

# Resilienssivalmennus

Ohjaamo Olkkari 2.0 -hankkeessa

# Ohjaamo Olkkari 2.0 kehittämishanke 2021 huhtikuu – 2023 elokuu

## **Päätoteuttaja:**

Essote, aikuissosiaalityö / Ohjaamo Olkkari

## **Osatoteuttaja:**

Juvenia, nuorisoalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, XAMK

**Hankkeen nettokustannukset yhteensä: 486 566€**

## **Hankkeen kohderyhmä:**

Ensisijaisesti heikoimmassa asemassa olevat 15-29-vuotiaat henkilöt ja heidän läheiset, mutta myös kaikki nuoret taustasta riippumatta.



# Resillienssivalmennuksen taustaa

- Uusille urille hanke
  - Tulevaisuuden työelämän osaamistarpeet, oman osaamisen tunnistaminen ja sanoittaminen, osaamisidentiteetti, valmiuksien rakentaminen; tulevaisuuden suunnitelmat.
- Digillä duuniin! –hanke
  - Kokemukset verkkotyöpajasta, pelillisyydestä ja ryhmävalmennuksista verkossa
- Digivoimaa hanke
  - Digivalmiudet, digihyvinvointi

# Resilienssi

”Kimmoisuus, sopeutumiskyky; kyky käsitellä yllättäviäkin muutoksia, sopeutua niihin ja löytää niiden keskellä väyliä selviytyä.”

Laura Valli, väitös yksilön resilienssistä, 2020

# Resilienssivalmennus

- Kohderyhmänä nuoret, ammattilaisille työkaluja ohjaamiseen (digitaaliset sovellukset + muut valmiudet)
- Tausta-ajatuksena tulevaisuuden muutokset sekä muuttuva yhteiskunta ja työelämä (ennakointitieto, teknologian kehitys, megatrendit)
- Valmennuksen avulla halutaan:
  - Auttaa nuoria visioimaan henkilökohtaisia, positiivisia tulevaisuuden skenaarioita (tulevaisuususkko)
  - Vahvistaa **resilienssiä** eli antaa erilaisilla menetelmillä eväitä löytää oma polku tulevaisuuden muutoksista huolimatta (oman osaamisen ymmärtäminen, digivalmiudet, työelämätaidot, hyvinvointitaidot)
- Valmennuksen lähtökohtina tulevaisuusohjaus, pelillisuus, toiminnallisuus ja toimijuuden vahvistaminen sekä yksilöllinen tuki

# Tulevaisuusohjaus

- Yhdistää tulevaisuudentutkimusta ja tulevaisuusajattelua sekä elämän, opintojen ja työuran suunnittelua
- Huomioi sekä suuret yhteiskunnalliset tekijät että yksilön sisäiset odotukset, tarpeet, toiveet ja arvot. Varaudutaan erilaisiin kehityskulkuihin, jotka johtavat erilaisiin tulevaisuuksiin (skenaariot)
- Tulevaisuusohjauksessa olennaista on kriittinen ajattelu sekä kyky kyseenalaistaa. Se soveltuu työkaluksi resilienssin, itsetuntemuksen tai reflektointitaitojen vahvistamiseen
- Ohjauksella halutaan vahvistaa ohjattavan halua tehdä aktiivisia, omaan tulevaisuuteen vaikuttavia valintoja. Samalla ylläpidetään tulevaisuususkoa ja kykyä nähdä positiivisia tulevaisuuksia

## Oma osaaminen

- Omien vahvuuksien sanoittaminen ja tunnistaminen
- Osaamisidentiteetti
- Tulevaisuuden osaamistarpeet
- Osaamisen kehittämissuunnitelma

## Työelämätaidot

- Tulevaisuuden työelämä ja osaaminen
- Työnhakutaidot
- Työelämätaidot
- Miten siellä työelämässä ollaan ja pärjätään? Erilaiset urapolut

## Hyvinvointitaidot

- Positiivinen tunnistaminen
- Sosiaalinen pääoma ja voimavarat
- Oma arvomaailma ja sisäinen motivaatio
- Digivalmiudet ja digihyvinvointi

# Tarvekartoitus & resilienssivalmennus

Tulevaisuusohjaus  
Skenaariot-vaihtoehdot-valinnat  
Ennakointi: Tieto ja visiointi  
Tulevaisuususkko



**Tunne huominen - All for the future.**