

**P**elineuvola

TOUR

Pohjois-Savo ja Etelä-Savo 28.11.2017 – 25.1.2018

# Huolen puheeksiotto

Motivoiva keskustelu

Pelineuvola-Tour

Pelituki

Eija Myllymäki

# Rahapelaaminen puheeksi neutraalisti- malli (THL)

- <https://www.innokyla.fi/web/malli794561>
- <https://www.innokyla.fi/documents/794562/18a3ca3c-8404-4c49-94cb-181ff421e896>

# Digipelaamien puheeksi

## Kysy pelaamisesta!

- ✓ Pelaako hän omasta mielestään liikaa?
- ✓ Onko pelaaminen viime aikoina lisääntynyt runsaasti?  
Jos on, miksi?
- ✓ Onko hänellä muita murheita, joita hän pakenee peleihin?
- ✓ Onko hänen vaikeaa lopettaa tai hallita pelaamistaan?
- ✓ Onko velvollisuuksia (esim. koulu) jäänyt hoitamatta pelaamisen takia?
- ✓ Tapaako hän ystäviään myös pelien ulkopuolella?
- ✓ Onko pelaaminen edelleen hauskaa?

✓ Lähde: Nuoret pelissä 2016, s.31

# Kysy pelaamisesta!

- ✓ Keskustelulle on oltava riittävästi aikaa ja rauhallinen paikka.
- ✓ Muista neutraali keskustelunavaus, vältä syyllistämistä
- ✓ Pysy itse rauhallisena ja kannustavana.
- ✓ Kuuntele, mitä toinen sanoo, vaikka se tuntuisi vaikealta.
- ✓ Älä väkisin yritä todistaa ongelmallisuutta, jos nuori ei lainkaan hyväksy näkemystäsi.
- ✓ Kuuntele perusteluita ja muista, että myös sinä voit olla väärässä.
- ✓ Lähesty aihetta ratkaisukeskeisesti, älä ongelmallisuuden kautta.
- ✓ Pelaaminen on usein tärkeä harrastus, nuoren voi olla helpompi sitoutua pelaamisen vähentämiseen kuin lopettamiseen.
- ✓ Älä syytä itseäsi, jos rakentava keskustelu asiasta epäonnistuu.
- ✓ Jätä keskusteluyhteys aiheesta auki ja kuulosteile tilannetta.

✓ Nuoret pelissä 2016, s.31

# Muutos on arjen uudelleen järjestämistä

Työvälineitä [www.pelituki.fi](http://www.pelituki.fi) -neuvola

- ✓ Ongelmallisuuden arviointi lähtee arjen ja pelaamisen merkityksen kartoittamisesta
- ✓ Pelitapojen muutos edellyttää usein taustalla olevien ongelmien käsittelyä ja ratkaisua
- ✓ Ympäristön ja olosuhteiden muutokset vaativat yleensä toimia muiltakin kuin pelaajalta
- ✓ Onko motivaatiota muutokseen?
- ✓ Mistä muualta pelaaja voi saada vahvoja fiiliksiä?

# Motivoivan keskustelun pääperiaatteet

1. Empaattinen ilmapiiri, hyväksyvyys; ”istutaan samalla puolella pöytää”
2. Väittelyn välttäminen ja leimaamattomuus vs. asiantuntijuus
3. Vastarinnan tutkiminen; henkilön ilmaiseman ristiriidan esiin nostaminen
4. Tuetaan uskoa oman toiminnan vaikutukseen +/-

Lähde: Miller W, Rollnick S. 2002 (uusi painos)

# Avoimet kysymykset – ovi muutokseen <sup>1/3</sup>

## 1. Avoimet kysymykset

– tulisi olla 60-80 % avoimia kysymyksiä

## 2. Refleктоiva eli heijastava kuuntelu

## 3. Yhteenvedot

”antaa luvan puhua omin sanoin”

”asiakas puhuu enemmän kuin ammattilainen”

”mitä asiakas todella sanoo ja mitä toinen todella kuulee”

# Avoimet kysymykset – ovi muutokseen 2/3

- Alkavat sanoilla: Mitä, Milloin, Missä, Kuka, Kuinka?
  - Mistä haluaisit keskustella?
  - Kerro minulle enemmän siitä, kun...
  - Mitä hyvää ja mukavaa pelaamisessa on?



# Avoimet kysymykset – ovi muutokseen 3/3

## Suljettuja kysymyksiä:

- Pelaatko omasta mielestäsi liikaa?
- Onko velvollisuuksia (esim. koulu) jäänyt hoitamatta pelaamisen takia?
- Tapaatko ystäviäsi myös pelien ulkopuolella?
- Onko pelaaminen edelleen hauskaa?

## Avoimia kysymyksiä (=pelipuhetta”):

# Yhteenveto ja palaute

- Tee välillä yhteenvetoja, esim. : koet siis, että vanhempasi eivät ymmärrä pelaamistasi, vaikka se on sinulle tärkeä asia
- Loppuyhteenveto + hampurilaispalaute = myönteinen asia – kritiikki – myönteinen loppukommentti

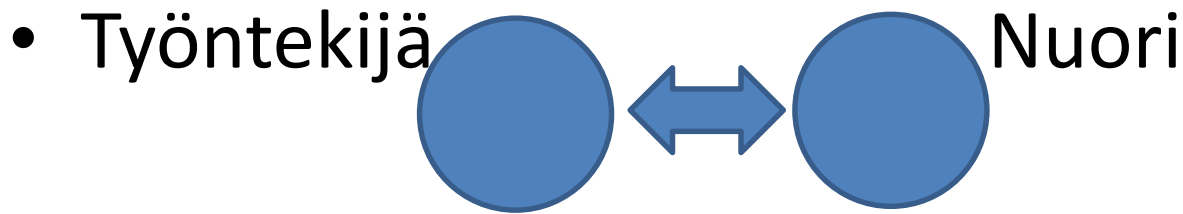


# Mitä voisinkin tehdä?

- Aito kiinnostus nuoren hyvinvoinnista: ”Peliergonomia”  
= tauot, uni, ravitsemus, istuma-asento (Nuoret pelissä s.25)
- Elämänhallinnan tukeminen;
  - Realistiset tavoitteet, pilkkominen pienempiin osiin
  - minun päiväni
  - pelipäiväkirja
  - tulevaisuuteen suuntautuminen ja sen positiiviset mahdollisuudet
  - edes yhden kaverin kanssa yhteydenpito vapaa-ajalla, ei netissä
  - jonkun harrastuksen uudelleen virittämien
- Läheiset ja läheisten voimavarat; kodin pelisäännöt?

# Harjoitus

- [https://www.youtube.com/watch?v=TebabCO\\_pnyU&list=PLbT1X1GrMZFqJ1180c7cQh9cV1XID6MIW](https://www.youtube.com/watch?v=TebabCO_pnyU&list=PLbT1X1GrMZFqJ1180c7cQh9cV1XID6MIW)



1. ilmapiiri
2. avoimet kysymykset
3. yhteenveto