

Tänään tutustumme kertaluonteisiin syihin ja ratkaisuihin.

Kertaluonteiset syyt ja niiden ratkaisut ovat usein yksinkertaisia, vaikka ne saattavat ilmaantua usein samanlaisina. Miksi kutsun näitä sitten kertaluonteisiksi? Siksi, että tilanteet ovat usein ratkaistavissa hetkessä eivätkä liity suoraan lapsen tietoihin ja taitoihin. Ne eivät ole toistuvaa lapsen ei toivottua käyttäytymistä jostain tietystä sisäisestä syystä, vaan tilanteet vaihtuvat ja siihen vaikuttavat monet tekijät.

Kertaluonteisia ovat muun muassa **nälkä, väsymys, vihastuminen tai yksinäisyys eli yhteydettömyyden tila**. Kertaluonteiset eivät liity puuttuvaan taitoon tai tietoon, vaan usein tiettyyn tilanteeseen ja ohimenevään tilaan, joten usein ratkaisu on myös nopea. Syöminen, nukkuminen, tunteiden säätely ja yhteyden palauttaminen.

Tietenkin jos tunteen purkaus tulee esimerkiksi siitä, että päiväkodissa on ollut ikävä tapahtuma tai koulussa riitaa kaverin kanssa tai lapsi on koko ajan väsynyt, niin kannattaa miettiä pidemmälle.

Syytä voi kuitenkin olla vaikea selvittää jos lapsi on nälkäinen, väsynyt, kokee yhteydettömyyttä tai on suuren tunteen vallassa. Siksi nämä ovat myös sellaisia, jotka on hoidettava ensin alta pois. Kun yhteys on palautettu, lapsi kylläinen ja rauhassa, niin myös keskustelu sujuu paremmin. Voimme päästä paremmin oikeiden syiden äärelle.

Haluan erottaa tässä kohdassa myös vihaisuuden ja vihastumisen. Vihainen tarkoittaa pidempää mielentilaa, johon liittyy monia tai toistuva syy, kuten toistuva epäreiluuden tunne. Vihastumisella taas tarkoitetaan hetkellistä tunnetta. Lapsen reaktiota pettymykseen tai vastoinkäymiseen. Esimerkiksi jos lapsi tulee vihaiseksi esimerkiksi siitä, että ei illalla pääse leikkimään kaverin kanssa, niin kyse on yksittäisestä tilanteesta ja sen ratkaisusta.

Kertaluonteisia on mahdollista myös vähentää ennakoimalla. Voit siis ennakoimalla saada lisättyä kertaluonteisten perään – harvat. Miten se onnistuu, siihen menemme päivän tekstissä ja harjoituksessa. Siinä pääsemme miettimään kertaluonteisten tilanteiden ennakoimista ja ratkaisua.