

Menetelmäkurssi 5 - 2: Askel 5: Ratkaiseminen

Nyt olemme päässeet viimeiseen askeleeseen eli tilanteen ratkaisuun. Meillä oli neljä askelta. Tilanteeseen puuttuminen eli arviointiaskel oli 0-askel, jossa pohdittiin lähdetäänkö tilanteeseen vai ei? Sitten itsesääätely, empatia, syiden metsästäminen, kuunteleminen ja nyt pääsemme ratkaisuihin. Kun tähän mennessä kaikki askeleet ovat olleet saman linjan mukaisia, niin nyt olemme tienhaarassa. Meidän pitäisi tietää minkä ratkaisun kautta pääsemme tavoitteeseen.

Mitä enemmän tunnemme erilaisia ratkaisumahdollisuuksia, sitä todennäköisemmin pääsemme tilanteen oikeaan ja tarkoituksen mukaiseen ratkaisuun, joka vastaa tilanteen ja lapsen tarpeisiin. Kuuntelemisen kautta olemme päässeet mahdollisesti oikean syyn äärelle. Hyvä ratkaisu vastaa lapsen ulkoisen käyttäytymisen sisäiseen syyhyn.

Joskus kyse on hyvin yksinkertaisista asioista. Lapsi on väsynyt, nälkäinen, energia on vähissä tai sitten energiaa on aivan liikaa. Siihen käy aivan kertaluonteiset ratkaisut. Lapselle annetaan syötävää, laitetaan aikaisemmin nukkumaan, puretaan energiaa tai otetaan lepotauko. Jos syynä on esimerkiksi yhteydetömyys. Lapsi kokee yksinäisyyttä, niin ainoa ratkaisu tähän on yhteyden palauttaminen ja rakkauden lisääminen. Siihen minkäänlaiset taitojen opettelut tai ulkoiset motivaattorit, kuten tarrataulut eivät auta, kun kyse on sisäisestä tarpeesta – yhteyden luomisesta. Yksi tapa palauttaa yhteys on leikki. Leikki on lapsen työtä ja lapsen mieluisin tapa oppia. Pieni yhteinen leikki- tai hassutteluhetki auttavat yhteyden palauttamiseen ja täyttävät rakkauskuppia.

Jos konfliktitilanne johtuu lapsen voimattomuuden tai osattomuuden tunteesta, niin lapsi tuntee, että hänellä ei ole vaikutusta maailmaan. Tällöin auttaa eri osallistamisen ratkaisut, kuten rajattu valinnan mahdollisuus. Lapsi saa tilanteessa valita, haluaako hän päähänsä punaisen vai sinisen pipon. Tai mikä on iltatoimien järjestys? Luetaanko ensin iltasatu ja sitten iltapesulle vai toisinpäin? Tai sitten lapsi voi vaikuttaa esimerkiksi viikonlopun perheen suunnitelmiin. Riippuu tietenkin minkä ikäisestä lapsesta on kyse. Nuori voi kokea voimattomuutta, jos kotona rajat ovat liian tiukat tai koulussa hän ei pääse vaikuttamaan esimerkiksi opiskelutapaan tai opintojen sisältöihin.

Jos kyseessä on tiedon tai taidon puute, on tietenkin tärkeää lisätä tietoa tai lähteä opettelemaan taitoa. Jos lapsi ei esimerkiksi pysty vielä säätelemään tunteitaan, hänen kanssaan tehdään itsesääätelyharjoituksia. Tai jos lasta jännittää tai ahdistaa kovasti, niin tehdään kehollisia harjoituksia, joilla jännitystä säädellään.

Joskus lapsen käyttäytyminen kaipaa suunnan muutosta. Lapsi on esimerkiksi kavereiltaan saanut idean siitä, että on hyvä valehdella. Sitäkin lähdemme purkamaan positiivisen kautta. Silloin vastauksena ovat esimerkiksi luontevahvuudet. Mieluummin kuin lähdemme pelkästään karsimaan valehtelua, lähdemme kasvattamaan rehellisyyttä ja nostamaan sen perheen tai lapsiryhmän arvoksi. Voimme ottaa yhteiseksi kasvuvahvuudeksi esimerkiksi rehellisyyden, rohkeuden tai harkitsevaisuuden. Mitä kulloisessakin tilanteessa tarvitaan.

Ennen kuin kuitenkaan menemme ratkaisuihin haluan hetken puhua rangaistuksista ja palkkioista. Miksi rankaisu ei ole hyvä valinta? Rangaistuksilla on useita huonoja puolia. Niitä ovat muun muassa vastustus, kosto, vastarinta, vetäytyminen, valehtelu, ja itsetunnon aleneminen (resentment, revenge, rebellion, retreat, sneakiness, reduced self-esteem) Rankaisu ei kasvata lapsen tietoja tai taitoja, eikä anna valmiuksia toimimaan toivotulla tavalla seuraavalla kerralla. Jos lasta rangaistaan lyömisestä pelikiellolla, ei se auta lasta kasvattamaan itsesääätelytaitoja. Eikä kiroilevaa lasta saa puhumaan kauniisti, uhkailemalla viikkorahan menetyksellä. Rankaisu heikentää lapsen ja aikuisen vuorovaikutus- sekä luottamussuhdetta. Jäähylle laitettu lapsi ei mieti, miten hänen tulisi toimia ensi kerralla, vaan miten tyhmä ja epäreilu aikuinen on ollut hänen mielestään. Hän tuntee, että hänet on jätetty yksin, vaikka tarvitsisi aikuisen apua. Rankaisu kärsii helposti inflaation. Rangaistuksia joudutaan usein lisäämään tai koventamaan koko ajan, koska aiemmat rangaistukset eivät enää riitä tai tehoa. Rangaistuksien tehoa on tutkittu 50-luvulta lähtien ja yhä uudestaan todettu, että pitkällä aikavälillä ne ovat toimimattomia. Sen lisäksi, että rangaistukset ovat huonoja henkiselle hyvinvoinnille ovat ne osoittautuneet myös tehottomiksi.

"Pidä huolta, että en enää näe sinua näissä merkeissä" tokaisu on varmasti jollain tavalla kaikille tuttu. Rankaisu lisää myös ei toivottua käyttäytymistä. Lapsi oppii helposti hyväksi valehtelijaksi välttääkseen rangaistuksia. Hän ei halua joutua samaan tilanteeseen uudestaan, joten käyttää kaikki keinot, jotta ei jää kiinni. Rankaisu aiheuttaa vastarintaa. Jos rangaistusten takia aikuisesta ja lapsesta on tullut "taistelupari", lapsi voi olla vastakkaista mieltä ihan periaatteesta. Hän ei edes halua olla samaa mieltä aikuisen kanssa, johon ei koe yhteyttä. Lapselle voi tulla myös olo, että hän haluaa kostaa vanhemmille tai "laittaa kiertoon" huonon olonsa esimerkiksi kiusaamalla pikkusisaruksia tai pienempiä lapsia koulussa.

Lapsen kasvattaminen on opettamista ja hyvään käytökseen ohjaamista. Kyse ei ole ulkoisen käyttäytymisen muokkaamisesta rangaistuksin tai palkkioin, vaan sisäisen motivaation ja halun syöttämisestä. Tähän rangaistuksin ei päästä. Palkkiot ovat samalla tavalla ulkoisia motivaattoreita kuten rangaistukset. Niissä on myös aina mukana rangaistuksen elementti. Palkkioissa rangaistus on palkkiotta jääminen. Rangaistukset ja palkkiot ovat kolikot eri puolia. Toista ei ole olemassa ilman toista. Palkkioilla on usein tarkoitus saada lapsi käyttäytymään sillä tavalla kuin me haluamme, herättämättä kuitenkaan lapsen omaa sisäistä motivaatiota tai ajattelua. Jos lapselle maksaa esimerkiksi hyvistä koetuloksista, se ei herätä oppimisen iloa, vaan opiskelusta tulee suoritus. Kun maksaminen loppuu, loppuu myös lapsen toiminta. Toiseksi panokset usein kasvavat eli jos maksat alakoulussa hyvästä numerosta kympin, saat todennäköisesti lukiossa maksaa satasen. Ulkoiset motivaattorit myös syövät sisäistä motivaatiota. Jos esimerkiksi lasta palkitaan ystävällisyydestä tarralla tai muulla vastaavalla palkkiolla, niin tämä tapa syö lapsen luontaista ystävällisyyttä. Lapsi toimii vain silloin toivotusti, kun luvassa on palkkio. Samasta syystä ei kannata maksaa kotitöistä eikä palkita harrastuksissa käymisestä. Jos palkkioita käyttää, esimerkiksi tarrataulua, on tärkeää samalla ruokkia sisäistä motivaatiota. Lapsi voi saada tarran esimerkiksi joka kerta kun pesee hampaansa ja sillä voi saada lapsen innostumaan alussa. Jos haluaa ruokkia sisäistä motivaatiota, on tärkeää yhdessä esimerkiksi tutustua hampaisiin, niiden tehtäviin ja hampaiden puhdistukseen lapselle sopivan kirjan avulla. Toiminnan ohessa pysähtyä nauttimaan harjaamisen ”luontaisesta palkkiosta” eli raikkaasta tunteesta suussa. Tällöin toiminta pysyy yllä myös tarrapalkkion poistuttua tai sen tehon vaimennuttua. Luontainen palkkio, tässä tapauksessa puhdas suu ja terveet hampaat pysyvät aina, vaikka ulkoinen palkkio poistuu. Lyhytaikaisesti käytetty ulkoinen motivaattori (kuitenkin vain palkkio, ei rangaistus), voi toimia alkulaukaisuna tietyn toiminnan aloittamiseen. Voisi tällöin puhua kannustimesta. Palkkio voi auttaa myös silloin, jos kyse on minäpystyvyydestä. Lapsi ei esimerkiksi usko, että pystyy lukemaan kokonaisen kirjan. Kun hänelle luvataan joku kiva asia, kun hän tekee näin, voi se herättää lukuinnostusta sitä kautta, että hän ymmärtää pystyvänsä lukemaan myös kokonaisia kirjoja. Tärkeää tässäkin on samalla vahvistaa lapsen lukemisen iloa tai lukeminen jää yhteen kirjaan. Pitkäaikaiseen käyttöön ulkoiset motivaattorit eivät kuitenkaan sovi ja voivat pahimmillaan aiheuttaa pelkäämistä ulkokultaista käytöstä ilman sisäistä ajattelua. Lapsi toimii vain rangaistuksen pelossa tai palkkion toivossa ilman halua itse toimia kyseisellä tavalla. Kasvatuksen tarkoitus on opettaa lapsi ajattelemaan, ei vain ottamaan käskyjä vastaan ja tottelemaan. Siksi tähtäämme käyttäytymisen muutokseen lapsen sisäisen ajattelun kautta. Haluamme lapsen itse toimivan tilanteen vaatimalla tavalla.

Tällä kurssilla ei puhuta seuraamuksista, ei edes luonnollisista seuraamuksista. Seuraamuksia käytetään usein väärin, valitettavasti myös ammattikirjallisuudessa. Usein näkee, että puhutaan seuraamuksista, vaikka kyseessä on seuraamukseksi naamioidusta rangaistuksesta. Jos toiminta ei muutu, ei auta, että sille antaa uuden nimen. Se ei tee siitä yhtään parempaan. Miten lapsi sitten oppii syy – seuraus suhteita, jos ei kokemuksen kautta? Näkemällä, keskustelemalla ja vaikka aikuiset eivät niitä itse asettaisi, niitä tulee elämässä ihan automaattisesti. Kun maito kaatuu tai lapsi piirtää seinään, usein hän joutuu siivoamaan aiheuttamansa sotkun. Jos aikuinen tai sisarus tulee tässä auttamaan, ei kyseessä ole seuraamuksen poistaminen, vaan osoitus ystävällisyydestä. Näinhän teemme myös itse, kun joltain kaatuu kirjakasa tai tippuu kassi. Menemme auttamaan. Elämän tuomia seurauksia tulee lapsen elämäänsä monissa eri vaiheissa. Kun lapsi lukee huonosti kokeeseen, hän saa todennäköisesti huonon numeron. Kun nuori menee liian myöhään nukkumaan, niin aamulla kouluun tai harrastuksiin meno on vaikeaa, koska väsyttää. Aikuisen tehtävä on auttaa lasta huomaamaan valintansa seuraukset, mutta ei lisätä lapsen taakkaa rangaistuksin. Siksi en koe seuraamuksien asettamista hyvänä, vaan rehellisesti pärjäämme myös ilman niitä. Elämässä tulee tarpeeksi mahdollisuuksia oppia syy-seuraus suhteita ilman, että vanhemmat tai muut kasvattajat niitä asettavat.

Jos jokaiseen tilanteeseen vastataan samalla tavalla, on käytössä sitten ulkoiset motivaattorit tai sisäisen motivaation herättäjät, kysymykset ja keskustelu, voi varmasti sanoa, että välillä menee moneen metsään. Ei ole yhtä patenttiratkaisua joka tilanteeseen tai joka lapseen. Hyvät ratkaisutaidot kehittyvät kokemuksen kautta ja jokainen kasvattaja voi vahvistaa omia konfliktin ratkaisun taitoja.

Tähän liittyviä harjoituksia löytyy harjoituskirjan osasta 5.