

Tänään puhumme opitusta avuttomuudesta ratkaisujen esteenä. Optimismin osiossa kerroin Martin Seligmanista ja sellaisesta mielentilasta kuin learned helplessness. Tässä lapsi joutuu sellaiseen tilaan, jossa ajattelee ettei omilla teoilla tai tarpeilla tai ajatuksilla tai ylipäättänsä olemassaololla ole mitään merkitystä.

Tähän voi viedä esimerkiksi autoritaarinen kasvatus. Lasta ei kuunnella, vaan käskytetään ja rangaistaan sekä ohjataan paljon ulkoisin motivaattorein. Olen kohdannut tätä hoitolapsissa esimerkiksi konfliktitilanteissa. Luon yhteyden, päässyt ymmärryksen askeleeseen ja kun täytyisi tehdä yhteistyötä, niin huomaan lapsen katsovan minua kysyvästi. Hän odottaa minun antavan vastauksen, eikä itse ajattele tilanteeseen ratkaisua. Kehitystasollisesti lapsen olisi mahdollisuus miettiä eri vaihtoehtoja, mutta hän ei ole koskaan päässyt käyttämään omaa ajattelua. Minulta saatetaankin pyytää vastausta. ”Kerro sinä minulle, mitä teen?” Tämä usein tarkoittaa sitä, että lapsen omaa ajattelua ei ole tuettu tarpeeksi. Lapsi tarvitsee uuden mahdollisuuden harjoitella näitä taitoja. (Kyse voi olla myös siitä, että ajattelu on tehty myös lapsen puolesta.)

Ajattelun taitoja voi opetella kaikenikäisten lasten kanssa. Tässä täytyy ottaa kuitenkin huomioon puuttumisen 0-askel. Emme voi vaatia lasta tekemään sellaisia asioita, joihin häneltä puuttuu tieto ja taito. Emme voi yhtäkkisesti hypätä ulkopuolelta käskyjen ja toimintaohjeiden antamisesta sisäiseen ajattelemiseen, ongelmanratkaisuun ja itsenäiseen ajatteluun. Tarvitsemme väliaskeleita, joissa ajattelutyötä ja ongelmanratkaisua tehdään yhdessä lapsen kanssa. Jos on käynyt niin, että lapsi on pudonnut tällaisen opitun avuttomuuden tilaan, niin ensimmäisenä meidän pitää lähteä rakentamaan sitä lapsen itsetuntoa sekä tunnetta siitä, että hänen tarpeillaan ja toiveillaan on väliä. On myös väliä sillä, minkälaisia valintoja lapsi tekee esimerkiksi oman käyttäytymisen suhteen. Ja miten hänen tekemänsä valinnat vaikuttavat muihin?

Kun siirrymme ulkoisesta ohjauksesta lapsen sisäiseen ohjauksen malliin, tulisi se tehdä askelittain.

Jos kuitenkin teemme tätä pienestä pitäen, niin lapsen ajatukselliset ja ongelmanratkaisukyvyt lisääntyvät kehitystason mukaisesti. Nämä eivät kuitenkaan ole mitään sisäisiä ominaisuuksia, jotka tietyssä ikävaiheessa vain vapautuvat ja lapsi pystyy yhtäkkiä ajattelemaan laajemmin tai tekemään parempia päätöksiä. Kuten muita taitoja, näitä täytyy opetella. Ja silloin lapselle täytyy myös antaa mahdollisuus opetella.

Lapset oppivat tekemään hyviä päätöksiä, kun heille luodaan mahdollisuus tehdä hyviä päätöksiä. Meidän tulisi siirtyä ulkopuolelta valmiiksi sanoitetuista toimintaohjeista enemmän kyselevään, pohdiskelevaan tyyliin.

On kuitenkin muutamia tilanteita, joissa aikuisen kannattaa pysyä johtajan asemassa ja ottaa tilanne täysin haltuun.

Ensimmäinen: Kun lapsi on väsynyt. Emme voi väsyneeltä lapselta vaatia korkeampaa ajattelua tai ongelmanratkaisukykyä, kun hänen sen hetkiset voimavarat antavat mahdollisuuden.

Toinen: Kun lapsi on tunteen vallassa. Kun lapsi on aivojen reaktio-tilassa, niin silloin meidän, toivottavasti rauhallisemmassa aivotilassa, täytyy ottaa se tilanne haltuun ja auttaa lasta säätelemään tunnetta.

Kolmas: Kun lapsen tiedot ja taidot eivät riitä selviytymään tilanteesta. Eli emme voi olettaa lapselta korkeampaa taito tai tietotasoa, kun hänellä sillä hetkellä on. Joten silloin meidän tarkoitus on näyttää, miten tilanteessa toimitaan tai kertoa mitä taitoja tilanne vaatii.