

## Menetelmäkurssi 2 - 5: Positiiviset rajat

Nyt tutustumme positiivisen kasvattajan viidenteen pilariin, positiivisiin rajoihin. Tässä kohtaa puhumme rajoista niiden tarpeellisuuden, muodostamisen ja määrittämisen näkökulmasta. Viikolla neljä käsittelemme rajan ylityksiä ja niihin suhtautumista.

Positiiviseen kasvatukseen kuuluu rakkautta, mutta myös rajoja. Rajojen tulee kuitenkin olla perusteltuja ja johdonmukaisia. Niiden on tarkoitus turvata lapsen fyysinen hyvinvointi, henkinen hyvinvointi ja kasvu ja kehitys. Ne eivät saa olla niin tiukkoja, että lapsen ei olisi mahdollista kasvaa niiden sisällä omaan täyteen potentiaaliinsa. Eikä niin löyhiä, että lapsi tuntee niiden sisällä epävarmuutta.

Ei ole olemassa yleismaailmallisia rajoja kaikkeen kasvatukseen, vaan jokainen perhe ja lapsiryhmä ja ohjaaja päättävät rajoista yhdessä lasten kanssa. Ihan pienien lapsien kohdalla kaikki vastuu rajojen luomisesta jää aikuiselle. Mutta mitä isommaksi lapsi kasvaa, sitä enemmän hänet tulisi ottaa mukaan rajojen ja sääntöjen luomiseen.

Tarvitsemme monenlaisia rajoja. On konkreettisia rajoja, kuten aitoja pihalla, jotta lapset eivät pääse vaarallisiin paikkoihin. Laitamme lapselle pyöräillessä kypärän päähän, tarjoamme sopivaa ruokaa, mahdollisuuksia liikua ja turvavälineitä harrastamiseen. Nämä kaikki kuvastavat **fyysisistä kehitystä suojaavia rajoja**, joiden tarkoitus on suojata lapsen henkeä ja kehoa.

Samoin suojaamme rajoilla **lapsen henkistä kehitystä**. Otamme huomioon elokuvien ja pelien ikäraajat ja toimimme niiden mukaan. Puhumme lapselle asioista ikä- ja kehitystasoisesti. Teemme rajauksia nettisivuihin tai kännykkäsovelluksiin. Pidämme huolta, että lapsi ei liian aikaisin joudu sellaisten aiheiden eteen, jotka voisivat aiheuttaa heille henkistä vahinkoa. Suojaamme myös lasta liialliselta stressiltä ja kuormitukselta sekä tuemme vaikeissa tunteissa ja vastoinkäymisissä.

Näiden lisäksi meillä on rajoja, joiden tarkoitus on toimia kahteen suuntaan. Niiden tehtävä on suojata niin lasta kuin muita. **Sosiaaliset rajat** liittyvät kunnioittavaan vuorovaikutukseen ja toisten oikeuksiin, kuten koskemattomuuteen. Opetamme lasta kunnioittamaan toisten yksityisyyttä ja koskemattomuutta.

Opetamme myös **yhteiskunnan rajoista**, kuten toisen omaisuuden kunnioittamisesta ja liikennesäännöistä. Nämä rajat tulevat usein kodin tai lapsiryhmän ulkopuolelta ja ovat yhteiskunnan määrittelemiä. Näitä lapsi kuitenkin oppii aikuisen opastuksella.

Meidän tulee asettaa lapselle hyvin monenlaisia rajoja. Rajojen ylittämässä positiivinen kasvattaja ei kuitenkaan käytä ”sähköaitoja” eli pelotteita tai rangaistuksia, vaan ohjaa rakkaudella ja empatialla kuten kävimme läpi viime pilarissa.

Rajat eivät aina ole samassa kohtaan, vaan monet asiat vaikuttavat rajoihin, kuten ympäristö. Vaikka rajojen tulisi olla johdonmukaisia ja perusteltuja. Ne eivät välttämättä kaikkialla ole samanlaisia. Kotona voi olla luvallista möyriä ja hyppiä sohvilla, mutta isovanhemmilla tämä ei ole sallittua. Tällaiset rajojen muutokset lapsi kyllä ymmärtää, kun ne hänelle kerrotaan ja perustellaan. Myös lapsiryhmässä rajat saattavat vaihdella sisällä, pihalla tai retkellä. Sisällä ei saa huutaa, mutta pihalle ääntä mahtuu. Lapselle on hyvä selittää, miksi samat rajat eivät päde eri paikoissa. Tähän kannattaa käyttää ennakkointia. Usein lapset ylittävät rajoja, koska eivät tiedä, että kyseinen raja on olemassa tai on erilainen toisessa paikassa. Kun tämän kertoo etukäteen, ei tahattomia ylityksiä tapahdu. Ennakkointia voi käyttää muutenkin rajojen yhteydessä. Kun lapsiryhmän kanssa ensimmäistä kertaa menee kirjastoon, on hyvä yhdessä keskustella, miksi kirjastossa on hyvä puhua hiljaisella äänellä, usein alle tavallisen puheäänänen kovuuden. Kaikki eivät välttämättä ole käynyt perheen kanssa kirjastossa. Tässä on hyvä käyttää vertaisoppimista. Lapset oppivat parhaiten toisiltaan. Silloin ne, jotka ovat jo käyneet, saavat kertoa millaisia kokemuksia heillä on kirjastosta ja mitä siellä piti muistaa. Vertaisoppiminen on hyvä myös useamman lapsen perheissä. Isommat sisarukset voivat opettaa pienemmille monia hyviä taitoja.

Rajoja asettaessa tulisi ottaa huomioon myös lapsen ikä- ja kehitystaso. Kaksivuotias saa tehdä asioita, joita emme viisi tai kymmenvuotiaalta enää salli. Toinen huomioitava asia on lapsen temperamentti. Toinen lapsi voi olla temperamentiltaan sellainen, että vaatii tiukemman

päivärytmin, jotta asiat sujuvat hyvin. Toinen taas mukautuu muutoksiin todella helposti. Pienet joustot ja päivärytmin muutokset eivät hetkauta esimerkiksi kykyä säädellä tunteita suuntaan eikä toiseen. Rajat ovat koko ajan muuttuvat ja niitä on hyvä siksi tarkastella aika ajoin. Lapsen ei toivottu käyttäytyminen voi johtua siitä, että rajoja ei ole päivitetty lapsen kasvaessa, kuten kenkä, ne ovat tulleet liian pieneksi.

Rajojen tulee olla perusteltuja, joten jos lapsi kysyy "Miksi?", siihen pitäis osata vastata, muutakin kuin "koska minä sanon niin". Usein on helppo sanoa miksi raja on olemassa, koska usein kyse on turvallisuudesta. Jos kuitenkin huomaa kieltävänsä lapselta esimerkiksi glitterin käytön askartelussa vain siksi, että sen siivoaminen on haastavaa. Voi vastaaminen olla vaikeampaa, koska raja on enemmän vaivannäköön kuin turvallisuuteen liittyvä. Jos vastaat, että "et jaksa siivota", voi pieni kyselyikäinen jatkaa "Miksi" – kysymyksillä hyvin pitkäänkin. On kuitenkin hyvä ottaa huomioon, että rajojen tulisi olla reilut esimerkiksi lapsiryhmässä tai luokassa. Jos jonkun lapsen kohdalla raja on erilainen, tulisi se myös pystyä perustelemaan. Jos huomaat, että oikeastaan osaa vastata miksi johonkin asettamaasi rajaan, on hyvä pysähtyä pohtimaan rajan tarpeellisuutta. Joskus voimme huomata jonkun rajan olevan vanhentunut tai turha ja siitä on aika luopua.

Rajojen tulisi olla myös joustavia. Vaikka sääntönä olisi, että koulun jälkeen tehdään heti läksyt ja vasta sitten siirrytään muihin asioihin, voi isovanhempien yllätysvierailu muuttaa järjestystä. Kipeänä on hyvä jättää harkat välistä, lomalla voi ruutu- tai peliajoista joustaa tai kesälomalla kotiintuloajoista.

Jos kuitenkin koko ajan annat lapselle periksi rajoissa esimerkiksi lapsen jankkaamisen tai muun sinuun toimivan keinoin takia, voit huomata olevasi hetken kuluttua tilanteessa, jossa lapsi itse määrittelee teidän rajat. Tällöin lapsen luottamus rajojen toimivuuteen ja aikuiseen rajojen pitäjänä karisee ja se voi aiheuttaa paljon ei-toivottua käyttäytymistä. Lapsi ei tunne ympäristöä turvalliseksi, koska joutuu itse määrittelemään rajansa.

Joskus rajat liittyvät perheen tai ryhmän arvoihin. Valehtelevä ei luo välitöntä vaaraa (ellei valehtele tien olevan turvallinen paikka makoilla), mutta siihen on hyvä vetää raja. Arvorajoja on hyvä perustella ja kertoa, miksi tällaisen valinnan on tehnyt ja miksi esimerkiksi rehellisyys on luottamuksen kannalta todella tärkeää.

Rajojen määrittely voi olla välillä aika haastavaa. Liian tiukat rajat lamaannuttavat ja kapeuttavat lapsen kokemusmaailmaa. Syynä tiukkoihin rajoihin voivat olla esimerkiksi omat pelkomme, kyvyttömyytemme kestää epävarmuutta tai käsitellä huolia. Olemme niin huolissamme lapsen turvallisuudesta, että asetamme sellaiset rajat, jotka minimoivat kaikki riskit. Tällaisessa jatkuvien kieltojen ympäristössä lapsen turvallisuuden tunne ei kasva, vaan aikuinen saa maailman näyttämään pelottavalta ja uhkaavalta. Lapsi kasvaa sellaisen tunteen varjossa, että koko ajan pitää olla varuillaan tai jotain sattuu. Tämä virittää lapsen hälytysjärjestelmän äärimmilleen ja voi aiheuttaa jännitystä, pelkoa ja jopa ahdistusta. Voimme asettaa tiukat rajat myös sen takia, että olemme itse perfektionisteja ja vaadimme itseltämme ja lapsiltamme hyvin säädelyä ja virheetöntä toimintaa. Saatamme myös olla niin kuormittuneita, että meidän on vaikea sietää rajoista poikkeamista. Kuormitus voi vaikuttaa myös toiseen suuntaan. Lapsi voi kasvaa rajattomassa ympäristössä monesta syystä. Joskus vanhemmalla ei ole voimavaroja asettaa lapselle rajoja tai pitää niistä kiinni. Vanhempien voi olla vaikea määritellä, mikä on hyvä raja, ja pelon tunne ohjaa toimintaa. On helpompaa olla rajoittamatta lapsen toimintaa kuin asettaa raja väärään paikkaan. Saatamme jopa kysyä lapselta rajan paikkaa. Tämä aiheuttaa varsinkin pienelle lapselle hämmennystä ja epävarmuutta, koska hänen pitäisi voida luottaa aikuisen arvioon rajojen paikasta. Meillä voi olla myös omia lapsuuden kokemuksia ankarista ja hyvin tiukoista rajoista, jolloin ylikompensoimme emmekä aseta omalle lapselle rajoja ollenkaan. Voi olla, että pidämme joistain rajoista kiinni, mutta toisaalta myös annamme kaiken, minkä lapsi haluaa tai vaatii. Tällöin omat, käsittelemättömät lapsuuden kokemukset ohjaavat meitä. Voimme myös ajatella, että lapsi oppii parhaiten, kun hän itse löytää rajansa. Ajattelemme luontaisten seurausten opettavan lasta ja kantapään kautta opetteluun olevan paras tapa oppia. Laiminlyövässä kasvatuksessa lapselta puuttuu rajat, koska vanhemmat eivät jaksa tai välitä asettaa niitä. Huomiomme on muissa asioissa tai olemme väsyneitä ja uupuneita.

Kaikki edellä kuvatut toimintamallit aiheuttavat lapsessa stressiä, ahdistusta, turvattomuutta ja levottomuutta. Vaikka saatamme joissain kohdin ajatella toimivamme lapsen parhaaksi, toimintamme vaikuttaa päinvastoin. Liian salliva kasvatusta jättää lapsen yksin keskeneräisten taitojen ja aivojen kanssa.

Kasvatuksen tarkoitus on ohjata ja opettaa. Se millä tavalla pidät kiinni rajoista, vaikuttaa sinun ja lapsen vuorovaikutukseen sekä hänen haluunsa noudattaa rajoja. Siksi rajojen ylityksestä ei pitäisi rankaista tai pelotella lasta olemaan ylittämättä rajoja, vaan ohjata lapsen näkökulmasta ja maailmasta lapsi huomaamaan rajojen olevan hyviä, pitävän turvassa ja luomaan lapselle hyvää tulevaisuutta. Joskus tämä aikuista ”palkitseva” osuus rajojen tarpeellisuuden ymmärtämisestä tulee vasta lapsen kasvaessa aikuiseksi. Itse ajattelen, että yhteistyön kautta voimme kuitenkin saada lapsen ymmärtämään rajojen tarpeellisuuden jo aiemmin.

Tavoitteeksi rajoissa kannattaa asettaa esimerkiksi se, että luo sellaiset rajat lapsille tai lapsiryhmälle, joiden sisällä lasten on mahdollista kukoistaa ja kasvaa pysyen samalla kaikin puolin turvassa.