



## Harjoitus: Missä olen nyt?

---

### Miksi?

Uuden oppimista edeltää nykyisten toimintatapojen tarkastelu. On hyvä tunnistaa omat taitonsa ja mahdolliset kehityshaasteensa.

Harjoituksessa pohditaan kokemuksia ja ajatuksia päihteitä käyttävän nuoren tunnistamisesta ja päihteiden käytön puheeksiotosta.

### Miten?

Tämän harjoituksen tekemiseen on hyvä varata noin 10 minuuttia. Pohdi jokaista neljää osa-aluetta ja niiden alla esitettyjä kysymyksiä. Millaisia kokemuksia ja ajatuksia sinulla on tunnistamisesta ja puheeksiotosta?

Harjoituksessa ei ole oikeita eikä väriä vastauksia. Halutessasi voit kirjoittaa vastauksia muistiinpanoihisi.

---

### 1. Tunnistaminen

- Millaisissa tilanteissa olet epäillyt nuoren käyttävän päihteitä?
- Millaiset seikat ovat toimineet hälytysmerkkeinä?
- Millaisia tunteita sinussa on silloin herännyt?
- Onko tunnistamisesta herännyt ajatus päihteiden puheeksiotosta?
- Miltä ajatus puheeksiotosta on tuntunut?

### 2. Puheeksiotto

- Oletko ottanut päihteet puheeksi nuoren kanssa?
- Miten puheeksiotto on tapahtunut?
- Miltä se on tuntunut?
- Onko ollut tilanteita, joissa et ole ottanut päihteitä puheeksi?
- Millaisissa tilanteissa näin on tapahtunut?
- Miltä se on sinusta tuntunut?

### 3. Mikä on toiminut?





- Milloin puheeksiotto on mielestäsi onnistunut?
- Millaiset tilanteet ovat jääneet mieleesi onnistumisena?
- Miten olet tuolloin toiminut?
- Mitkä seikat mahdollistivat onnistumisen?

#### **4. Mikä ei ole toiminut?**

Oletko kohdannut tilanteita, joissa puheeksiotto ei ole johtanut keskusteluun tai se on jäänyt kesken?

- Mitä silloin tapahtui?
- Mikä teki tilanteesta haastavan?
- Olisitko voinut itse vaikuttaa tilanteen kulkuun?
- Mitä tekisit vastaavassa tilanteessa toisin?

