

LIVE

Tietoisku

Aikuistuvan nuoren tukeminen laadukkain
jälkihuoltopalveluin -hanke

Ratkaisukeskeinen työote ohjaustyössä

5.10.2023 klo 9.00-10.15
Anna Alavesa, Live-säätiö





Ratkaisukeskeisyys

LÄHDE: HIRVIHUHTA, LITOVAARA, RATKAISUN TAITO 2003

- Ratkaisukeskeisyys on **käytännön strategia**, joka antaa välineitä toimia ongelmatilanteissa ja kehittämistyössä.
- Ratkaisukeskeisyyden juuret ovat terapiamaailmassa, josta se on levinnyt työelämän kehittämistyöhön ja oppilaitoksiin, koska se on osoittautunut hyväksi tavaksi **vaalia yhteistyötä ja voimavaroja sekä ratkaista ongelmatilanteita arvostavasti**
- Kyse ei ole omien ratkaisujen tarjoamisesta keskustelukumppanille, vaan keskustelukumppanin omien **tavoitteiden ja näkökulmien hakemisesta**.
- Kaikki asiat eivät aina ole ratkaistavissa, aina on kuitenkin **löydettävissä tavoitteita, päämääriä sekä voimavaroja**, joilla voi päästä hankaluuksista eteenpäin tai kestää niitä paremmin.

Ratkaisukeskeisyyden taustaa

Ratkaisukeskeisyyden taustalla ovat eniten vaikuttaneet **systemiteoria, kybernetiikka ja sosiaalinen konstruktivismi**.

- Systemiteoreettisen ajattelun mukaan kaikki vaikuttaa kaikkeen.
- Kybernetiikka näkyy niin, että asioita ei tulkita vaan päätelmät perustuvat aina havaintoihin.
- Sosiaalisen konstruktivismin mukaan todellisuus, jota havainnoimme on aina sosiaalinen konstruktio kokemuksistamme.

Ratkaisukeskeinen toiminta ja puhe

LÄHDE: TAINA LAANE 2019

Keskittyy huomaamaan jo toimivia asioita, voimavaroja ja vahvuuksia ja nimeämään niitä ääneen

- Mikä toimii?
- Mitkä kohdat ovat oikein?
- Mikä kannattelee ja auttaa?

Suuntaa ajatuksen, puheen ja toiminnan kohti hyvää tulevaisuutta ongelmien analysoinnin sija

- Miten toivomme asioiden olevan?
- Mitä voisimme tehdä asioille?

Ratkaisukeskeisyys toimii myös ongelmatilanteissa

Taustaoletuksia:

- Todellisuus muodostuu kielestä, puheesta ja toiminnasta
- Monimutkaiset ongelmat eivät tarvitse monimutkaisia ratkaisuja
- Ihmiset osaavat itse parhaiten asettaa tavoitteensa
- Ihmisellä on voimaa ja resursseja ratkaista ongelmiaan

Ihminen tekee parhaansa. Sen mikä on mahdollista juuri nyt.

→ Ei toivottu käyttäytyminen on usein mielekäs selviytymisstrategia ihmisen omasta näkökulmasta.

→ Ihminen toimii kullakin hetkellä juuri sen hetkisen tiedon, taidon, osaamisen, kykyjen, voimavarojen ja motivaation pohjalta.

Ratkaisukeskeisiä toiminta-ajatuksia

1. Älä korjaa sitä, mikä ei ole rikki!
2. Tee lisää sitä, mikä toimii!
3. Tee pieni muutos siihen, mikä ei toimi!



Ratkaisukeskeisen toiminnan perusajatuksia

1. Tulevaisuuteen suuntautuminen ja tavoitteellisuus

→ Ongelma nostetaan esiin ja kuunnellaan huolella. Tämän jälkeen ongelman voi yrittää kääntää tavoitteeksi.

2. Voimavarojen ja toiveikkuuden nostaminen keskipisteeksi

→ Toivottu lopputulos, aikaisemmat onnistumiset

3. Edistys tapahtuu pienin askelin

→ Mikä on ensimmäinen pieni asia, minkä voit tehdä?

4. Tasavertaisuus ja yhteistyö

→ Ihmisinä olemme tasavertaisia



5. Arvostaminen

→Arvostuksen osoittaminen, vaikka ei jakaisi samoja arvoja. Omista ennakkokäsityksistä irrottautuminen. Hyvä kuuntelu.

6. Myönteisyys, luovuus, leikillisuus ja huumori

→Ystävällisyys, keveys

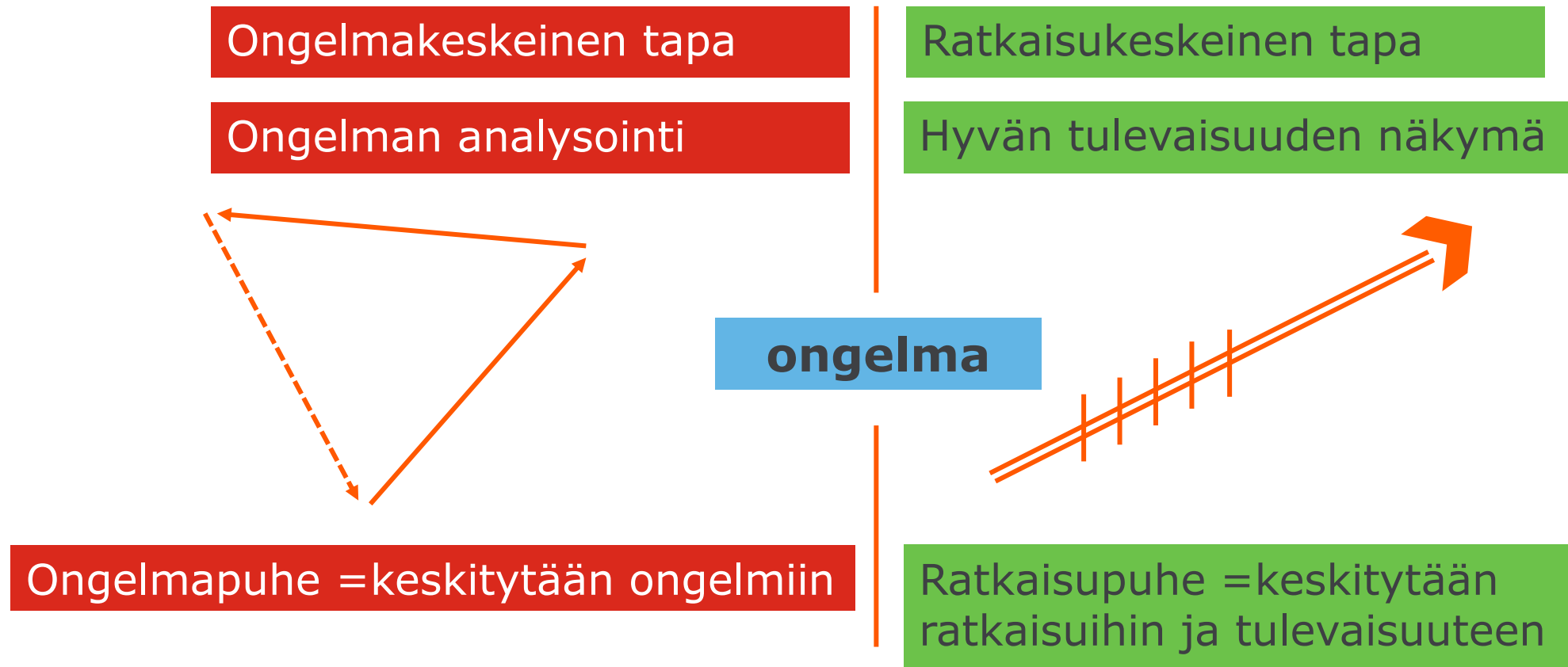
7. Ongelmiin on monia vaihtoehtoisia ratkaisuja

→ Luota prosessiin!

Ratkaisukeskeinen vs. ongelmakeiskeinen ajattelu ja toiminta

LÄHDE: KORMAN H. 2009 (MUKAELTU)

LIVE



Ongelmat tavoitteiksi

Mitä halutaan saada

- Ei mistä halutaan eroon

Minne päin halutaan mennä

- Ei mistä halutaan poispäin

Mikä alkaa

- Ei mikä loppuu

Mitä tulee ongelman tilalle

→ Tavoitteet (asiakkaan näkökulmasta) realistisiksi ja saavutettaviksi!

Positiot vuorovaikutuksessa



Tasavertainen



Asiantuntija



Avoim tila
"tyhjä pää"

Ratkaisukeskeisten kysymysten perusmallit

- avoimet kysymykset
- tarkentavat kysymykset
- toivetilaa ja tavoitetta kartoittavat kysymykset
- myönteiset poikkeukset ongelman suhteen
- selviytymistä koskevat kysymykset
- asteikkokysymykset
- ihmekysymys



Narratiivisuus

- Vallitseva tarina/vaihtoehtoinen tarina – mitä valitset ylläpitää?
- Elämässämme kulkee monta erilaista tarinaa vierekkäin/päällekkäin, ihmisen elämä on monitarinallinen.
- Eri tilanteissa saatamme kertoa erilaista tarinaa.
- Vallitseva tarina ei ole se ainoa oikea tarina.
- Vallitsevalle tarinalle on olemassa vaihtoehtoinen tarina.
- Voimme itse valita, millaista tarinaa kerromme itsestämme, perheestämme, työyhteisöstä, työntekijöistämme jne.
- Etsimällä onnistumisia muokkaamme uutta vaihtoehtoista tarinaa.

- **Miten narratiivisuutta voi hyödyntää jälkihuollossa?**



Vallitseva tarina/vaihtoehtoinen tarina

Vallitseva tarina on usein erittäin valikoiva:
vain ne kertomukset, jotka sopivat ongelmatarinaan, tulevat huomioiduiksi.

Harjoittele kaksoiskuuntelua: elämä on täynnä jymähtäneitä aloitteita

- yrittämiset
- ajatukset
- aikomukset
- aloitteet

Mitä ratkaisukeskeinen työote tarkoittaa jälkihuollossa?

- Toiveikkuutta?
- Pieniä askelia?
- Onnistumisten tunnistamista?
- Mahdollisuuksien luomista?
- Uusia alkuja?
- Kuuntelemista?
- Uskoa prosessiin?
- Kärsivällisyyttä?
- Luottamusta tulevaisuuteen?



Pohdintaan ja keskusteluun

- Miten toiveikkuutta ja luottamusta tulevaan pidetään yllä, kun palvelujärjestelmä perustuu ongelmien olemassaoloon ja riittävän tuen saaminen edellyttää vikojen luettelemista?
- Miten huolehdit siitä, että jaksat itse ylläpitää omaa uskoasi tulevaan?

Tulossa syksyn aikana



Syksyn 2023 aikana toteutettavat tietoiskut:

14.9. klo 9-10.15 – Nuoren mielenterveyden ja opiskelukyvyn tukeminen

21.9. klo 9-10.15 – Neuropsykiatrinen oireilu nuorella (ADHD ja autismin kirjo)

28.9. klo 9-10.15 – Neuropsykiatrisesti oireilevan nuoren ohjaamisen erityispiirteet

5.10. klo 9-10.15 – Ratkaisukeskeinen työote ohjauksessa

10.10. klo 9-10.15 – Nuoren ammatillinen kuntoutus ja uraohjaus

26.10. klo 9-10.15 – Työllistymisen tuki

Lisätietoja hankkeen sivuilta.

<https://laatuajalkihuoltoon.savonia.fi/syksyn-tietoiskut/>

LIVE

Kiitos
palautteestasi!

[https://link.webpolsurveys.com/
S/BA20E0065EA5E4A0](https://link.webpolsurveys.com/S/BA20E0065EA5E4A0)

