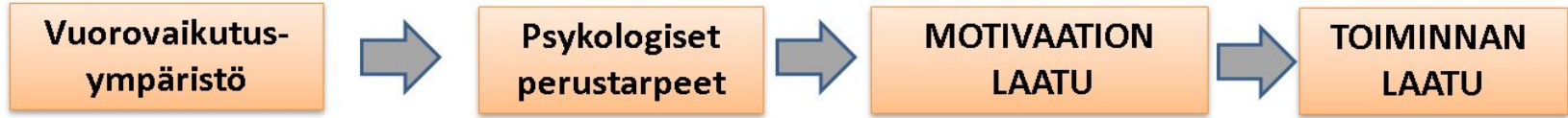


# Itsemääräämisteoria



Valinnanvaran tarjoaminen



Ei-kontrolloiva, informatiivinen puhetapa



Merkityksellisten perustelujen antaminen



Odotusten selventäminen



Rakentavan, selkeän ja osuvan palautteen antaminen



Arvostuksen ja hyväksynnän osoittaminen

## AUTONOMIAN TARVE

Minä päätän

## KYKENEVYYDEN TARVE

Minä osaan

## YHTEENKUULUVUUDEN TARVE

Minä kelpaan

Oma-  
ehtoinen:  
Teen,  
koska  
arvostan /  
nautin

Sinnikäs,  
laadukas,  
kestävä  
käyttäytymi-  
sen muutos

# Miten motivoida ihmiset noudattamaan ohjeistuksia vapaaehtoisesti?

- Kriisitilanteissa on tärkeää, että ihmiset noudattavat ohjeita omasta tahdostaan
- Omaehtoista motivaatiota voidaan tukea *myös* viestinnän keinoilla!
- Ohje perustuu aiempaan koronaviestintä- ohjeeseen (Martela, Hankonen, Ryan, & Vansteenkiste, 2021)



13 ohjetta tehokkaaseen kriisiviestintään:

## **Psykologisten perustarpeiden tukeminen**

- **Autonomia:** Omaehtoisuuden, mielekkyyden ja omistajuuden kokemus
- **Kykenevyys:** Aikaansaamisen ja hallinnan kokemus
- **Yhteisöllisyys:** Vastavuoroisen välittämisen ja ihmistenvälisen yhteyden kokemus

# Autonomian kokemusta tukevat viestintäperiaatteet

1. Perustele ohjeet selkeästi
2. Kohtele ihmisiä vastuullisina toimijoina
3. Käytä informoivaa kieltä, joka ei määräile
4. Vetoa ihmisten arvoihin, toiveisiin ja päämääriin
5. Tarjoa yhteisten pelisääntöjen puitteissa tilaa itsenäisille valinnoille

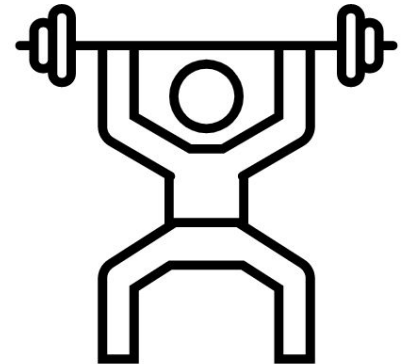


# **Kykenevyyden** kokemusta tukevat viestintäperiaatteet

6. Tarjoa konkreettiset ohjeet, luo selkeät odotukset ja jaetut päämäärät

7. Tarjoa rakentavaa ja selkeää palautetta siitä, kuinka hyvin ihmiset ovat onnistuneet noudattamaan ohjeistuksia

8. Tarjoa keinoja ylittää keskeiset esteet



# Yhteisöllisyyden kokemusta tukevat viestintäperiaatteet

9. Osoita huomioivasi ihmisten oman näkökulman, tunteet ja potentiaaliset konfliktit

10. Rakenna yhteistä identiteettiä ja tunnetta jaetusta kohtalosta

11. Rakenna luottamusta avoimen ja läpinäkyvän viestinnän kautta

12. Tunnista luotettuja henkilöitä eri ryhmien sisältä ja käytä heitä viestin viejinä

13. Vetoa ihmisten luontaiseen haluun auttaa toinen toisiaan





# Tehtävä

Ministeriö on valmistellut tiedotteen kansalaisille. Teidän tehtävänänne on kommentoida tiedotetta ja antaa parannusehdotuksia.

## Vastatkaa seuraaviin kysymyksiin:

1. Mitä viestintäperiaatteita on noudatettu?
2. Mitä viestintäperiaatteita rikotaan?
3. Mitä pitäisi muokata, lisätä tai poistaa?





Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähän putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja. Tästä syystä olemme laatineet seuraavat suositukset, joita jokaisen tulee noudattaa:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.

Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähän putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja. Tästä syystä olemme laatineet seuraavat suositukset, joita jokaisen tulee noudattaa:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.

1. Perustele ohjeet selkeästi

3. Informoiva kieli, joka ei määräile

10. Rakenna yhteistä identiteettiä

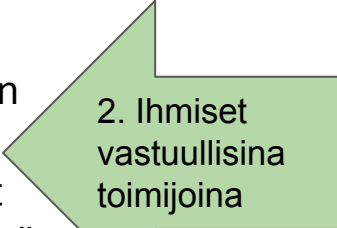
Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähen putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja. Tästä syystä olemme laatineet seuraavat suositukset, joita jokaisen tulee noudattaa:

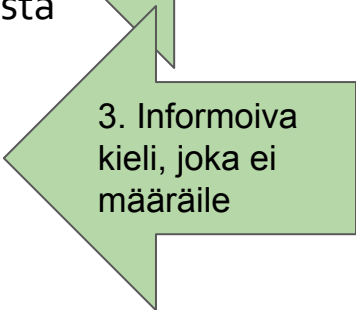
1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.



2. Ihmiset vastuullisina toimijoina



3. Informoiva kieli, joka ei määräile

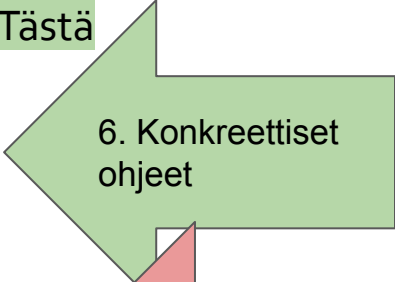
Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähen putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja. Tästä syystä olemme laatineet seuraavat suositukset, joita jokaisen tulee noudattaa:

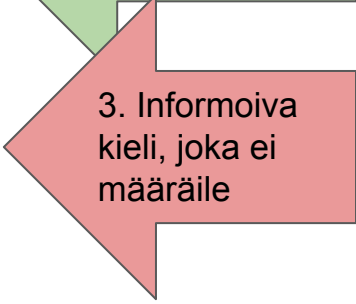
1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.



6. Konkreettiset ohjeet



3. Informoiva kieli, joka ei määräile

Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähen putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.

6. Konkreettiset ohjeet

3. Informoiva kieli, joka ei määräile

Hyvät kansalaiset!

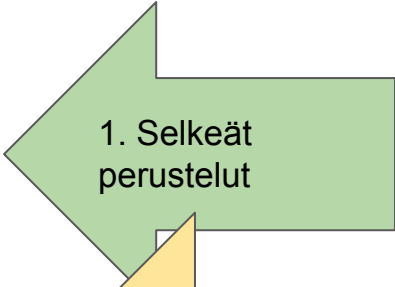
Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähen putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

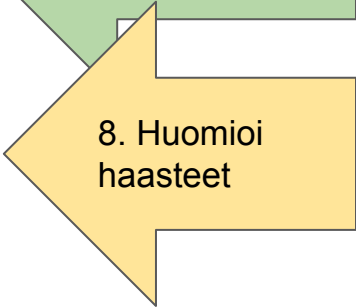
1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.



1. Selkeät perustelut



8. Huomioi haasteet

Hyvät kansalaiset!

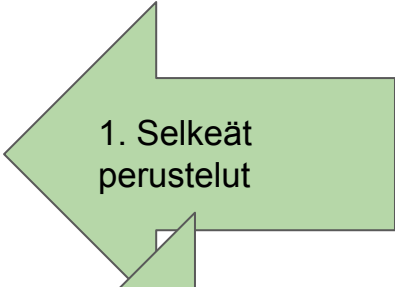
Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähen putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

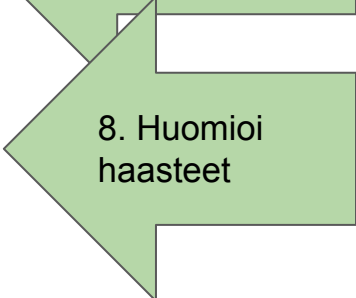
1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta. Jos sinulla ei ole kypärää, voit hyödyntää myös sateenvarjoa.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.



1. Selkeät perustelut



8. Huomioi haasteet

Hyvät kansalaiset!


Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähän putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta. Jos sinulla ei ole kypärää, voit hyödyntää myös sateenvarjoa.

Sammakkosadetta ei voida estää, mutta se on selvästi taukoamassa ja palaamme varmasti pian normaaliin. Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.



11. Avoin ja  
läpinäkyvä  
viestintä



Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähän putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

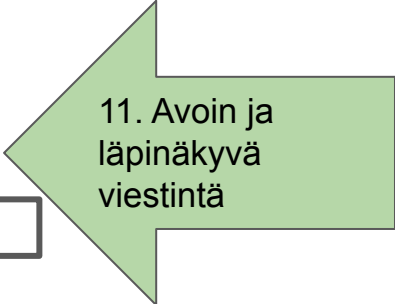
Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta. Jos sinulla ei ole kypärää, voit hyödyntää myös sateenvarjoa.

Tietoa on toistaiseksi vähän, mutta pidämme teidän ajan tasalla kun saamme selville lisää.

Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.



11. Avoin ja  
läpinäkyvä  
viestintä

Hyvät kansalaiset!

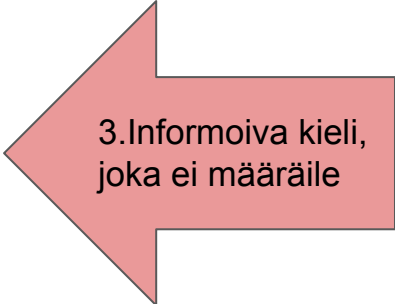
Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähen putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta. Jos sinulla ei ole kypärää, voit hyödyntää myös sateenvarjoa.

Tietoa on toistaiseksi vähän, mutta pidämme teidän ajan tasalla kun saamme selville lisää. **Vielä täytyy jaksaa. Nyt meidän pitää luottaa asiantuntijoihin ja noudattaa suosituksia.**



3. Informoiva kieli,  
joka ei määräile

Hyvät kansalaiset!

Satavat sammakot ovat piinanneet Suomea jo useamman kuukauden ajan. Päähän putoavat sammakot ovat aiheuttaneet aivotärähdyksiä, autojen ikkunoita on mennyt rikki ja autojen päälle putoavat ja tielle kerääntyvät sammakot aiheuttavat kolareita. Meillä on kaikilla mahdollisuus osaltamme vähentää näitä vahinkoja.

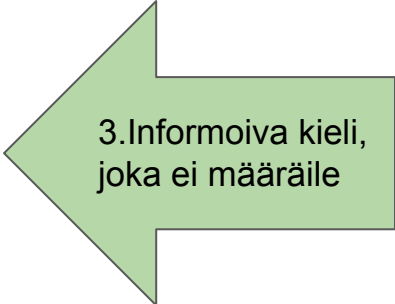
Olemme laatineet suositukset näiden haittojen vähentämiseksi:

1. Ota ulkona liikkuessasi aina mukaan kypärä
2. Seuraa säätiedotusta tarkasti
3. Pysy sisätiloissa sammakkosateen sattuessa

Kypärän on todettu suojaavan sammakoilta parhaiten, mutta olemme tietoisia kypäräpulasta. Jos sinulla ei ole kypärää, voit hyödyntää myös sateenvarjoa.

Tietoa on toistaiseksi vähän, mutta pidämme teidän ajan tasalla kun saamme selville lisää. Olemme koonneet useita asiantuntijaryhmiä selvittämään

sammakkosateiden syitä ja miten ne saisi loppumaan.



3. Informoiva kieli,  
joka ei määräle