



Arvostava kohtaaminen vertaistuen lähtökohtana



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



LASTENSUOJELUN
KESKUSLIITTO

Vertaistuki

- *Samassa elämäntilanteessa olevat tai riittävän samankaltaisia elämäntilanteita kokeneet henkilöt jakavat toisiaan kunnioittaen kokemuksiaan.*



Vertaisuus tukemassa vanhemmuutta

- Tarjoaa kokemuksen, että ei ole yksin
- Mahdollisuus jakaa ajatuksia ja tunteita
- Ymmärretyksi tulemisen kokemus → omilla kertomuksilla on merkitystä toisille ja muiden kertomukset selkeyttävät omia ajatuksia
- Vertaiselta saa arjessa testattuja vinkkejä ja tukea arjesta selviämiseen
- Oivalluksia, uuden tiedon omaksumista, oppimista!
- Näköalojen laajentumista tai kokonaan uusia näkökulmia, mahdollisuutta muutokseen



Vertaistuen kääntöpuoli

- Vuorovaikutus on välillä haasteellista kaikissa ihmisten välisissä suhteissa
- Tukevatko kaikki vertaistuen muodot? Voiko vertaistuesta olla haittaa?
- Miten punnita kokemukseen perustuvan tiedon luotettavuutta?
- Riskinä ”kuppikuntaistuminen”



Minnan tarina



Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Julkaistu 13.9.2011

"Oli tosi vapauttavaa uskaltaa todeta, että vitsi kun turhauttaa ja kun muut sanoivat, että arvaa, mä olen miettinyt ihan samaa", kertoo Minna, joka saa vertaistukea vanhemmuuteen MLL:n perhekahvilasta. Mannerheimin Lastensuojeluliitolla on ympäri Suomen 439 perhekahvilaa, jonne

[NÄYTÄ LISÄÄ](#)

Löytyy Youtubesta "MLL Minnan tarina"



Jokainen haluaa tulla kohdatuksi

Ihmisellä on sisäsyntyinen halu ja tarve kuulua joukkoon, tulla nähdyksi, kuulluksi – kohdatuksi!

Kohdattaessa jaetaan:

- Ajatuksia (Onpa täällä kivaa porukkaa.)
- Tunteita (Olen iloinen, että lähdin mukaan.)
- Toiveita (Toivon, että löydän uusia ystäviä.)
- Pelkoja (Pelkään, että lapseni ei viihdy täällä, kun muut ovat niin paljon pienempiä.)



Uudessa porukassa

Muistele jotakin hetkeä, jossa olet tullut uutena ryhmään ja tuntenut itsesi tervetulleeksi.

- Mitkä asiat saivat sinut tuntemaan itsesi tervetulleeksi?
- Miten se vaikutti omaan olemiseesi / toimintaasi ryhmässä?



Kohtaamispaikassa...

”Perhekahvila on superhyvä juttu. Hienoa, että on paikka, jonne lapset ovat aidosti tervetulleita ilman naamannyrpistelyä. Ja että on tunne, että lapsiperheitäkin arvostetaan!”

(MLL:n perhekahvilakysely 2014)

- Ammattilaiset kohtaavat toisiaan
- Ammattilaiset kohtaavat lapsia, äitejä, isiä, isovanhempia, vapaaehtoisia, muita aikuisia.
- Lapset kohtaavat toisiaan ja aikuisia.
- Vanhemmat kohtaavat toisiaan ja toistensa lapsia sekä vapaaehtoisia ja ammattilaisia.
- **Ihmiset kohtaavat ihmisiä!**

Kohtaamisen onnistuminen on usein koko toiminnan onnistumisen tae ja edellytys.



Hyvän kohtaamisen elementtejä

Kiinnostus (halu vuorovaikutukseen)

Arvostus

Empatia ja hyväksyntä
(halu ymmärtää)

Kiireettömyys

Oma luonteva läsnäolo



Yksi hyvän kohtaamisen ja vuorovaikutuksen teoreettinen viitekehys: mentalisaatioteoria

- Mielen pitämistä mielessä – oman ja toisen, niiden erillisyyden havaitsemista
- Mentalisaatio on kurkistamista käyttäytymisen taakse: sen pohtimista, mitä itse ja toinen, ihan pienikin lapsi ajattelee ja tuntee ja mitkä hänen toimintansa motiivit mahtavat olla
- Myönteistä uteliaisuutta ja yritystä kuvitella toisen kokemusta.
- Oma tulkinta toisen kokemuksesta ei aina osu oikeaan. Emme voi milloinkaan tietää varmasti toisen mielentiloja - ajatuksia, tunteita, toiveita, pelkoja jne.
- Mentalisaatio on kuin onkimista – joskus tärppää ja toisinaan sitten taas ei!



Teoriasta käytäntöön: Miten luoda turvallista ja rentoa kohtaamisen ilmapiiriä?

- Yhdessä laaditut pelisäännöt
- Jokaisen tulijan henkilökohtainen tervehtiminen
- Toiminnalliset harjoitukset, yhteinen tekeminen
- Leikki, jaettu ilo, huumori
- Tarjoilut
- Periaatteena on, että erilaisuus on rikkaus – ja tämä näkyy myös käytännössä

- Mahdollisuus vaikuttaa toiminnan sisältöihin
- Mahdollisuus osallistua toiminnan toteuttamiseen



Kohtaamisesta kohti osallisuutta

- Osallisuus edellyttää **vuorovaikutusta**, se tarkoittaa **kiinnittymistä** yhteisöön ja **mukanaoloa** sen prosesseissa.
- Jokainen haluaa tulla osaksi yhteisöä - omaan tahtiinsa ja omalla tavallaan!



Lapsen osallisuus – Huomaa minut!



MLL:n Varsinais-Suomen piiri

<https://varsinaissuomenpiiri.mll.fi/ammattilaisille/huomaa-minut/>

Kokemuksia osallistumisesta avoimen kohtaamispaikan toimintaan

”Arjen asioiden jakaminen mukavien ihmisten seurassa, vertaistuki lapsiperhe-elämään.”

”Arkeen on tullut toiminnan kautta säännöllisyyttä, olen saanut uusia tuttavuuksia sekä vertaistukea muilta äideiltä.”

Lähde: MLL:n perhekahvilakysely 2018





Kuva: Anna Autio

Kiitos!

”Kirjeet ja lahjat ja hellyyden kiiltokuvat ovat tärkeitä. Mutta vielä tärkeämpää on osata kuunnella kasvoista kasvoihin. Se on suuri ja harvinainen taito.”

Tove Jansson: Kuuntelija

