

## OMAKUVA N.Y.T. ALKUTAPAAMINEN – NUORI JA OHJAAJAT

### TAVOITTEET

- Tutustuminen puolin ja toisin. Tämä ei ole haastattelutilanne.
- Antaa nuorelle tietoa työtavoista. Mitä taide tässä ryhmässä on? Entä mentalisaatio?
- Käydä läpi ryhmäajat ja pohtia sitoutumista. Voidaan tehdä sopimus.
- Kartoittaa nuoren elämäntilannetta ja tarpeita.
- Arvioida nuoren kykyä tässä-ja-nyt tilanteessa olemiseen ja mentalisaatioon.

**Omakuva N.Y.T.** taideperustaiset kasvuryhmät alkavat alkutapaamisella. Aikaa varataan 30min/per nuori. Alkutapaamisesta tehdään mahdollisimman turvallinen tilanne, joka helpottaa nuoren sitoutumista ryhmään. Tapaaminen voi antaa rohkeutta käsitellä arkaluonteisempiakin asioita ryhmässä, kun ohjaajat on tavattu ennen varsinaisen prosessin alkua. Tapaamisesta tehdään tärkeä, mutta ei jäykkä. Empaattinen uteliaisuus “kuka sinä olet” ja millainen yhteinen, mahdollisuuksia avaava matka meille on alkamassa. Tämä on monen alku. Alku on tärkeä yhteisten mielikuvien, odotusten ja kohtaamisten alusta.

Alkutapaamiseen osallistuvat kummatkin ohjaajat. Tämä tehdään, että molemmille ohjaajille muodostuisi mieleen kuva tulevasta ryhmästä. Alkutapaaminen antaa vinkkejä myös ohjaajien välisen työparityöskentelyn. On tärkeää, että tuleva ryhmäläinen tapaa molemmat ohjaajat eikä kiinnittyminen tapahdu vain toiseen ohjaajista. Molempien ohjaajien läsnäolo tuo tilanteeseen myös “tärkeyttä”; molemmat ovat kiinnostuneita siitä millaisen ihmisen kanssa ollaan matkalle lähdössä. Alkutapaamisessa voidaan myös jakaa aktiivisuutta; toinen voi olla läsnä enemmän taustalla, kun toinen avaa keskustelua ja kertoo ryhmän toimintaperiaatteista. Aktiivisuus vaihtelee työparilta toiselle.

Alkutapaamisen tarkoitus on myös kevyesti arvioida nuoren mentalisaatiokykyä. Toisin sanoen kykyä tarkastella omaa mieltään; ajatuksiaan, tuntemuksiaan ja kokemuksiaan sekä kiinnostusta myös toisen erillisestä mielestä. Kuinka nuori kykenee jakamaan ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tuntemuksiaan tässä ja nyt, sekä tulevassa ryhmässä?

Alkutapaaminen antaa ehkä viitteitä siitä millainen ryhmäläisten vuorovaikutussuhteesta prosessin aikana syntyy. Keskustelu ryhmäläisten kanssa yksilöllisesti tuo esiin myös millainen kontakti nuorella on itsen ja toiseen sekä millaisia kokemuksia hänellä on ryhmistä, joihin hän on osallistunut aiemmin.

Alkutapaamisessa ohjaaja voi havainnoida itsessään sitä, millaiseen suhteeseen nuori häntä kutsuu. Esim. tunnet riittämättömyyttä (vaativa, anova), tunnet sulautuvaksi “olet imussa”, haluat kovasti “auttaa”, nuori ei herätä sinussa mitään tunteita tai ajatuksia, sinua ärsyttää jne. Tämä on mentalisaatiotyöskentelyä. Mentoroinnissa voi myös pohtia onko mentalisaatiokykyä vahvistavaa toimia ensivaikutelmien pohjalta. Nuori on todennäköisesti herättänyt samankaltaisia tunteita ja tarpeita toimia myös sinua ennen kohtaamisissaan ammatillisissa.

Näitä tuntemuksia ja kokemuksia on hyvä jakaa työparin kanssa avoimesti ja pohtia mitä ne voisivat kertoa sinusta tai toisesta, tai ylipäänsä tilanteesta. Pohdinnan tarkoitus ei ole löytää totuutta sinusta tai toisesta vaan opetella refleктоimaan avoimesti sitä mitä sinussa ja toisessa tapahtuu ja miten tämä tieto voisi auttaa sinua suhteessa nuoreen. Esim. vastaanko sulautumiskutsuun? Alanko toimia riittämättömyyden tunteestani käsin, vai voinko pysähtyä ja olla sen kanssa?

### **KYSYMYKSIÄ JA VINKKEJÄ ALKUTAPAAMISEEN**

Aluksi kerrotaan työskentelystä ryhmässä. Taiteesta ja kehollisuudesta. Kysytään miltä tämä vaikuttaa? Kerrotaan itsestä. Kerrotaan järjestävästä taustaorganisaatiosta lyhyesti. Alkutapaaminen voi olla niin jännittävä tilanne, että runsaan informaation vastaanottaminen voi olla haastavaa. Tunnelman luominen ja peruseriaatteiden jakaminen sekä tilan luominen kysymyksille on tärkeintä.

Alkutapaamiseen ja tutustumiseen voi käyttää myös kuvakortteja avuksi. Miten kuvailisit seuraavia asioita itsestäsi: millainen olen? Millainen suhde on taiteeseen? Mitä ajattelen taiteesta? Millaisia asioita haluaisin ryhmässä käsitellä?

Tässä muutamia kysymyksiä ja aiheita, joita alkutapaamisessa voi ottaa esiin. Tarkoituksena on valikoidusti käyttää näitä annettuja kysymyksiä:

- Elämäntilanne: Millainen on elämäntilanteesi?
- Akuutin kriisin poissulkeminen ja hoitoon ohjaaminen (ryhmä ei sovellu akuutissa kriisitilanteessa olevalle)
- Sitoutuminen: Jos tietää etukäteen, että tulee olemaan paljon pois, kehoitetaan siirtämään ryhmän aloittamista siihen, kun on paremmin mahdollisuus sitoutua.
- Ystävät ja sosiaalisen verkoston kartoittaminen
- Arki: syöminen (suhde ruokaan ja omaan kehoon. syömishäiriöt hyvä tietää), nukkuminen. Jos on ongelmia nukkumisen kanssa, voi olla vaikea tulla ryhmään, kun on vuorokausirytmisi sekaisin. Liikunnasta ja päihteidenkäytöstä voidaan myös kysyä. Nämä kysymykset voivat olla ehkä luontevampia sote-/kasvatusalan ohjaajalle.
- Omaisnäkökulma: Millainen on tilanne perheessä? Onko huolta jostakin toisesta? Jos tilanne, voidaan tarvittaessa tarjota myös FinFamin tuen ja neuvonnan palveluita.

Ryhmä. Millainen nuori on ryhmässä? Millainen suhde hänellä on ryhmään? Mitä hän ajattelee ryhmästä? Koitetaan synnyttää ymmärrystä siitä, että jokainen on osa ryhmää ja tärkeä ryhmässä. Poissaolot vaikuttavat ryhmäprosessiin, varsinkin, kun ryhmä on lyhyt. Poissaolojen seurauksena voi kokemus ryhmästä ollakin "tuhoava" eikä rakentava.

- Taide: Millainen suhde on taiteeseen kokijana, tekijänä vai tarkkailijana? Mikä taiteen muodoista on vieraampi/tutumpi?
- Muista kysyä lupaa kerätä henkilötiedot ja selvitä mihin käyttöön ne ovat: puh.numero ja sähköpostiosoite yhteydenpitoa varten. Tietoja ei luovuteta ulkopuolisille. Kysy myös mahdollinen yhteyshenkilö tai hoitokontakti, jos se tuntuu tarpeelliselta. On ikävää sekä ryhmän että ohjaajien kannalta, jos nuori vain "katoaa" kesken prosessin.

- Alkutapaamisessa voidaan tehdä myös kirjallinen sopimus, jossa näkyy kokoontumisajat, paikka ja ohjaajien yhteystiedot. Sovitaan myös käytännöt, mitä nuori tekee, jos joutuu olemaan poissa. Tilanne voi olla niin jännittävä, ettei nuori muista mitä on sovittu niin tähän sopimukseen voi palata myös yhdessä ryhmän kanssa.
- Ryhmissä on vaitiolovelvollisuus: omista kokemuksistaan saa puhua, mutta ei toisten.
- Kerrotaan myös se, että tämä ei ole psykoterapiaryhmä tai terapiaryhmä, vaan ryhmä on juuri niin terapeutin kuin hän itse sen haluaa olevan ja on valmis työskentelemään. Taide on terapeutista.
- Voi myös pyytää nuorta miettimään mitä haluaisi tietää tai mitä haluaisi ryhmässä käsiteltävän. Näitä tarpeita voidaan kerätä lapuille anonymisti ensimmäisillä ryhmäkerroilla ja suunnitella, miten ja milloin kysymyksiin vastataan.
- Voi myös kysyä millaisia ihmisiä nuori pelkää ryhmässä. Hän voi silloin tietoisesti pohtia mihin pelko voisi liittyä.

Alkutapaaminen on innostava, sopivasti kevyt, mutta viestii kuitenkin sitä, että tarkoitus on työskennellä eikä köllötellä. Työskentely vaatii siis omaa ponnistelua. Siedettävä ahdistus ryhmässä on vain hyväksi!