



**ETELÄ-
KARJALAN**
hyvinvointialue

Ota puheeksi huolesi

Ota puheeksi huolesi



Dialoginen huolen puheeksi ottaminen on tapa ottaa askarruttava tai hankala asia puheeksi toista ihmistä arvostaen

Huolen puheeksi otto menetelmän ideana on pyytää asiakkaan apua ja yhteistyötä oman huolten vähentämiseksi. Keskustelun sävy on toisenlainen silloin, kun muita ei määritellä ongelmallisiksi.

Huolella tarkoitetaan subjektiivista näkemystä, joka työntekijälle syntyy asiakassuhteessa

Pieni huoli on helpompi ottaa puheeksi, huoli ei häviä itsestään

Huoli kohdistuu asiakkaan selviämiseen ja omiin toiminnanmahdollisuuksiin ja se koskee aina tulevaisuutta



Miten huoli puheeksi?

Kerro asiakkaalle sinussa herännyt huolesi minä –viestein

Ota huoli puheeksi kun on siihen riittävästi aikaa

Puhu omista havainnoistasi ja kokemuksista konkreettisesti

Älä diagnosoi tai yleistä

Ole rehellinen, puhu suoraan kunnioittavasti

Ole valmis muuttamaan käsitystäsi asiasta

Verkostot yhdessä asiakas mukana

Turvaa, että asiakas voi lähteä tapaamisesta toiveikkaampana

Dialogisuus

Huolen puheeksi otossa on tavoitteena avata dialogi = yhdessä ajattelu, jonka lopputulosta ei voi ennustaa, mutta sitä voi ennakoida

Dialogi on puhumista ja kuuntelua, jossa kuuntelu korostuu

Dialogissa ajatellaan yhdessä ja etsitään yhteistä ymmärrystä

Dialogissa etsitään uusia näkökulmia ja moniäänisyyttä ajatteluun

Dialogissa vastuu vuorovaikutuksen ylläpidosta ja prosessin turvallisuudesta on ammattilaisella

Lähesty ihmisen elämää ja arkea ainutkertaisena tietona





Kunniottava kohtaminen

Laadukkaan asiakastyön edellytys on asiakkaan kunnioittaminen ja kohtaminen tasavertaisena ihmisenä jokaisessa ihmisessä on hyvää

Käytöksestäsi välittyy oma asenteesi, omat arvot

Huoli on mukana vuorovaikutussuhteessa, sanoitpa sen ääneen tai et

Asiakas vaistoaa kiertelyn ja kaartelun tai sanomatta jättämisen ja arvailee, mitä jäi sanomatta

Ihmiset ennakoivat tapaamistilanteista, kohtaamisia



Huolen puheeksiottamisen vaiheet

- 1. Pohdi omaa huoltasi. Mieti, missä asioissa tarvitset aidosti ihmisten apua, jotta ymmärryksesi lisääntyisi tai saisit tukea muutokseen.**
- 2. Mieti, mitkä keinot ihmisten kanssa työskentelyssä ovat hyviä ja toimivia.**
- 3. Pohdi, miten voisit ilmaista sekä hyvät asiat että huolesi nyt niin, ettei vastaanottaja tulkitse puhettasi moitteeksi tai syytteeksi.**
- 4. Ennakoi, mitä tapahtuu, jos teet sen mitä ajattelit. Miten vastaanottaja reagoi sanoihisi?**
- 5. Etsi ajatuskokein, kirjoittaen ja mahdollisesti työkaverisi kanssa ääneen puhuen oikeaa lähestymistapaa. Valitse tapa, joka ennakoitisi mukaan aukaisee mahdollisuuksia puhua, kuunnella ja jatkaa yhteistyön rakentamista.**
- 6. Pohdi ja muuta lähestymistapaasi jos ajatuskokeesi tuottavat kielteisen tunteen – ennakoinnin siitä, että dialogiin ei päästä tai sitä ei voi pidemmälläkään aikavälillä jatkaa.**
- 7. Kun tunnet, että olet löytänyt rakentavan ja kunnioittavan lähestymistavan, ota huolesi puheeksi sopivan ajan tullen sopivassa paikassa.**
- 8. Kuuntele ja ole joustava, kysehän on kontaktissa tapahtuvassa vuoropuhelusta. Älä siis toteuta aikeitasi mekaanisesti, tilanteesta välittämättä.**
- 9. Pohdi, mitä tapahtui. Kävikö niin kuin ennakoit? Mitä opit? Miten puheeksiotto turvaa osaltasi dialogin ja yhteistyön jatkamista?**
- 10. Muista ennen kaikkea, että olet pyytämässä apua huoltesi vähentämiseen. Asioiden kehittymisen kannalta on tärkeintä, että yhteistyö jatkuu hyvin.**



Puheeksiotto on alku

- joskus yksittäinen puheeksiotto riittää
- tilanteen korjautuminen voi kestää pitkäänkin
- toimi tukitarjouksesi mukaan

Puheeksiotto voi yllättää

- koko ”jäävuori” paljastuu -> huoli/ahdistu lisääntyy
- mahdollistaa tilanteen uudelleen arvioinnin
- työntekijällä on oikeus olla väärässä

Työntekijän tukena

- verkostomainen työtapa
- voimavarakeskeisyys (voimavarayhdistelmät)
- dialogisuus
- epävarmuuden sieto



Sokraattiset hyveet

Kuuntele toista !

Ole kärsivällinen!

Puhu suoraan!

**Viivytä oman kantasi lukkoon
lyömistä!**

Luota epäilyksiisi!

Ajattele hitaasti!

Ole valmis korjaamaan käsityksiäsi!



Lähteitä:

<https://kirjakauppa.thl.fi/sivu/tuote/huoli-puheeksi/110532>

<https://thl.fi/fi/web/vakivalta/vakivaltaan-puuttuminen/vakivallan-puheeksi-ottaminen>

<https://ensijaturvakotienliitto.fi/tukea-ammattilaiselle/perhe-ja-lahisuhdevakivalta/ota-vakivalta-puheeksi/>

https://innokyla.fi/sites/default/files/2022-02/Vakivalta_OPAS_lopullinen.pdf

<https://nettiturvakoti.fi/tunnista-vakivalta/tietoa-laheisille/>

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/226571/Opinn%E4ytety%F6_Haapaj%E4rvi&Tirkkonen.pdf;jsessionid=95A5FE0E407BD40FA284B6404B9B34C1?sequence=4

*”Teille on tuttua, miten me kaikki
puhkeamme kukkaan
sellaisen ihmisen lähellä,
joka näkee
meissä olevan hyvän
ja osaa houkutella
esiin parhaat meistä.
Ja tiedämme, miten kaikki me
kuihdumme
sellaisen ihmisen lähellä,
joka koko ajan löytää
meistä vikoja”*

-Desmond Tutu-

