

## ASKELEITA VOIMISTELIJOIDEN KANSSA ASIOIDEN PUHEEKSI OTTAMISEEN (arkaluontoiset asiat)

- luota intuitioon
- välitä ja kohtaa nuori
- kuuntele ja ole läsnä
- ymmärrä erilaisuutta ja erilaista tapaa nähdä asioita

Huom, jos huoleen liittyy useampi voimistelija, muista kuulla heitä yhdessä ja erikseen

---

### Askeleita

1. Pohdi omaa huoltasi ja mieti, mikä herätti huolen.
2. Mieti, mikä nuoren kanssa työskentelyssä on hyvää ja toimivaa.
3. Pohdi, miten voisit ilmaista sekä hyvät asiat että huolet niin, että puhe ei kuulosta moitteelta tai syytteeltä.
4. Ennakoi, mitä tapahtuu, jos teet tai sanot sitä, mitä ajattelet. Miten nuori reagoi? Varaudu erilaisiin reaktioihin.
5. Harjoittele tapaa, miten otat asian esille.
6. Muuta lähestymistapaasi, jos harjoittelu tuottaa sinulle kielteisen tunteen, ennakkoinnin siitä, että nuori ei lähde keskusteluun tai lähestymistapa ei toimi.
7. Kun tunnet, että olet löytänyt rakentavan ja kunnioittavan tavan lähestyä nuorta, ota huolesi puheeksi sopivan ajan ja paikan tullen.
8. Kuuntele ja ole joustava, kyse on vuoropuhelusta. Ota tilanne huomioon.
9. Pohdi, mitä tapahtui. Kävikö niin kuin ennakoit? Mitä opit? Miten varmistat, että keskusteluyhteys nuoren kanssa pysyy edelleen?
10. Muista ennen kaikkea, että olet pyytämässä apua huoltasi vähentämiseen. Nuoren elämän kannalta on tärkeintä, että huoli tulee sanotuksi ja mahdollinen apu löydetyksi.
11. Saata nuori tarvittaessa avun piiriin.