



Helmiä videolla

Kokemuksia Tyttö olet helmi! -kehittämishankkeesta

Ulos-Ut-Out 2021

Niina Hakala

hankepäällikkö,
psykologi, VIG^{MLL}[®] -työnohjaaja ja
kouluttaja (koulutuksessa)

Minna Aallontie

hanketyöntekijä,
fysioterapeutti, kuntoutuksen
ohjaaja, VIG^{MLL}[®] -työnohjaaja
(koulutuksessa),
seksuaalineuvoja

Marika Väärä

hanketyöntekijä,
psykiatrinen sairaanhoitaja,
VIG^{MLL}[®] -ohjaaja (perustaso),
ekspressiivinen taideterapiaohjaaja



Tyttö olet helmi! -kehittämishanke 2018–2021



Tavoitteet:

- vahvistaa yläkouluikäisen tytön mielenterveyttä suojaavia tekijöitä
- tukea tytön ja äidin suhteeseen
- yhdessä vietetty aika lisääntyy

Rahoittaja:

- STEA, Arvokas-ohjelma

Toiminta

- 3 toiminnallista ryhmätapaamista
- 6 yksilötapaamista
- chatti
- 6-8 kk ajalla

- VIG^{MLL}[®]-ohjaus
- luontolähtöistä toimintaa
- taideterapeuttista toimintaa
- maksutonta



Kohderyhmä

- yläkouluikäiset tytöt Turun seudulla

- alkavat mielenterveysoireet, huoli riittää

- yhdessä äidin tai muun tärkeän aikuisen naisen kanssa

Yhteisten kokemusten kautta yhteyteen



- Vanhemman mentalisaation vahvistaminen on tehokkaampi tapa muuttaa vanhemman vuorovaikutustapaa kuin esimerkiksi vanhemman mielikuvien kautta työskentely, vuorovaikutuksen opettaminen tai käyttäytymistekninen väliintulon (Slade 2005).
- VIG^{MLL}®-ohjaus vahvistaa perheenjäsenten välistä tunneyhteyttä ja auttaa vanhempaa tulemaan tietoisemmaksi vahvuuksistaan kyvyistään rakentaa vastavuoroista yhteyttä lapseensa.
 - Videoklipin avulla päästään palaamaan yhteiseen kokemukseen ja muodostamaan siitä yhteinen ymmärrys!

Alustavia tuloksia 1/2

Helmi-tytöt (n=62)

- ahdistus
- mielialaoireet
- stressi, paineet
- väsymys
- yksinäisyys, irrallisuus
- ”pärjääminen”



Riskinä oireiden pahentuminen ja ulkopuolisuuden lisääntyminen

Havaintojamme äiti-tytär -suhteesta

- perheillä kuormittavia elämäntilanteita
- nuoren ja vanhemman yhteys hukassa
- nuoren samanaikainen itsenäistymisen tarve ja tarvitsevuus haastaa vanhemmuutta
- yhteiset kokemukset mahdollistavat keskusteluyhteyden löytymisen

Tytön ja äidin suhteen vahvistuminen, yhteyden löytäminen



”Ei tarvitse pärjätä yksin.”

”Ei tarvitse pärjätä yksin.”

”Ei tarvitse pärjätä yksin.”



Alustavia tuloksia 2/2

Äiti-tytär -suhteen kehittämislle asetetut tavoitteet:

1. Emotionaalisen yhteyden vahvistaminen
2. Kommunikaation vahvistaminen
3. Yhteisen ajan lisääminen

90 % osallistujista arvioi edistyneensä äiti-tytär -suhteen kehittämislle asettamassaan tavoitteessa.



Miten voit tukea vuorovaikutusta toiminnallisuuden yhteydessä?

- Kun huomaat, että kahden ihmisen välillä on hyvä yhteys
➡ sano se ääneen!
- mentalisaatiota vahvistava asenne on avoin, kiinnostunut, leikillinen ja yhteiseen ihmettelyyn houkutteleva
- ”En tiedä, mutta yritän ottaa selvää” -asenne
- tietäminen ja asiantuntijuus ei ole keskeisellä sijalla
- voit kiinnittää huomiota esim. vastavuoroisen yhteyden periaatteisiin



Vastavuoroisen yhteyden periaatteet (Attuned interaction and guidance principles)

Ole tarkkaavainen!	<ul style="list-style-type: none">• Näytä kiinnostuneelta ja ystävälliseltä• Anna toiselle aikaa ja tilaa• Pohdi, mitä toinen tekee, ajattelee tai tuntee• Keskity toisen havainnoimiseen
Rohkaise aloitteisiin!	<ul style="list-style-type: none">• Odota• Kuuntele aktiivisesti• Ilmaise myönteisesti, mitä näet, ajattelet tai tunnet• Kerro mitä teet• Etsi aloitteita
Ota aloitteet vastaan!	<ul style="list-style-type: none">• Osoita, että olet kuullut tai huomannut toisen tekemän aloitteen• Ilmaise eleillä, että olet ottanut aloitteen vastaan• Käytä ystävällistä äänensävyä• Katso silmiin, hymyile, nyökkää• Ota vastaan sanallisesti toisen sanat tai teot• Toista ja käytä toisen sanoja ja ilmaisuja

Kehitä vastavuoroista yhteyttä!	<ul style="list-style-type: none">• Vastaanota ja sen jälkeen reagoi• Varmista, että toinen ymmärtää sinua• Odota tarkkaavaisesti omaa vuoroasi• Anna ja ota lyhyitä vuoroja• Iloitse yhteyden rakentumisesta• Palaa tarvittaessa samaan aiheeseen uudestaan• Osallistu vuorovaikutukseen tasapuolisesti• Tee yhteistyötä ja auta toista
Ohjaa!	<ul style="list-style-type: none">• Käytä oikea-aikaista ja tuettua ohjausta (scaffolding)• Jatka toisen vastauksesta ja rakenna sen varaan• Tarjoa tukea tarvittava määrä ja mukauta sitä• Tarjoa tietoa tarpeen mukaan• Tarjoa sellaisia vaihtoehtoja, jotka toinen ymmärtää• Tee sellaisia ehdotuksia, joita toinen voi hyödyntää
Syvennä keskustelua!	<ul style="list-style-type: none">• Tarkenna tavoitteita• Jakakaa mielipiteistä keskenänne• Pyri ratkaisemaan ongelmia yhdessä• Tue eriävien näkemysten esittämistä• Tutki aikomuksia sanojen takaa• Nimeä ristiriitoja (todellisten tai mahdollisten)• Rakenna yhteistä ja jaettua ymmärrystä• Hallitse konflikteja

Kiitos!

Niina Hakala

niina.hakala@mll.fi

p. 040 6531 736

www.lastenkuntoutus.net/tyttoolethelmi



@tyttoolethelmi



@tyttoolethelmi

Lue lisää VIG^{MLL}[®]-menetelmästä:

https://www.lastenkuntoutus.net/VIG_perusteet



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
LASTEN JA NUORTEN
KUNTOUTUSSÄÄTIÖ

