



Rakentava kohtaaminen ja vuorovaikutus


Asuntolatoiminnan ABC

Niina Henttonen, opiskelijahyvintipäällikkö, ft YAMK

Kiipu!a 

Sisältö

- ✿ Mistä tekijöistä rakentava ja arvostava kohtaaminen rakentuu?
 - ✿ Muistele onnistunutta kohtaamista, mistä tekijöistä kokemus syntyi? Mistä kohdatuksi tulemisen tunne syntyy? (Chat)
 - ✿ Arvostava kohtaaminen
 - ✿ Kohtaamisen työkalu
 - ✿ Turvallisemman tilan periaatteet – case Kiipula
 - ✿ Osallisuus ja nuoret
 - ✿ Nuoren kohtaaminen ja nuorten kokemuksia ammattilaisista
 - ✿ Padlet: Omia havaintojani onnistuneista kohtaamisista ja mitä sitten tapahtui?
- ✿ Onnistunut etäkohtaaminen

A diver in a wetsuit and goggles is swimming underwater, facing a large dolphin. The diver is on the left, and the dolphin is on the right. The background is a deep blue-green water with light filtering through from the surface.

CHAT: Aito kiinnostus ja fyysinen läsnäolo

Toinen on läsnä, pysäyttää oman toiminnan ja keskittyy minun asiaan, siitä tuli kohdattu olo.

myötätuntoinen katse/ ele

tervehtiminen, pysähtyminen hetkeen, katsekontakti.

Silmiin katsominen, kännykän äänettömälle laitto keskustelun aikana.

Tervehtiminen, silmiin katsominen, kuuntelee asian loppuun asti.

Läsnäolo ja silmiin katsominen, kiinnostunut asiasta

Koin tulleen kuulluksi koska vastapuoli katsoi silmiin puhuessani, asento hänellä oli avoin ja rento, äänensävy oli miellyttävä ja lempeä, vastapuoli huomio vain minut eikä kiinnittänyt huomiota muuhun toimintaan.

Yhteinen tekeminen, eri asioita alkoi tulemaan esille.

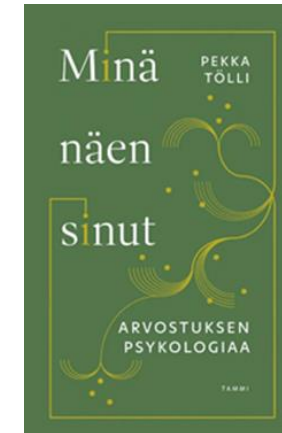
Mistä kohdatuksi tulemisen tunne syntyy?

Arvostava kohtaaminen

- ✿ Ryhmän ulkopuolelle sulkeminen ja siitä seuraava yksinäisyyden tunne on yksi haavoittavampia kokemuksia.
 - ✿ vaikuttaa sekä psyykkiseen että fyysiseen terveyteen
- ✿ Jokainen tulisi kohdata arvostavasti arjessaan : samaa mieltä ei tarvitse olla, mutta huomioi toiset ja kohtaa heidät avoimen myönteisesti. (asenne!)
- ✿ Arvostus on ihmisten välinen, ei ihmisten sisäinen ilmiö
 - ✿ syntyy kohtaamisissa
- ✿ Välitä viestiä sanojen, tekojen ja kohtaamisen kautta
 - ✿ kohtaaminen on tärkein
- ✿ Tyypillisiä esteitä arjen kohtaamisissa ovat kiire, kuuntelemattomuus ja keskittyminen muuhun

”Ensimmäisen kynnyksen ylittäminen”

Arvostava kohtaaminen on luottamuksen rakentumisen kannalta välttämätöntä – Tällöin kuulluksi tuleminen tunne kasvattaa luottamusta , jota on ehdottomasti oltava, jotta rakentava vuorovaikutus mahdollistuu ja vaikeiden asioiden käsittely olisi ylipäätään mahdollista.



Vinkit arvostavaan kohtaamiseen

- **Kun ajattelet toisesta jotain hyvää, sano se ääneen**, vaikka niin ei olisi ollut tapana. Seuraa, mitä tapahtuu. Yleensä tapahtuu aika mukavia asioita.
- **Mieti, mistä joku toinen ilahtuisi ja tee hänelle ystävällinen pieni palvelus**. Hae työkaverille kuppi kahvia, avaa tuntemattomalle ovi, laita läheiselle ilahduttava viesti.
- **Kysy ja kuuntele oikeasti**. Keskity toiseen hetkeksi kuin hän ja hänen sanomansa olisivat tärkeintä maailmassa. Samalla viestität kuulluksi tulemistä ja yhteyden muodostumista.
- **Bonus: Ota saamasi kiitokset ja kehut vastaan vilpittömästi uskoen**. Älä torju niitä tai kiemurtele irti. Sano vain ”kiitos”.



Miten kohdata sisäilmasta oireileva?

Kokemustiedon mukaan sisäilmasta oireilevat kohtaavat ennakkoluuloja, tietämättömyyttä ja erilaisia negatiivisia oireilunsa liittyviä asenteita kohtauksissa ammattilaisten kanssa. Oireilevalle kohtaaminen ammattilaisen kanssa on usein osa laajaa ja monella tavalla epäselvää kokonaisuutta. Myös osa ammattilaisista kertoo kohtaavansa tilanteissa usein uudenlaisia haasteita.



Ammattilaisille suunnattuun Kohtaamisen työkaluun on koottuna esimerkkitalanne asiakkaan ja ammattilaisen kohtaamisesta sekä askeleet (1-4) mahdollisimman rakentavaan kohtaamiseen. Laatikoissa on kutakin askelta taustoittavia tekijöitä. Puhekuplat on koostettu helpottamaan itselle sopivan sanoituksen miettimistä. Askeleita voi tarpeen tullen ottaa sekä eteen- että taaksepäin. **Keskeisenä tavoitteena jokaisessa kohtaamisessa tulisi olla kokemus kuulluksi ja kunnioitetuksi tulemisesta.**

1. Huomaa

- Aiemmat kokemukset
- Pelko terveydestä
- Huoli tulevasta

Moikka, minkälaisilla ajatuksilla tulet tänään tähän meidän tapaamiseen?

2. Heijasta

- Tunnetilan sanoitus
- Kokemuksen validointi
- Inhimillisuus ammattilaisena

Kuulostaapa rankalta. Etenkin kun toi epätietoisuus on jatkunut pitkään.

Kohtaa asiakas siellä,
missä hän on.
Ei siellä, missä toivoisit
hänen olevan.

Mä voin osaltani auttaa edistämään sun tilannetta näiltä osin...

3. Siirry

- Tapaamisen tarkoitus
- Reunaehdot
- Askelmerkit

Miltä tämän kaltainen suunnitelma kuulostaa? Me voitaais aloittaa vaikka...

4. Sovella

- Ammattilaisen asiantuntijuus
- Asiakkaan asiantuntijuus arjestaan
- Vastavuoroisuus

Turvallisen tilan periaatteet Kiipulassa – case-esimerkki kehittämisestä

- ✿ Tarve uudennlaiselle näkökulmalle samanarvoisen kohtelun/kohtaamisen toteutumiseen. Osa tasa-arvo- ja yhdenvertaisuustyötä.

*Turvallisemman tilan periaatteilla ja toimintatavoilla pyritään luomaan tila, jossa kaikki pyrkivät **omalla toiminnallaan** rakentamaan yhdenvertaista, kunnioittavaa ja avointa ilmapiiriä ja keskustelua.*

Lähtökohtana YK:n määrittelemät ”Turvallisemman tilan periaatteet” ja ”Golden rule” sekä opiskelijoiden osallisuus kehittämisesässä

- Älä oletta.** On luonnollista tehdä oletuksia toisista ihmisistä, mutta pyrimme tiedostamaan omat ennakko-oletuksemme ja olemme avoimia uusille aiheille ja ihmisille. Emme määrittele kokemuksia kenenkään puolesta emmekä yleistä omia kokemuksiamme muita koskeviksi. Emme tee oletuksia kenenkään seksuaalisuudesta, sukupuolesta, kansallisuudesta, uskonnosta, arvoista, sosioekonomisesta taustasta, terveydestä, ulkonäöstä tai toimintakyvystä, vaan kunnioitamme jokaisen itsemäärättyä oikeutta.
- Älä halvenna.** Emme halvenna tai nolaa toisten ulkoista olemusta. Kohtelemme muita, kuten haluaisimme itseämme kohdeltavan.
- Älä toisinta.** Emme toisinta puheessamme, teoissamme tai käytöksessämme rasistisia, seksistisiä, homofobisia, transfobisia tai ableistisiä stereotyyppiä. Pyrimme käyttämään kieltä, joka ei sulje ketään ulkopuolelle.
- Puutu.** Mikäli todistamme epämiellyttävää tai loukkaavaa käytöstä, emme jää sivustakatsojiksi, vaan puutumme tilanteeseen.
- Kunnioita.** Kunnioitamme toisen henkilökohtaista fyysistä, psyykkistä ja emotionaalista tilaa. Muistamme, ettemme voi tietää toisen rajoja kysymättä niitä, emmekä koske toista kysymättä lupaa. Pyydämme tarvittaessa tilaa myös itsellemme.
- Anna tilaa.** Huolehdimme siitä, että kaikilla on tilaa osallistua keskusteluun ja käsittelemme arkoja aiheita kunnioittavasti.
- Anna ja ota vastaan palautetta.** Asiattomasta kohtelusta saa antaa asiallista ja rakentavaa palautetta. Jos joku antaa sinulle palautetta toiminnastasi, kuuntele palautteen antajaa. Suhtaudumme saamaamme palautteeseen avoimesti ja huomioimme palautteen jatkossa omassa toiminnassamme.

[Turvallisemman tilan periaatteet | YK-nuoret \(yknouret.fi\)](https://yknouret.fi)



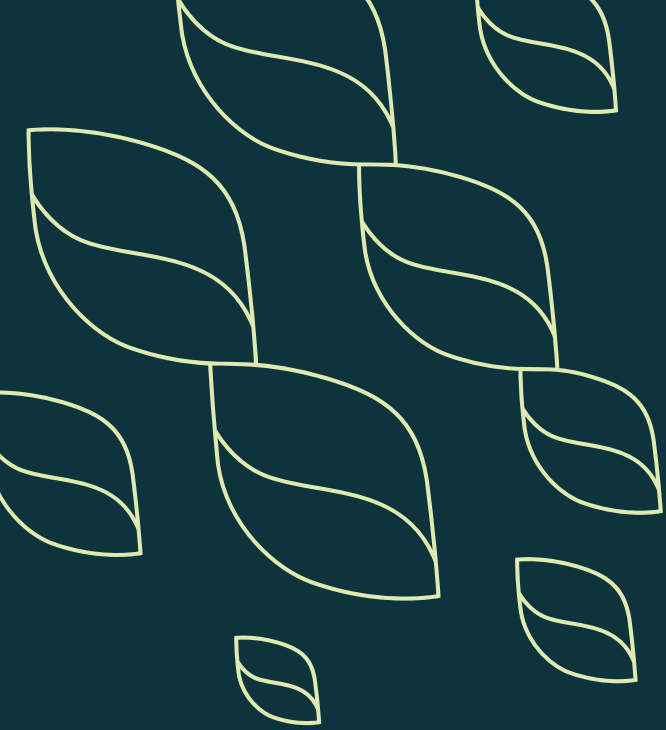
Norman Rockwellin mosaiikkiteos "The Golden Rule" on annettu lahjaksi YK:lle vuonna 1985. Teos on asetettu YK:n konferenssirakennukseen New Yorkissa. Kuva: Flickr/United Nations Photo.

Kiipulan turvallisemman tilan periaatteet

- Kunnioitan toisten fyysistä ja psyykkistä tilaa
- Kunnioitan toisten mielipiteitä, kokemuksia ja erilaisia ajatuksia
- Otan uudet asiat ja ihmiset vastaan avoimin mielin
- Annan kaikille mahdollisuuden osallistua
- Olen vastuussa omasta toiminnastani ja käytöksestäni

Kerron henkilökunnalle, jos koen tai huomaan kiusaamista, syrjintää tai häirintää





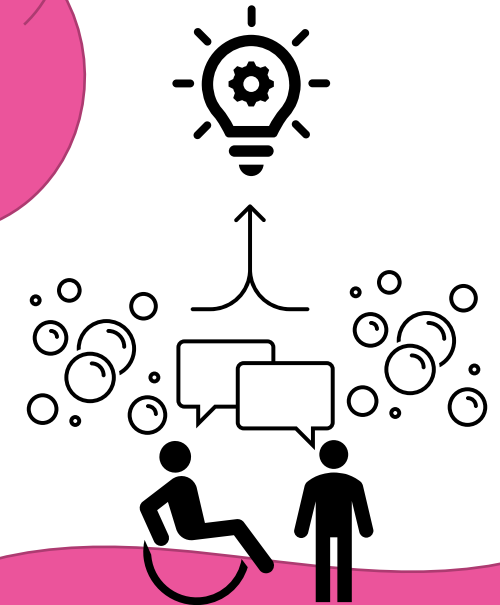
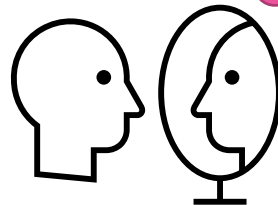
Lasten ja nuorten osallisuus suomalaisessa yhteiskunnassa

- Lapsen oikeus osallistua ja ilmaista näkemyksiään on keskeisimpiä lapsen oikeuksia.
- Suomessa on pitkään ymmärretty lasten näkemysten selvittämisen velvoite, mutta sen merkitystä ei täysin ole sisäistetty.
- Osallistumisella on useita hyvinvointivaikutuksia – taloustieteen gurujen Daron Acemoğlun ja James Robinsonin mukaan jopa keskeinen vaikutus yhteiskunnan menestykseen.
- Lapset ja nuoret ovat etulyöntiasemassa esim. vanhuksiin nähden, koska he käyvät päivittäin instituutioissa, joissa vaikuttamisen ajattelisi olevan luonteva osa arkea.
- Onko kuitenkin näin?

Osallisuuden monta puolta

- Osallisuus on kuulumista, yhteisöllisyyttä ja vaikuttamista yhteisön ilmapiiriin.
- Samalla osallisuus merkitsee mahdollisuutta osallistua päätöksentekoprosesseihin ja vaikuttaa yhteisössä tehtäviin päätöksiin.
- Nuorella täytyy olla mahdollisuus osallistua toimintaan sen kaikilla tasoilla tai ulottuvuuksilla: Osallisuus alkaa ideoinnista ja päättyy toteutuksen arviointiin.

Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan erilaisia yhteisöjä, joissa on mahdollista toimia, tulla kuulluksi ja tunnustetuksi omana ainutlaatuisena yksilönä.



Kohtaamisen merkitys!

Nuoren kohtaamisen erityispiirteitä

- ✦ Pyri aina luomaan kohtaamisesta positiivinen. Riippumatta nuoresta, tilanteesta, ympäröivästä paikasta tai vaikka säästä. Kohtaaminen voi olla nuoren ensimmäinen tai jopa ainoa positiivinen kohtaaminen sinä päivänä tai jopa viikkona.
- ✦ **Nuorelle sillä on suuri merkitys**, että hänet kohdataan aidosti sellaisena kuin hän on:
 - ✦ Nuori kohdatessa, häntä ei arvoteta tai luokitella millään tavalla.
 - ✦ Hänen tekemisensä tai ajattelutapansa ei vaikuta siihen, miten kohtaan hänet.
 - ✦ Myönteinen tunnistaminen

Nuoren kohtaamisen erityispiirteet

- ✦ Lapsen luottamusta lisää, jos toinen huomaa hänen tarpeensa ja on valmis auttamaan.
- ✦ Luotettavuuden arviointi kehittyy ihmissuhteissa. Se vahvistuu, kun arviot osuvat oikeaan ja heikkenee, mikäli lapsen luottamus toistuvasti petetään. THL: Kohtaaminen keskiössä – Lapsi- ja nuorilähtöisyys opiskeluhuollon palveluissa 2019
- ✦ *”Se mikä ei tule yhdessä jaetuksi, jää jonkun yksin kannettavaksi.”* psykoterapeutti Martti Siirala (1966) <https://ehyt.fi/uutishuone/blogit/hyvaksyva-kohtaaminen-vahvistaa-nuorta/>
- ✦ *”Ei voi etukäteen päättää, mitä tai miten nuori valitsee kertoa, näyttää ja jakaa ajatuksiaan. Meidän pitää siinä hetkessä pystyä ottamaan nuori vastaan”*
- ✦ *” Väitän, että yhteisöä muuttaisi jo se, että alkaisimme katsoa pienissä ohimenevissä hetkissä toisiamme silmiin.”* Jani Toivola, Opettaja 1/2024

Lasten ja nuorten kokemuksia ammattilaisista (THL 2019)

🌿 Tee oma työsi (läpi)näkyväksi

”Nuorilla on vähän tietoa siitä, ketä ammattilaista pitäisi lähestyä silloin, kun oma olo on huono tai kaipaa tukea. Pelot sekä tietämättömyys palveluista olivat monesti syynä siihen, että nuoret eivät olleet hakeneet itselleen apua, vaikka sitä pohtivat ja olisivat sitä tarvinneet.”

”Nuoret kertoivat myös pelkäävänsä niitä mahdollisia seurauksia, joita avunhakeminen voisi aiheuttaa.”

🌿 Madalla kynnystä hakea apua

”Leimautumisen pelko sekä omasta olostaan tunnettu häpeä nostivat monen nuoren kynnystä.”

🌿 Kohtaa kiireettä ja välitä lämpöä

”Nuoret toivoivat ammattilaisilta lämpöä, toivoa ja henkilökohtaiselta tuntuva kohtamista.”

🌿 Huomioi yksilöllisyys kohtaamisen tavoissa

”Monet nuoret viestivät kasvokkain tapahtuvan kontaktin vaikeudesta ja toivoivat muita mahdollisuuksia keskustella ammattilaisen kanssa.”

🌿 Nuoret hyötyvät joustavuudesta

”Mahdollisuus saada vaikuttaa tapaamisiin; niiden ajankohtiin ja kestoisiin.”

Kohtaaminen keskiössä

– Lapsi- ja nuorilähtöisyys opiskeluhoollon palveluissa

Marika Huhtanen-Peltola,
Marika Rautava,
Kristiina Lahti,
Eva Autio (toim.)



Nepsynuoren kohtaamisesta: Neuropsykologi Satu Häkkinen



Oivallusten äärellä

- Neuropsykologinen kuntoutus ja tutkimukset
- Työnohjaus (yksilö/ryhmä/ADOS)
- Koulutukset
- Tunnevalo: opas autismikirjon lasten kohtaamiseen kouluissa
 - Kirja ja äänikirja



© Satu Häkkinen



Tunnehetki



Valon hetki




Tunnevalo

Padlet:
Omia havaintojani
onnistuneista
kohtaamisista ja mitä
sitten tapahtui?



Onnistunut etäkohtaaminen

- ✦ Nuoren kohtaaminen tavalla, jota hän itse toivoo (viestit alussa?)
- ✦ Psykologisen turvallisuuden varmistaminen
 - ✦ Sanoittamisen tärkeys!
 - ✦ Kannusta kameran käyttöön
- ✦ Luottamuksellisen ilmapiirin luominen ja säilyttäminen
 - ✦ Kerro mistä ja miten osallistut etätapaamiseen
 - ✦ Tapaamisen yhdessä määritelty tavoite ja rajaaminen
 - ✦ Älä myöhästy, pysy yhdessä sovitussa aikarajoissa
- ✦ Älä multitaskaa etätapaamisessa!
- ✦ Toivon antaminen 

Voin auttaa
sinua
eteenpäin
tässä
asiassa..

Mietitään
yhdessä
miten tästä
jatketaan..

Mikä olisi
oma
ratkaisuehdo-
tuksesi...

Lähteet

- ✿ <https://hankkeet.kiipula.fi/tyokyky-yhdessa/kohtaamisen-tyokalut/>
- ✿ Tölli, P. 2024. Minä näen sinut – Arvostuksen psykologiaa
- ✿ Marke Hietanen-Peltola, Marie Rautava, Kristiina Laitinen, Eva Autio (toim.) 2019. Kohtaaminen keskiössä – Lapsi- ja nuorilähtöisyys opiskeluhuollon palveluissa. THL.
- ✿ <https://nuoretjaosallisuus.fi/tietoa-osallisuudesta/>
- ✿ <https://ehyt.fi/uutishuone/blogit/hyvaksyva-kohtaaminen-vahvistaa-nuorta/>
- ✿ <https://asemanlapset.fi/blogit/hoviaro-nuoren-kohtaamisen-tavat/>
- ✿ [Turvallisemman tilan periaatteet | YK-nuoret \(yknuoret.fi\)](#)
- ✿ Toivola, J. 2024. Katsotaan toisiamme silmiin. Opettaja 1/2024
- ✿ Häkkinen, S. 2023. Tunnevalo – Opas autismikirjon lasten kohtaamiseen kouluissa

Kiipula

Kiitos!



Kiipula



kiipulasaatio



Kiipulasäätiö