



**TURUN
YLIOPISTO**
UNIVERSITY
OF TURKU

2021

Sosiaalitieteiden laitoksen
julkaisuja 2

ELÄMÄNJANA LASTEN, NUORTEN JA PERHEIDEN KANSSA TEHTÄVÄSSÄ SOSIAALITYÖSSÄ

Anne-Mari Jaakola
Anniina Kaittila
Outi Linnossuo
Minna Laitinen
Reeta Valta
Oona Ylönen

Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja /

Publications of the department of social research –sarjan julkaisu nro. 2

Grano Oy, Turku, 2021

ISBN 978-951-29-8597-5 (Painettu)

ISBN 978-951-29-8598-2 (Verkko)

ISSN 2737-0909

Saatesanat

Käsissäsi on yhden sosiaalityön toiminnallisen työvälineen, elämänjanan ohje. Sen työstämiseen meni vuosi, jonka aikana tapasimme etäyhteyden kautta seitsemän kertaa. Tapaamisten välillä työskentelimme ohjeen parissa kukin tahoillamme. Työryhmäämme kuului yliopisto-opettaja Anne-Mari Jaakola, yliopistonlehtori Anniina Kaittä, erikoistutkija Outi Linnossuo sekä allekirjoittanut Turun yliopistolta, johtava sosiaalityöntekijä Minna Laitinen Tyks:n psykiatrian toimialueelta sekä suunnittelija Reeta Valta Varsinais-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Oy Vasso Ab:stä. Kuvituksen teki sosiaalityön opiskelija Miiamari Kempainen. Auta Lasta ry:n kokemusnuoret auttoivat työryhmää kuvituksen osalta. Lämmin kiitos kaikille!

Työryhmää yhdisti ajatus siitä, että sosiaalityön työvälineistä tarvitaan selkeitä, kaikille saatavilla olevia suomen- ja ruotsinkielisiä ohjeita. Aloitimme elämänjanasta toivoen, että se saisi jatkoa. Tavoittelimme käytännön sosiaalityön näkökulmasta mahdollisimman käyttökelpoista kompaktia kokonaisuutta, jossa on tutkimustietoa taustalla. Ohje sisältää kolme osiota: elämänjanan hyödyntäminen sosiaalityön asiakastyössä, elämänjanan perusrunko sekä elämänjanan sovelluksia sosiaalityössä. Ohjeen lopussa on kolme havainnollistavaa kuvaa lapsen, aikuisen ja lapsiperheen elämänjanoista. Toivomme ohjeen hyödyttävän sosiaalityön asiakastyötä tekeviä, sitä aloittelevia sekä oppimateriaalina sosiaalityön opiskelijoita.

Turussa 22.3.2021

Oona Ylönen
erikoissosiaalityöntekijä, VTL, työelämäprofessori

Sisällysluettelo

Saatesanat.....	3
1 Elämänjana lasten, nuorten ja perheiden kanssa tehtävässä sosiaalityössä	5
2 Elämänjanan hyödyntäminen sosiaalityön asiakastyössä....	5
3 Elämänjanan perusrunko	6
4 Elämänjanan sovelluksia sosiaalityössä	10
Liitteet.....	13
Lähteet.....	16

1 Elämänjana lasten, nuorten ja perheiden kanssa tehtävässä sosiaalityössä

Tämä elämänjanaohje on tarkoitettu sosiaalityön asiakastyön käyttöön. Elämänjana, myös elämänviiva tai -kaari, on yksi toiminnallinen työväline, jolla jäsennetään asiakkaan elämäntapahtumia. Se sopii monenlaisiin asiakastilanteisiin sosiaalityössä. Elämänjanana voidaan käyttää esimerkiksi asiakkaan identiteettityön välineenä, jolloin lähestymistapa on elämäkerrallinen ja narratiivinen. Elämänjanan avulla voidaan tarkastella ajassa eteneviä elämäntapahtumia ja löytää niille merkityksiä.

Elämänjana tarjoaa asiakastyöhön toiminnallisen työvälineen keskustelun tueksi. Elämänjana myös edistää asiakkaan osallisuutta työskentelyssä. Sen avulla voidaan vähentää työntekijän omia tulkintoja asiakkaan kokemuksista, tunteista ja ajatuksista.

Elämänjana on asiakkaan itsensä tai työntekijän kanssa yhdessä jäsentämä kuva elämäkokemuksistaan, elämäntapahtumistaan ja muistoistaan. Lähtökohtana on menneisyyden tapahtumien tarkastelu, mutta elämänjanaan voi sisältyä myös tulevaisuuden hahmottaminen. Elämänjana on muodoltaan ajallisesti etenevä jatkumo tai viiva. Elämänjanassa kuvataan yleensä elämän konkreettisia tapahtumia ja ihmissuhteita, kuten syntymä, lapsuus, nuoruus, kuolema, muutto, seurustelu, avo-/avioliitto, ero, työ- ja asuinpaikat sekä näihin liittyviä muistoja/tunteita. Elämänjanatyöskentely on mahdollista rajata esimerkiksi asiakkaan elämää kuvaaviin kriittisiin elämäntapahtumiin ”critical events time line”, jotka auttavat selittämään asiakkaan nykyisen elämäntilanteen taustaa ja voimavaroja.

Elämänjanan piirtäminen vie asiakasta kosketukseen hänen elämänhistoriaansa sisältyviin tunnemuistoihin ja niiden merkitykseen hänen elämänsä aikana. Elämänjanan avulla on tarkoitus kertoa itsestään vain sen verran kuin kulloisessakin elämäntilanteessa ja esittämistilanteessa tuntuu hyvältä ja turvalliselta. Elämänjanan piirtäminen voi esimerkiksi osoittaa asiakkaalle, kuinka paljon hyvää elämässä on tapahtunut. Elämänjanan kautta voidaan tarkastella elämää tukevia ja kannattelevia tekijöitä.

2 Elämänjanan hyödyntäminen sosiaalityön asiakastyössä

Asiakailta kannattaa pyytää systemaattisesti palautetta elämänjanatyöskentelystä ja kehittää sen avulla omaa osaamistaan. Työntekijällä on hyvä olla omakohtainen kokemus oman elämänjansa laatimisesta.

Millaisiin tilanteisiin elämänjanatyöskentely sopii?

- Lapsen, nuoren, vanhemman tai perheen kanssa työskentelyyn, kun halutaan tarkastella asiakkaan elämänhistoriaa ja menneisyyden vaikutuksia nykyisyyteen
- Yksittäisen pulman tai valintatilanteen, ajankohtaisen perhetilanteen tai saatujen tukitoimien kartoittamiseksi
- Asiakkaiden kohdalla, joille asioiden sanoittaminen on haastavaa
- Työntekijän ymmärryksen lisäämiseksi asiakkaan elämäntapahtumista
- Asiakkaan voimavarojen ja vahvuuksien näkyväksi tekemiseksi

Mihin tilanteisiin elämänjanatyöskentely ei sovi tai sitä on käytettävä harkiten?

- Lapsella, nuorella tai aikuisella on akuutti kriisi
- Lapsella tai nuorella on vaikea traumatausta
- Aikuisella on vaikeita käsittelemättömiä traumoja menneisyydessä
- Huomioi, että näissäkin tapauksissa elämänjanan käyttäminen vain nykyhetken/tiettyyn pulmaan saattaa olla mahdollista.
- Huomioi, että työntekijän on tarpeen seurata asiakkaan vointia elämänjanaa tehtäessä. Elämänjanatyöskentelyn voi tarvittaessa keskeyttää, mikäli se ei selvästi sovi asiakkaalle tai asiakas toivoo keskeyttämistä.

3 Elämänjanan perusrunko

A. Kysy asiakkaalta mielellään jo edellisellä tapaamisella, sopiiko, että teette/aloitatte seuraavalla tapaamisellanne elämänjanan. Ennakointi on tärkeää, sillä oman historian läpikäyminen voi herättää monenlaisia ajatuksia ja tunteita etenkin, jos menneisyydessä on vaikeita käsittelemättömiä asioita. Asiakkaalla on vapaus valita, mitä asioita hän kertoo.

Selvennä asiakkaalle, miten hän voi hyötyä menetelmän käytöstä. Käykää läpi, mitä elämänjanatyöskentelystä kirjataan asiakastietojärjestelmään. Sovi asiakkaan kanssa, tallennetaanko elämänjana osaksi asiakastietoja. Tuo esiin myös, että asiakkaalla on mahdollisuus kieltäytyä elämänjanan tekemisestä.

B. Tapaamisen aluksi käy uudestaan läpi tapaamisen tarkoitus. Varmista asiakkaalta, että hän on ymmärtänyt työskentelyn tarkoituksen ja sopiiko hänelle, että teette tällä tapaamisella elämänjanan.

C. Elämänjanan laatiminen. Asiakas voi tapaamisella piirtää elämänjanan itse tai yhdessä työntekijän kanssa. Voitte keskittyä työskentelyssä joko menneisyyteen tai tulevaisuuteen tai molempiin. Menneisyysjanan ja tulevaisuusjanan voi tehdä erillisille arkeille tai sisällyttää ne samalle paperille. Mahdollisuutena on myös valita jokin tietty ajanjakso tulevaisuudessa, esimerkiksi kun nuori tulee täyttämään 18. Rajattu ajanjakso voi liittyä myös menneisyyteen.

- Anna asiakkaalle paperia (esim. A4 tai A3 kokoinen paperi) ja kirjoitus-/piirtämisvälineitä tarpeen mukaan.
- Piirtäkää horisontaalitasossa viiva paperin keskelle.
- Kerro asiakkaalle, että paperin vasen reuna kuvaa tässä mietittävän ajanjakson alkua ja oikea reuna ajanjakson loppua.
- Janan varrelle asiakas piirtää ja/tai kirjoittaa oman elämänsä merkityksellisiä asioita yhteisen keskustelun pohjalta.

Ohjeistuksen lopulla löytyy esimerkkejä elämänjanan käytöstä myös eri tilanteisiin soveltaen.

Mallikysymyksiä sosiaalityöntekijälle aikuisen ja lapsen kanssa työskentelyyn

Jokaisen asiakkaan kohdalla on mietittävä, onko tämä työskentelytapa paras mahdollinen. Kun elämänjanatyöskentelyyn päädytään, on työskentelyssä tärkeää huomioida haastateltavan ikä, kehitystaso, sen hetkinen terveydentila ja vointi. Elämänjanan käyttöön ei ole alaikäraja, mutta on hyvä huomioida lapsen valmius muistaa elämää taaksepäin ja hänen kykynsä sanoittaa verbaalisesti kokemuksiaan ja tapahtumia. Lisäksi on pohdittava, olisiko nykyhetkestä aloittaminen järkevintä ja millaisilla lapsen kehitystasoon sovelletuilla kysymyksillä työskentelyä voidaan tukea. Nuoren kanssa työskennellessä voidaan soveltaa hyvin pitkälti samoja kysymyksiä, kuin aikuisten kanssa työskenneltäessä, edelleen kuitenkin ikä- ja kehitystaso huomioiden. Työskentelyssä voi käyttää apuna valokuvia tai muita kuvia, kortteja ja tarroja.

Elämänjanatyöskentelyssä työntekijän ja asiakkaan välisellä vuorovaikutuksella on tärkeä osa, kun asiakasta haastatellaan. Haastattelussa asiakkaan elämäntapahtumille luodaan merkityksiä ja havainnollistetaan elämäntapahtumiin vaikuttaneiden eri tekijöiden välisiä suhteita. Elämänjanaa tehdessä voi hyödyntää erilaisia kysymystyyppejä, joita ovat esimerkiksi sirkulaariset, lineaariset, strategiset ja reflektiiviset kysymykset. Sirkulaariset kysymykset kohdentuvat suhteiden esiin tuomiseen asioiden välillä, esim. ”Kenen arvelet olleen eniten huolissaan?” ”Miten kertomasi kokemus näkyy elämässäsi tällä hetkellä?”. Lineaarisilla kysymyksillä saadaan kuvaus asiakkaan tilanteesta; esim. ”Kuka teki, mitä, milloin?”. Strategisilla kysymyksillä voi pyrkiä asiakkaan näkökulman laajentamiseen esim. ”oletko pohtinut, onko toiminnallasi ollut jotakin vaikutusta koko perheeseen? Millaista?” Reflektiivisillä kysymyksillä tuodaan esiin asiakkaan pohdintaa, esim. ”Miten tulkitset tilanteen, joka sai sinut reagoimaan juuri tuolla tavalla?”.

<p>Aikuinen</p> <p>”Elämän alku” Missä synnyit? Ketä perheeseesi kuului? Mitkä paikat olivat sinulle tärkeitä?</p> <p>Koulu ja työ Koulusi? Työsi/sinulle tärkeät kurssit? Onnistumiset?</p> <p>Tärkeät tapahtumat Lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden tärkeät tapahtumat ja kokemukset? Hyvät ja huonot kokemukset (erot, konfliktit, ihanat hetket...).</p> <p>Tärkeät ihmiset Sinulle tärkeiden ihmisten syntymät, kuolemat ja merkitykselliset tapahtumat syntymäsi jälkeen? Tärkeät ihmiset tietyissä elämänvaiheissa? Keneltä olet saanut tukea? Lemmikit?</p> <p>Elämänjanan tekoon voi ohjeistaa asiakasta avoimella tehtävänannolla. Pyytäisin, että piirrät tähän paperille elämäsi tärkeät tapahtumat syntymästäsi nykyhetkeen. Aloitetaan siitä missä synnyit, kerro siitä.</p>	<p>Lapsi/nuori</p> <p>Ankkuroiminen elämänjanan tekoon Tänään alamme tehdä piirrosta sinun elämästäsi ja juttelemme siitä. Voit valita paperin taustaväriin; minkäväriseen paperin valitset? Hyvä, ja nyt piirrämme paperille viivan, joka kertoo sinun elämästäsi. Aluksi voit kertoa siitä, kun synnyit. Olet nyt XX vuotta, niin se tarkoittaa, että olet syntynyt vuonna XX. Tehdään niin, että kirjoitetaan syntymävuotesi paperin viivan vasempaan laitaan.</p> <p>Lapsuus ja läheiset ihmissuhteet Kerro ajasta, kun olit pieni. Mitä kertoisit siitä? Ketä perheeseesi on kuulunut? Lemmikit? Kuka sinua on hoitanut? Ketkä ovat olleet tärkeitä ihmisiä?</p> <p>Päiväkoti/koulu Mitä kertoisit päiväkodista/kouluvuostasi? Kuvaile aikaa, kun olet ollut koululainen. Millaisia muistoja sinulla on päiväkodista, opettajista, koulunkäynnistä? Mitä muuta sinulle tulee mieleen ajasta, kun olet ollut päiväkodissa/koululainen?</p> <p>Muu elämä Kuvaile elämässäsi tapahtunutta hankalaa asiaa, milloin se tapahtui ja mitä kertoisit siitä? Kuvaile elämässäsi tapahtunutta hienoa asiaa, milloin se tapahtui ja mitä kertoisit siitä?</p> <p>Muut tärkeät kokemukset Harrastukset/lomat/kokemukset</p>
---	--

4 Elämänjanan sovelluksia sosiaalityössä

Haastavien ja hyvien vaiheiden elämänjana

Elämänjanan avulla voidaan kartoittaa myös lapsen, nuoren tai aikuisen kokemusta elämäntapahtumien merkityksistä. Pyydä asiakasta aloittamaan syntymästä ja merkitsemään tärkeitä tapahtumia elämässään. Kerro paperin yläosan kuvaavan hyviä hetkiä elämässä ja alaosa vaikeita hetkiä.

Perhehistorian elämänjana

Elämänjanaa voidaan hyödyntää myös perhehistorian ja edellisen sukupolven kokemusten tarkasteluun, jotka vaikuttavat asiakkaan elämässä nykypäivänä. Tämä työtapa sopii esimerkiksi tilanteisiin, joissa vanhemman ja isovanhemman välit vaikuttavat negatiivisesti perheen nykytilanteeseen tai asiakkaan omassa vanhemmuudessa on haasteita, jotka ovat olleet läsnä myös edellisessä sukupolvessa. Kun olette piirtäneet elämänjanan perusrungon asiakkaan kanssa, kysy asiakkaalta, haluaisiko hän jatkaa elämänsä tarkastelua pohtimalla vanhempiensa elämäntarinaa ja sen vaikutusta nykyhetkeen. Voit piirtää oman viivan samaan paperiin kummallekin vanhemmalle. Apukysymyksiä: merkittävät tapahtumat vanhempasi elämässä? Miten nämä näkyvät vanhemmassasi nykyään? Miten nämä ovat vaikuttaneet siihen, millainen vanhempasi on nyt? Miten vanhempasi elämänkokemukset ovat vaikuttaneet siihen, millainen sinä olet nyt? Mitä sukupolvien ketjussa (oman vanhemman ja omat kokemukset) on sellaista, jonka haluat jatkuvan myös oman lapsesi elämässä? Onko sukupolvien ketjussa jotain sellaista, jonka et halua jatkuvan? Miten näihin tavoitteisiin päästään?

Asiakasperheen palveluiden arvio elämänjanan kautta

Jos perheellä on ollut monia palveluita ja sopivaa tukea on haastava löytää, voi sopivan palvelun mallintamisessa hyödyntää palvelujen janaa. Piirtäkää asiakkaan kanssa palvelujen jana. Käykää läpi, mitä palveluita perheellä on ollut missäkin vaiheessa ja millaisia tavoitteita / hyötyjä / haittoja niillä on ollut eri perheen jäsenten

näkökulmista. Palvelujen jana voi sopia myös tilanteisiin, joissa asiakkaalla on epäluottamusta sosiaalityötä tai tarjottuja palveluita kohtaan. Janan avulla voi päästä käsiksi epäluottamuksen syihin ja työstää niitä sekä motivoida asiakasta ottamaan apua vastaan.

Koko perheen elämänjana

Elämänjanan avulla voidaan vahvistaa perheen “yhtenäisyyttä” käsittelemällä yhdessä perheen elämäntarinaa. Perheen elämänjanassa on mahdollisuus tuoda esiin kaikkien perheenjäsenten näkökulmat perheen historiaan. Vaikeissa vaiheissa ja niiden jälkeen voi olla hyvä pysähtyä miettimään, miten perhe on selvinnyt aiemmin vaikeuksista ja mitkä tekijät menneisyydessä voisivat tukea perhettä tässäkin hetkessä. Perheen elämänjana voi tarjota lapselle merkityksellisiä kokemuksia vanhemman muistellessa ja kertoessa lapsen varhaisvaiheista. Työskentelyssä pitää huomioida lapsen ikä- ja kehitystaso, esimerkiksi jos perheen menneisyydessä on asioita, joita ei ole hyvä käsitellä lapsen kuullen.

Ongelmien kartoittamisen ja ratkaisujen etsimisen elämänjana

Elämänjana sopii erittäin hyvin myös pulmien kartoittamiseen ja ratkaisukeskeiseen työskentelyyn esimerkiksi silloin, kun nuorella tai aikuisella on päihteiden käyttöä. Työskentely voidaan toteuttaa joko siten, että 1) asiakkaan kanssa on aiemmin piirretty elämänjana, jota tarkastellaan tällä tapaamisella päihteiden näkökulmasta 2) ei aiempaa elämänjanaa ja tällä tapaamisella tehdään elämänjana päihteiden näkökulmasta. Asiakkaan kanssa voi ensin kartoittaa, milloin käyttö alkoi, millaisia vaiheita käyttöön on liittynyt ja millaisia seurauksia päihteillä on ollut. Ratkaisukeskeistä työtettä mukaillen asiakkaan kanssa voidaan pohtia, milloin ongelmaa oli vähemmän? Mikä oli tuolloin eri tavalla? Miten sait tämän tapahtumaan? Mitä teit silloin, kun asiat olivat vähän paremmin kuin nyt? Millaisia tulevaisuuden toiveita sinulla on? Millaisin askelin näihin tavoitteisiin voisi päästä?

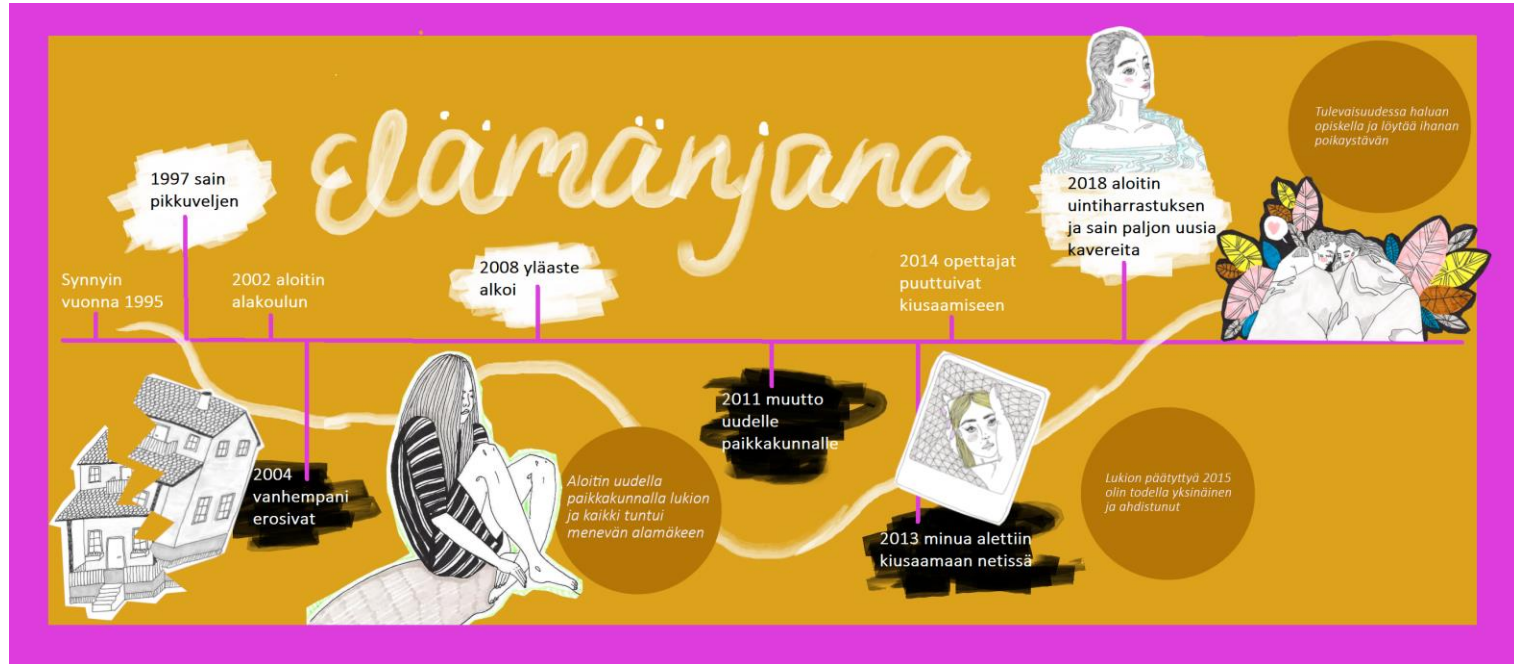
Muita sovelluksia

- Vanhemmuuden elämänjana vanhemman kanssa auttaa vanhempaa pohtimaan omia vahvuuksiaan, haasteitaan ja tavoitteitaan vanhempana. Vanhemman kanssa voidaan käydä läpi: millainen vanhempi olit lapsellesi hänen ollessaan vauva/taapero/kouluikäinen/teini-ikäinen, miten olet vanhempana muuttunut, mitä vanhemmuudessa on ollut helppoa/ haastavaa, missä olet onnistunut vanhempana, millainen vanhempi haluat tulevaisuudessa olla, miten voisit päästä tähän tavoitteeseen.

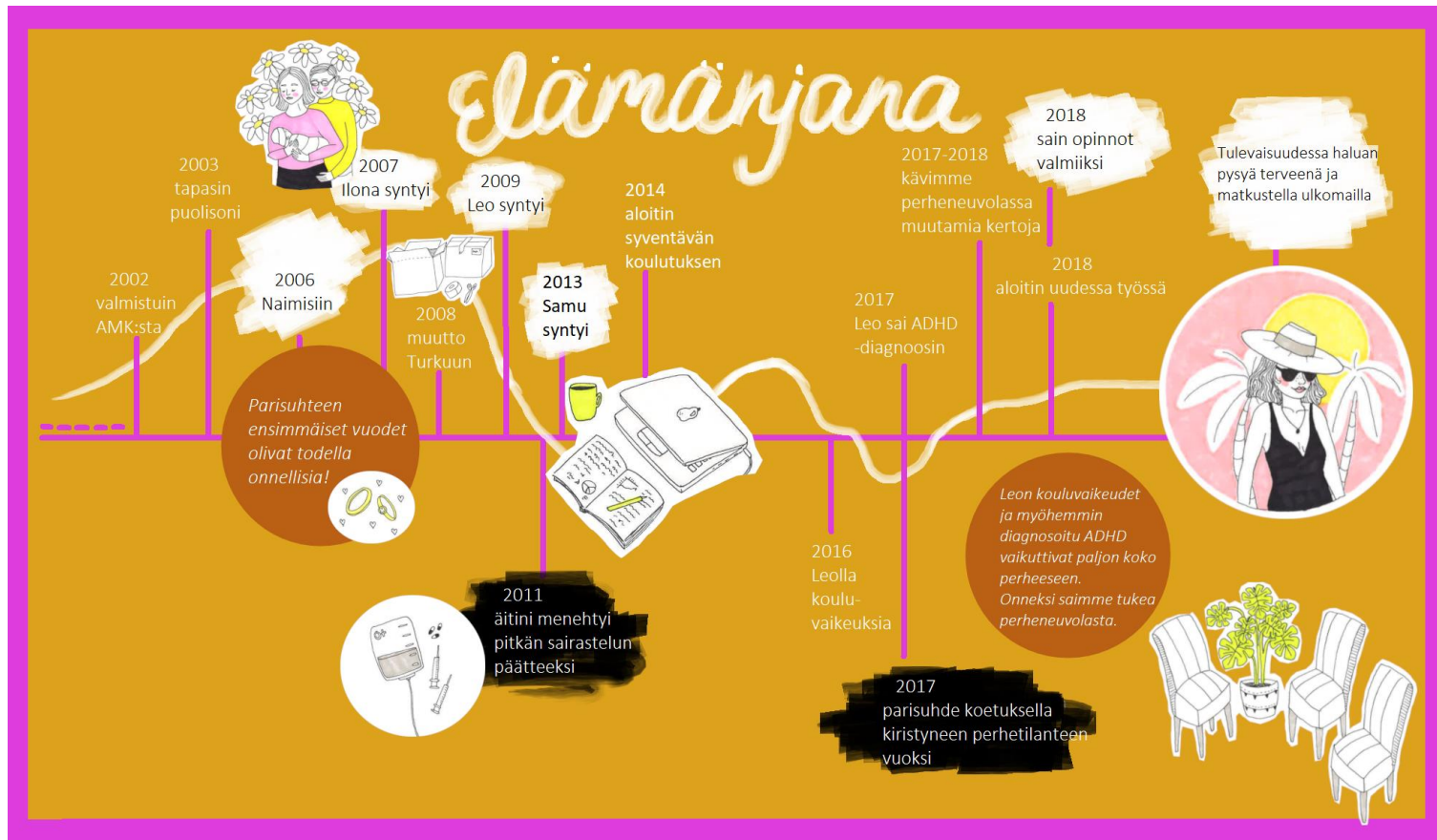
- Elämänjana voi sopia sijaishuollon asiakkaana olevan lapsen elämänhistorian tarkasteluun ja auttaa lasta hahmottamaan, millaisia vaiheita hänen elämässään on ollut. Elämänjanaa voidaan tehdä esimerkiksi yhdessä vanhemman, sijaisvanhemman/omaohjaajan ja lapsen kesken. Tässä yhteydessä on erityisen tärkeä varmistaa, että kaikki osapuolet haluavat lähteä elämänjanatyöskentelyyn, eikä osallisten välillä ole sellaisia jännitteitä, jotka vaikeuttaisivat työskentelyä.
- Voimavarojen, toiveiden ja arvojen tarkastelu elämänjanan avulla. Mikä elämässäsi on ollut merkityksellistä? Millaiset asiat ovat tuottaneet sinulle iloa? Mitä nämä asiat kertovat sinulle itsestäsi? Mitä nämä kertovat arvoistasi? Miten näitä asioita voisi saada enemmän tämän hetkiseen elämääsi? Millaisia asioita toivot tulevaisuudelta?

Liitteet

Kuvio 1 Nuorten elämänjana



Kuvio 2 Aikuisten elämänselämä



Kuvio 3 Lasten elämänjana



Lähteet

- Buchholz Holland, C. E. (2013). The lifeline activity with a “Solution-focused twist”. *Journal of Family Psychotherapy*, 24(4), 306-311.
- Cook-Cottone, C., Kane, L., & Anderson, L.M. (2015). *The elements of counseling children and adolescents*. New York: Springer Publishing Company.
- Martin, E. (2003). The symbolic graphic lifeline: A connection of line quality and feeling expression. *Art Therapy*, 20(2), 100-105.
- Mehus, C. J. (2015). A tactile lifeline applied to couple therapy. *Journal of Family Psychotherapy*, 26(4), 318-322.
- Phaneuf, M. The life line, a means of enriching the interview with patients. Saatavilla: http://www.infiressources.ca/fer/Depotdocument_anglais/The_life_line_a_means_of_enriching_the_interview.pdf (Luettu 9.2.2021)
- Poletto, M., Kristensen, C., Grassi-Oliveira, R. & Boeckel, M. (2015). Use of lifeline technique in cognitive-behavioral-systemic family therapy. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*. Vol. XVII, no. 1, 81-92.
- Tomm, Karl., ym. (1988) *Interventiivinen haastattelu*. Mannerheimin Lastensuojeluliitto L sarja nro 3. Jyväskylä. Gummerus.
- Tracz, S. M., & Gehart-Brooks, D. (1999). The lifeline. *Journal of Family Psychotherapy*, 10(3), 61-63.

Turun yliopisto
Sosiaalitieteiden laitos

ISBN 978-951-29-8598-2
ISSN 2737-0909
Grano Oy – Turku, Finland 2021

