

Kohdataan verkossa

- tietoa ja voimavaroja itsenäistyvän nuoren vanhemmille

Riikka Manninen
projektipäällikkö
Tuleva-hanke
(STEA 2018-2020)



Verkon hyötyjä

- Verkko sopii moniin eri tilanteisiin, yksilötapaamisiin ja ryhmille
- Voi hyödyntää pelkkää verkkotyöskentelyä tai hybridimallia, kasvokkain ja verkossa > välityöskentelyä ja tehtäviä
- Osallistuja on useimmiten kotona tai muussa hänelle tutussa ja turvallisessa paikassa > edistää avoimuutta
- Helppo osallistua mistä vaan, esteeksi ei muodostu välimatkat tai perheen tilanne
- Ruutu tuo myös pienen välimatkan työntekijään tai muihin
> edistää avoimuutta, voi olla helpompi puhua vaikeistakin asioista



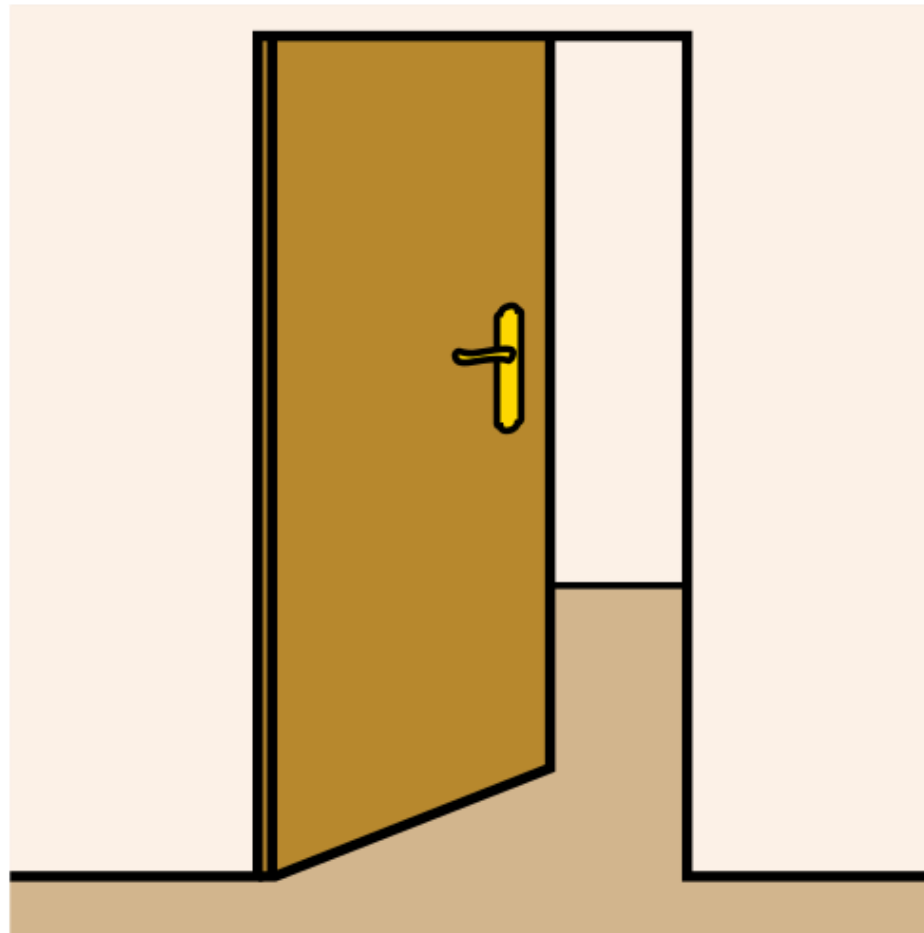
Verkon haittoja

- Korona-ajan verkkoähky
- Ei sovi kaikille eikä kaikkiin tilanteisiin > pohdi oman kohderyhmäsi ja saavutettavuuden kannalta
- Helppo ilmoittautua mukaan, mutta myös helppo perua
- Tietoturva-asiat korostuvat ja niistä pitää olla selvillä ja kertoa osallistujille.
Sitouta osallistuja sääntöihin pyytämällä esim. aktiivinen hyväksyntä säännöille 'Olen lukenut säännöt ja ymmärrän ne.'



Verkkotapaamista voi ajatella yhteisenä tilana, johon osallistujat tulevat kuten livetilanteessakin.

Avaan oven > avaan linkin...



Kuva: Papunet, Sergio Palao



Kohtaamisia verkossa

- **Tiedollinen verkkokurssi**
palvelut, tukimuodot, oikeudet
- **Voimavarakeskeinen verkkovalmennus**
vanhemman oma prosessi, irtipäästäminen
- **Verkkovertaisyryhmä**
lasten ja nuorten vanhemmat
- **Yhden illan juttu: verkkoluento, keskustelu, chat**
jatko-opinnot, haastavat tilanteet, parisuhde...
- **Yksilötapaaminen**
tukitapaamiset, osana valmennusta, tarvittaessa



Kolme tärkeää osa-aluetta

1. Vuorovaikutus ja ohjaus

- Mieti ensin, mikä on verkkotyöskentelyn tavoite ja millaisen vuorovaikutuksen asteen tarvitset.

2. Sisältö

- Mieti, minkälainen sisältö ja materiaalit palvelevat tavoitetta.

3. Tekniikka

- Selvitä, mikä alusta tai sovellus palvelee parhaiten suunniteltua toimintaa ja tavoitetta.

Älä lähde suunnittelemaan tekniikka edellä, se on vain väline ja ratkaisuja löytyy.



Vuorovaikutus ja ohjaus

Kontakti

Mieti, miten pääset parhaiten kontaktiin ohjattavan kanssa?

Puhe/video vs. kirjoittaminen

Jos ryhmä, onko kaikki yhdessä samaan aikaan (reaaliaika)

Jokainen omaan tahtiin ja aikaan (ns. hidas keskustelu)

Miten pitää yllä hyvää kontaktia verkossa?

Puhuttele osallistujaa nimellä tai nimimerkillä.

Käytä osallistujan kieltä, toista hänen ilmaisujaan.

Jos kontakti ei ole reaaliaikaista, välitä osallistujalle tunnetta, että olet läsnä, vaikkeet olekaan koko aikaa saatavilla. Kerro osallistujille, milloin olet paikalla, pidä siitä kiinni ja kalenteroi ajankäyttösi.

Osallistujat ovat juuri niin aktiivisia kuin sinäkin olet.



Vuorovaikutus ja ohjaus

Tunteiden ja empatian osoittaminen

Miten muka onnistuu verkossa?

- Vastavuoroisuus eli jaa itse, tarkenna, kiitä ja pyydä anteeksi. Erityisesti kirjoittamalla käydyssä keskustelussa on aina väärinymmärryksen vaara.
- Vaikka joskus omat ilmaisut tuntuisi latteilta palstalätinöiltä, niin käytä niitä silti: ”Voi, että!” ”Onpa kurjaa” ”Kyllä on haastava tilanne” jne.
- Tunteiden sanoittaminen on erityisen tärkeää kirjoittamalla käytävässä keskustelussa, kun ilmeet ja eleet puuttuvat.
- Myös hiljaisuus pitää sanoittaa: ”odota hetki, mietin vähän”.



Vuorovaikutus ja ohjaus

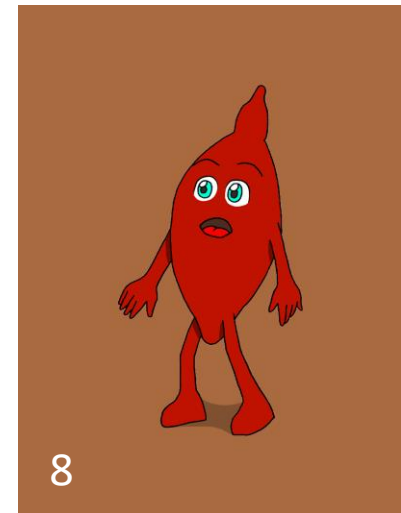
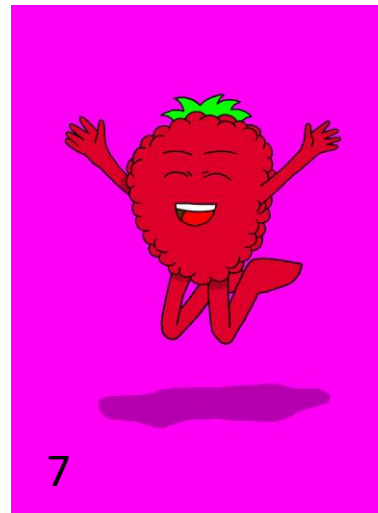
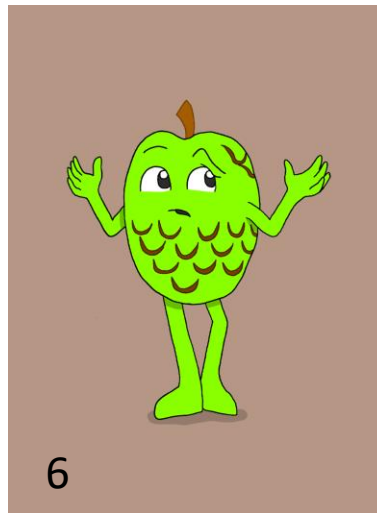
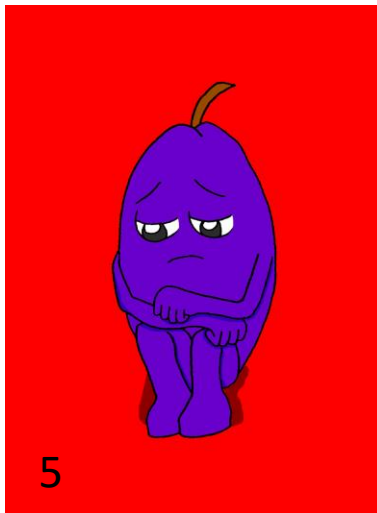
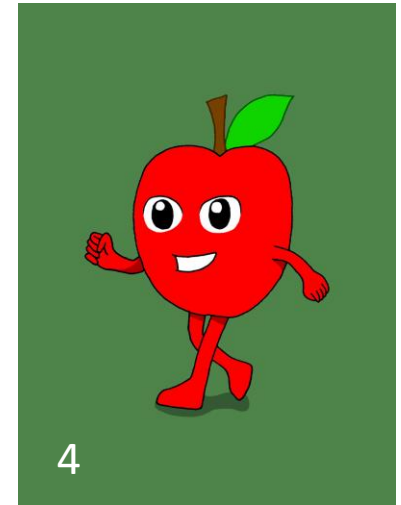
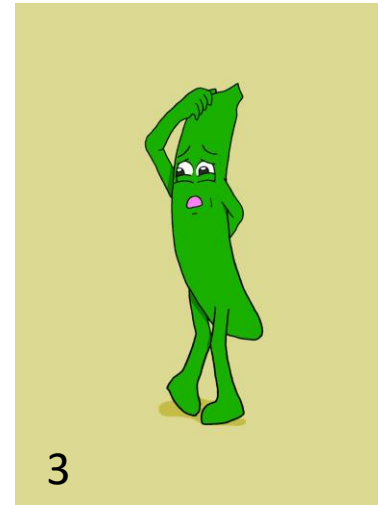
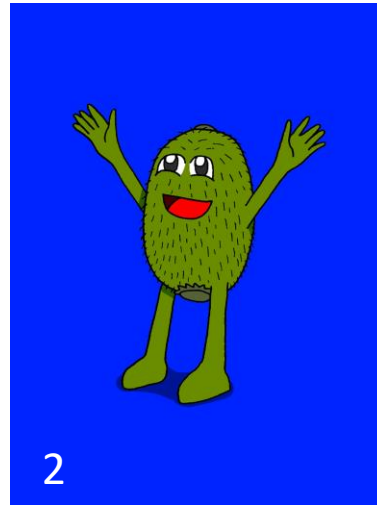
Tunteiden ja empatian osoittaminen

Miten muka onnistuu verkossa?

- Videotapaamisissa on hyvä pitää video auki, jos yhteys vaan sallii, jotta eleet ja ilmeet näkyvät.
- Pelkkä ääni voi myös toimia, jos on vaikea aihe puhuttavana, eikä halua nähdä toisten tunnereaktioita.
- Kuvia, valokuvia ja hymiöitä voi käyttää hyödyksi myös verkossa esim. tunteiden ilmaisussa.
- Pyydä kertomaan lisää ja mahdollisimman konkreettisia esimerkkitalanteita.



Mikä fiilis tänään? Kirjoita/ kerro kuvan numero.



www.tukiliitto.fi/tunnekortit



Mikä on sinun vahvuutesi?

Vahvuusvarasto

Luottavaisuus
Toiveikkaus
Myönteisyys
Aitous
Myötätuntoisuus
Innostus
Energisyys
Määrätietoisuus
Aikaansaavuus
Rauhallisuus

Luottavaisuus
Luovuus
Myönteisyys
Aitous
Myötätuntoisuus
Kiitollisuus
Oikeudenmukaisuus
Sinnikkyys
Vastuullisuus
Käytännöllisyys
Rauhallisuus

Uteliaisuus
Avarakatseisuus
Rehellisyys
Kärsivällisyys
Herkkyyden
Rohkeus
Sinnikkyys
Johdonmukaisuus
Käytännöllisyys

Oppimishalu
Huumorintaju
Joustavuus
Sosiaalisuus
Ystävällisyys
Itsenäisyys
Kannustavuus
Kilpailullisuus
Harkitsevuus



Vuorovaikutus ja ohjaus

Aiheen käsittely

Erilaisten tehtävien hyödyntäminen

Riittävän helppoja ja nopeasti hahmotettavia:

'Lue tarina. Mitä ajatuksia se herätti vanhemmuudesta? Kirjaa kolme ajatusta muistiin seuraavaa keskustelua varten.'

Osallistujan kielelle tehtyjä ja vaihtelevia:

'Kirjoita niin pitkästi kuin haluat, mitkä asiat toimivat arjessanne hyvin.'

'Tallenna kuva, joka kertoo tämän hetken fiiliksesi.'

'Kerro videolla muille ryhmäläisille yksi tsemppiviesti.'

'Mikä on voimabiisisi ja miksi? Linkkaa se tähän...'

Vaihtelevuus tuo mielekkyyttä.



Vuorovaikutus ja ohjaus

Aiheen käsittely

Kysymyksillä eteneminen

Selkeät, avoimet kysymykset

"Mitä tapahtui?" "Miltä sinusta tuntuu?" "Kerro lisää."

Eteenpäin vievät kysymykset

*"Mikä toimii? Miten olet aiemmin koittanut ratkaista tilannetta?
Mitä uutta voisit kokeilla? Miten ystäväsi neuvoisi sinua tekemään?"*

Jos ryhmä, sen hyödyntäminen! Ryhmä kantaa!

"Minkälaisia kokemuksia teillä muilla on tästä...? Mitä antaisitte Maijalle vinkiksi?"

> Reagoi vastauksiin, tee tarkentavia kysymyksiä, anna lisäinfoa, vastaa asiakkaan sen hetkiseen tarpeeseen.



Vuorovaikutus ja ohjaus

Muutos ja arviointi

Miten tehdä näkyväksi muutokset ja oppiminen?

- Palaa osallistujan asettamiin tavoitteisiin. ”ALLEVIIVAA” ja toista osallistujan tuottamia huomioita. Mitä muutosta on tapahtunut?
- Kokoamalla huomiot eli muutokset yhteen, ne tulevat näkyväksi osallistujalle.
- Mikä on seuraava askeleesi?



Opittua

- Toive kohderyhmän samankaltaisuudesta toistuu, vertaisuuden pinta
- Vertaistuki toteutuu hyvin yhteisessä ”tilassa” ja ajassa ohjatusti
- Sitoutuneet osallistujat ovat avoimia ja löytävät hyödyn omaan arkeensa
- Käytä erilaisia materiaaleja keskustelun herättämiseksi tai johdatukseksi teemaan
- Työparityöskentely on hyvä malli kurssien ja ryhmien ohjaamiseen
- Suljettu ryhmä luo avoimuutta ja vertaistukea
- Kannattaa miettiä, milloin anonyymi osallistuminen tuo lisäarvoa

- Työntekijän osaamisessa korostuu: kirjallinen (tunne-)ilmaisu, asiakaspalveluhenkisyys, yksilö- ja ryhmätyön taidot



Muita vinkkejä

- Käytä samaa runkoa tapaamisissa, osallistuja pystyy ennakoimaan, mitä tapahtuu.
- Verkkotyöskentely on intensiivistä. Varmista purkumahdollisuus jollain keinolla esim. ohjaajapari/työkaveri, työnohjaus, fyysiset siirtymät tai päiväkirjan pitäminen.
- Laadi erillinen ohjeistus huoltilanteita varten. Määritä vastuunrajat vapaaehtoisille ja palkatuille työntekijöille. Varmista miten toimia, jos huoli herää.
- Arvioi ja havainnoi vuorovaikutusta säännöllisesti. Anna ja pyydä palautetta. Käytä saamaasi tietoa toimintasi kehittämiseen.
- Säilytä inhimillisyys ja kotikutoisuus, erotu ja ole oma itsesi.
- Jaa omia kokemuksia ja hyödynnä muiden oppeja vuorovaikutuksen kehittämiseen verkossa.
- **Tekemällä oppii ja kehittyy! Kokeile rohkeasti!**



Hyödyllisiä linkkejä

- Toimintamalleja materiaaleja: www.tukiliitto.fi/kehittaa
- Vinkkejä vuorovaikutukseen ja ohjaamiseen verkossa: <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/vinkkeja-verkkovuorovaikutukseen/>
- Helpot ohjeet yhteydenpitoon netissä: <https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/pida-yhteytta-netissa-helpot-ohjeet/>
- Rohkaisupakka-digitaaliset tunnekortit: www.tukiliitto.fi/tunnekortit
- Blogi vanhempien kokemuksista verkkovalmennuksesta: <https://www.tukiliitto.fi/blogi/en-olekaan-yksin-ajatusteni-kanssa/>
- Äidin ja tyttären tarina: <https://www.tukiliitto.fi/tarina/pian-ilona-muuttaa/>



Ota yhteyttä!

Riikka Manninen
Projektipäällikkö
Tuleva-hanke (STEA 2018-2020)
Aarne ja Aune -hanke (STEA 2018-2021)
[riikka.manninen\(at\)tukiliitto.fi](mailto:riikka.manninen(at)tukiliitto.fi)
p. 040 6374 968



KIITOS!