



- **Voimavarakeskeisyys ja eri kulttuuritausta: mahdollisuuksia ja uusia näkymiä seksuaalisuutta koskevissa kysymyksissä**
- miten keskustella toiveikkaasti ja rakentavasti
- miten ohjata ja valmentaa voimavara-ratkaisukeskeisesti asiakkaat löytämään omaan elämäänsä/ elämänhallintaan ja seksuaaliterveyteen liittyviä ratkaisuja

Puheeksi ottamisen taustaa: ratkaisu- ja voimavarakeskeisen työn periaatteita ja eettisiä lähtökohtia

- **Sosiaalinen konstruktionismi: kieli todellisuuden ja identiteetin rakentajana, käsitteet/nimet asioille**
- **Miten löytää yhtymäkohdat eri kansallisuuksien omiin toiveikkuutta herättäviin tarinoihin**
- **Elämän merkityksellisyys, uskomusten ja todellisuuden suhde: kts. Seksiä koskevat uskomukset ja puheeksi ottamisen säännöt, Riitan luento**
- **Toiveikkuuden maailma: pienet askeleet**
- **Ongelma- ja kompetenssikieli: miten kohtalo vaikuttaa, miten voi itse vaikuttaa omaan elämään**
- **Metataso: miten elämä sinänsä on arvokas**

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys maailmalla

- Ratkaisukeskeinen työote on levinnyt maailmalle nopeassa tahdissa ja siitä on tullut arvostettu hoitomenetelmä, jota käytetään laajasti kaikkialla sosiaali- ja terveydenhuollon alalla.
- Suhde sosiaalityössä ja kasvatustieteessä olevaan empowerment-ajatteluun
- Suomessa viimeisimmät teemat liittyvät huolen puheeksi ottoon ja dialogisuuteen 2000-luvulla
- Hyväksyvä läsnäolo 2010 luvulta
- Voimavaraistava työtapa on maahanmuuttajien kanssa erityisesti naisen osalta emansipaatiota (ei riitä yksilötyö, vaan pariskunnat ja suvut)
- Miten toimia niin, että uusi kulttuuri mahdollistaa parikunnalle ja esim. miehille uuden roolituksen, ei menetä kasvoja

Ratkaisu- ja voimavarasuuntautuneelle työlle on ominaista

- **Asiakaslähtöisyys.** Asiakas asettaa itse omat tavoitteensa sen sijaan, että joutuisi hyväksymään asiantuntijoiden määrittelemät tavoitteet.
- Sanoita, mihin toiminta perustuu ja miksi toimitaan tietyllä tavalla
- Voi olla haaste, sillä monet tottuneet auktoriteetteihin ja heillä ei ole kokemuksena omaa mielipidettä, ei ole ollut lupa puhua
- Tarkenna oma roolisi: mitä voin auttaa ja miten
- Mies- ja naisnäkökulma: tiedon jakaminen ja voimavaraistaminen
- Luottamuksen rakentaminen: käytä aikaa, sensitiivisyys
- **Tavoitelähtöisyys ja tulevaisuussuuntautuneisuus.** Keskusteluissa painopiste on tavoitteissa ja siinä miten asiakas voi ne saavuttaa. Monilla maahanmuuttajilla on Eri aikakäsite ja mielellinen tempo
- Haaste: on opeteltava löytämään tavoite, jos ei koskaan ole sitä tarvinnut

Ominaista: keskustelun rakentaminen ja tekeminen: *Mikä tuo sinulle onnellisuutta, iloa* *Miten tätä kokemusta voisit nyt liittää tähän tilanteeseen*

- **Voimavarakeskeisyys:** Tutkitaan ja hyödynnetään asiakkaan kykyjä, taitoja ja osaamista käsillä olevan pulman ratkaisemisessa tai tavoitteiden saavuttamisessa. Menneisyyttä tarkastellaan yhtenä elämänvaiheena, myös traumaista voi selvittää
- **Poikkeuksien ja edistyksen huomioiminen.** Tutkitaan erityisesti niitä aikoja ja hetkiä, jolloin vaikeudet ovat paremmin hallinnassa tai jokin tavoite toteutuu vaikka osaksikin. Tärkeää on kartoittaa tavoitteen suuntaan tapahtuvaa edistystä.
- *Mitä pientä edistystä huomaat nyt jo tapahtuvan*



ajattelulle on ominaista

- **Myönteisyys, luovuus, leikillisuus ja huumori.** Tämä työmuoto tukee asiakkaan vahvoja puolia. Uusien näkökulmien syntymisen lisäksi oleellista on ideoida ja testata vuorovaikutussuhteessa erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja: positiivinen uudelleenmäärittely, uskomusten purkaminen
- **Uudelleenmäärittely:** asioiden -/+ puolet, mitä ko. asialla on sinulle sanottavaa armollisesti ja kannustavasti
- **Hyödyntäminen ja konstruktiiivinen näkemys.** Ratkaisukeskeinen työtapa on salliva ja siinä voidaan vapaasti liittää muista työmuodoista lainattuja ideoita

ajattelulle ominaista

- **Yhteistyö ja kannustus.** Asiakkaan verkostot ja läheiset nähdään voimavarana ja pulmia voidaan ratkoa yhteistyössä heidän kanssaan.
- Tärkeä osa työtä on aito myönteinen palaute sekä ansion ja kiitosten jakaminen edistyksestä eri osapuolille.
- Suvun auktoriteetit ja sisäiset rakenteet: miten ottaa tarvittaessa mukaan työskentelyyn, esim. naisten emansipaatio- ajattelu tai toisaalta naisten/ lasten suojeleminen

Perusfilosofiaa ja asiakasohjauksen peruspilareita

1. Toimivaa osaa ei pidä korjata, keskity jo toimiviin asioihin: kulttuurien hyvien puolien esiin nostaminen ja toisaalta läpinäkyvyys pulmissa
2. Lisää ja vahvista sellaista, minkä huomaat jo toimivan
3. Jos ei toimi, lopeta » kokeile jotain muuta.
4. Asiakas edellä: kohteliaisuus, läpinäkyvyys työssä
5. Ongelmat eivät välttämättä poistu löytämällä niille syy ja alkulähde, keskity nykyhetkeen ja pieniin onnistumisiin
6. Ongelmat voivat vähetä ja poistua lisäämällä myönteisiä poikkeuksia ja voimavaratodellisuutta, toiveikkuuden ja ilon silmälasit
7. Yksi tapa löytää voimavaroja on keskittyä tekemiseen ja sen tarkkaan havainnointiin
8. Asiakasohjauksessa työntekijän kannustava ja reilu asenne vaikuttaa: seksuaalikäytöksissä oma neutraalius ja tiedon jakaminen, seksuaalisuus osa identiteettiä ja laajempi asia kuin seksi
9. Muutosta tehdään keskustelun, tekemisen ja reflektion kautta: reflektio voi olla uusi teema, ei ole ollut lupa tutkia omia ajatuksia
10. Anna asiakkaan yllättää

Kysymyksiä, joilla houkutellaan ratkomaan pulmia

- mitä elämässäsi on sellaista, mitä/ minkä haluat jatkuvan**
- mihin haluat muutosta**
- minkälaista muutosta haluat**
- mistä huomaat/ mistä muut huomaavat, että muutos on alkanut/ on tapahtunut**
- ketkä muut voivat vaikuttaa tilanteen helpottumiseen**

Asiakasohjauksen kysymysmalleja: toiveikkuuden rakentaminen

- ihmekysymykset: *jos tapahtuu ihme, ja tilanne helpottuu/ ongelma poistuu, miten silloin asiat olisivat*
- Kuka huomaan ihmeen, mitä silloin teet, miten toimit pitää liittää kontekstiin, tilanteeseen, ei ole leikki
-
- * ihmekysymyksen tehtävä:
 - ajattelun avartaminen
 - toivon lisääminen
 - asiakkaan voimavarojen arvioiminen
 - *Mitä ihmeen kaltaista jo nyt tapahtuu*

Ongelmien vakavuuden konkretisointi

- **asteikkokysymys: asteikolla 1-10, mikä on tilanteen vakavuus (joko 10 tai 1 vakavin tilanne)**
- **tarjoaa tilaisuuden konkretisoida**
- **voidaan tutkia eri osapuolinen näkemyksiä, tulkintoja**
- **tutkitaan voimavara- ja ongelmatodellisuutta**

Ratkes- ajattelu

- Kun olet ratkaissut tehtävän/ ongelman; millainen arki silloin on?
- sijoitetaan asiakas onnistumisen maailmaan, toiveikkuuteen
- luodaan toiveikkuutta tulevaisuudesta nykyhetkeen
- *jos asiat ovat paremmin tai niin hyvin kuin tässä tilanteessa mahdollista*
- *Lohdullinen ajatus: kun et voi muuttaa mitään, millä unelmalla suloistutat arkea tai varjelet itseäsi*

motivointi

- **Muutoksen havaitseminen:**
- **eri aikamuodot: mitä myönteistä tapahtunut ennen, nyt tapahtuu ja toiveikkuus tulevaisuuteen**
- **muutoksen konkreettisuus: ensimmäinen askel kohti muutosta**
- **muutoksen konkreettisuus: havainnointi ja tekeminen**

toiveikkaus ja motivointi

- muutoksen havaitseminen: eri tasot
- 1. yrittämisen taso
- 2. onnistumisen taso kokonaisena tekona

- havaitsemista auttaa: paneutuminen, tekemisen havaitseminen (itse ja joku muu), palaute

- **Esim. emansipoituminen on prosessi:** oman tahdon löytyminen, uskallus sen ilmaisemiseen ja kenties jostakin luopumiseen

Keskustelun lisäksi konkreettisen arjen vahvistaminen

- Luodaan voimavaratodellisuutta kahdella tavalla:
 - a) keskustelussa: positiivinen kieli, uudelleenmäärittely, positiiviset poikkeukset, yrittämisen ja toimivien asioiden kartoittaminen
 - b) toimintana: keskitytään asioiden eteenpäin viemiseen, tehdään asioita, jotka vahvistavat arkea, tehdään sopimuksia, kokeillaan, toimitaan tavoitteellisesti
- Mieti kontekstia: mihin voit vaikuttaa

motivointi, harjoitus

- Kun tämä keskustelu on sujunut hyvin, mistä meidän on ollut hyvä jutella?
- Mitä odotat minulta työntekijänä tässä asiassa
- Kerro tilanteesta, kuinka vakava asteikolla 1-5, mitä ko numero tarkoittaa
- Mitkä on toiminut edes hivenen, onnistuu
- Mikä olisi tavoitteesi ko. asteikolla
- Miten sen suuntaista jo hivenen tapahtuu
- Toistaminen
- Älä neuvo

Hyväksi havaittuja kokemuksia keskusteluista

- **keskustelussa on rakenne:** rohkaiseva aloitus, tavoitteiden yhdessä rakentaminen, huolesta/pulmasta keskustelu (sekä että maailma), sopimusten tekeminen ja jatkosta sopiminen (selkeästi kuka tekee ja mitä)
- **käsittely asteikolla:** keskustellaan konkreettisesti, kuullaan eri osapuolia
- **keskustelun kontekstointi:** missä ollaan nyt ja mitä seuraavaksi tapahtuu
- **selkeä vetovastuu työntekijällä**
- ihmekysymyksen rinnalla vaikeissa tilanteissa
onnettomuusodotukset: *mitä tapahtuu, jos emme tee mitään tai mikä olisi pahinta, mitä voisi tapahtua*