

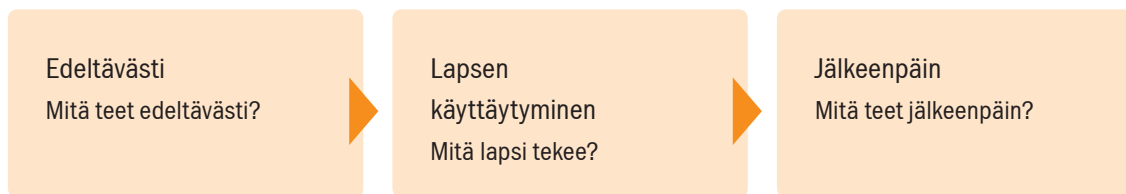
# II KOKKOONTUMINEN

VALMISTELUT JA KEHOTUKSET



## YHTEISPELIANALYYSI

Moni on varmasti ihmetellyt ja yrittänyt ymmärtää, miksi lapsi käyttäytyy määrätyllä tavalla. Käyttäytymiseen vaikuttaa sitä edeltävä *tapahtuma* – usein käyttäytymisen taustalla on jokin sen laukaiseva tekijä. Käyttäytymiseen vaikuttaa myös se, mitä välittömästi sen jälkeen *tapahtuu* – jos käyttäytymisellä on myönteisiä seurauksia, tällainen käyttäytyminen yleensä lisääntyy. Yhteispelianaalyysi auttaa sinua ymmärtämään, miten käyttäytymisesi vaikuttaa lapsesi käyttäytymiseen.

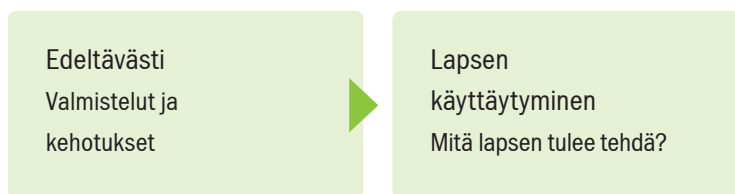


Joskus on tärkeintä keskittyä siihen, mitä itse tekee vanhempana lapsen käyttäytymistä edeltävästi – Teinkö jotakin sellaista, joka laukaisi lapsen käyttäytymisen?

Joskus taas on tärkeämpää miettiä, mitä käyttäytymisen jälkeen tapahtuu – Mitä tein ja mitä lapsi siitä oppi? Tietysti muutkin tekijät kuin vanhempien menettely vaikuttavat lapsen reagoimistapaan, mutta koska Komet-ohjelmassa on kyse vanhemmuuden kehittämisestä, tarkastelemme tätä palapelin osaa.

### Edeltävästi

Tällä kokoontumiskerralla keskitymme siihen, miten vanhemmat voivat valmistelujen ja kehotusten avulla auttaa lastaan tilanteissa, joissa yleensä syntyy riitoja. Seuraavalla kerralla puhumme siitä, mitä voi tehdä jälkeenpäin.

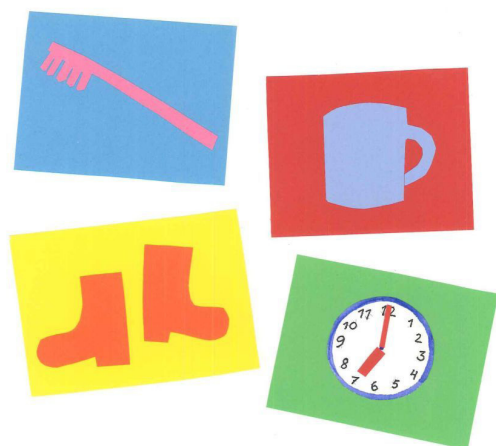


## VALMISTELUT

Yksi keino riitojen vähentämiseen on valmistella lasta siihen, mitä tulee tapahtumaan. Valmisteluja voi käyttää, kun haluaa lapsen lopettavan jonkin puuhan ja aloittavan toisen.

Toimi näin:

- Katseyhteys. Varmista, että saat lapsen huomion.
- Anna lapselle aikaa lopettaa puuha. Sano lapselle jo 5-10 minuuttia ennemmin, että on aika lopettaa puuha. Voit ehkä käyttää keittiöajastinta, jotta lapsi näkee itse, miten paljon aikaa on jäljellä. Kerro myös, että tulet takaisin ja sanot, milloin aika on päättynyt. Voit myös pyytää lasta toistamaan, mitä sanoit.
- Muistuta lasta. Joskus voi olla hyvä muistuttaa muutaman kerran, milloin lapsen tulee lopettaa puuha.
- Rutiinit. Selkeät rutiinit ovat toinen keino lapsen valmisteleminen. Näitä voivat olla esimerkiksi sama nukkumaanmeno- ja päivällisaika kaikkina arkipäivinä. Apuna voi myös käyttää viikoittaista aikataulua, johon on merkitty selvästi kaikki päivittäiset aktiviteetit ja niiden ajankohdat.
- Tehtäväkortit. Nuorempia lapsia varten voi piirtää tai leikata kuvia, joista he näkevät, mitä heidän tulee tehdä. Lisäksi voidaan käyttää valokuvia.



## KEHOTUKSET

- Vähennä kaikkea, mikä häiritsee. Varmista, että saat lapsen huomion ennen kuin annat kehotuksen. Tavallinen virhe on antaa lapselle ohjeita silloin, kun lapsi on syventynyt johonkin puuhaan.
- Puhu selkeästi ja miellyttävästi. Vältä kehotuksen esittämistä kysymyksen muodossa. Sano miellyttävällä äänensävyllä, mitä haluat lapsen tekevän. Lapsille sanotaan usein, mitä he eivät saa tehdä, kielteisten kehotusten noudattaminen on kuitenkin heille vaikeaa.
- Anna yksi kehotus kerrallaan. Lapsi unohtaa helposti jotakin, jos kehotuksia on liian paljon tai ne ovat liian pitkiä. Jos tehtävä on monimutkainen, se tulee jakaa useampaan vaiheeseen. Voit myös pyytää lasta toistamaan kehotuksen. Tästä voi olla apua erityisesti tarkkaavaisuushäiriöisille lapsille.
- Anna lapselle aikaa tehdä, mitä olet pyytänyt lasta tekemään. Usein vanhemmat ovat kärsimättömiä ja toistavat kehotuksen liian pian. Tällöin kehotukset saattavat tuntua nalkutukselta, joka synnyttää riidan.
- Vältä perustelua. Toista kehotus rauhallisesti kerran tai kaksi kertaa. Joskus lapsen johdattelu onnistuu; voit esimerkiksi sanoa ”Haluatko puristaa hammastahnaa tuubista?”, jos lapsi ei halua harjata hampaita. Esitä kehotus vaiheittain ensi kerralla.



## KOTITEHTÄVÄT – 2. KOKOONTUMINEN

Yhteinen hetki. Ehdotuksia aktiviteeteista ja ajankohdista.

.....

.....

.....

Valmistelut ja kehotukset. Missä kahdessa tilanteessa haluat harjoitella valmisteluja ja kehotuksia?

.....

.....

.....

## 3. KOKOONTUMISTA ENNEN

Yhteinen hetki. Mitä olette tehneet?

Montako kertaa?: ..

.....

.....

.....

Valmistelut ja kehotukset. Missä tilanteissa?

Montako kertaa?: ..

.....

.....

.....

