

SYKE – Syventävä keskustelu

Kuvamateriaali kouluun, kotiin, oppilashuoltoon ja muihin tilanteisiin, joissa keskustellaan nuoren kanssa

Mikä se on? SYKE sisältää nuoren arkeen liittyviä kuvakortteja, sanakortteja ja alustan. Sijoittamalla kortteja kolmiosaiselle alustalle nuori jäsentää elämäänsä ja kertoo kokemuksistaan, haasteistaan ja vahvuuksistaan itselleen sopivalla tavalla.

Mihin se perustuu? Teoreettisesti SYKE perustuu myönteiseen tunnistamiseen sekä positiivisella tavalla nähdyksi, kuulluksi ja osalliseksi tulemiseen. Kortit tukevat nuoren ilmaisua ja keskustelun dialogisuutta. Ne tuovat kohtaamiseen mukavaa tunnelmaa ja toiminnallisuutta.

Kuka voi käyttää? SYKE:ttä voi käyttää esimerkiksi opettaja, ohjaaja, psykologi, terapeutti, sosiaalityöntekijä, kuraattori, terveydenhoitaja tai huoltaja. Käyttäjä soveltaa materiaalia keskustelun tarpeen ja oman ammatillisen kehityksensä puitteissa siten, että nuorelle tärkeät aiheet tulevat arvostavasti ja luottamuksella kohdatuiksi.

Mitä kannattaa huomioida? Aluksi on tärkeä kertoa osallistujille Sykkeen idea, tapaamisen aihe ja tietosuoja. Nuori voi käsitellä korttien kanssa asioitaan hyvinkin henkilökohtaisesti tai pitäytyä yleisellä tasolla. Hän voi tulkita kortteja omista lähtökohdistaan, esimerkiksi sanan kulttuuri voi mieltää joko kulttuuriseen taustaan tai kulttuurin harrastamiseen liittyväksi. Tapaamisessa on hyvä puhua tilannekeskeisesti arjen haasteista ja iloista sen sijaan, että puhuisi muodossa "sinun haasteesi ja ilosi". Keskustelussa käsitellään iloja ja onnistumisia yhtä lailla kuin etsitään ratkaisuja hyvinvoinnin haasteisiin ja asetetaan konkreetteja tavoitteita. Lopuksi tärkeät asiat dokumentoidaan kirjoittamalla ja/tai valokuvaamalla. Mikäli tilanteessa ilmenee tuen tarpeita tai turvallisuuteen liittyviä huolenaiheita, aikuinen tarjoaa tukea tai ohjaa nuoren välittömästi tuen piiriin.

Esimerkki korttien käytöstä nuoren hyvinvointia tukevassa keskustelussa:

1. Pyydä nuorta sijoittamaan itselleen merkityksellisiä kuvakortteja alustalle, jossa on hymynaama, perusnaama ja surunaama. Hän laittaa vasempaan reunaan hyvin sujuvia, iloa ja voimia tuovia asioita, keskelle tavanomaisia asioita, oikeaan niitä, jotka vievät voimia, stressaavat tai eivät suju.
2. Pyydä nuorta sijoittamaan **tunnepisaroi**ta niihin liittyvien kuvakorttien viereen. Keskustelkaa näistä tilanteista, onnistumisista, selviytymiskeinoista ja ratkaisuista.
3. Voitte syventää keskustelua huolipilvien ja lisäkorttien avulla. Nuori valitsee itselleen tärkeimmät kortit, kaikkia ei kannata käyttää. Lisäkortteja löytyy teemoista **Minä, Minä ja muut** sekä **Harrastukset**.
4. Keskustelun lopuksi voit kannustaa ja vahvistaa nuoren ajatuksia **tähtikorteilla**. **Sydänkorteilla** voitte molemmat merkitä ilahduttavia asioita tai voit osoittaa myötätuntoa.
5. Sopikaa yhdessä, mitä asiaa lähdetään seuraavaksi viemään eteenpäin tai mikä asia otetaan tavoitteeksi. Tämä kirjataan muistiin esimerkiksi post-it lapulle, minkä jälkeen alustalle syntyneestä "korttikollaasista" otetaan kuva dokumentointia varten. Keskustelua voidaan jatkaa uudella tapaamiskerralla.
6. SYKE- kortteja voi käyttää yhdessä muiden ko. aiheisiin liittyvien korttien kanssa. Esim. KESY – Keskustelu Symbolein -kortit sisältävät mm. oppimiseen ja oppiaineisiin liittyviä kuvia. Lisäalustoja voi tehdä itse tai printata Valterin tai Vanhempainliiton www-sivuilta teemoista Minä sekä Minä ja muut. Minä-ryhmän kortteja kannattaa laittaa Minä-alustalle ja Minä ja muut -kortteja ko. alustalle.

Antoisia keskusteluhetkiä!

SYKE – Syventävä keskustelu

FÖSA – Fördjupande samtal

FÖSA – Fördjupande samtal

Bildmaterial att använda i skolan, hemmet, elevvården och andra situationer där man diskuterar med ungdomar

Vad är det? FÖSA innehåller ord- och bildkort som har med ungas vardag att göra samt ett underlag. Genom att placera ut korten på det tredelade underlaget kan den unga gestalta sitt liv och berätta om sina upplevelser, utmaningar och styrkor på ett för hen passande sätt.

Vad baserar det sig på? Teorin bakom FÖSA har sin grund i "positive recognition" (fi: myönteinen tunnistaminen, sve: ungefär positivt igenkännande) och i att på ett positivt sätt bli sedd, hörd och få vara delaktig. Kortet stöder den ungas sätt att uttrycka sig och samtalets ömsesidighet. Med korten skapas en trevlig stämning och en praktisk uppgift.

Vem kan använda det? FÖSA kan användas av till exempel lärare, handledare, psykologer, terapeuter, socialarbetare, kuratorer, hälsovårdare eller föräldrar. Användaren tillämpar materialet enligt behovet för samtalet och enligt referensramarna för sin egen profession. Samtalet förs i förtroende och så att ämnen som är viktiga för den unga behandlas på ett respektfullt sätt.

Vad lönar det sig att beakta? Det är viktigt att inleda med att berätta om idén med FÖSA, anledningen till träffen och att informera om integritetsskydd. Den unga kan hålla sig till att med korten behandla ämnen på ett mera allmänt plan, eller ur en mera personlig synvinkel. Kortet går att tolka ur olika perspektiv, ordet kultur till exempel kan man uppfatta som syftande på kulturell bakgrund eller något som har med att utöva kultur att göra. Under träffarna är det bra att prata om utmaningar och glädjeämnen utgående från situationskontexten, istället för att prata om "dina motgångar och glädjeämnen". Under samtalet behandlas glädje och framgångar lika mycket som man försöker hitta lösningar på utmaningar i välmåendet och ställa konkreta målsättningar. Till slut dokumenteras viktiga saker genom att skriva ner/ fota dem. Ifall det under samtalet framkommer behov av stöd eller anledning till oro erbjuder den vuxna stöd eller styr den unga till lämplig instans var hen kan få hjälp.

Exempel på användningen av korten i ett samtal som stöder den ungas välmående:

1. Be den unga placera ut för hen själv betydelsefulla bildkort på underlaget där det finns en glad smiley, en neutral smiley och en ledsen smiley. Till vänster placeras sådana saker som fungerar bra och ger glädje och styrka. I mitten placeras sådant som inte känns varken särskilt positivt eller negativt. Till höger placeras de saker som tar krafter, stressar eller inte fungerar.
2. Be den unga placera känslodroppar vid de bildkort där de passar. Diskutera de här situationerna, framgångarna, copingstrategier och lösningar.
3. Ni kan fördjupa diskussionen med hjälp av bekymmersmoln och extra kort. Det lönar sig inte att använda alla kort, den unga kan välja ut vilka kort som är viktigast för hen. Det finns extrakort för följande teman: **Jag**, **Jag och andra** samt **Hobbyer**.
4. Som avslutning på samtalet kan du uppmuntra och förstärka den ungas tankar med **stjärnkort**. **Hjärtkort** kan ni båda använda för att markera glädjande saker eller så kan du använda dem för att visa medkänsla.
5. Kom tillsammans överens om vilken sak ni fortsätter arbeta vidare med eller vad ni sätter som målsättning. Skriv upp det på till exempel en post-it lapp och ta ett foto av bildkollaget som ni gjort på underlaget som dokumentation. Ni kan fortsätta diskussionen vid en annan träff.
6. FÖSA-korten kan användas tillsammans med andra kort som har med de här ämnena att göra. Till exempel korten i SASY – Samtal med hjälp av symboler-materialet har bilder som har med olika läroämnen och lärande att göra. Man kan själv göra extra underlag, det går också att skriva ut underlag för temana "Jag" samt "Jag och andra" från Valteris eller Föräldraföreningens (Vanhempainliitto) hemsidor. För korten från temat "Jag" och temat "Jag och andra" lönar det sig att använda de temaspecifika underlagen.

Hoppas ni har givande diskussioner!



Suomen



VANHEMPAINLIITTO