

Johtajan ohjeet (näytelmien SEIS-selitykset)

1. Ennako-oletukset kuukautisista

Haastateltavat liittivät kuukautisiin sellaisia asioita kuin aikuisuus ja valmius synnyttämiseen, sairastaminen, pahantuulusuus ja kivut, paha haju ja likaisuus.

Kohtauksessa ollaan ystäväporukalla pyjamabileissä yhden ystäväporukan jäsenen luona.

Pyjamabileissä ollaan kokattu yhdessä tortilloita ja juteltu ihastuksista. Syömisen jälkeen otetaan jälkiruuaksi karkkeja ja jutellaan yhdessä. Juttu kääntyy pian mekkoihin. Yhdellä jäsenellä on juuri alkanut menkat ja hän haluaa kysellä ystäviltä asiasta lisää.

1: Mitä nää menkat nyt sitten tarkoittaa?

2: Sä oot nyt aikuinen nainen!¹¹

3: Niinpä, kun menkat on alkanut niin voi vaikka saada lapsia!¹²

1: Oho ei kai, tai mehän ollaan vielä lapsia... Mua nää kyllä vähän ällöttää.¹³ Pikkuveli sanoi että nyt musta tulee kiukkuinen aina menkkojen¹⁴ aikaan. Mua harmitti kun se sekin huomasi kun käytiin kaupassa ja ostettiin siteitä.

3: Äh ei ne kyllä haise mutta sattuu mahaan kyllä aina sikana. Ja joo, mulle sanotaan nykyään aina jos kiukuttelen että oon ”menkkanen”¹⁵ vaikkei edes olisi menkat.

2: Joo mahaan kyllä sattuu!¹⁶ Ja muakin haukuttiin kyllä ällöttäväksi¹⁷ kun oltiin meidän kavereiden mökillä kun mulla oli menkat!

1: Hei tiesittekö! Teidän perheellä on perhetuttuja Ugandassa ja sen perheen tyttö kertoi, että menkat tarkoittaa, että on sairas!¹⁸ Onkohan se totta?

SEIS - selityksiä johtajalle

¹¹ Menkkojen alkaminen ei tarkoita vielä, että on aikuinen tai että olisi valmis aikuisuuteen. Se on luonnollinen osa teini-ikää, mutta lapsuus jatkuu silti. Kannattaa myös huomioida sukupuolten moninaisuus ja puhua siitä tarpojien kanssa: kaikki, joilla on kuukautiset eivät ole naisia ja kaikilla naisilla ei ole kuukautisia. Sukupuoli-identiteetti voi olla vaikea asia ja on tärkeää, ettei ketään lokeroida ulkonäön tai omien oletusten perusteella.

¹² Kuukautiset eivät tarkoita sitä, että olisi valmis saamaan lapsia, vaikka keho siihen nyt pystyisikin. Lisäksi kaikki, joilla kuukautiset ovat eivät koskaan pysty saamaan lapsia.

^[3] Ällöttävyys tai inho ovat yleisiä kuukautisiin liitettäviä stereotypioita, mutta kuukautiset ovat normaali asia ja eikä niitä tarvitse inhota. Mitä positiivisia adjektiiveja kuukautisiin voisi liittää?

^[4] Kuukautiset voivat aiheuttaa mielialan vaihtelua ja ärsytystä, mutta kenenkään tunteita ei tulisi ikinä sivuuttaa sillä oletuksella, että ne johtuvat ainoastaan kuukautisista. Lisäksi on haitallista määrittää kohdullisten negatiiviset tunteet tai mielenilmaisut ”kiukutteluksi” tai ”menkoista johtuvaksi”, näin vähätellään toisten mahdollisuutta ilmaista ikäviä asioita, kieltäytyä jostain..

^[5] Tällaisten sanojen käyttö lisää kuukautisiin liittyviä stereotypioita ja vahvistaa sitä oletusta, että tunteet olisivat vain kuukautisista johtuvia. Tällä vähätellään toisen tuntemuksia.

^[6] Kuukautiset voivat aiheuttaa kipuja, mutta kaikkien kokemukset ovat erilaisia: joillakin on kipuja ja toisilla ei.

^[7] Kuukautiset eivät tarkoita sitä, että on sairas, vaan ne ovat oikein luonnollinen osa kasvua.

Apukysymykset keskustelulle:

- Tiedättekö te, millaisia muita ajatuksia menkkoihin liittyy, jotka eivät pidä paikkansa.
- Kuinka kuukautiset nähdään Suomessa? Ovatko ne luonnollinen asia vai liittyykö niihin negatiivisia näkemyksiä?
- Onko kuukautisilla myös yhteiskunnallisia vaikutuksia?

2. Koulutus ja tietämys

1: Auh mahaan sattuu!

2: Höh harmi. Kyllä se menee ohi!

3: Hei kato sun mekkoa! Siinä on jotain punaista!

1: Häh mitä punaista? Apua apua se on verta! (Hän alkaa itkeä) Se tulee SIELTÄ, mitä mulle tapahtuu?

2: Apua kuoletkohan sä nyt? (Peloissaan)

1: Mä en halua kuolla, auttakaa!

3: HYI sun pitää lähteä nyt heti kotiin! Toi on ällöttävää! Äiti sanoi, että on hävettävää, jos muut huomaavat että sä valut!

1 lähtee itkien kotiin kun muut jatkavat kouluun.

- Mikä tilanne Suomessa on, tietävätkö lapset mitä kuukautiset ovat, kun ne alkavat?

- Pitäisikö kaikilla olla oikeus tietää, mitä heidän kehossaan tapahtuu? Kenellä on vastuu tämän tiedon välittämisestä?

SEIS - selityksiä johtajalle

^[8] Ugandassa ja monissa muissa maissa (myös Suomessa) moni ei välttämättä tiedä, mitä heille tapahtuu kun kuukautiset alkavat ja se voi olla pelottavaa. Tämä johtuu siitä, ettei kuukautisista ole puhuttu tarpeeksi.

^[9] Kuukautisiin ei kuole.

^[10] Tunne voi olla pelottava, kun alkaa vuotamaan verta eikä tiedä mitä tapahtuu. Kaikilla on oikeus tietää kehonsa toiminnasta ja siksi olisi hyvä, jos kuukautisista puhuttaisiin tarpeeksi.

^[11] Ällöttävyys tai inho ovat yleisiä kuukautisiin liitettäviä stereotypioita, mutta kuukautiset ovat normaali asia ja eikä niitä tarvitse inhota. Mitä positiivisia adjektiiveja kuukautisiin voisi liittää?

^[12] Jotkut joutuvat jäämään kuukautisten vuoksi kotiin ja menettävät näin koulupäiviä. Onko se oikein? Miten asian voisi korjata? (Kuukautissuojat, tarvittava tieto siitä mitä tapahtuu, hyvät wc-tilat ym.)

Apukysymykset keskustelulle:

- Mikä tilanne Suomessa on, tietävätkö lapset mitä kuukautiset ovat kun ne alkavat?
- Pitäisikö kaikilla olla oikeus tietää, mitä heidän kehossaan tapahtuu? Kenellä on vastuu tämän tiedon välittämisestä?

3. Uskomukset

Kuukautisiin liittyy monia uskomuksia ja sosiaalisia normeja. Haastateltavat ilmaisivat, että monesti uskotaan, että kuukautiset tekevät henkilöstä likaisen. Tällöin ei saa muun muassa kantaa vauvaa, kiipeillä puissa tai ajaa pyörällä, mennä pyhiin paikkoihin kuten kirkkoon tai moskeijaan, leikkiä muiden lasten kanssa tai tehdä ruokaa. Kuukautisten aikana henkilö ei saa osallistua maanviljelyyn, sillä kasvien uskotaan pilaantuvan.

Tässä kohtauksessa ollaan Ugandassa. Äiti ja kaksi hänen tyttärtään juttelee yhdessä koska nuoremman siskonkin kuukautiset ovat alkaneeet.

Äiti: Nyt kun sinullakin on alkanut vuoto, sinun pitää muistaa muutama tärkeä asia.

Pikkusisko: Ai mikä asia

Isosisko: Tärkeitä **naisten** tietoja!

Äiti: Niin. Kun sinulla on vuoto, on monia asioita **joita ei kuulu tehdä!** Tärkeimpänä **et saa mennä pyhiin paikkoihin, kirkkoon tai moskeijaan** kuukautisten aikana, koska olet **likainen.**

Isosisko: Niinpä! **Etkä muuten saa laittaa ruokaa, siitä tulee pilallista!**

Pikkusisko: En halua olla likainen. Ei meille opetettu koulussa niin! Meillä on sellainen asia partiossa, jossa me jutellaan myös näistä asioista ja siellä kyllä sanottiin, että ei vuoto ole likainen asia vaan ihan normaali!

Äiti: Kuulinkin tuosta, mutta ruokaa et silti laita!

Pikkusisko: teidän kyllä pitäisi mennä myös oppimaan...

SEIS - selityksiä johtajalle

^[13] Menkkojen alkaminen ei tarkoita vielä, että on aikuinen tai että olisi valmis aikuisuuteen. Se on luonnollinen osa teini-ikää, mutta lapsuus jatkuu silti. Sukupuolten moninaisuus tulee myös ottaa huomioon – biologisesta sukupuolesta huolimatta kaikki joilla on kuukautiset eivät ole naisia ja kaikilla, jotka ovat naisia ei ole kuukautisia

^[14] Myös kuukautisten aikana voi tehdä samoja asioita kuin silloin kun ei ole kuukautisia, kuten uida, harrastaa ja käydä koulussa. Silloin täytyy vain huolehtia sopivasta kuukautissuojasta, esimerkiksi uidessa tamponi tai kuukuppi.

^[15] Tässä repliikissä esitetyt asiat ovat tasa-arvolle haitallisia, sillä ne rajoittavat kuukautisten aikaista elinpiiriä ja leimaavat ihmisiä likaiseksi, vaikka kuukautiset ovat täysin normaali asia. Miltä tuntuisi, jos teiltä kiellettäisiin joku asia jonkun oman ominaisuuden vuoksi? (esimerkkinä voivat olla kuukautiset, pitkät tai lyhyet hiukset, paidan väri)

^[16] Tällaisia uskomuksia on, koska ihmisillä ei ole tarpeeksi tietoa kuukautisista. Ruoka ei pilaannu kuukautisten takia.

- Kuinka haitallisia uskomuksia voitaisiin vähentää?

4. Yhteisön jäsenten suhtautuminen, käyttäytyminen ja asenteet

Näytelmän aihe: Useimmat miehet ja pojat eivät käyttäydy hyvin tyttöjä kohtaan, jos heillä on kuukautiset. Tyttöille nauretaan, heitä kiusataan eikä heidän lähellensä haluta olla. Tämä aiheuttaa tytöille pelkoa ja epäasukavuutta, minkä vuoksi he jäävät helposti kotiin muiden reaktioiden pelossa.

Tässä kohtauksessa ollaan Suomessa koulussa. Koululaisilla on juuri matikan tunti ja opettaja jakaa kokeet. Yhdellä luokkalaisella matikan koe ei ole onnistunut. Häntä harmittaa siksi koko huono päivä. Tunti loppuu kun kello soi. Kaverit haluavat mennä hyppimään hyppynarulla ulos.

1: Mä en taida haluta tulla hyppimään.

2: Tuu edes pyörittämään, jonkun täytyy pyörittää.

1: En halua (sanoo kiukkuisesti).

Joukko muita alkaa kiusata häntä:

1: Haha kattokaa, toi on ihan **menkkanen** tänään! Alkoko **sulla menkat**?!?

2: HYI **ÄLLÖÖÖÖ**, tolla on menkat!

3: Lopettakaa, mulla on **vaan huono päivä**!

1: **Menkat sua kiukuttaa**, hyiii nyt oot **aina kiukkunen**!

2: **Haisetkin menkkaselle**, hyii! Juokse vessaan!

SEIS - selityksiä johtajalle

^[17] Tällaisten sanojen käyttö lisää kuukautisiin liittyviä stereotypioita ja vahvistaa sitä oletusta, että tunteet olisivat vain kuukautisista johtuvia. Tällä vähätellään toisen tuntemuksia.

^[18] Oletuksia kenenkään kuukautisista ei pidä tehdä, koska se voi olla loukkaavaa ja häiritä toisen yksityisyyttä. Oletuksia sukupuolesta tai kuukautisista ei pitäisi tehdä myöskään ulkonäön perusteella.

^[19] Ällöttävyys tai inho ovat yleisiä kuukautisiin liittyviä stereotypioita, mutta kuukautiset ovat normaali asia ja eikä niitä tarvitse inhota. Mitä positiivisia adjektiiveja kuukautisiin voisi liittää?

^[20] Tunteista on hyvä puhua ääneen ja kertoa, jos on huonompi päivä.

^[21] Kuukautiset voivat aiheuttaa mielialan vaihtelua ja ärsytystä, mutta kenenkään tunteita ei tulisi ikinä sivuuttaa sillä oletuksella, että ne johtuvat ainoastaan kuukautisista.

^[22] Kuukautiset eivät haise kun huolehtii hygieniasta ja kuukautisterveydestä hyvin. Ei siis tarvitse huolehtia siitä, että muut voisivat haistaa sen, että on menkat.

Apukysymykset keskustelulle:

- Kuinka kiusaaminen vaikuttaa koulunkäyntiin?
- Kuinka yhteisön jäsenten mielipiteet ja asenteet vaikuttavat siihen, miten yksilö asioista ajattelee?
- Kiusataanko teidän kouluissanne oppilaita? Millaisista aiheista?

5. Kuukautishygienia

Kuukautishygienian ylläpito ei ole helppoa ugandalaisissa kouluissa. Haastateltavien mukaan usein koulun vessoissa ei ole tarpeeksi vettä saatavilla tai vesi tulisi kantaa sinne itse, mutta se ei ole aina

mahdollista. Lisäksi vessojen kuvataan olevan likaisia tai niitä ei ole ollenkaan. Tämä aiheuttaa koulun skippaamista kuukautisten aikana.

Tässä kohtauksessa ollaan Ugandassa. Ryhmä ystäviä on välitunnilla ja hyppii hyppynarulla.

Yhtäkkiä yksi kaveruksista lopettaa hyppimisen ja punastuu.

1: Hei, onko kaikki hyvin?

2: Mulla taisi alkaa menkat (kuiskaten).

2: Aa no mene vessaan sitten, mä voin tulla mukaan!

Muut jatkavat hyppimistä, kun kaksikko lähtee vessaan.

1: Eihän **täällä oo vettä!**^[24] Mä en pysty pesemään mekkoakaan.

2: Äh aina sama juttu!

1: **Ei auta kun lähteä kotiin!**^[24] Seuraavaksi olisi kyllä matikkaa, mun lemppariainetta. (Sanoo surullisesti ja lähtee kotiin).

2 palaa kavereiden luokse.

3: Minne 1 meni?

2: Sen piti mennä kotiin. Vessa oli taas huonossa kunnossa.

3: Aa okei, **ei oo kyllä reilua, että aina jos on menkat joutuu olla pois koulusta.**^[25]

Kello soi ja kaverukset palaavat tunnille.

SEIS - selityksiä johtajalle

^[23] Jos vessoista puuttuu vesi tai niissä ei ole paperia, kuukautisterveyttä on lähes mahdoton hoitaa.

Lisäksi esimerkiksi Ugandassa ei välttämättä ole wc-tiloja koulussa. Tämä vaikuttaa myös osaltaan koulupäivien skippaamiseen kuukautisten vuoksi, kun siteitä ynnä muita tuotteita ei voi kesken päivän vaihta.

^[24] Moni joutuu jättämään koulupäiviä väliin kuukautisten vuoksi. Kuukautisten aikana voi tehdä aivan samoja asioita kuin silloin, kun kuukautisia ei ole, mutta jos ei omista kuukautissuojia tai koulussa ei ole wc-tiloja, ei vaihtoehtoja välttämättä ole.

^[25] Tasa-arvon kannalta olisi tärkeää, että kaikilla on samat mahdollisuudet opiskella ja oppia.

Oppiminen on jokaisen perusoikeus!

Apukysymykset keskustelulle:

- Millaiset vessojen tulisi olla, että kuukautisterveyttä olisi helppo hoitaa?
- Onko reilua, että kuukautisten aikana pitää olla poissa koulusta?
- Mitä koulusta poissaolo tarkoittaa? (Jos aina kuukautisten aikana on pois, jää paitsi isosta osasta opetusta, jää muista oppilaista jälkeen, ei ehkä pääsekään luokalta jos on

poissa vaikka kokeiden aikana, vaikuttaa tasa-arvoon ja yhteiskuntaan myös kun osa väestöstä on kuukautisten vuoksi heikommassa asemassa).

- Miten tilanne Suomessa on? Pitääkö Suomessa joskus olla pois kuukautisten takia?
-

6. Tuotteet

Haastateltavat olivat huolissaan kuukautistuotteiden käytöstä. Yksi huolenaihe oli, että tuotteet olisivat käyttäjälleen vahingollisia. Usein mainittiin, että kertakäytettävät kuukautissuojat polttaisivat tai ne voisivat aiheuttaa syöpää. Yhtä suojaa saatetaan käyttää niin pitkään kuin mahdollista, sillä ne ovat hyvin kalliita.

Perheestä ja resursseista riippuen varsinaisten kuukautissuojien lisäksi saatetaan käyttää muun muassa vanhoja vaatteita, vessapaperia, banaanien lehtiä, alushousuja tai vanulappuja. Joissakin kouluissa on saatettu opettaa kestoiteiden tekoa.

Tässä kohtauksessa ollaan menossa kaveriporukalla uimaan. Kaverukset ovat kävelemässä uimahallille:

1: O ou!

2: No mitä nyt?!

1: Mulla kyllä taisi alkaa menkat! (Ujosti)

2: No juostaan äkkiä uimahallille, siellä on vessa ja kahviosta voi ostaa tamponejakin. Ei haittaa vaikka on menkat!

1: Hyi en mä halua käyttää tamponia! Kuulin, että tulee **sairaaksi** jos sellasen laittaa. Siitä tulee **syöpää!**^[29]

1: Sitä paitsi, eihän silloin voi **uidakkaan!**^[29]

2: Höpö höpö, ei siitä mitään syöpää saa tai sairastu, mä oon kyllä käyttänyt niitä!

1: Aijaa, mulle kyllä sanottiin niin... Mutta mä en ehkä haluakkaan tulla...

2: Miksi? Ostetaan vaan ne tamponit ja kaikki on hyvin.

1: No kun siis, äh, en mä osaa niitä käyttää ja sitä paitsi (hiljaa) **ei mulla ole niihin rahaa.**^[29]

2: **Ei ne nyt niin kalliita ole.**^[29]

1: On ne! Mä saan aina vaan ihan muutaman siteen ja **niiden pitää riittää!**^[29], koska meillä ei ole varaa ostaa enempää.

2: Ai! Mä en ole kyllä koskaan ajatellut noin!

2: Hei arvaa mitä! (Kaivaa laukkuaan). Mulla on täällä ylimääräinen tamponi ja voin kertoa miten se laitetaan! Mä käytän itse kuukuppia mutta onneksi oli vielä näitä jäljellä!

1: Okei.

Ystävykset juoksevat iloisina uimahallille.

SEIS - selityksiä johtajalle

^[26] Kuukautissuojat eivät aiheuta sairastumista tai syöpää ja niiden käyttö on turvallista. Ugandassa moni uskoi, että kuukautissuojat voivat tehdä sairaaksi tai aiheuttaa esimerkiksi syöpää. Tällaiset uskomukset johtuvat siitä, että kaikilla ei ole saatavilla tarpeeksi tietoa kuukautisista.

^[27] Kuukautisten aikana voi tehdä ja harrastaa samoja asioita kuin silloin kun kuukautisia ei ole, kuten uintia, kun huolehtii, että käyttää tilanteeseen sopivaa suojaa. Uudessa voi käyttää esimerkiksi kuukuppia.

^[28] Kyllä, kaikilla ei ole varaa kuukautissuojiin, sillä ne ovat kalliita. Ugandassa perheen päiväbudjetti on usein niin pieni, ettei rahaa kuukautissuojiin jää. Suomessakin kuukautissuojat ovat kalliita ja tilanne on mahdollinen myös täällä. Tiedätkö, kuinka Suomessa kuukautissuojia verotetaan?

^[29] Koska kaikkien perheiden taloudellinen tilanne ei ole sama, voi olla vaikea ymmärtää, että toiselle tavalliset ja itsestään selvät asiat eivät ole toiselle saatavilla.

^[30] Ugandassa tehtyjen haastattelujen perusteella huomattiin, että jos kuukautissuojia on käytössä niin niitä käytetään mahdollisimman pitkään. Osalla voi olla käytössä vain yksi side tai sitten suojan tilalla käytetään vanhoja vaatteita, kasvien lehtiä tai sanomalehteä. Pitäisikö kaikilla olla tarvittavia hygieniatuotteita saatavilla?

Apukysymykset keskustelulle:

- Kuinka siteiden / tamponien tai muiden kuukautissuojien puute vaikuttaa koulunkäyntiin? Entä harrastuksiin?
- Voiko suomessa olla tilanne, jossa rahat eivät riitä kuukautissuojiin?
- Tuleeko teille mieleen mitään Suomessa sitkeästi elävää uskomusta kuukautissuojiin liittyen vai tietävätkö kaikki kuinka erilaisia suojia käytetään?

7. Koulunkäynti kuukautisten aikana

Kuukautisten aikana koulupoissaolot lisääntyvät. Usein kotiin jäädään kuukautissuojien puutteen tai hygieniasta huolehtimisen vuoksi. Lisäksi kuukautisiin liittyy paljon häpeää, pelkoa tai ujoutta, eikä niistä uskalleta kertoa vanhemmille. Joskus vanhemmat eivät päästä lapsiaan kouluun kuukautisten aikana.

Kuukautista johtuvat koulupoissaolot haittaavat lasten ja nuorten koulunkäyntiä, sillä usein poissaolo kestää neljästä viiteen päivää. Tämä vaikuttaa lasten ja nuorten oppimiseen ja tuntiaktiivisuuteen, sillä he eivät ole oppineet samoja asioita kuin heidän luokkakaverinsa. Joskus ne voivat johtaa myös rangaistuksiin tai koulun keskeyttämiseen.

Tässä ollaan kotona ja valmiina lähtemään kouluun:

Lapsi: Äiti, äiti tuu tänne! (Huutaa)

Äiti: No mitä nyt, valmistaudupa kouluun!

Lapsi: Äiti mulla alkoi tulla verta!

Äiti: Katsotaas! Ahaa sinulla alkoi kuukautiset. **Tänään jäätkin kotiin, et saa mennä noin kouluun!**^[31]

Lapsi: Äiti! Meillä on koe! Miksen muka saa!

Äiti: Haluatko mennä kouluun mekko likaisena. Meillä **ei ole nyt suojia.**^[32]

Lapsi: No ehkä kukaan ei huomaa.

Äiti: Varmasti huomaa ja sitten **sua kiusataan!** **Tasan jäät kotiin, et mene!**^[33]

SEIS - selityksiä johtajalle

^[31] Kuukautiset ovat monissa maissa kuten Ugandassa tabu. Myös Suomessa kuukautisiin liittyy häpeää ja tabuja. Ugandassa joskus ajatellaan, että kuukautisten aikaan kouluun ei saa mennä. Onko tämä mielestänne oikein?

^[32] Uskomusten lisäksi kuukautissuojien puute johtaa koulupäivien jättämiseen välistä. Kuukautisten aikana joudutaan jäämään kotiin. Tämä aiheuttaa sen, että joka kuukausi saattaa jäädä 3-5 koulupäivää väliin. Mitä seurauksia tällä on? (Alisuoriutuminen, luokalle jääminen, koulupudokkuus, epätasa-arvo.).

^[33] Koska kuukautisiin liittyy paljon häpeää ja ikäviä uskomuksia, saatetaan kuukautisista myös kiusata, esimerkiksi jos vaatteissa on tahroja tai joku on pahalla tuulella. Onko tämä oikein? (Ei).

Apukysymykset keskustelulle:

- Kuinka koulupoissaolot vaikuttavat yksilön elämään?
- Onko hyvä, että vanhemmat haluavat että lapsi jää kotiin?
- Onko hyvä, että lapsi itse haluaa jäädä kotiin? Mitä syitä voisit keksiä sille, että haluaa kuukautisten takia jäädä kotiin?
- Entä sukupuolten tasa-arvoon isommassa mittakaavassa?