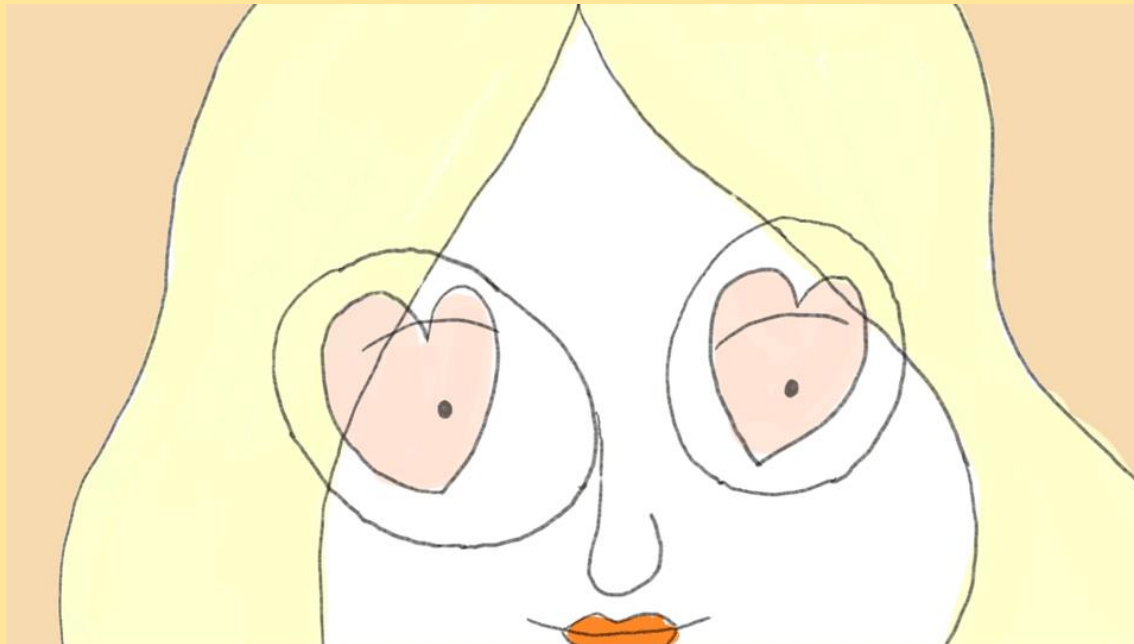


# Voimaannuttavat ja toipumista tukevat tekijät naisten asumisyhteisössä

Maria Nuutinen ja Sofia Uuksulainen

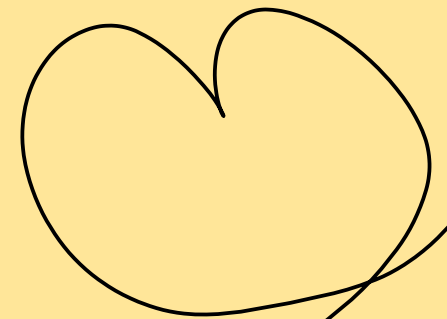
Suur-Helsingin Valkonauha ry, Liisankoti

Ihmiskäsitys; Ihminen on parhaimmillaan, kun tulee nähdyksi, kuulluksi ja hyväksytyksi sellaisena kuin on, turvasta käsin.



# Toivo

*”Sinun unelmistasi ja toiveistasi tulee yhteisiä tavoitteitamme ja työskentelemme yhdessä niiden toteuttamiseksi. Kannustamme sinua löytämään ja toteuttamaan niitä sekä kokeilemaan uusia asioita elämässäsi.”*



# TOIVO

Unelman löytäminen/ toipumissuunnitelma

- Itsetuntemus
- Mikä minulle on tärkeää
- Arvot
- Unelmat
- Itsetunto

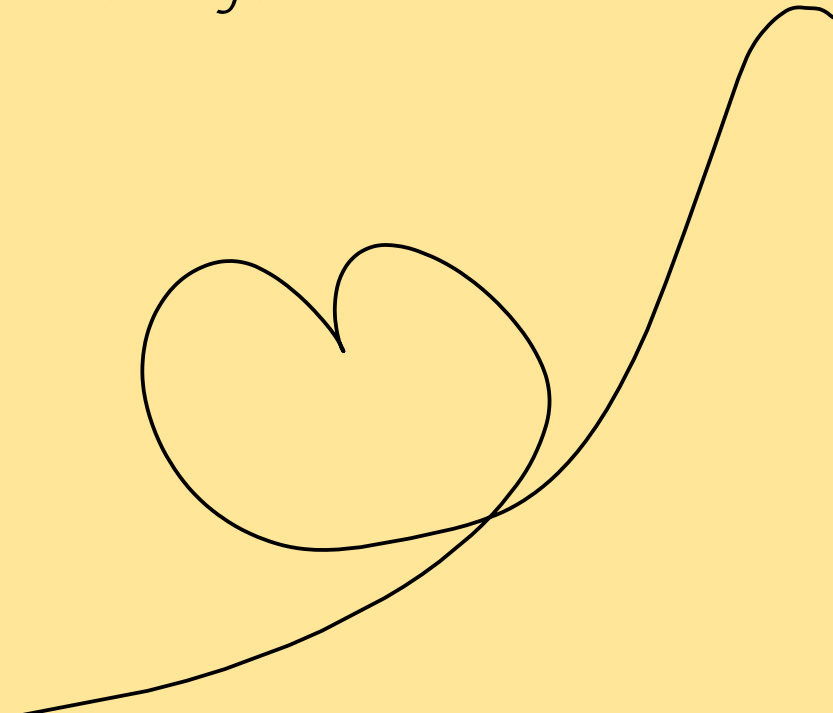


# Itsetunto

- Suhde itseen naisena
- Mahdollisuus jakaa asioita naisten kesken
- Naisenergiaa
- Esteettisyys

# Osallisuus

*"Sinä päätät. Etsimme yhdessä tietoa, pohdimme kanssasi päätösten seurauksia, ja autamme sinua vaihtoehtojen löytämisessä"*

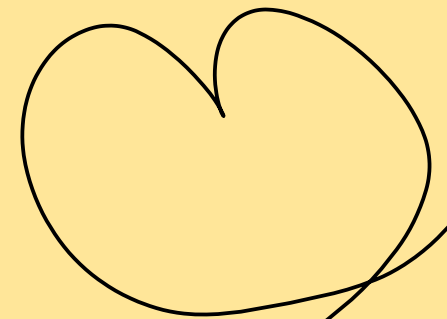


## OSALLISUUS

- Tuki toipumiseen on tietoa ja ehdotuksia omien päätösten perustaksi
- Tuen saaja – vertaistuki – tuen antaja
- Vaikuttaminen lähiyhteisöihin ja yhteiskuntaan

# Toimijuus

*”Sinun näkemyksesi ja kokemuksesi on yhteistyömme lähtökohtana.  
Kuulemme sinua ja olemme kiinnostuneita sinun tarinastasi sellaisena  
kuin haluat sen kertoa.”*





## TOIMIJUUS

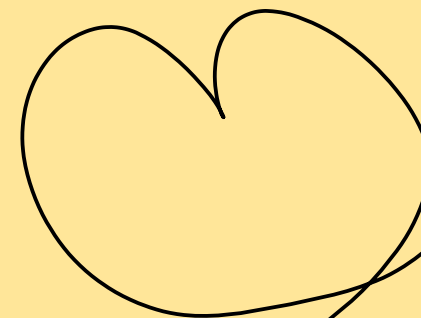
Minun unelmani, minun tarinani

- Oman elämän haltuunotto – ei virran vietävänä
- Mihin asioihin minä pystyn vaikuttamaan
- Omia unelmia kohti keinovalikoiman avulla
- Tunnetaidot
- Haittaavien uskomusten poistaminen
- Minä pystyn



# Kohtaaminen

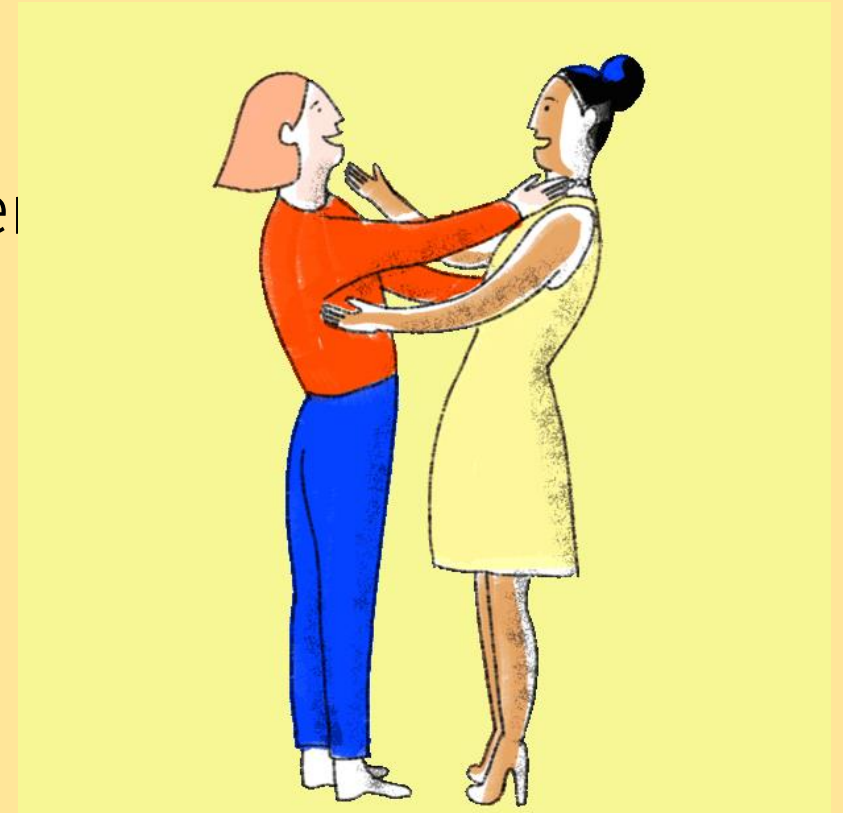
*”Sinä olet tärkeä juuri sellaisena kuin olet. Puhumme sinun kanssasi/sinulle, emme sinusta. Tuemme sinua löytämään merkityksellisiä rooleja ja toimintamahdollisuuksia lähiyhteisöissä ja yhteiskunnassa kansalaisena. Saat vertaistukea ja voit toimia vertaistukena halutessasi.”*



# Kohtaaminen

Tukeminen hyviin kohtaamisiin:

- Omien rajojen asettaminen
- Ihmissuhteiden uudelleenrakentaminen
- Uusien yhteisöjen löytäminen



# Persoonalla työn tekeminen

Mitä persoonalla tarkoitetaan?

Ihmistä kokonaisena sekä ihmisen koko elämänkaarta

→ Ihminen on koko elämäntarinallaan vuorovaikutuksessa muun maailman kanssa

Miksi tehdä työtä persoonalla?

Työn vaikuttavuus kasvaa, kun asiakassuhde on hyvä

→ Mitä läheisempi suhde sitä parempi lopputulos  
menetelmillä ei ole itsessään mitään merkitystä jos suhde on huono

# Persoonalla työn tekeminen

## Ihmisteknologia:

- Yliammatillisuutta
- menetelmiä
- Prosessit nähdään kaavamaisina, lopputuloskin selvillä
- Ei avoimuutta, ei yllätyksiä

## Ihmistyö:

- Luovaa työtä
- Intuitiivisuutta, spontaaniutta
- Mitä laajemmin ihminen käyttää omaa persoonaa työssään, sitä luovempaa työ on
- Enemmän reittejä, enemmän ratkaisumahdollisuuksia
- Heittäytymistä matkalle; Rohkeutta, seikkailumieltä ja uskallusta myös haavoittua

# Persoonalla työn tekeminen

## Mitä se vaatii?

- Itsestään saa ja on hyväkin puhua
- auttaa muutoksessa, osoittaa empatiaa, nöyryyttä, aitoutta, rakentaa suhdetta, auttaja ei ole superihminen
- Tiedostaessa omat pimeät puolensa ei pääse vahingossa, tarkoittamatta satuttamaan asiakasta, vaan niitä voi käyttää hyödyksi
- Käsittelemättömät pimeät puolet kaventavat persoonallisuuden aluetta, jolla työtä tehdään.

## Portaat turvalliseen ihmistyöhön:

1. Selvitä oma avuntarpeesi – omat pimeät puolet ja sokeat pisteet
- Hoida ja käsittele niitä
2. Työn perustaitojen harjoittelu – vastaanota palautetta asiakkailta ja työyhteisöltä
3. Oma ihmisyytyy työssä – mahdollisuus olla haavoittuva ja heittäytyä työhön

Ajatuksia?  
Kysymyksiä?