

# Ohjauksen taustateoriaa - eväitä oman ohjaajuuden kehittämiseen

Ohjaus voidaan nähdä *ajan, huomion ja kunnioituksen antamisena ja rinnalla kulkemisena*. Parhaimmillaan ohjaus edistää asiakkaan toimijuutta ja antaa työkaluja kehittää omaa elämää uuteen suuntaan. Ohjauksen keskiössä on tasavertainen, luottamuksellinen ja avoin ohjaussuhde ja ohjaukseen käytetään ideaalitulanteessa se aika, jonka kyseinen asiakas ja tilanne vaatii, realiteetit huomioiden. Ohjauksessa painottuu ohjaajan ja asiakkaan välinen keskustelu, jonka aikana muun muassa kysytään, selvennetään, suunnitellaan ja asetetaan tavoitteita. Ohjaussuhteen muodostumisessa on tärkeää, että ohjaaja perustaa käsityksensä ohjattavasta saamaansa tietoon eikä omiin uskomuksiin ja oletuksiin. (Onnismaa 2007, 7, 30.) Uskomukset ja oletukset vaikuttavat kaiken toimintamme taustalla, mutta ne tiedostamalla voimme vaikuttaa siihen, ettemme oleta asioita, vaan kannustamme asiakasta luomaan omat merkityksensä.

Jokaisella ohjaustyössä toimivalla asiantuntijalla ajatusmaailma, kulttuuri, kokemukset ja muu konteksti vaikuttavat tapaan toteuttaa ohjaustyötä. Ammatillisesti puhumme *ohjauksen käyttöteoriasta*, mikä tarkoittaa niiden ohjausteorioiden kokonaisuutta, joiden näemme vaikuttavan työhömmme. Käyttöteoria muodostaa viitekehyksen ohjaukselliselle ajattelulle ja se on usein osin tiedostamaton. Ohjauksen käyttöteoria kuitenkin vaikuttaa käytännön ohjaustyöhön ja siihen, mihin pyrimme ohjauksellamme, joten sen pariin on hyvä aika ajoin palata. Erilaisten ohjausteorioiden tuntemus myös vahvistaa tunnetta oman käyttöteorian toimivuudesta ja sopivuudesta itselle. Käyttöteoria muodostuu usein yhden ohjausteorian sijaan usean teorian yhteenkietoutuneista palasista. Oikeaa teoriaa tai teoriayhdistelmää ei ole, vaan jokainen ohjaaja muodostaa niistä itselleen sopivimman kokonaisuuden.

Opinto- ja uraohjauksella voidaan nähdä olevan jopa yli sata teoriasuuntausta, jotka vaikuttavat ohjaustoiminnan taustalla. Yhtä tai muutamaa selkeää pääteoriaa ei ole, mutta 2010-luvulla ohjauksessa painotetaan ihmisläheisyyttä, jätetään ohjaajan asiantuntijarooli taustalle, korostetaan tasavertaista ohjaussuhdetta sekä nähdään asiakas aktiivisena toimijana. Myös alle kootut ohjauksen taustateoriat ja lähestymistavat on valittu peilaten näitä elementtejä ja keskittyen tällä hetkellä vallalla oleviin ohjauksen ajattelumalleihin. Esitellyt ohjauksen taustateoriat on koottu aakkosjärjestyksessä. Jos innostut perehtymään ohjauksen taustateorioihin syvemmin, voit tutustua aiheeseen lisää lopusta löytyvän lähdeluettelon avulla.

## Tunnetuimpia ohjausteorioita

### Aktiivinen ohjaus

Aktiivisessa ohjausteoriassa ohjaus nähdään loogisena ja jäsenyneenä kokonaisuutena, jossa on tärkeää huomioida *konteksti* (Amundson 2005, 13–15). Aktiivisen ohjauksen keskiössä on myönteinen ja selkeä ohjaussuhde, jossa on tärkeää ymmärtää asiakkaan tarina sekä huomioida taustalla vaikuttavat ulkoiset ja laukaisevat tekijät. Lisäksi ohjaussuhteessa on tärkeää tiedostaa, että sitä säätelevät totut toimintatavat ja sosiaaliset odotukset. (Amundson 2005, 17, 36–38, 40–41.)

Aktiivisessa ohjauksessa lähdetään liikkeelle *ohjaussuhteesta*. Ohjaussuhteessa korostuvat aitous, asiakkaan arvostaminen, empaattinen ymmärrys ja yhteisen maaperän luominen. Ohjaajan rooli ei ole olla toisen yläpuolella oleva ammattilainen, vaan aito ja rehellinen kohtaaja. Ohjaaja voi käyttää työvälineenään esimerkiksi toisin sanoittamista, yhteenvetoa, empatiaa, tiedon antamista, asioiden yhteen liittämistä ja avoimia kysymyksiä sekä auttaa asiakasta tunnistamaan ja sanoittamaan vahvuuksiaan sekä haastaa löytämään epäjohdonmukaisuuksia. Myös metaforat ovat ohjaajalle hyvä työväline auttaa ongelmien määrittelyssä, ja esimerkiksi piirtäminen voi auttaa ongelman viemisessä uudelle tasolle. Lisäksi aktiivisessa ohjauksessa hyödynnetään internetiä tiedonlähteenä ja neuvontaa. Aktiivisessa ohjauksessa ohjaajan ja asiakkaan välillä vallitsee avoin ja suora keskustelu ja tavoitteet sovitaan asiakkaan kanssa yhdessä. Ohjaussuhteen päättyessä on hyvä pohtia, mitä on saatu aikaan ja laatia selkeä toimintasuunnitelma, miten tästä jatketaan eteenpäin. Toimintasuunnitelman yhteydessä huomioidaan myös varasuunnitelmat. Suunnitelman voi vahvistaa allekirjoituksella ja näin motivoida pitäytymään suunnitelmassa. (Amundson 2005, 20–25, 28, 31–35, 44–46, 53–55, 123–127.)

Aktiivisessa ohjauksessa käytettävät työvälineet soveltuvat monipuolisesti ura- ja opinto-ohjaukseen. Amundsonin (2005, 26–27) teoksessa esitellään muun muassa *urapyörä*, johon on kätevä jäsentää ammattihaaveita suhteessa ihmissuhteisiin, aiempaan kokemukseen, toiveisiin ja muuhun kontekstiin. Puolestaan *tiekartta*-harjoitus auttaa jäsentämään matkaa tavoitteeseen sekä näkemään mahdolliset esteet matkan varrella ja *elämänviiva*-harjoitus nostaa näkyviksi menneet elämän tapahtumat, jotka saattavat vaikuttaa taustalla tulevaisuutta suunniteltaessa. (Amundson 2005, 38–39, 42–43.)

## Dialoginen ohjaus

Dialogisessa ohjaussuuntauksessa ajatellaan, että ihmiset elävät yhteydessä muihin ja kaikki on hyvin, kun tämä yhteys on olemassa. Dialogisen ohjauksen ydinajatus onkin *kontaktin saaminen toiseen ihmiseen*, mistä koko ohjauksen ajatellaan lähtevän liikkeelle. (Leiman 2015b, 19–22.) Lisäksi dialogisen ohjauksen ydinajatuksina voidaan pitää ongelmallisten toimintatapojen tunnistamista ja *toimijuuden esteitä*. Asiakkaaseen on tärkeää saada yhteys, jotta nähdään, mitä pinnan alla piilee. Ohjauksessa keskiössä on asiakkaan näkökulma. (Leiman 2015b, 19–22, 29–30; 2015a, 38–39.) Leiman (2015a, 31) tiivistää dialogisen ohjauksen ja ohjauksen ylipäättänsä olevan yhteistoimintaa, jossa linkittyvät ohjaajan ja ohjattavan kontakti, ohjattavan näkökulman tavoittaminen sekä oikea ajoitus.

Ennen ohjauksen alkua ohjaajan on hyvä tiedostaa, ettei ohjaaja voi olla koskaan varma, mihin ohjausprosessi tulee lopulta viemään. Jokainen ohjauskerta on ainutlaatuinen kohtaaminen kahden ihmisen välillä. Siksi yhteyden saaminen asiakkaaseen nousee erityisen tärkeään asemaan. Yhteyden luomiseen on monia työvälineitä, kuten kuunteleminen, kuvien tai musiikin hyödyntäminen tai yhteisen sanaston muodostaminen. (Leiman 2015a, 34–36; 2015b, 24–29; 2015c, 55, 67–69.) Ohjaaja voi hyödyntää myös *vastavuoroista asetelmaa*, mikä tarkoittaa asettumista suhteessa toiseen ja itseen niin, että pystyy auttamaan asiakasta tunnistamaan dialogeja, joita hän käy itsensä kanssa (Leiman 2015b, 24–29).

Varsinainen ohjausprosessi alkaa *ilmiongelman* jäsentämisestä. Ilmiongelma tarkoittaa esille nousevaa ongelmaa, esimerkiksi vaikeutta jossakin oppiaineessa, muttei se vielä kerro, mistä on todella kysymys. Siksi seuraavaksi ryhdytään tunnistamaan ongelmaa ylläpitäviä toimintatapoja, *toimijuuden esteitä*, huomioiden, että hankalat toimintatavat ovat läsnä sekä tässä hetkessä että historiassa ja asiakkaan ohella niihin voivat vaikuttaa myös muut

ihmiset. Toimijuuden esteenä voi olla esimerkiksi avun torjuminen. Toimijuuden esteiden tunnistaminen tuo vastauksen siihen, mikä tuottaa sekä ylläpitää ongelmaa ja estää sitä muuttumasta. (Leiman 2015b, 29–30; 2015a, 38–39; Miettinen 2015, 125–126.) Toimijuuden esteiden kartoittamisen jälkeen voidaan ryhtyä asettamaan ohjaukselle tavoitteita lyhyellä ja pitkällä aikavälillä. Koko ohjausprosessia kehystää vastavuoroinen suhde ohjaajan ja asiakkaan välillä. (Leiman 2015a, 34–40.)

Ohjaaja törmää ohjatessaan usein tilanteeseen, jossa ohjaukseen hakeutumisen todellinen syy alkaakin paljastua vasta pikku hiljaa ohjauksen edetessä. Tällaisissa tilanteissa korostuu dialogisen ohjauksen ydinajatus – tärkeys nähdä ohjaus kahden ihmisen ainutlaatuisena kohtaamisena, jossa voi nousta esille mitä vain. Toimivan ja vastavuoroisen ohjaussuhteen avulla voidaan löytää todellinen ilmiongelman ja sen taustavaikuttajat, toimijuuden esteet, minkä jälkeen voidaan lähteä rakentamaan polkuja eteenpäin. Usein jo pelkkä esteen tiedostaminen vie prosessia suuren harppauksen eteenpäin.

## Kognitiivinen ohjaus

Kognitiivinen teoriasuuntaus juontaa juurensa kognitiiviseen psykologiaan. Tämä teoriasuuntaus nousi vallalle 1960-luvulla ja vei huomion toimintaan vaikuttaviin tunteisiin ja käytökseen, yksilön tiedonkäsittelyprosesseihin. Kognitiivisessa suuntauksessa korostetaan strukturoitua, rationaalista ja jäsennehtyä toimintatapaa sekä aktiivista ja tähän hetkeen keskittyvää ohjausta. Kognitiivisen ohjauksen ytimessä ovat *ongelmanratkaisu* ja käytöstä kontrolloivien *kognitiivisten prosessien tiedostaminen*. Tällaisia toimintaan vaikuttavia kognitiivisia tekijöitä ovat muun muassa *automaattiset ajatukset*, eli ajatukset, joilla henkilö tulkitsee tilanteita ja joita ei aina tiedosteta, sekä *kognitiiviset vääristymät*, jotka linkittyvät vahvasti muistiin. *Tavoitteellisesti ja aktiivisesti toimiva yksilö* nähdään kognitiivisen ohjauksen ytimessä. (McLeod 2009, 128, 137–143.)

Kognitiivisessa ohjauksessa pyritään jäsentämään ja ymmärtämään asiakkaan ongelmaa kognitiivisista prosesseista käsin. Ohjauksen ajatellaan olevan yhteistä tutkimista ja todistusaineiston etsimistä, jonka tavoitteena on muuttaa ajattelua. (Onnismaa & Pasanen 2000, 83–90.) Kognitiivisessa ohjauksessa keskitytään automaattisten ajatusten tunnistamiseen tukemalla sisäistä dialogia sekä kiinnittämällä huomiota taustalla vaikuttaviin ajatuksiin ja mahdollisuuteen muuttaa niitä. Ohjauksessa pyritään tunnistamaan ja tiedostamaan myös kognitiivisia vääristymiä, kuten yliyleistämistä tai mustavalkoista ajattelua. (McLeod 2009, 137–143.) Asiakas voi esimerkiksi nähdä tietyn ihmisryhmän toteuttavan aina tietynlaista toimintaa ja olevansa siksi estynyt itse toimimaan vastaavalla tavalla. Vaihtoehtoisesti asiakas voi ajatella, ettei hänen kannata yrittää uudelleen, koska ei ole ennenkään onnistunut.

Kognitiiviset vääristymät on tärkeää tunnistaa, jotta niitä voidaan työstää eteenpäin ja muotoilla uudelleen. Käytännön työvälineinä kognitiivisessa ohjauksessa käytetään esimerkiksi valmiita kysymyspatteristoja, tietokoneavusteisia kyselyjä, portfolioita, listoja ja toimintasuunnitelmia (Mäkinen 2012). Kognitiivisen ohjauksen ohjaussuhteessa painottuu ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen välisen yhteyden havainnollistaminen ja näiden yhteisvaikutusten tunnistaminen asiakkaan elämänurapolussa (McLeod 2009, 143–144, 147–160; Onnismaa & Pasanen 2000, 89–90). Kognitiivinen ohjaus painottaa järkiperustaista ja loogista ajattelua ja sitä voidaan verrata tietokoneen logiikkaan tai vaiheittain etenevään reseptin mukaan leipomiseen (Mäkinen 2012). Siksi tätä teoriasuuntausta käytetään enää harvoin ohjauksen käyttöteorian ainoana käyttöteorianä.

## Konstruktivistinen ohjaus

Konstruktivistinen lähestymistapa ohjaukseen on kehittynyt 1900-luvun lopulla ja vaikuttanut useisiin muihin ohjauksen teoriasuuntauksiin. Tämän ohjaussuuntauksen mukaan *ihminen rakentaa itse oman käsityksensä maailmasta sekä omasta urastaan* ja tätä rakentamista tehdään jatkuvasti. Vastavuoroisesti yhteiskunta ja ympäröivä kulttuuri rakentavat ja muovaavat jatkuvasti ihmistä. Konstruktivistisessa ohjauksessa ajatellaankin, ettei ole olemassa yhtä objektiivista todellisuutta. Ihminen nähdään aktiivisena toimijana, jolla on kapasiteettia kehittyä läpi elämän ja mahdollisuuksia muokata itseään ja ympäristöä. (McLeod 2009, 224–227; Savickas 2002, 157–160.) Konstruktivistisen ohjauksen alle kuuluu muun muassa sosiokonstruktivismin käsite, jossa korostetaan sosiaalisen ympäristön vaikutuksia yksilön rakentumisessa. Sosiokonstruktivismissa ajatellaan, että tarkoitus rakennetaan ihmisten välisessä yhteistyössä. (McLeod 2009, 222–224, 235–241.)

Konstruktivistisen ohjauksessa on keskiössä yhteistoiminta, aito välittäminen, toimintasuuntautuneisuus ja prosessimaisuus. Ohjauksessa korostetaan aktiivista toimintaa, dialogisuutta sekä vastavuoroisuutta, ja sekä ohjaaja että asiakas nähdään asiantuntijoina. Ohjauksessa käytettyjä tekniikoita ovat muun muassa ongelmanratkaisu, reflektointi, rentoutuminen sekä kotitehtävät. Myös tarinat ja narratiivisuus linkittyvät osaksi tätä ohjaussuuntausta. Konstruktivistinen ohjaussuuntaus on laaja ja hajanainen, mistä johtuen harva ohjaaja nojaa ohjauksen käyttöteoriaansa vain tähän ohjaussuuntaukseen. Konstruktivistinen ohjaus on kuitenkin vaikuttanut moniin muihin lähestymistapoihin ja luo siksi merkittävän pohjan monelle tunnetulle ohjausteorialle. (McLeod 2009, 222–227, 246–247.)

## Narratiivinen ohjaus

Narratiivinen ohjaus on syntynyt osana postmodernia yhteiskuntaa ja onkin ohjaussuuntauksena suhteellisen tuore. Narratiivinen ohjaus pohjautuu konstruktivistiseen ohjaussuuntaukseen. (McLeod 2009, 222–224.) Narratiivisen ohjauksen ydinkäsite on *narratiivi*, eli kertomus, joka tarkoittaa jotakin tapahtumaa kuvaavaa tarinaa. Narratiiviin sisältyy alkua, tapahtumat, keskikohta, loppu ja henkilöitä. Narratiivin käsite vaihtelee kulttuureittain, mikä on tärkeää tiedostaa osana omaa ohjausta. (Davy 2010, 152.) Narratiivisen ohjauksen avainidea on kulttuurin ja perheen narratiivien tunnistaminen ja näkeminen suhteessa yksilöön, *hallitsevan narratiivin* löytäminen sekä tukea antavan verkoston korostaminen. Hallitseva narratiivi tarkoittaa elämässä vallalla olevaa kertomusta, joka heijastuu yksilön muihin kertomuksiin ja sen ymmärtäminen on tärkeää tasapainoisen elämän mahdollistamiseksi sekä muiden narratiivien ymmärtämiseksi. Narratiivisessa ohjauksessa keskitytään persoonalliseen kokemukseen ja henkilökohtaisiin merkityksiin yksilön ja kulttuurin näkökulmasta. Ihminen nähdään omien narratiiviansa asiantuntijana, aktiivisena toimijana sekä sosiaalisena olentona. (McLeod 2009, 235–236; Cochran 1997, 31.)

Narratiivinen ohjaus katsoo tulevaisuuteen ja siinä pidetään tärkeänä mahdollisuutta ennakoita sekä kartoittaa tulevaisuuden narratiiveja ja sitä kautta pohtia, millaista tarinaa haluamme itsestämme kertoa esimerkiksi uranarratiivien kautta. Narratiivisen ohjauksen päämäärä on auttaa asiakasta ymmärtämään ja suunnittelemaan narratiivejaan keskittyen tähän hetkeen, mutta samalla pitäen mielessä tulevaisuuden mahdollisuudet. (Cochran 1997, 1–2, 31.) Ohjaajan tehtävä on auttaa asiakasta käsittelemään uudelleen tarinoitaan sekä auttaa tunnistamaan elämän hallitsevat narratiivit. Ohjaajan on keskeistä tukea asiakasta asettumaan ulkopuolisen asemaan suhteessa omiin narratiiveihinsa, auttaa näkemään niiden mahdolliset ongelmat ja mahdollistaa narratiivien uudelleen rakentaminen kohti parempaa tarinaa. Jotta asiakas haluaa jakaa ohjauksessa tarinoitaan ja työstää niitä yhdessä eteenpäin, korostuu tasa-arvoisen ja hyväksyvän ohjaussuhteen merkitys. (McLeod

2009, 235–236.) Menetelminä narratiivisessa ohjauksessa käytetään muun muassa havainnollistamista, esimerkiksi unelmien kuvaamista tai elämänviivaa, aktiivista kuuntelua, metaforia, musiikkia sekä jäsentämistä. Menetelmät valikoituvat yksilöllisen tarpeen mukaan. (Cochran 1997, 85–90; McLeod 2009, 236–241; Strawbridge & Woolfe 2010, 15.)

## Ratkaisukeskeinen ohjaus

Ratkaisukeskeinen ohjaus linkittyy ratkaisukeskeiseen terapiaan ja sen voidaan katsoa juontavan juurensa vahvasti konstruktivistisesta ohjausperinteestä. Ratkaisukeskeisessä ohjauksessa keskitytään ongelman sijasta *ratkaisuihin sekä voimavaroihin* ja asiakas nähdään yksilönä. Ratkaisut eivät kuitenkaan ole ennustettavia, vaan ne luodaan konstruktivistisen ajattelun mukaisesti itse. *Muutokseen keskittyminen* on ratkaisukeskeisen ohjauksen ytimessä ja tässä ohjaussuuntauksessa nähdään, että muutos on väistämätön, jotta päästään eteenpäin. (McLeod 2009, 228–234.)

Ratkaisukeskeisessä ohjauksessa ohjaajan ydintehtävä on kannustaa asiakasta *ratkaisevaan puheeseen*, eli auttaa asiakasta löytämään ratkaisuja ongelmaansa. Keskiössä ovat asiakkaan päätökset. Ohjausprosessin alussa ohjaajan on tärkeää rohkaista asiakasta puhumaan vapaasti jokapäiväisestä elämästään, ei siis vielä ongelmista, ja lähteä tätä kautta rakentamaan arvostavaa ohjaussuhdetta. Ratkaisukeskeisen ohjauksen taustalla on ajatus, että ongelman läsnäolosta huolimatta aina on myös aikoja, jolloin ongelma ei ole läsnä ja näistä hetkistä ammetaankin voimaa. Ohjauksessa käytettäviä menetelmiä ovat esimerkiksi ongelman nimeäminen, tavoitteiden muotoileminen ja päivittäminen ohjauksen edetessä, uuden elämän kuvittelu, asioiden arvioiminen numeroasteikolla sekä kannustaminen. Lisäksi ohjauksessa vallitsee myönteisyyden, luovuuden, leikkisyyden sekä huumorin ilmapiiri ja ohjaaja auttaa asiakasta huomaamaan pienetkin muutokset.

Koska ratkaisukeskeisessä ohjauksessa keskitytään ongelman sijaan ratkaisuun, on tulevaisuussuuntautuneisuus vahvasti läsnä läpi ohjauksen. Siksi ohjaajan on tärkeää asettaa kysymyksiä, jotka virittävät ajattelua toivottuun tulevaisuuteen. Ohjausprosessin lopussa ohjaaja keskittyy asiakkaan positiivisiin saavutuksiin ja reflektoi ohjauskokonaisuutta. (McLeod 2009, 228–234; Ratkes 2015.) Ratkaisukeskeisessä ohjauksessa korostetaan luovia ratkaisuja, toiveikkuutta, voimavaroja, edistymistä, tavoitteita ja yhteistyötä, ja se on hyvin käytetty taustateoria kaikenlaisessa asiakas-, ohjaus- ja terapiatyössä (Ratkes 2015). Moni valitsee ratkaisukeskeisyyden osaksi omaa käyttöteoriaa, mutta se muodostaa harvoin koko käyttöteorian kokonaisuuden.

## Sosiodynaaminen ohjaus

Sosiodynaamisen ohjausteorian mukaan elämä on dynaaminen prosessi, jossa ohjaus kulkee mukana halki elämän (Peavy 2001, 57). Sosiodynaamisessa ohjauksessa ihmisen sosiaaliseen elämään ajatellaan linkittyvän monenlaisia rajoituksia ja mahdollisuuksia. *Ihmisten välinen vuorovaikutus* nousee keskiöön ja ihmisten ajatellaan olevan vuorovaikutuksen kautta yhdessä luotuja. Näin ratkaisutkin nähdään yhdessä rakennetuiksi. Sosiodynaaminen ohjausteoriassa ohjaus nähdään *yhteistyönä*, jatkuvana muutoksena ja kokonaisuuksia korostavana auttamisen muotona, jossa ihminen on läsnä persoonana. Sosiodynaaminen ohjaus linkittyy konstruktivistiseen lähestymistapaan ja siinä korostuvat elämän suunnitteleminen, ohjauksen vuorovaikutteisuus, mahdollisuuksien korostaminen sekä voimavarojen lisääminen. Kulttuurin nähdään vaikuttavan kaiken taustalla ja myös tarjoavan välineitä ohjaukseen. Siksi kontekstin ymmärtäminen on myös tässä teoriasuuntauksessa tärkeää. Sosiodynaamisen ohjauksen tehtävä on luoda vakautta sekä lisätä toivoa ja vapautta. Olennaista on suunnata tulevaisuuteen. (Peavy 2001, 20, 27, 32–34; 2006, 39, 57, 63–64.)

Sosiodynaamisessa ohjauksessa ohjaus nähdään aitona ja inhimillisenä kahden ihmisen kohtaamisena, jossa kumpikin saa kunnioitusta (Peavy 2006, 35). Hyvässä sosiodynaamisessa ohjauksessa ohjaaja on aidosti läsnä ihmisenä, keskustelu on molempien kannalta mielekästä ja ohjaustilanteessa vallitsee turvallinen ilmapiiri, jossa luodaan yhteistä ymmärrystä kummankin osallistumisen kautta. Keskustelulla on ohjauksessa keskeinen rooli, ja ohjaus nähdään kokonaisuudessaan yhteistoimintana asiakkaan ja ohjaajan välillä, jossa tavoitellaan yhteistä ymmärrystä. Ohjaajan rooli on edistää dialogista viestintää, mahdollistaa reflektointi ja ohjata keskustelua toimimalla tarpeen mukaisesti. Ohjaaja toimii myötätuntoisesti, kuuntelee ja keskittyy syvällisesti, kunnioittaa, antaa aikaa sekä ymmärtää asiakkaan merkityksiä ja selventää asioita. Käytännön työvälineinä ohjaaja voi käyttää esimerkiksi kuullun kertaamista ja tiivistämistä, kuvia, karttajarjoituksia, selventäviä tai kuvailevia kysymyksiä sekä miellekarttoja. Ohjauksen keskiössä on asiakas, se on usein kahdenkeskinen prosessi ja sillä on aina yksilöllisesti kohdennettu tavoite. (Peavy 2001, 32–34, 82, 86; 2006, 39, 58–60, 69–83, 91–92.)

Sosiodynaamisen ohjauksen kehittäjä Vance Peavy (2002) on todennut näin: “To ask: What kind of career is best and possible for me is to ask: How should I live my life”. Peavy nostaa uraohjauksen keskeiseksi kysymykseksi sen, miten asiakas haluaa elää elämänsä. Tässä ohjaussuuntauksessa korostuukin vahva holistisuus, eli elämänkentän eri osa-alueiden monipuolinen käsitteleminen ja huomioiminen, ohjauksen linkittyminen läpi elämän kestäväksi prosessiksi sekä kulttuurin huomioiminen ja konstruktivistinen ajattelumalli itsensä rakentamisesta. Peavyn ajatukset ja niiden pohjalta kootut harjoitukset ovat helposti sovellettavissa moniin erilaisiin ohjaustilanteisiin. (ks. <http://www.avosto.net/kori/peavy/peavy.htm>).

## LÄHTEET

Amundson, N. 2005. Active Engagement. Enhancing the Career Counselling Process. Edition 2. Suom. P. Auvinen. Aktiivinen ohjaus. Opas uraohjauksen ammattilaisille. Helsinki: Psykologien kustannus.

Cochran, L. 1997. Career counseling: a narrative approach. Thousand Oaks, CA: Sage.

Davy, J. 2010. A Narrative Approach to Counselling Psychology. Teoksessa: R. Woolfe, S. Strawbridge, B. Douglas & W. Dryden (toim.) Handbook of Counselling Psychology. 3th ed. London: Sage, 151–172.

Leiman, M. 2015a. Dialogisen hahmotustavan käsitteelliset työvälineet. Teoksessa: M. Koivuluhta & P. Kauppila (toim.) Toimijuuden tuki: Dialoginen ohjaus. Helsinki: Kopio Niini Oy, 31–40. Saatavilla sähköisesti osoitteessa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1759-1/urn_isbn_978-952-61-1759-1.pdf)

Leiman, M. 2015b. Dialogisen ohjauksen periaatteita ja työvälineitä. Teoksessa: M. Koivuluhta & P. Kauppila (toim.) Toimijuuden tuki: Dialoginen ohjaus. Helsinki: Kopio Niini Oy, 19–30. Saatavilla sähköisesti osoitteessa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1759-1/urn_isbn_978-952-61-1759-1.pdf)

Leiman, M. 2015c. Ilmaisusta toimijuuden esteiden hahmottamiseen. Teoksessa: M. Koivuluhta & P. Kauppila (toim.) Toimijuuden tuki: Dialoginen ohjaus. Helsinki: Kopio Niini Oy, 41–70. Saatavilla sähköisesti osoitteessa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1759-1/urn_isbn_978-952-61-1759-1.pdf)

McLeod, J. 2009. An Introduction to Counselling. 4th ed. New York: Open University Press.

Miettinen, S. 2015. "Kehari?" Dialogisen ohjauksen käytännön sovelluksia. Teoksessa: M. Koivuluhta & P. Kauppila (toim.) Toimijuuden tuki: Dialoginen ohjaus. Helsinki: Kopio Niini Oy, 125–126. Saatavilla sähköisesti osoitteessa: [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1/urn\\_isbn\\_978-952-61-1759-1.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1759-1/urn_isbn_978-952-61-1759-1.pdf)

Mäkinen, L. 2012. Kognitiivinen ohjausteoria. <https://kyvyt.fi/view/view.php?id=21096> (luettu 23.3.2019)

Onnismaa J. & Pasanen H. 2000. Ohjaus ammattina ja tieteenalana. Ohjauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus. Jyväskylällä: PS-Kustannus.

Onnismaa J. 2007. Ohjaus- ja neuvontatyö. Aikaa, huomiota, kunnioitusta. Helsinki: Gaudeamus.

Peavy, V. 2001. Composing and mapping my life. Suom. Petri Auvinen. Elämäni työkirja. Helsinki: Psykologien Kustannus.

Peavy, V. 2002. Sociodynamic Counselling. A Constructivist Perspective. <http://www.sociodynamic-constructivist-counselling.com/index.html> (luettu 23.3.2019)

Peavy, V. 2006. SocioDynamic Counselling: A Practical Approach to Meaning Making. Suom. P. Auvinen. Sosiodynaaminen ohjaus. Helsinki: Psykologien kustannus.

Ratkes ry. 2015. Ratkaisukeskeisyys päihinänkuoressa. <http://www.ratkes.fi/ratkes-pahkinankuoressa> (luettu 23.3.2019)

Savickas, M. 2002. Career Construction: A Developmental Theory of Vocational Behavior. Teoksessa: D. Brown & Associates (toim.) Career choice and development. 4th ed. San Francisco: Jossey-Bass, 149–205.

Strawbridge, S. & Woolfe, R. 2010. Counselling Psychology: Origins, Developments and Challenges. Teoksessa: R. Woolfe, S. Strawbridge, B. Douglas & W. Dryden (toim.) Handbook of Counselling Psychology. 3th ed. London: Sage, 3–22.