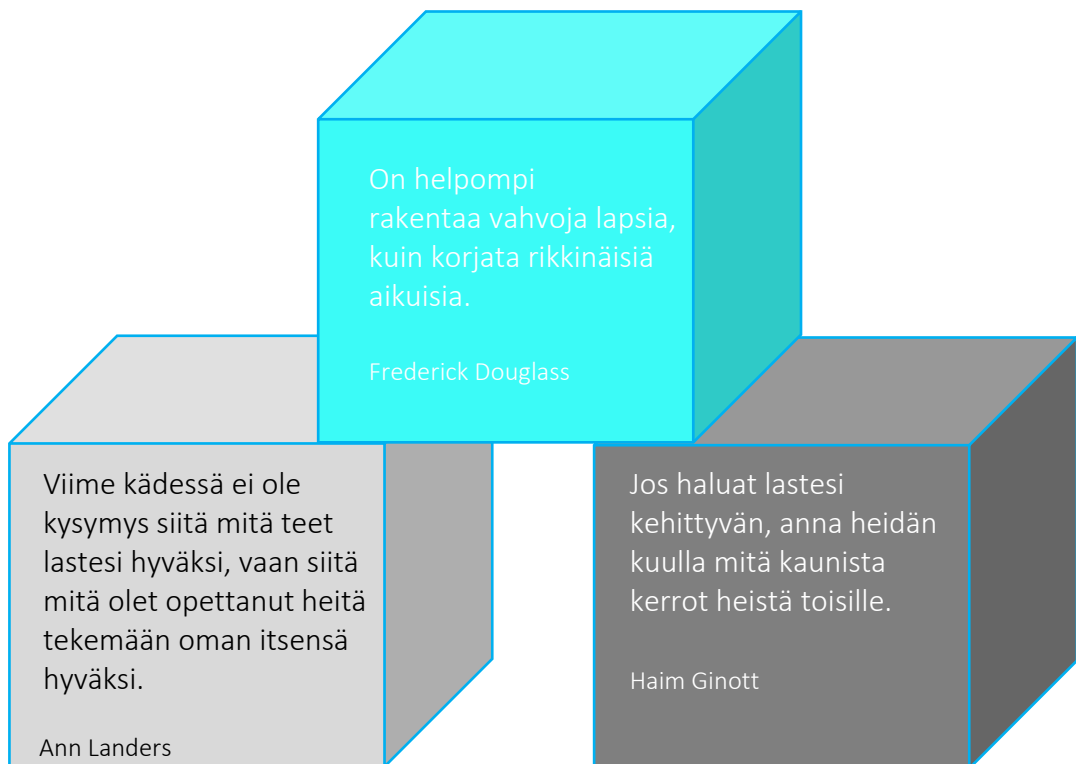


HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN KEINOJA ARKEEN



HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN

Haastava käyttäytyminen on sosiaalis-emotionaalisen tuen tarvetta ja taitovajetta. Haastavasti käyttäytyviltä lapsilta puuttuvat ne sosiaalisen käyttäytymisen keskeiset taidot, joita kanssakäyminen muiden kanssa edellyttää. Kysymyksessä on yleensä sosiaalisten ja rakentavien käyttäytymisvaihtoehtojen puute, joita kukaan ei ole näille lapsille opettanut. Haastava käyttäytyminen on reagointia stressiin, pelkoon, pahaan oloon, kommunikoinnin puutteisiin, ylivoimaiselta tuntuviin haasteisiin, avuttomuuden kokemuksiin, turhautumiseen, vireystilan vaihteluun tai taitopuutteisiin. Haastava käytös voi olla myös opittu toimintamalli. Mitä vaikeampaa lapselle on tunteiden hallinta ja vastoinkäymisten kohtaaminen, sitä enemmän hän tarvitsee sinnikkyyttä, intoa, apua ja taitoja.

Lasten tilannetta voidaan helpottaa opettamalla heille sosiaalisen käyttäytymisen perussääntöjä. Lapset vasta harjoittelevat tunnetaitoja. Aivojen hitaan ja monimutkaisen kehityksen takia lapsi voi oppia vain jonkin asian kussakin kehitysvaiheessa. Oppiessaan tunnetaitoja, tuntee hän itsensä taitavammaksi ja onnellisemmaksi. Tunnetaidot vähentävät ärtyisyyttä, vihaa ja väkivaltaa samalla kun ne lisäävät läheisyyttä, viihtyisyyttä, turvallisuutta sekä hyvinvointia ja pärjäävyyttä. Niiden tärkein lähtökohta on omien tunteiden kanssa pärjääminen.

Tunnekuohut kuuluvat kehitykseen. Tunteet ovat aina viesti siitä, että jotain tärkeää tapahtuu. Tunteen huipulla lapsi on voimakkaassa stressitilassa, jossa hän ei pysty oppimaan mitään. Haastava käytös stressaa aina sekä tekijää että seuraajia ja vaatisi rentoutumista. Lapsi oppii tunteiden hallintaa opettelemalla, ei komentamalla. Lasta on hyödytöntä rangaista, syyttää tai vaatia rauhoittumaan. Kova kuri ja rankaisut eivät lisää tunnetaitoja, vaan heikentävät niitä.

Oppiminen lähtee pienistä asioista. Pyri tunnistamaan lapsen tuen tarve mahdollisimman varhain ja puhu siitä muiden ammattilaisten ja lapsen vanhempien kanssa. Huolehdi, että asiat kirjataan vasaun. Aloita aina eniten arkielämää rasittavasta käytöksestä. Lääke haastavaan käyttäytymiseen on kasvatuksellinen kuntoutus, jossa lapsen totuttuihin toimintamalleihin vaikutetaan. Se vaatii määrätietoista tavoitteiden asettamista sekä päivittäistä toimintaa yhdessä tehtyjen suunnitelmien mukaisesti. Mitkään puolinaiset toimet eivät auta. Ensimmäisenä yritä ottaa selvää niistä tekijöistä, jotka laukaisevat ongelmakäyttäytymisen sekä mikä vastareaktio siihen vaikuttaa positiivisesti. Käyttäytymisen muutosta tulee arvioida ja seurata.

Etenkin uhmaikäisten kanssa korostuvat kasvattajien yhteiset pelisäännöt. Tee säännöt, jotka ovat ajan tasalla, sopivat mittaiset, muotoiltu rakentavaan sävyyn, tarkoituksenmukaiset sekä kaikkien asianosaisten hyväksymät. Erottele säännöistä ne asiat, jotka ovat ikäviä ja ne, joiden suhteen ei tehdä mitään kompromisseja. Toistata säännöt lapsilla ja anna ohjeet aina suoraan yksilölle siten, että

olet kohdistanut lapsen huomion ohjeeseen. Sääntöjä tulee tasapainottaa kehuilla. Jos säännöt eivät toimi, mieti ovatko ne iänmukaisia, onko palkkioiden väli sopiva ja ovatko palkkiot kannustavia.

Lapsen on helpompi muuttaa toimintatapaansa, kun toivottu käytös on selvästi määritelty, tavoite on sopivan kokoinen ja toteutettavissa, uutta toimintatapaa harjoitellaan yhdessä ja aikuinen arvioi, kuinka toivottu käytös onnistui. Harjoittelun onnistumisesta seuraa kiitos tai jokin sovittu konkreettinen merkki, joita tietyn määrän keräämällä voi saavuttaa lisäpalkkion. Palkkion tarkoitus on saada onnistuminen näkyväksi. Jo yrittämisestä kehuminen ja palkitseminen on tärkeää, sillä se ruokkii lapsen sinnikkyyttä ja muodostaa hänelle myönteistä minäkuvaa. Palkinnon laatu ei ole merkityksellinen, vaan se, kuinka paljon palkintoa janotaan. Palkkioita käytettäessä tulee myös huolehtia siitä, että palkkio on täsmällinen ja välitön. Palkitsemisen tulee olla säännönmukaista ja johdonmukaista. Palkitse ja kehu erityisesti lapsen oppimia vahvuuksia. Sisäinen puhe opitaan ulkoisten palautteiden avulla. Siksi on tärkeää antaa paljon ohjaavaa palautetta myönteiseen ja rohkaisevaan sävyyn. Hiljalleen palkkiojärjestelmä muuttuu sisäiseksi.

Palkinnot muuttavat käytöstä, rangaistukset antavat lisäaikaa opettaa sopivaa käytöstä ja siksi niitäkin välillä tarvitaan. Ei ole tärkeää, että teolla on vakavat seuraukset, vaan varmat seuraukset. Kieltojen ja komentojen tulee olla selkeitä ja niiden tulee toimia toimintaohjeena. Kiellon pitää siis olla ohjaus sallittuun tapaan purkaa tunnetta. Samalla kun kiellät jotain, anna tilalle jotain sallittua. Muuten lapsi on avuton, eikä osaa muuttaa käyttäytymistään toiseen suuntaan. Lapsen poistamisen tilanteesta tulee olla mahdollisuus rauhoittumiseen, ei rangaistus. Rauhoittumisen jälkeen lapselle tulee antaa selitys, miten tilanteessa tulisi toimia oikein.

Syy-seuraussuhteiden opettaminen myönteisin keinoin on tärkeää. Opittavat asiat tulee nivoa lapsen elämäkokemuksiin ja vahvistaa lapsen myönteistä elämäntarinaa. Korjaa käytöstä mainitsemalla käyttäytymisessä tarvittava vahvuus ja kiinnitä huomio opetettavaan käyttäytymismalliin. Katseen ja huomion voima opettamisessa on suuri. Tue jaetun huomion tilanteita nimeämällä ja osoittamalla asioita. Ensin-sitten-sopimukset ovat toimivia, mutta niissä pidättäytyminen on yleensä haastavampaa aikuiselle. Lapsen taitojen loppuessa anna hänelle lisätukea, jonka avulla lapsi saa onnistumisen kokemuksen.

Helppo tapa vähentää ei-toivottua käyttäytymistä on muuttaa ympäristöä eli vaikuttaa niihin ärsykkeisiin, jotka aikaansaavat tietyn käyttäytymisen. Ärsykeitä antavien äänien, valojen, näköärsykkeiden, kuumien, kylmien, hajujen, makuisten ja muun muuttaminen, huomion kiinnittäminen muualle, ruokailuajan, paikan ja tilanteen muuttaminen voi helpottaa lasta. On tärkeää myös kehittää lapsen kykyä tunnistaa, hyväksyä ja käsitellä aistimuksia loogisesti sekä tarkoituksenmukaisella tavalla. Rento ja rauhallinen olotila auttaa lasta tunnistamaan, hyväksymään ja käsittelemään hänelle vaikeita aistimuksia ilman, että hän hermostuu tai ahdistuu liiaksi. Tee käytännöistä yhdenmukaisia lapsen arjen eri toimintaympäristöissä.

Havainnointia voi helpottaa visualisoimalla ympäristöä esimerkiksi väreillä, jalankuvilla ja toimintaa selittäväillä kuvilla. Äänyliherkälle lapselle voi antaa kuulosuojaimet tai yrittää vaikuttaa tilojen kaikumiseen. Valoyliherkälle lapselle voivat auttaa aurinkolasit, tuoksuyliherkälle lapselle voi auttaa siedättäminen ja kuumuuteen reagoivalle lapselle ohuemmat vaatteet tai kylmägeeli. Syvätuntoaistin tai kehonhahmotuksen ollessa puutteellinen lasta voivat auttaa painopeitot, painoliivit tai painoeläimet. Kommunikoinnin pulmissa avuksi on otettava ilmeet, eleet ja kuvat. Jos lapsen muisti on huono, auta kuvilla ja käymällä sääntöjä läpi yksitellen. Jos lapsi jatkuvasti häiritsee muita, luo toimintaan vaihtelua ja mahdollisuutta liikkumiseen. Virikkeistä häiriintyvän lapsen kanssa kiinnitä huomio lapsen paikkaan. Ennakoi aina muutokset lapsen arjessa ja tue häntä siirtymätilanteissa.

Leikkiin mukaan pääsemiseen vaaditaan lapselta tietynlainen sosiaalinen työkalupakki. Se saattaa puuttua monelta lapselta. Leikki on kuitenkin myös väline kehittää pärjäämisstrategioita stressitilanteita vastaan. Leikissä lapsi kuvittelee tekevänsä asioita, joita ei vielä osaa. Aikuinen voi omaksua aktiivisen roolin ja auttaa luomaan rakentavan leikkitalanteen. Tämän tyyppisessä leikissä ei ole vain yhtä oikeaa toimintatapaa tai oikeita vastauksia. Tue lapsen kaveritaitoja ja anna lapselle aina tarvittaessa vahva tuki tunnesäätelyssä. Aikuisen tehtävä on myös huolehtia lasten turvallisuudesta huomioimalla leikeissään aistihakuiset lapset.

Haastavan käyttäytymisen vähenemistä on turha toivoa ilman ajan, paikan, tehtävien ja henkilöiden strukturointia. Vuorokausirytmien selkiinnyttäminen on tärkeää haastavan käyttäytymisen ehkäisemisessä, joten lapsen vireystilaa tulee havainnoida ja lapselle sopivaa lepo- ja unirytmisiä on pyrittävä tukemaan. Kuvallisen struktuurin tarve tulee huomioida koko päivän ajan. Ei riitä, että struktuuri on aikuisen mielessä ja päivän tapahtumissa, vaan oleellista on, että lapsi tietää oman päivänsä struktuurin. Kaikille haastavasti käyttäytyville on syytä rakentaa oma päiväjärjestys, jossa näkyvät myös kuvat. Jos lapsi pystyy olemaan mukana päiväjärjestyksensä rakentamisessa, sitoutuu hän siihen paremmin. Jos aikuisissa tapahtuu päivän aikana muutoksia, niistä tulee kertoa lapsille selkeästi. Jos ryhmästä lähtee lapsi tai aikuinen pysyvästi, tulee lapsille viestiä tästä selvästi.

Mikäli lapsen kehitykseen halutaan vaikuttaa myönteisesti, on kyettävä tukemaan myös lapselle tärkeintä kiintymyssuhdetta eli suhdetta vanhempiin. Yleensä haastavan käyttäytymisen syy ei ole lapsessa tai vanhemmissa, vaan toimintatavoissa. Myös ikäkauteen liittyvä uuden oppiminen tulee muistaa. 2-3-vuotias opettelee tunteita ja tahtomista, jolloin aikuisen tehtävänä on ymmärtää lasta ja sanoittaa hänen toimintaansa ja tunteitaan. 3-4-vuotias lapsi opettelee kieltäytymistä ja kunnioittamista, joten hän tarvitsee aikuiselta arvostavaa kohtaamista ja myönteistä tunneilmapiiriä. 4-5-vuotias opettelee mielikuvitusta ja riskien ottoa, joten hän tarvitsee aikuiselta huomiota ja palautetta. 5-6-vuotias opettelee lupauksia sekä suhteiden solmimista ja ylläpitämistä, joten aikuisen tulee vahvistaa hänen kykyjään ja kelpaamisen tunnettaan.

Tapahtumakulut, jotka määrittävät lapsen tuhmaksi, saattavat pitkään jatkuneina muuttaa lapsen persoonallisuutta. Aikuisen puheilla ja sanoittamisilla on paljon merkitystä. Vahvista lapsen tunnetta

siitä, että koska hänestä huolehditaan hyvin, hän on pidetty. Vahvista lapsen positiivista minäkuvaava huomioimalla onnistumiset ja onnistujat epäonnistumisten sijaan. Vahvista lapsen myönteistä tekoa, jolloin hän saa tunnustusta ja vahvistuksen uuden käyttäytymismallin oppimiseen. Ruoki vain hyvää nimeämällä näkemiäsi vahvuuksia ja saamalla lapsi kiinni hyvästä käytöksestä. Anna lapselle tunne edistymisestä ja huomaa hänen pienetkin edistysaskeleensa. Sanallista erityisesti vahvuuksien kehittymistä. Huomaa oma asenteesi uuden oppimiseen: kun viestit uskovasi taitoosi oppia koko ajan uutta, tarttuu tämä asenne lapseenkin. Osoita lapselle selkeästi, että näet lapsessakin tämän mahdollisuuden. Näytä omalla esimerkilläsi, että epäonnistuminen on osa taidon harjoittelua ja tee uudelleen yrittämisestä hauskaa.

Käytetyt lähteet:

Ahonen, Liisa 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen kirja. PS-Kustannus.

Berggren, Katariina & Hämäläinen, Jani (toim.) 2018: ADHD-käsikirja. PS-Kustannus.

Cacciatore, Raisa & Korteniemi-Poikela, Erja 2019: Sisu tahto itsetunto. Portaat itkupotkuraivareista aggression hallintaan. Minerva Kustannus Oy.

Cantell, Hannele 2010: Ratkaiseva vuorovaikutus. Pedagogisia kohtaamisia lasten ja nuorten kanssa. PS- kustannus 2010.

Kanninen, Katri & Sigfrids, Arja 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. PS-Kustannus.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 1986. Aggressiivinen lapsi. Otava.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2010: Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. WSOY.

Kerola, Kyllikki & Sipilä, Anna-Kaisa 2017: Haastava käyttäytyminen – muutoksen mahdollisuuksia. Valteri.

Lahtinen, Anuliisa & Rantanen, Jarkko 2019. Tunnetaidot opetustyössä. Opas haastaviin tilanteisiin. PS-Kustannus

Lantieri, Linda 2008. Tunneälyn ja sisäisen vahvuuden kehittäminen. Keinoja tukea keskittymiskykyä ja rauhoittumisen taitoa. Samsaraa.

Lundán, Arja 2012: Konstit vähissä? Ratkaisuja haastaviin kasvatustilanteisiin. PS-kustannus.

Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. PS-Kustannus.

Oksanen, Jonna & Sollasvaara, Reetta 2019: Esteille hyvästit! Opas autismikirjon sekä adhd- ja Tourette-oireisten lasten kasvattajille. Autismisäätiö.

O'Regan, Fintan 2012: Haastava käytös: käytännön neuvoja ja menetelmiä, miten ymmärtää ja käsitellä haastavasti käyttäytyvää lasta. Opike.

Popov, Linda Kavelin 2010: Reilu, reipas ja vastuuntuntoinen. 52 keinoa vahvistaa hyvää käytöstä. PS-Kustannus.

Sinkkonen, Jari 2008: Mitä lapsi tarvitsee hyvään kasvuun. WSOY.

Sinkkonen, Jari & Korhonen, Laura 2015. Pulassa lapsen kanssa. Duodecim.

Tahkokallio, Keijo 2003: Mitä tehdä levottomille lapsille. WSOY.

Tahkokallio, Keijo 1995: Myönteinen ajattelu lasten kasvatuksessa Miten sanotaan EI myönteisellä tavalla. WSOY.

AGGRESSIIVISUUS

Kiukku on puolustusmekanismi, joka muuttuu voimavaraksi oikein suunnattuna. Aggressio on tarkoitettu kommunikaatioksi. Jos vihaa on enemmän kuin rakkautta, aggressio muuttuu automaattiraivoksi. Pieni lapsi ei ole väkivaltainen, vaikka hän löisi, hän on vain keinoton toimimaan muulla tavoin. Lapsen tulee tietää, että kiukku on normaali tunne ja se menee ohi. Tunteille on aina oikeus, mutta toiminnalle on tarkat rajat. On hienoa, jos lapsi pystyy purkamaan tunteitaan luottamiinsa ihmisiin. Tällöin heidän on kuitenkin ohjattava lasta suuntaamaan purkauksensa oikein.



Aggressiivinen lapsi tarvitsee:

- empatiaa
- tunteiden nimeämistä niiden hallinnan oppimiseen
- mahdollisuuksia purkaa tunteitansa tekoihin ja fyysiseen toimintaan, esimerkiksi paperin repimiseen tai ilmapallon puhkomiseen
- paljon harjoittelua kanavoidakseen tunne-energiansa hyödyllisesti ja rakentavasti
- varmuutta siitä, että aikuiset hoitavat vastuunsa
- pettymyksensietokyvyn harjoittelua esimerkiksi peleillä
- aikuisen roolimallia ihmissuhteissa toimimisesta ja kunnioituksesta

Aikuisen tulee:

- olla käytökseltään ennakoitava, mikä helpottaa lapsen aggression hallintaa
- välttää kiirettä
- tukea lasta ennakoimalla tilanteita ja toimintoja
- houkutella omalla olemuksellaan lapsi paremmalle tuulelle
- sanoittaa lapselle tunteita
- vaatia lapselta vain sitä, mihin hän taidoiltaan kykenee
- kieltää jämäkästi katse- tai kosketusyhteydellä
- pysyä lapsen rinnalla. Lasta ei saa hylätä silloin, kun hän on voimakkaan tunnekuohun vallassa.
- pienen lapsen kanssa voi auttaa huomion suuntaaminen muualle
- käydä suuttumus lapsen kanssa läpi sitten, kun molemmat ovat rauhoittuneet
- huomioida lapsen kuulo ja kielen kehityksen taso, onko niissä ongelmaa?

UHMAKKUUS

Uhmakkaasti käyttäytyvä lapsi opettelee joustavuutta. Kiukku kertoo siitä, että lapsella on jokin tärkeä asia vaakalaudalla, tai hän on väsynyt, stressaantunut tai pulassa. Tilanteen muuttuminen nopeasti ja yllättävästi voi synnyttää ristiriitatilanteita, joten muutosten ennakointi on ehdottoman tärkeää. Jos yllättäviä tilanteita syntyy, tulee aikuisen ottaa vastuu turvallisella tavalla. Lapsi ei saa jäädä yksin päätöstensä kanssa. Tilanne käydään aina yhdessä läpi, kun lapsi on rauhallinen.



Uhmakas lapsi tarvitsee:

- rajoja ja struktuuria vahvistamaan hyvinvointia ja tasapainoista kehitystä
- aikuisen läsnäoloa
- ennakointia
- johdonmukaisuutta

Aikuisen tulee:

- hoitaa ensin tilanne, sitten keskittyä rauhassa lapseen
- pitää tilanne hallussa: pienistä yksityiskohdista voi joustaa, mutta päämäärä on oltava hallussa
- olla nolaamatta lasta muiden edessä ja selvittää tilanteet piilossa muiden katseilta, sillä nämä lapset ovat yleensä johtajia, eivät seuraajia
- yrittää löytää turhautumisen syy
- antaa lapselle mahdollisuus selittää ja tulla kuulluksi
- olla itse rauhallinen ja välttää aggressiivisia eleitä
- antaa lapselle tilaa eikä mennä liian lähelle
- olla mainitsematta sitä, mikä on tapahtunut joskus aiemmin
- antaa vain kaksi vaihtoehtoa
- ohjata huomio muualle
- ohjata lasta leikeissä oikeaan suuntaan
- ottaa huumori avuksi

LEVOTTOMUUS

Lapsen ylenmääräinen levottomuus voi olla seurausta stressistä. Lapsen tulisi saada tarpeeksi palautumisaikaa. Ympäristövaikutukset, stressi, unenpuute ja vääränlainen ravinto saavat meissä kaikissa esiin ADHD-piirteitä. Mikäli lapsi käyttäytyy levottomasti vain yhdessä paikassa, on syy ympäristössä.



Levottomalle lapselle täytyy opettaa hallinnan taitoja sekä tukea hänen toiminnanohjaustaitojaan. Levottomilla lapsilla on vaikeuksia säädellä tarkkaavaisuuttaan, hillitä yllykkeitään ja ohjata toimintojaan. Heille täytyy antaa mahdollisuuksia vireystilan säätelyyn liikkumalla sekä huolehtia vireystilan pysyvyydestä perustarpeista huolehtimalla. Jos lapsi ei osaa sanoa, mistä levoton olotila johtuu, auta häntä ensin tunnistamaan levoton käytös ja näytä sallitut keinot itsensä ilmaisemiseen.

Levoton lapsi tarvitsee:

- aktivoimista lempeällä vuorovaikutuksella
- myönteisen ja rauhallisen ilmapiirin
- mahdollisuuksia liikkumiseen → liike on lääke
- mahdollisuuksia purkaa levottomuutta sallittuun toimintaan
- tiedon siitä, kuka määrää ja on vastuussa tilanteesta
- selkeyttä, johdonmukaisuutta ja tavoitteellisuutta toiminnassa
- ennakoivia ja toimivia rutiineja, jotta lapsi saisi tunteen tilanteen hallittavuudesta
- listoja ja kuvasarjoja tukemaan rutiineja
- ohjeiden ja toimintojen pilkkomista, jolloin lapsi voi keskittyä yhteen asiaan kerrallaan
- syy- ja seuraussuhteiden selventämistä sääntöjen merkityksen ymmärtämiseksi
- toimimista pienissä ryhmissä
- kieltäytymisen ja jämäkkyyden harjoittelua
- kiinnostavaa tekemistä
- rauhoittumishetken ennen toiminnan alkua

Aikuisen tulee:

- antaa tavanomaista enemmän positiivista palautetta, koska toiminnanohjausjärjestelmä on vielä kehittymätön
- antaa ohjeet suoraan lapselle niin, että ymmärtäminen on varmistettu
- mahdollistaa lapselle vaihtelevaa ja monipuolista toimintaa
- pidentää lapselta vaadittavaa keskittymistä pikkuhiljaa
- opettaa lapselle itsesääätelytaitoja
- auttaa lasta tekemään valintoja ja ohjaamaan toimintaansa tiettyyn suuntaan (esimerkiksi koritehtävät)
- etsiä tilannetta laukaisevia tekijöitä ja vaikuttaa niihin
- auttaa lasta sanoittamaan tunteitaan ja toimintaansa
- rauhoittaa lapsen sisäistä kaaosta jäsentämällä lapsen ulkoista ympäristöä (sopivasti vireystilaa ylläpitäviä ärsykeitä)
- miettiä tarkkaan lapsen istuma- ja naulakkopaikka sekä lapsen vastuuttaminen (esimerkiksi jonon johtaminen tai jonon hännästä huolehtiminen)
- suunnitella siirtymät
- opettaa miten vaihdetta vaihdetaan eli siirrytään toiminnasta toiseen
- opettaa miettimään ennen toimintaa
- muistaa antaa lapselle aikaa (esimerkkinä joulukuun pojat)

VETÄYTYVYYS

Lapsi voi vetäytyä monesta syystä: lapsi voi olla temperamentiltaan ujo, hän ei tiedä miten tilanteessa tulisi toimia, häntä pelottaa tai hänen toiminnanohjauksessaan tai kieli- taidossaan voi olla ongelmaa



Vetäytyvä lapsi tarvitsee:

- aikaa ja kannustusta
- turvallisen ilmapiirin
- pienryhmätoimintaa (pedagogiikka on tällöin tärkeää, ettei muodostu uutta foorumia vetäytymiseen)
- mahdollisuuksia harjoitella oman mielipiteen kertomista ja toisten mielipiteiden kuuntelemista

Aikuisen tulee:

- hyväksyä lapsi sellaisena kuin hän on, arvottomatta käyttäytymistä
- olla lapsen kanssa fyysisesti samalla tasolla
- olla empaattinen
- olla korostuneesti läsnä
- selvittää hiljaisuuden syy
- selvittää häiritseekö tilanne lasta itseään
- selvittää lapsen kielitaito
- miettiä istumajärjestys
- rakentaa turvallinen ilmapiiri konkreettisine toimintatapoineen
- puhua jokaisen lapsen kanssa ainakin kerran päivässä
- rakentaa rituaaleja lapsen kohtaamiseen, esim. kättely, ylävitokset

UJOUS

Ujouteen vaikuttavat eri vaiheiden kehityshaasteet sekä geenit ja luonteenpiirteet. Ujous voi korostua neljävuotiaana.

Toiminnassa tulisi korostaa innostumista ja aktiivisuutta suorituskeskeisyyden sijaan. Lapsen itsetuntoa vahvistamalla vahvistuu myös sisukkuus yrittää.



Ujo lapsi tarvitsee:

- aikaa
- tunteen siitä, että on rakastettu sellaisena kuin on
- ennakkointia, jotta saa aikaa valmistautua
- tilaa omatoimisuudelle
- mahdollisuuden olla oma itsensä
- rohkaisua luottamaan itseensä, aloittaen pienistä asioista

Aikuisen tulee:

- näyttää lapselle rohkean aikuisen mallia
- vahvistaa lapsen itsetuntoa myönteisillä tarinoilla lapsen kasvusta
- opettaa lapselle keinoja, joilla harjoitella vaikeita tilanteita ja uusien ystävyysuhteiden sopimista
- opettaa yhteistoimintaa esim. pelien ja liikuntaleikkien avulla
- pohtia lapsen kanssa asioita, jotka lievittävät pelkoja
- opettaa lasta puolustamaan itseään
- olla paisuttelematta asioita
- olla pakottamatta tai painostamatta

AHDISTUNEISUUS

Lapsen ahdistuneisuus voi kertoa esim. stressistä, perustarpeiden puutteesta, elämänmuutoksista tai traumaattisista kokemuksista.



Ahdistunut lapsi tarvitsee:

- erityisen paljon aikuisen tukea ja turvaa selviytyäkseen
- riittävän unen, ruoan ja liikunnan
- myönteistä sosiaalista vuorovaikutusta vähentämällä kritiikkiä, vaatimuksia sekä lisäämällä mukavia yhdessäolon hetkiä
- mahdollisuuksia purkaa tunteitaan (esimerkiksi piirtämällä tai muovailemalla)

Aikuisen tulee:

- kertoa lapselle, että tunteita kuuluu tuntea, tunteiden kanssa tulee toimeen ja ne menevät ohi
- olla läsnä ja sietää lapsen epätoivo
- vahvistaa vastakkaista tunnetta
- pilkkoa tilanne tai tunne osiin erittelemällä ja nimeämällä tunnetiloja. ”Näen, että sinua painaa jokin asia.”
- rauhoittaa lasta omilla esimerkeillä omasta lapsuudestaan
- pohtia lapsen kanssa, mistä vaikeuksista ennenkin on selvitty yhdessä
- auttaa lasta säilyttämään sosiaaliset suhteet kavereihin
- harjoittaa lapsen sosiaalisia taitoja sekä stressinhallinnan ja ongelmanratkaisun keinoja
- oikaista lapsen negatiivisia tulkintoja itsestään ja ympäristöstä
- vähentää lapsen kohdistuvaa kuormitusta (esimerkiksi lyhentämällä hoitoaikaa tai muilla lasta suojaavilla toimenpiteillä)
- puuttua aktiivisesti ahdistusta ylläpitäviin seikkoihin, kuten kiusaamiseen tai perheen sisäisiin ristiriitoihin
- etsiä oireiden alkuperää ja ratkaisua siihen, ei syitä ja syyllisiä: keskustele vanhempien kanssa

TAKERTUVUUS

Lapsen janotessa jakamatonta huomiota tarvitsee hän rajoja ja vastuuta. Lapsen ylenmääräinen takertuvuus voi olla myös stressin aiheuttamaa.



Takertuva lapsi tarvitsee:

- lyhytaikaisia erokokemuksia, joissa hän huomaa, ettei suhde horju erosta huolimatta
- turvaa tuovia esineitä, siirtymäobjekteja (esimerkiksi pehmolelu, vanhemman vaate, valokuva)
- pieniä ryhmiä

Aikuisen tulee:

- vahvistaa lapsen luottamusta itseensä
- antaa hänelle pieniä työtehtäviä, joissa hän voi onnistua
- luoda selkeät säännöt ja pitää niistä kiinni
- varmistaa lapsen perustarpeet ja palautuminen stressaavasta tilanteesta

JUUTTUMINEN

Juuttuvalla lapsella on ongelmia toiminnanohjauksessaan. Häneltä puuttuu joko suunnitelma tai oma kontrolli.



Juuttuva lapsi tarvitsee:

- vaiheiden opettelu sanoittamalla tai visualisoimalla
- kuvatukea sekä visuaalisia merkkejä
- koritehtäviä: riisu vaatteet, pese kädet, mene pöytään. Kun kaikki on suoritettu, suoritus merkitään jollain tavoin.
- ajan konkretisointia tiimalasin tai ajastimen avulla

Aikuisen tulee:

- tehdä lapselle selväksi toiminnan tavoite
- tehdä lapselle selväksi toiminta ja järjestys (mitä ja missä järjestyksessä)
- pilkkoa ohjeistuksia
- kerrata ohjeistuksia tarvittaessa

KIUSAAMINEN

Kiusaaja ei aina edes tiedä kiusaavansa. Aikuisen tehtävä on puuttua tilanteeseen ja luoda pelisäännöt. Tilannetta ei koskaan saa vähätellä tai jättää huomiotta. Kolmen E:n ohjenuora kiusaajille, kiusatuille ja sivustakatsojille: ei täällä, ei nyt, ei koskaan.



Kiusaava/kiusattu lapsi tarvitsee:

- aikuisen huomiota
- kuulluksi tulemistä
- itsetunnon vahvistamista

Aikuisen tulee:

- opettaa lapsia sietämään erilaisuutta
- välttää lasten turhautumista
- olla lähtemättä mukaan
- viedä toimintaa eteenpäin
- luoda turvallinen ilmapiiri ja uskaltaa nauraa itselleen
- luoda selkeät säännöt
- opettaa omalla esimerkillään