

Sensitiivinen kohtaaminen

Vauvafoorumi
Marraskuu 2023

Raisa Santala
Kättilö
Seksuaalineuvoja

SUPERVOIMANI SENSITIIVISYYS



SERI
SYPE
SYNNÄRI
SEKSUAALISUUS
SOME



lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguovlu
Lappi pyereestváijeemkuávu
Lappi pue rrváájjamvu'vdd

Miksi sensitiivisesti kohtaaminen on meille kaikille tärkeää?

- ❖ Sensitiivinen kohtaaminen luo perustan luottamukselliselle keskustelulle
- ❖ Kaikilla meillä on omaa kokemusta epäonnistuneesta kohtaamisesta esim SYPE potilaat usein vastaanotolla kohtaamisen haasteiden vuoksi
- ❖ Vuorovaikutus on iso osa ammatillista osaamistamme
- ❖ Luottamuksellisen suhteen luominen on olennainen osa asiakastyötä
- ❖ Mikäli luottamusta ei synny, ei myöskään yhteistyö onnistu
- ❖ Potilas ei koe saaneensa tai saavansa apua



Kohtaamisen valmiudet

- ❖ Jokaisella yksilöllinen tapa kohdata toinen ihminen
- ❖ Toisilla on enemmän valmiuksia
- ❖ Jokainen voi kehittyä ja kehittää
- ❖ Koskaan et ole täysin valmis



Asiakkaan arvostava ja kunnioittava kohtaaminen syntyy

- ❖ Kiireettömyydestä
- ❖ Työntekijä viestii sekä sanoin että elein olevansa kiinnostunut ihmisen tilanteesta
- ❖ Sensitiivisessä kohtaamisessa ihmiselle välittyy viesti siitä, että työntekijä on juuri nyt häntä varten

Kohtaamiset koko elämä

- ❖ Elämämme koostuu kohtaamisista
- ❖ Kohtaamiset vaikuttavat siihen , mitä ajattelemme itsestämme ja toisista
- ❖ Kun kohtaamisessa tulee kuulluksi ja arvostetaan, vahvistuu itseluottamus
- ❖ Jos vähätellään eikä oteta vakavasti, alamme kyseenalaistaa itseämme



Ensivaikutelma (aivotutkimus)

- ❖ Aivot ovat ikiaikaiset
- ❖ Muodostamme käsityksen toisesta ihmisestä muutamassa sekunnissa.
- ❖ Aivot skannaavat nopeasti tilanteen johon olemme päätyneet.
- ❖ Kiinnitämme huomiota ystävällisyyteen ja empaattisuuteen.
- ❖ Sevitämme ensivaikutelmassa olemmeko turvassa vai uhattuna
- ❖ Herääkö luottamus, kannattaako kuunnella?



Ensivaikutelma (aivotutkimus)

- ❖ Itseluottamus on osaamista tärkeämpää
- ❖ Jos kohtaat rauhallisen ja itsevarman rauhallisuutta huokuvan tyyppin, voit rauhoittua ja rentoutua koska aivot tulkitsevat että vaaraa ei ole
- ❖ Epävarma, huolestunut olemus viestii siitä, että jokin vaara voi olla lähellä
- ❖ ”Liskoaiivot” aktivoituvat
- ❖ Olemme biologisesti ohjelmoituja reagoimaan



Ammatillisuus ja omat tunteet

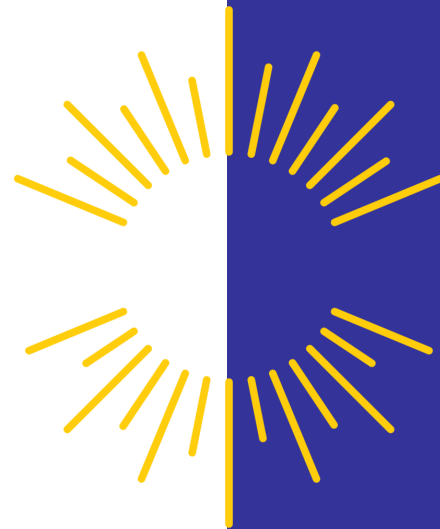
- ❖ Nykykäsityksen mukaan ammatillisuudella ei tarkoiteta sitä että työntekijän on hallittava ehdottomasti tunteensa
- ❖ Asiakkaat voivat kokea merkittäväksi sen jossa huomaavat auttajan herkistymisen
- ❖ On tärkeä luottaa omaan tunteeseen siitä, mikä on tilanteessa sopivaa ja luontevaa



- ❖ Ammatillisuus kohtaamistilanteissa ei tarkoita pakotettua neutraalia olemusta.
- ❖ Asiakkaan tilanne saa koskettaa ja herättää tunteita.
- ❖ Ammattilainen on kuitenkin aina vastuussa siitä, että vuorovaikutus säilyy eettisenä, eivätkä hänen tunteensa pääse kuormittamaan asiakasta.

Onnistuneen kohtaamisen seurauksena asiakkaan/potilaan elämässä voi tapahtua isoja muutoksia

Itsessä syntyvä halu toimia uudella tavalla kuin aiemmin



lapha.fi

Lapin hyvinvointialue
Lappi buresveadjinguovlu
Lappi pyereestváijeemkuávlu
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

SERI-potilaat

Uhrin tunnereaktiot voivat vaihdella.

- ❖ Ne voivat olla esimerkiksi laimeita, hämmentyneitä tai hyvin pelokkaita.
- ❖ Uhri voi suhtautua tapahtuneeseen näennäisen neutraalisti ja käyttäytyä kuin mitään ei olisi tapahtunut.
- ❖ Toisaalta hän saattaa reagoida hyvin voimakkaasti ja olla paniikissa.



- ❖ Ympäristön reaktiot ja ensimmäiset kontaktit ovat ratkaisevia traumasta toipumisen ja avun hakemisen kannalta

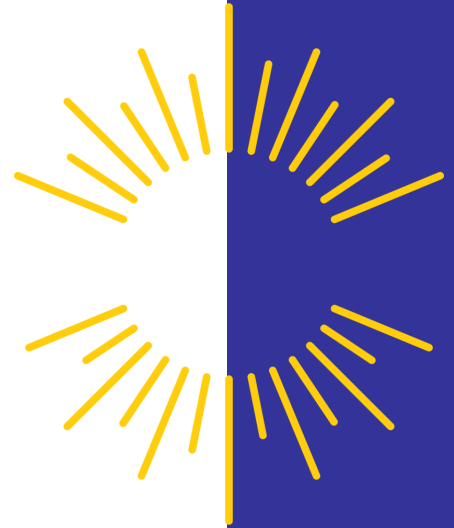


Kun kohtaat seksuaalista väkivaltaa kokeneen:

- ❖ Usko uhria
- ❖ Älä syyllistä
- ❖ Kuuntele
- ❖ Anna myötätuntoa ja huolenpitoa
- ❖ Ohjaa kriisiavun piiriin esim soita SERI-tukikeskukseen ja lähde mukaan paikan päälle
- ❖ Älä jätä yksin vaikeassa tilanteessa, vakauta



Traumatisoituneen potilaan
hoitaminen on psyykkisesti
kuormittavaa



lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjuovu
Laapi pyereestváijeemkuávlu
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

Myötätuntouppumusta vastaan

- ❖ Muista hengittää ja vahvistaa yhteyttä kehoosi. Hermostosi kierrokset tasaantuvat ja mieli rauhoittuu
- ❖ Älä jää yksin vaan puhu tilanteesta läheistesi kanssa ja käy työnohjauksessa
- ❖ Itke kun itkettää ja uskalla antaa tunteille tilaa olla. Itku purkaa kehollista stressiä.
- ❖ Tee jotain maadoittavaa ja mieltä tuulettavaa esimerkiksi kävele metsässä, liiku aktiivisesti tms.



- ❖Päästä tuntemukset ulos esimerkiksi kirjoittamalla tajunnanvirtaa, runoile, tanssi, maalaa tms.
- ❖Tietoisesti rajoita uutisaikaa ja suoja itseäsi kaikista järkyttävimmiltä materiaaleilta. Sinulla on lupa rajata!
- ❖Kanavoi vaikeat tunteet kuten suru, viha ja epätoivo itsellesi luontaisella tavalla vaikkapa lahjoittamalla keräykseen, tai osallistumalla mielenosoitukseen tai tarjoa osaamisestasi ympärillesi.
- ❖Näe ympärilläsi myös hyvään kuten arjen pieniä asioita, luonnon ilmoita ja ihmisten solidaarisuutta.
- ❖Pidä huolta itsestäsi ja ihmisistä ympärilläsi. Hemmottele ja hoivaa.
- ❖Ruoki rauhaa itsellesi sopivilla tavoilla ja kokeile jotain uutta – meditoi, rukoile, käänny luonnon tai jonkun muun itseäsi suuremman puoleen.

Kiitos!



Sarvela Kati ja Auvinen Elisa (2020): Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books.

<https://senjanetti.fi/seksuaalirikoksen-uhrin-kohtaaminen/>

Kohtaamisen koodit- Kuinka ymmärtää ihmisiä ja saada parempi (työ)elämä. Lena Skogholm. 2021

Mönkkönen, Kaarina (2022): Vuorovaikutus asiakastyössä. Asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Gaudeamus

Nuoren seksuaaliväkivaltaa kokeneen kohtaamisesta viitattu 15.10.23:

<https://barnahus.fi/seksuaalivakivalta/miten-kohdata-12-19-vuotias-nuori-jonka-epaillaan-kokeneen-seksuaalivakivaltaa-tietopaketti-ammattilaiselle/>

Miten kohdata nuori joka on syyllistynyt tai saattaa syyllistyä seksuaalirikokseen. Opas ammattilaisille. Viitattu 15.10.23

https://1585990.166.directo.fi/@Bin/0c4338e19cb5f48168c80b862f32f988/1697353222/application/pdf/324590/V%c3%a4lit%c3%a4%20nuorten%20hanke%20_OPAS.pdf

Myötätuntouupumus viitattu 30.10.23

<https://hidastaelamaa.fi/2022/03/tunnista-myotatuntouupumisen-merkit-ajoissa-10-tapaa-vahvistaa-sisaista-rauhaa/>