



samk

Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

LAURA JOHANSSON

Lasten aggressiokasvatus Familiar Säikässä – Opas ohjaustyöskentelyyn

HOITOTYÖN TUTKINTO-OHJELMA
2022

Tekijä Johansson, Laura	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä 31.05.2022
	Sivumäärä 57	Julkaisun kieli suomi
Julkaisun nimi Lasten aggressiokasvatus Familiar Säikässä – Opas ohjaustyöskentelyyn		
Tutkinto-ohjelma Hoitotyön tutkinto-ohjelma, sairaanhoitaja (AMK)		
Tiivistelmä <p>Tämän opinnäytetyön aihe syntyi Familiar Säikän sisäisessä nuoren väkivaltaista käyttäytymistä käsittelevässä koulutuksessa. Työn tarkoituksena oli tehdä aggressiokasvatuksen opas ohjaus- ja kasvatustyön tueksi Familiar Saikkaan. Tavoitteena oli oman ja koko työyhteisön osaamisen kehittäminen, erilaisten menetelmien ja työkalujen käyttäminen sekä näiden käytäntöjen yhtenäistäminen, ja sitä kautta lasten myönteisen kasvun ja kehityksen tukeminen sekä aggressiivisen ja väkivaltaisen käyttäytymisen ennaltaehkäiseminen.</p> <p>Oppaan teoriapohja syntyi useammassa vaiheessa tehdyllä systemaattisella kirjallisuushaulla sekä hyväksi käyttäen Familiar Säikässä jo olemassa olevaa osaamista, menetelmiä sekä työkaluja. Oppaassa esiteltiin aggression taustaa, normaalia sekä myönteistä aggressiokehitystä tukevia asioita sekä riskitekijöitä. Aggressiokasvatuksen menetelmiä ja työkaluja esiteltiin sekä luettelona että esimerkein.</p> <p>Oppaan arvioinnissa tärkeänä pidettiin esille nostettujen asioiden ja niiden perustelujen näkökulmaa sekä aiheen tarpeellisuutta. Aggressiokasvatuksen nähtiin kuuluvan olennaisesti lapsen muuhun ohjaukseen ja kasvatukseen. Myös kasvattajan rooli ja omien tunteiden hallinta nähtiin tärkeänä. Opasta tullaan käyttämään Familiar Säikän nykyisten ja uusien työntekijöiden perehdyttämisessä ja sitä tullaan jatkossa hyödyntämään myös markkinoinnissa. Oppaan kehitystä tullaan edelleen jatkamaan osana ohjaus- ja kasvatustyön kehittämistä.</p>		
Avainsanat aggressio, aggressiivisuus, aggressiokasvatus, viha, väkivalta, lapset, psyykinen kehitys, itsetunto, sosiaaliset taidot, tunnetaidot, tunteet, lastensuojelu, lastensuojelulaitos		

Author Johansson, Laura	Type of Publication Bachelor's thesis	Date 31.05.2022
	Number of pages 57	Language of publication: Finnish
Title of publication Child Aggression Education in Familiar Säikkä — Guide to Guidance Work		
Degree programme Degree programme in Nursing, Bachelor of Health Care		
Abstract <p>The topic of this bachelor's thesis arose at Familiar Säikkä's internal training regarding young people's violent behaviour. The work was done to make a guide about aggression education in support of guidance and education work in Familiar Säikkä. The goal was to improve my own know-how and skills and the competence of the whole working community, to use different methods and tools and to unify these practices, and there-by support the positive growth and development of children and to prevent aggressive and violent behaviour.</p> <p>The theory base of the guide was created through a systematic literature search in several stages, as well as using expertise, methods and tools already existing at Familiar Säikkä. The guide presented the background of aggression, risk factors and things that support children's normal and positive aggression development. Methods and tools of aggression education were presented both as a list and with examples.</p> <p>In the evaluation of the guide, the perspective of the issues raised and their arguments and the necessity of the topic was considered important. Aggression education was seen to be essential part of the guidance and upbringing of a child. The role of the educator and control of one's own emotions was also seen as important. The guide will be used to familiarize existing and new employees of Familiar Säikkä and will also be used in marketing in the future. The development of the guide will continue as part of the development of the guidance and education work.</p>		
Keywords Aggression, aggression education, anger, violence, children, psychological development, self-esteem, social skills, emotional skills, emotions, child protection, child protection, child protection institution.		

ALKUSANAT

Tämän työn ja samalla opintojeni loppuunsaattaminen ei ole ollut helppoa tai itsestään selvää. Elämän erilaisten osa-alueiden ja työskentelyn ajalle osuneet henkilökohtaiset, lähipiirissä tapahtuneet sekä erityisesti maailmanlaajuiset kriisit ovat vaikuttaneet työskentelyyni monella tapaa sekä viivästyttäneet opintojeni ja tämän työn valmistumista, mutta toisaalta myös antaneet aiheen hautua sekä kypsyä mielessäni. Omalta osaltaan työskentelyssäni pitämäni tauot ovat mahdollistaneet muun muassa työssä esittelemieni menetelmien sekä työkalujen kokeilemisen osana käytännön työskentelyä ja sen myötä olen saanut niiden esittelyyn tuotua mukaan myös omakohtaisen kokemuksen kautta saatua tietoa, ja into työn tekemiseen on kaikesta huolimatta pysynyt yllä.

Haluan kiittää pitkämielisyydestä sekä ajoittaisesta lempeästä eteenpäin työntämisestä, ammattitaitoisesta juuri minulle sopivasta ohjauksesta sekä suoran avoimesta vuorovaikutuksesta opinnäytetyötäni ohjannutta opettajaa Kirsti Santamäkeä, joka sai tuotua jonkinlaista tolkkua työskentelyyni, kun innostuksissani aloitin työn tekemisen ihan väärästä päästä. Haluan kiittää myös minua kannustaneita ja ammatillista kasvuani opintojeni aikana tukeneita opettajia Arja Yli-Kovasta ja Kirsti Virtaa siitä, että sain uskoa opintojeni sekä tämän projektin läpiviemiseen. Kiitän myös matkani varrella minua tukeneita tutoropettajiani Sirke Ajankoa ja Tiina Mikkonen-Ojalaa.

Kiitän myös työnantajaani Familiar Oy:tä sekä projektin aikana toimineita sekä projektin mahdollistaneita esihenkilöitäni Hanna-Riikka Räsästä ja Henri Peltomaata sekä projektissa auttaneita työtovereitani. Kiitos kyseenalaistuksista, joiden avulla olen osannut lähteä viemään projektia oikeaan suuntaan sekä tuesta ja siitä, että olette uskoneet ja kannustaneet minua silloinkin, kun mieleni olisi tehnyt luovuttaa. Erityisesti haluan kiittää Henri Peltomaata siitä, että olet luottanut minuun ja antanut minulle mahdollisuuden sekä aikaa kehittää aggressiokasvatusta, niin omassa työssäni kuin laajemmin Familiar Säkissä.

Ja lopuksi kiitokset perheenjäsenilleni, jotka ovat kannustaneet ja tukeneet minua sekä tässä itse projektissa ajatuksia jakamalla, oikolukemalla sekä kääntämisissä avustamalla että myös ottamalla enemmän vastuuta kotitöistä. Ilman teidän tukeanne apuanne ja ymmärrystänne en olisi saanut tätä projektia vietyä loppuun. Kiitos myös ystäväilleni, jotka ovat pyytäneet minua mukaan vapaa-ajan aktiviteetteihin ja näin omalta osaltaan huolehtineet siitä, että minulla on työskentelyn lomassa ollut myös mahdollisuus rentoutua ja päästä irti työn tekemisestä.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	8
2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT ...	10
3 AGGRESSION TAUSTAA.....	12
3.1 Aggressio.....	12
3.2 Aggressiivisuus	13
4 LAPSEN AGGRESSIOKASVATUS	14
4.1 Lapsen normaali kehitys	14
4.1.1 Suojaavat ja myönteistä kehitystä edistävät tekijät väkivaltaista käytöstä vähentävät ja lievittävät tekijät.....	15
4.1.2 Väkivaltaista käytöstä vähentävät ja lievittävät tekijät.....	16
4.1.3 Haittaavat ja haasteita aiheuttavat ja niille altistavat tekijät.....	16
4.1.4 Altistavien tekijöiden kasaantuessa lapsi voi alkaa oireilla aggressiivisesti	18
4.2 Sosiaaliset taidot.....	19
4.3 Tunteet ja tunnetaidot.....	21
4.3.1 Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen sekä oikeutus	22
4.3.2 Kehotietoisuus ja tunteiden säätely	23
4.4 Aggression portaat	24
4.5 Aikuinen voi auttaa lasta.....	25
4.5.1 Hyvä itsetunto on osa mielenterveyttä.....	27
4.5.2 Ymmärtäminen ja ennakointi	28
4.5.3 Tunnekaappaukset	30
4.5.4 Työskentely perheen kanssa	30
4.6 Kiusaamisen ehkäisy.....	31
4.7 Lasten konfliktien sovittelu.....	32
4.8 Lapsen vihan ja mahdollisten traumojen käsittely	32
4.9 Aggression purkaminen ja harjoittelu	33
4.10 Aggressiivisuuden hoito.....	33
4.11 Lasten aggressiokasvatus Familiar Säikässä.....	35
5 LASTEN AGGRESSIOKASVATUS FAMILAR SÄIKÄSSÄ – OPPAAN TEKEMINEN.....	35
5.1 Projektin suunnittelu ja asiakäsikirjoitus	35
5.2 Projektin ja oppaan toteutus	39
5.3 Valmiin oppaan sisältö	46
5.4 Tilaajan arviointi	47
5.5 Opinnäytetyön ja sen tuotoksena syntyneen oppaan arviointi	48

6 POHDINTA	53
6.1 Eettisyys	53
6.2 Luotettavuus	55
6.3 Ammatillinen kehittyminen	56

LÄHTEET

LIITTEET

1 JOHDANTO

Tein tämän opinnäytetyön työpaikalleni lastensuojelun laitoshoidon erityisyksikköön Familiar Säikkään. Säikässä on kaksi eri asuinyksikköä tuloiltaan alle 13-vuotiaille lapsille: Arviointi- ja vastaanottoyksikkö Joki ja erityisesti neuropsykiatrisesti oireilevien lasten pitkäaikaiseen sijaishuoltoon keskittyvä Meri (Familiar, n.d.). Opinnäytetyön aiheen löytäminen oli minulle hankalaa, koska halusin löytää sekä minua että työpaikkaani hyödyttävän, olennaisesti sairaanhoitajan työhön liittyvän ja mielenkiintoisen tai peräti mukaansatempaavan aiheen. Aiheeksi valikoitui jo syksyllä 2020 työpaikkakoulutuksessa käsitelty, minun sekä silloisen esihenkilöni mielenkiinnon herättänyt sekä loppuvuodesta 2020 uutisoitujen (Yle Uutiset 2.11.2020 & 30.12.2020) alaikäisten lasten tekemien ja heihin kohdistuneiden vakavien väkivaltarikosten takia ajankohtainenkin aihe: aggression integroituminen. Uutisoinnissa huomio kiinnittyi myös siihen, että näissä tapauksissa sekä väkivaltaan syyllistyneitä että uhreja asui lastensuojelulaitoksissa, ja projektin lähtökohdaksi otettiin lasten normaalin kasvun tukeminen ja aggressiivisen käyttäytymisen ennaltaehkäisy.

Aggression määrittäminen yksiselitteisesti on hankalaa ja aihevalintani herätti etenkin projektin alkuvaiheessa paljon kysymyksiä siitä, mihin aggressiota tarvitaan. Aggression perimmäinen tavoite on kuitenkin hengissä selviäminen. Esimerkiksi vastasyntyneen vauvan aggression taustalla on tarve tai tunne kuten nälkä, kylmä tai väsymys ja se ilmenee itkuna. Aggression voidaan ajatella olevan voima, johon liittyy halu toimia. Sen taustalla on siis tarve tai tunne, joka saa aikaan toimintaa. Aggressiota tarvitaan monella tavalla. Se auttaa puolustamaan omia oikeuksiaan, toimimaan itselle haitallisessa tilanteessa. Se on voima, jolla pyritään muuttamaan asioita. Aggressio liittyy myös itsetunnon kehittymiseen ajaen ihmistä yrittämään vaikeitakin asioita ja niissä onnistuminen vahvistaa itsetuntoa. Aggressiivinen käytös taas voidaan jakaa reaktiiviseen ja proaktiiviseen käyttäytymiseen. Reaktiivista aggressiivisuuden ilmenemistä on esimerkiksi lapsen itkupotkuraivarit tai reagointi koettuun uhkaan.

Proaktiivista aggressiivisuutta on esimerkiksi lapsen suunnitelmallinen pyrkimys päästä toivomaansa lopputulokseen ei-toivotuin keinoin Aggressio voi olla esimerkiksi sanallista, fyysistä tai sosiaalista. Hyökkäävälle aggressiivisuudelle ei aina löydy selitystä. Vaikka aggressiota tarvitaan, on tärkeää oppia aggression hallintaa ja säätelyä, sillä aggressio voi johtaa aggressiiviseen käyttäytymiseen, etenkin jos siihen liittyy vihan tunne. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 12–13; Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 228.)

Kuten lapsen muukin kehitys, aggressiokehitys kulkee omaa tahtiaan erilaisten kehitysvaiheiden kautta toiseen. Lapsen aggressiokehitykseen vaikuttaa hänen kehitysikänsä, ei niinkään hänen fyysinen ikänsä. Kehitysikä on lapsen saavuttama motorisen, kielellisen, emotionaalisen sekä sosiaalisen kehityksen ja ajattelukyvyn vaihe. Väkivaltaisesti käyttäytyvät lapset ovat monesti kehitykseltään ainakin joiltain osin perässä muita saman ikäisiä lapsia. (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 86; Riihonen, 2020, s.16.) Kirjassa Sisu, tahto ja itsetunto (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 112–115) kuvataan aggressiokehitystä aggression portaaksi, mikä on portaittainen malli lapsen ja nuoren kehityksestä. Aggression portaat käsittelevät lapsen aggressiokasvua odotusajasta aikuisuuteen. Joka ikävaiheessa on oma kehitystehtävänsä, jonka läpi käytyään lapsi pystyy siirtymään seuraavalle portaalle. Lapsi tarvitsee aikuisen apua tässä kasvussaan.

Lapsen myönteistä kehitystä ja aggressiivisuuden kielteisiltä vaikutuksilta lasta suojaavat lapsikeskeinen kasvatus, hyvä vanhempien keskinäinen suhde, lapsen myönteinen suhde isään sekä äidin antama tuki ja ohjaus. Myönteistä aggressiokehitystä tukevat myös vanhempien pidättäytyminen kuritusväkivallasta, lapsen hyvät kaveri- ja ihmissuhdetaidot, heikompien puolustaminen sekä ystävällisyys. Käyttäytymisen kontrollointi ja rajojen asettaminen yhdistettynä lämpimään kasvatustyyliin suojaa ja tukee lapsen kehitystä. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 229.)

Haasteita lapsen normaalille kasvulle ja kehitykselle tuovat lapsen synnynnäiset tekijät, joihin ei voi vaikuttaa. Raskauden aikaiset haasteet, lapsen erilaiset diagnoosit, kuten kehitysvammaisuus, neuropsykiatriset poikkeamat ja kehitysviiveet tai kielelliset vaikeudet altistavat myös lapsen haasteille. Vakavia lapsen kehitystä

uhkaavia tekijöitä ovat varhaisen vuorovaikutuksen ongelmat ja turvattomat kiintymyssuhteet sekä traumat. Myös ympäristö, perheväkivalta ja vanhempien riittaisuudet sekä epäjohtonmukaisuus ja ennakoimaton toiminta, stressaavat elämäntapahtumat, perhetilanteiden muutokset tai vaikeudet, yksinäisyys tai huono toveriseura ja se, ettei lapsi tule riittävästi kuulluksi tai lapsen tuntema häpeä ovat haitallista lapsen kehitykselle. Pitkäkestoinen stressi, krooninen kaltoinkohtelu sekä hoidon laiminlyönnit vahingoittavat lapsen aivoja ja hoidon laiminlyönti, väkivalta sekä muut häneen kohdistuvat aggressiot ovat pahin yhdistelmä kehittyvälle lapselle. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 16–17; Repo, 2015a, s. 45; Roos, 2014, s. 12, 26; Rytönen, s. 6–11; Sinkkonen, 2012, s. 171–177; Wahlman-Neuvonen & Hannonen, 2015, s. 25–27.)

Työnantajana Familiar Oy tarjoaa paljon laadukasta koulututusta ja työkaluja lasten kanssa toimimiseen. Säkässä on osaamista ja käytössä olevia menetelmiä aggression hallintaan, kuten esimerkiksi ART- (Aggression Replacement Training) (Suomen ART, n.d.) ja MAPA (Management of Actual or Potential Aggression) (Suomen MAPA-keskus, n.d.). Kuitenkaan varsinaiseen aggressiivisen käyttäytymisen ennaltaehkäisyyn ei vielä muutoin ollut olemassa yhtenäistä käytäntöä. Projektin tarkoituksena oli tehdä aggressiokasvatuksen opas ohjaus- ja kasvatustyön tueksi, aggressiokasvatuksen yhtenäistämiseksi Familiar Säkässä. Tavoitteena oli oman ja koko työyhteisön osaamisen kehittäminen, erilaisten menetelmien ja työkalujen käyttäminen sekä näiden käytäntöjen yhtenäistäminen, ja sitä kautta tukea lasten myönteistä kasvua sekä ennaltaehkäistä lasten aggressiivista sekä väkivaltaista käyttäytymistä.

2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyöni sisällöllisenä tavoitteena oli aluksi selvittää termiä: aggression integroituminen ja tutkia aggressiota ilmiönä sekä osana jokaisen ihmisen kasvua. Tavoitteena oli myös etsiä tapoja tukea erilaisia lapsia heidän psyykkisessä kasvussaan

ja kehityksessään juuri aggression näkökulmasta ja turvata heille mahdollisuus päivittäisessä arjessa oppia hallitsemaan omaa aggressiivisuuttaan sekä suuntaamaan sitä positiivisiin asioihin yhteiskunnassa hyväksyttävällä tavalla haasteistaan huolimatta. Opinnäytetyön varsinaisena tavoitteena oli oman osaamiseni kehittyminen, ammatillinen kasvu sekä osaamiseni jakaminen eteenpäin omassa työyhteisössäni ja organisaatiossani sekä lasten aggressiivisuuden ja väkivaltaisen käyttäytymisen ennaltaehkäiseminen.

Tarkoituksenani oli laatia lasten aggressiokasvatuksesta opas tueksi ohjaustyöskentelyyn. Oppaan luettuaan jokainen ohjaaja tietää, että aggressio on muutakin kuin ikävää tai väkivaltaista käytöstä ja että sitä tarvitaan normaalissa psyykkisessä kehityksessä. Oppaasta selviää myös normaalin aggressiokehityksen vaiheet, näitä vaiheita tukevat tai uhkaavat tekijät sekä kasvattajan rooli lapsen aggressiokasvatuksessa. Oppaasta käy myös ilmi minkälaisia menetelmiä ja työkaluja ohjaustyöskentelyssä voi käyttää ja soveltaa sekä lapsen että hänen läheistensä kanssa työskentelyssä.

Tutkimustehtäviksi nousi projektin tekovaiheessa seuraavat kysymykset, joihin lähdin etsimään vastausta: Mitä on aggressio? Mihin aggressiota tarvitaan? Miten lapsen normaali aggressiokehitys etenee? Mitä tarkoittaa aggression integroituminen? Millaisia taitoja lapsi tarvitsee suotuisaan aggressiokehittymiseensä? Miten kasvattaja vaikuttaa lapsen aggressiokehitykseen? Millä keinoilla ja menetelmillä lasta voidaan tukea hänen aggressiokehityksessään ja mitä työkaluja tätä varten voi käyttää? Minkälaisia riskitekijöitä ja haasteita suotuisalle aggressiokehitykselle on? Minkälaiset tekijät tukevat ja suojaavat lasta tässä kehityksessä? Miten lapsen lähipiiriä voidaan auttaa ja tukea lapsen aggressiokasvatuksessa?

Lähdin etsimään vastauksia kysymyksiin systemaattisella tiedonhaulla ja ihan ensimmäiseksi aloin miettiä asiasanoja, joilla löytäisin aiheesta aiempia tutkimuksia sekä muuta teoreettista tietoa. Projektin alkuvaiheessa työn otsikko oli ”Aggression integroituminen”, mutta koska hakusanoilla aggressio ja integroituminen ei löytynyt tutkimuksia tai muutamaakaan ajantasaista tietoa, jota olisin voinut käyttää hyväkseni työn tekemisessä, vaihdoin yksissä tuumin esihenkilöni kanssa työn nimeksi ”Lasten aggressiokasvatus”.

3 AGGRESSION TAUSTAA

3.1 Aggressio

Ryhtyessäni selvittämään ja tutkimaan tarkemmin sanaa aggressio, kohtasin useammassa lähteessä aggression käsittelemiseen kielteisenä tai epätoivottuna asiana, samoin kuten esitellessäni opinnäytetyöni aihetta nykyisille sekä aiemmille kollegoilleni. Harvemmissa teoksissa aggression merkitys lapsen kasvuun ja kehitykseen nähtiin välttämättömänä lapsen psykologisen kehityksen kannalta. Aggression määrittäminen onkin vaikeaa. Lastenpsykiatri Riikka Riihonen ja lastenpsykiatrian ja nuorisopsykiatrian erikoislääkäri Minna Koskinen määrittelevät aggressiota kirjassaan ”Kuinka kiukku kesytetään” (2020, s. 12–13) alkujaan tarpeellisena ihmisen selviytymistä edistävänä voimana. Heidän mukaansa on tärkeää ymmärtää aggression tehtävät, vaikka aggression hallinnan opettelu onkin tärkeää. Aggressiota tarvitaan, jotta voi oppia pitämään puolensa. Aggressio liittyy myös kiinteästi itsetunnon kehittymiseen. Ihminen, jolla on hyvä itsetunto, pystyy ilmaisemaan aggressiotaan rakentavasti. He kuvasivat aggressiota myös tunteena, joihin liittyy sekä muita tunteita että toimintaimpulseja. Kirjassa avattiin myös yleisemmin esillä olevia aggression kielteisempiä puolia: Aggressio voi johtaa aggressiiviseen käyttäytymiseen, mikäli siihen liittyy vihaa. Aggressiota esiintyy myös ilman vihan tunnetta.

Jouduin perustelemaan aggressiokasvatuksen tarpeellisuutta sekä tärkeyttä juuri sillä, että aggressiot kuuluvat ihmisen psykologisen kehityksen vaiheisiin ja ne ovat tarpeellisia ja välttämättömiä kasvun eri vaiheissa. Aggressiota tarvitaan esimerkiksi negatiivisten tunteiden ilmaisuun ja itsensä puolustamiseen sekä vanhemmista irrottautumiseen uhma- ja murrosiässä (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 230). Aggression integroituminen terminä tarkoittaa sitä, että aggressiivisuus, omasta edusta huolehtiminen sekä yllykehallintataidot ovat riittävän kiinteästi integroituneet persoonallisuuden rakentaviin, muita huomioon ottaviin antinarsistisiin puoliin. Aggression integroitumista tarvitaan psykodynaamisesti terveeseen aggressioiden hallintaan. (Schulman, 2004.) Aggressiokasvatuksella on tarkoitus tukea lasta näissä

kasvulle välttämättömissä vaiheissa ja opettaa lapselle erilaisia tarpeellisia taitoja suotuisan aggressiokehityksen mahdollistamiseksi.

3.2 Aggressiivisuus

Se miksi aggressio mielletään kielteiseksi, onkin aggression ilmenemistä kielteisellä tavalla eli aggressiivisuutta. Minna Rytönen kuvailee aggressiivisuutta aiempiin tutkimuksiin viitaten tekemässään väitöskirjassaan ”Kehityskulkuja ja väliintuloja: ekologinen näkökulma vakavan väkivallanteon tehneiden nuorten sosioemotionaalisen terveyden kehitykseen” (2013, s. 13–14). Hänen mukaansa aggressiivisuus on aggressiivista käyttäytymistä ja se voi kohdistua toiseen ihmiseen tai ympäristöön joko suoraan tai epäsuorasti. Se voi olla fyysistä tai sanallista, muita tahallisesti vahingoittavaa tai häiritsevää käyttäytymistä. Rytönen tuo esille myös aggressiivisen käytöksen tarpeellisuuden pienen lapsen normaaliin kehitykseen kuuluvana. Hänen mukaansa lapsen aggressiivinen käyttäytyminen, kuten lyöminen, potkiminen ja pureminen on voimakkaimmillaan 2–3 vuoden iässä.

Suotuisaa aggressiokehitystä varten lapsen tarvitsee opetella erilaisia taitoja ja tavallisesti lapsi oppiikin hallitsemaan aggressiivista käyttäytymistään ennen kouluikää sosiaalisten, emotionaalisten, kognitiivisten ja verbaalisten taitojensa kehittyessä. Aggressiivisen käytökseen vaikuttavat lapsen puutteelliset kyvyt hallita tunteitaan, säädellä mielihalujaan ja yllykkeitään sekä vaikeus tehdä oikeaan osuvia tulkintoja vuorovaikutustilanteissa. Näiden lisäksi aggressiivisen käyttäytymisen taustalla on usein vihantunnetta tai suuttumusta, ja lapsi reagoi tunneperäisesti tai impulsiivisesti kokemaansa provokaatioon tai uhkaan. Lapsi on saattanut kokea tulleensa loukatuksi tai hyökkäyksen kohteeksi. Aggressiivisuus voi myös esiintyä yleisenä vihamielisyytenä muita kohtaan. Lapsi voi kiusata, pelotella tai pyrkiä määräälemään muita. Näin lapsi pyrkii muuttamaan ympäristön reaktioita itseään kohtaan yrittäen heikentää ulkoa päin tulevaa uhkaa ja vahvistaa haluamaansa sosiaalista identiteettiä ja minäkäsitystä. Lapsi uskoo käyttäytymisellään saavansa enemmän hyötyä, kuin haittaa ja saavuttavansa suosiota toveri- ja ystäväpiirissään. (Rytönen, 2013, s. 13–14).

Aina aggressiiviseen käytökseen ei liity tunnetilaa, vaan väkivallan käyttö on harkittua oman hyödyn tavoittelua. Aggressiivinen käyttäytyminen on usein seurausta lapsen keinottomuudesta selviytyä ongelmallisista sosiaalisista tilanteista, eikä lapsella välttämättä ole tietoa, miten ristiriitoja voisi ratkaista rakentavasti. Lapsi voi kokea aggressiivisen käytöksen olevan normaalia ja hyväksyttyä. (Rytönen, 2013, s. 13–14).

4 LAPSEN AGGRESSIOKASVATUS

4.1 Lapsen normaali kehitys

Ihmisen kehitykselle ja hänen persoonallisuutensa perusrakenteen kehittymiselle merkittävimmät vuodet ovat kolme ensimmäistä ikävuotta. Näiden vuosien aikana kehitystä tapahtuu enemmän kuin koskaan tämän jälkeen samalla aikavälillä. Lapselle muodostuu käsitys omasta minuudestaan, yksilöllisyydestään sekä ainutkertaisuudestaan. Samalla lapsi oppii tietämään, miten ihmiset toimivat keskenään, miten säädellä mielialojaan ja käytöstään ja reagoida muiden mielialoihin sekä viesteihin. Nämä kaikki lapsi oppii läheisessä ja sensitiivisessä vuorovaikutuksessa emotionaalisesti tärkeitten hoitajiensa kanssa. Mikäli tämä kehitys on syystä tai toisesta puutteellista, voi lapsi kärsiä siitä vielä aikuisuudessa. Varhaista vuorovaikutusta on pitkään tutkittu ja havainnoitu psykologian ja psykiatrian tutkimuksissa ja viimeisinä vuosikymmeninä tueksi on tullut myös aivotutkimuksia, joiden mukaan lapsen aivojen välittäjäainesysteemi on altis muutoksille, joihin kolmen ensimmäisen ikävuoden herkkyyksikauden hoivakokemukset vaikuttavat. Huonot kokemukset saavat lapsen olemaan jatkuvasti varuillaan, kun taas hyvät kokemukset auttavat sosiaalisen vuorovaikutuksen vastaanottamisessa. Vaikka varhaisen kehityksen vuodet ja lapsen ensimmäiset kiintymyssuhteet eivät lopullisesti määrittele ihmisen kehityksen suuntaa, ne suotuisina antavat paljon resursseja lapsen myöhäisempää elämää varten. (Keltikangas-Järvinen, 2012, s. 20–24.)

4.1.1 Suojaavat ja myönteistä kehitystä edistävät tekijät väkivaltaista käytöstä vähentävät ja lievittävät tekijät

Lapsen ja vanhempien välinen vuorovaikutus vaikuttaa lapsen kehitykseen. Lapsen ja vanhemman toimintatavat myös muokkaavat toinen toisiaan. Aggressiivisuuden kielteisiltä vaikutuksilta suojaavia tekijöitä ovat lapsikeskeinen kasvatustyyli, hyvä vanhempien keskinäinen suhde, lapsen myönteinen suhde isään sekä äidin antama tuki ja ohjaus. Myönteistä aggressiokehitystä tukevat myös vanhempien pidättäytyminen kuritusväkivallasta, lapsen hyvät kaveri- ja ihmissuhdetaidot, heikompien puolustaminen sekä ystävällisyys. Käyttäytymisen kontrollointi ja rajojen asettaminen yhdistettynä lämpimään kasvatustyyliin suojaa ja tukee lapsen kehitystä. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 229; Lintu, 2015, s. 96–115.)

Lasta tulee ohjata myönteisellä tavalla. Lapsen on tärkeä tietää mitä häneltä odotetaan ja koska lapsen käytös yleensä on hänen oppimansa käyttäytymismalli, hänelle on syytä opettaa vaihtoehtoisia tapoja reagoida erilaisissa tilanteissa. Ei siis riitä, että lapselle kerrotaan mikä ei ole sopivaa tai toivottua käytöstä. Jos lapsi on käyttäytynyt ei toivotulla tavalla, on hyvä käydä tapahtunut lapsen kanssa läpi ja samalla yhdessä pohtia toisenlaisia tapoja toimia. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s.145, 154, 157; Riihonen & Koskinen, 2020, s.158, 164–165, 176–80.)

Lapsen kasvaessa ja elinpiirin laajetessa kaverit, opettajat ja harrastusten parissa tavatut ihmiset ja vuorovaikutus heidän kanssaan luovat mahdollisuuksia oppimiseen sekä tukevaan ja suojaavaan vuorovaikutukseen. Lapsen kehitykselle on hyväksi, jos hänellä on useita häneen sitoutuneita aikuisia, mutta jo yksikin lapsen hyvän vuorovaikutussuhteen luonut aikuinen voi merkityksellisesti vaikuttaa lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen. Virittäytyminen samaan tunnetilaan ja hyvä hoito tukevat lapsen itsesäätelytaitoja ja tarjoavat myös korjaavia kokemuksia koko lapsuusiän ajan. (Repo, 2015b, s. 122–125; Wahlman-Neuvonen & Hannonen, 2015, s. 40–41.)

Lapsen ja lapsiryhmien sekä lapsen ja perheen kanssa voidaan opetella sosiaalisia taitoja ja käytöstapoja sekä kiinnittää huomiota positiivisiin asioihin. Rangaistukset sinänsä eivät auta lasta, mikäli lapsi ei tiedä tai osaa vaihtoehtoisia käyttäytymistapaa. Alkuun lasta voivat motivoida pienet aineelliset palkkiot, mutta pidemmällä

aikavälillä toivotunlaisen käytöksen huomaaminen ja sen esille nostaminen vahvistaa lapsen positiivista kehitystä. Malliesimerkki on lapsille tärkeää ja lapset hyvin tarkasti seuraavat, että myös aikuiset käyttäytyvät sovitulla tavalla ja pitävät kiinni sovitusta säännöistä ja tavoista. Sosiaalisten tarinoiden ja moraalikeskustelun avulla voidaan myös vahvistaa lapsen positiivista käytöstä, mutta ryhmässä on tärkeää muistaa myös se, että toisten lasten mielipiteet saattavat helposti myös vaikuttaa kielteisesti. Toisten lasten mielipiteet ovat lapsille tärkeitä. (Huhtala, 2020, s. 61–64.)

4.1.2 Väkivaltaista käytöstä vähentävät ja lievittävät tekijät

Aggressiiviselle käytökselle altistavien, laukaisevien sekä ylläpitävien tekijöiden lisäksi on olemassa myös väkivaltaista käytöstä vähentäviä sekä lievittäviä tekijöitä, joita voidaan hyödyntää arjessa (Taulukko 1.). Näitä tekijöitä voidaan käyttää ennakoimisessa ja ennaltaehkäisyssä sekä silloin kun lapsi oireilee aggressiivisesti. (Riihonen & Koskinen, 2020, s.18, 158–160.)

- miellyttävät ja rauhoittavat puuhat
- läheisten ihmisten arvot ja arvostukset
- mahdollisuudet saada uusia rooleja sosiaalisissa ympäristöissä
- läheisten ihmissuhteiden tarjoama lämpö ja tunnesäätelyn tuki
- väkivallattomuuden ja toivottavan käytöksen konkreettiset hyödyt
- media voi vaikuttaa sekä myönteisellä että kielteisellä tavalla
- syyllisyyden tunne, joka ohjaa oikeansuuntaiseen toimintaan
- struktuuri, rutiinit, ennakointi sekä valmistautuminen
- joustaminen

Taulukko 1. Väkivaltaista käytöstä vähentävät ja lievittävät tekijät (Riihonen & Koskinen, 2020, s.18, 158–160.)

4.1.3 Haittaavat ja haasteita aiheuttavat ja niille altistavat tekijät

Haasteita lapsen normaalille kasvulle ja kehitykselle etenkin aggressiokehityksen näkökulmasta tuovat synnynnäinen herkkyys, ominaisuudet tai muut tekijät, joihin ei voi vaikuttaa, kuten geneettiset tekijät ja sukupuoli. Äidin raskauden aikainen

huumeidenkäyttö ja heikko ravitsemus sekä erilaiset diagnoosit, kuten kehitysvammaisuus, neuropsykiatriset poikkeamat ja kehitysviiveet altistavat lapsen monenlaisille haasteille. Lapsen varhaisten vuosien aikaisessa kehityksessä vakavia lapsen kehitystä uhkaavia tekijöitä ovat etenkin varhaisen vuorovaikutuksen ongelmat ja turvattomat kiintymyssuhteet. Myöhemmin haasteita saattavat aiheuttaa traumat, etenkin varhainen traumatisoituminen, ympäristö, perheväkivalta ja vanhempien riittaisuudet, huono toveriseura, stressaavat elämäntapahtumat kuten muutot, ero, perhetilanteiden muutokset, sisarusten syntymä, perheen taloudelliset tai muut vaikeudet tai yksinäisyys. Haitallista on se, ettei lapsi tule riittävästi kuulluksi hänestä huolta pitävien aikuisten seurassa sekä lapsen tuntema häpeä. Myös epäjohdonmukaisuus ja ennakoimaton toiminta on vahingollista lapsen kehitykselle. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 16–17; Roos, 2014, s. 12, 26; Rytönen, s. 6–11; Veijalainen, 2020, s. 49; Wahlman-Neuvonen & Hannonen, 2015, s. 25–27.)

Lapsi vielä harjoittelee monenlaisia asioita ja käyttäytyminen sekä aggressionhallinta on yksi osa tätä kasvua. Pitkäkestoinen stressi, krooninen kaltoinkohtelu sekä hoidon laiminlyönnit ovat vahingollisia lapsen kehittyville aivoille ja tällainen vakava varhainen deprivatio, eli perustarpeiden tyydyttämättä jättäminen voi johtaa jopa joidenkin aivoalueiden kudostakatoon ja aivojen kehityshäiriöön, joiden seurauksena lapsen on vaikeaa tulkita neutraaleja ilmeitä ja ystävällisiä eleitä ja hän voi pitää niitä vihamielisinä. Vähäinenkin ärsyke voi laukaista vanhat traumat. Pahin yhdistelmä kehittyvälle lapselle on hoidon laiminlyönti, väkivalta sekä muut häneen kohdistuvat aggressiot. (Sinkkonen, 2012, s. 171–177.)

Aggressiiviselle käytökselle altistavia tekijöitä ovat muun muassa kielellisten taitojen viive sekä muut lievät tai vaikeammat oppimisvaikeudet. Kielelliset vaikeudet aiheuttavat vaikeutta itseohjautuvuuteen ja tarvitaan enemmän apua oman toiminnan säätelyyn. Ennen kouluikää on helppoa opetella uusia taitoja, myöhemmin se vaikeutuu. Tunnesäätelyn viiveet ja haasteet tuovat vaikeuksia ongelmanratkaisuun, omien ja toisten tunteiden ja tunnereaktioiden tunnistamiseen, sosiaalisten tilanteiden ymmärtämiseen ja tuo mukanaan taipumuksen ymmärtää väärin toisten aikomuksia. Erityisesti neuropsykiatrisesti oireilevien lasten on hankalaa ottaa tunteita haltuun (Repo, 2015a, s. 45, Riihonen & Koskinen, 2020, s. 48, 65). Neurokirjon lapsen aggressiivisen käyttäytymisen taustalla voi heikkojen tunnetaitojen lisäksi olla myös

kuormittuminen ja stressi (Oksanen & Sollaavaara, n.d., s. 270). Joustaminen ja arjen vaatimusten keventäminen voivat auttaa kuormittunutta lasta ja ennaltaehkäistä tai vähentää aggressiivista käyttäytymistä (Jääskinen & Pelliccioni, 2017, s. 87–88; Riihonen & Korhonen, 2020, s.16, 43, 170–176.)

Tunnesäätelyvaikeudet ilmenevät siten, että lapsi ärtyy ja hermostuu helposti ja pienetkin asiat aiheuttavat suuren pettymyksen ja surun. Lapsi on usein pois tolaltaan ja hänen on vaikea toipua kielteisistä tunteista tai sietää pettymyksiä. Tällainen lapsi on itsekeskeinen ja hänen on vaikeaa hillitä itseään tilanteesta riippumatta. Lapsi raivoaa ja hänen käyttöksensä on ikään kuulumattoman väkivaltaista ja ylipäättään hänen on vaikea käyttäytyä sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla ollessaan hermostunut. Käytösongelmat ja aggressionsiedon vaikeudet näkyvät eri tavoin eri ympäristöissä. Pelkät rangaistukset ja lapsen ei toivottuun käytökseen kiinnitetty liika huomio aiheuttavat negatiivisen kehän ja vaikuttavat lapsen minäkuvaan ja itsetuntoon kielteisesti. (Riihonen & Koskinen, 2020, s.50.)

Häpeä aiheuttaa silmitöntä raivoa. Häpeä on seurausta siitä, jos tulee torjutuksi pyrkiessään vastavuoroiseen kontaktiin. Häpeä on yksi narsistisesti häiriintyneen ihmisen perustunteista. Lapsen ensimmäinen ikävuosi sujuu vielä hyvin lapsen saadessa ihailua ja rakkautta, mutta lapsen uhman myötä vanhempien on ollut vaikeuksia sietää lapsen kiukkua ja epätäydellisyyttä. Rakkauden ehdollisuus on sietämätöntä ja pahimmillaan johtaa kyvyttömyyteen tunnistaa omia tai toisten tunteita ja eläytyä toisen kärsimykseen ja johtaa vakaviin väkivaltarikoksiin. Ulospäin kovalta näyttävä kuori voi särkyä lapsen kohdatessa aitoa ymmärrystä ja empatiaa. Empatiaa voi oppia vain sitä kohtaamalla. (Sinkkonen, 2012, s. 175–177.)

4.1.4 Altistavien tekijöiden kasaantuessa lapsi voi alkaa oireilla aggressiivisesti

Mikäli lapsen kasvaessa aggressiiviselle käytökselle altistavia haavoittuvuustekijöitä kasaantuu, voi lapsi alkaa käyttäytyä aggressiivisesti. Aggressiivisen käytöksen voi laukaista joskus melko pieniltäkin näyttävältä tai aikuisen vaikeasti havaittavat asiat kuten riita sisarusten kanssa, väsymys ja nälkä, tunnekuohut, yksinäisyyden tai hylätyksi tulemisen tunne, päivän aikana sattuneet perhe- tai kaverisuhdevaikeudet,

mielipaha ja pettymys sekä kuritusväkivalta ja traumaattiset kokemukset tai liiat virikkeet. Aggressiivisuutta aiheuttavat myös häpeä, kuormittuminen tsemppaamalla erilaisissa tilanteissa sekä lapsen impulsiivisuus. (Riihonen & Koskinen, 2020, s.17–19, 22; Roos, 2014, s.12, 26.)

Lapsen aggressiivinen ja väkivaltainen käytös vaikuttaa perheenjäsenten keskinäisiin suhteisiin ja kodin tunnelmaan. Se heikentää lapsen mahdollisuuksia kokea turvallisuuden tunnetta ja sopivia rajoja, koska perheenjäsenet oppivat olemaan varpaillaan selvitäkseen arjesta paremmin. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 26.)

4.2 Sosiaaliset taidot

Lapsen sosiaalisten taitojen, sosiaalisen- ja tiedollisen kehityksen pohja luodaan hänen ensimmäisin vuosinaan kiintymyssuhteessa hänelle tärkeisiin aikuisiin. Turvallisessa kiintymyssuhteessa lapsi muodostaa käsityksen minuudestaan sekä ihmisten suhtautumisesta toisiinsa. Minuuden kehittyessä mahdollistuvat myös itsekontrollin ja tunteiden säätelyn oppiminen, jotka ovat sosiaalisten taitojen tekijöitä. (Keltikangas, 2012, s. 26–27.)

Kiintymyssuhteen muodostaminen on ensimmäinen lapsen sosiaalinen taito. Sosiaalisten taitojen kehittymiseen vaikuttavat lapsen perimä sekä temperamentti siinä mielessä, että ne vaikuttavat siihen miten luontevaa sosiaalisten taitojen oppiminen lapselle on ja miten halukas hän näitä taitoja oppimaan, mutta muutoin sosiaaliset taidot tulevat oppimalla kokemuksen ja kasvatuksen kautta (Keltikangas, 2012, s. 39, 49–50.)

Lapsi oppii sosiaalisia taitoja asteittain ja kolmeen ikävuoteen mennessä hän on yleensä oppinut itsekontrollia ja sääntöjen noudattamista sekä malttaa odottaa tarpeittensa tyydyttämistä ja oivaltaa rajojen ja kompromissien merkityksen vuorovaikutuksessa vanhempiensa ja vanhempien tyytyväisyys lapseen auttaa lasta ohjaamaan käytöstään edelleen ja kolmannella ikävuodella lapsen moraalinen kehitys on aluillaan. (Keltikangas, 2012, s. 51–57.)

Sosiaalisia taitoja harjoitellaan vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Familiar Sääkässä haastetta tuo kunkin lapsen yksilölliset haasteet ja vertaisryhmän tuki voi jäädä puutteelliseksi. Toisaalta kukaan lapsista ei ehkä tunne olevansa niin erilainen kuin esimerkiksi aiemmissa ympäristöissään ja tämä taas auttaa lasta hyväksymään itsensä ja kannustaa häntä opettelemaan tarvitsemiaan taitoja. Ensimmäisinä vuosinaan ja perhepiirissä lapsi oppii sosiaalisen kanssakäymisen vastavuoroisuuden: hymyyn vastataan hymyllä ja puhutaan kukin vuorollaan. Lapsi harjoittelee osallistumista sosiaaliseen maailmaan ja saa malleja vuorovaikutussuhteista, joita hyödyntää ja mukauttaa vertaisten parissa. Lapsen vertaissuhteet eroavat kuitenkin perheen sisäisistä suhteista, koska vastavuoroisissa vertaissuhteissa kiintymys on ansaittava. Vertaisilla onkin merkittävä rooli lapsen kehitysprosesseissa muun muassa siksi, että lapsi muovaa käsitystä itsestään juuri vertaissuhteissa. Positiivisten vertaissuhteiden on todettu edistävän lapsen sosiaalista ja emotionaalista kehitystä ja tukevan vuorovaikutustaitojen kehittymistä. (Laaksonen, 2012, s. 3–4; Wahlman-Neuvonen & Hannonen, 2015, s. 40–41.)

Lapsen varhaiset kokemukset luovat sosiaalisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen perustan, mutta sosiaalisten taitojen oppiminen on pitkä prosessi, joka alkaa lapsen ja hänen ensimmäisen hoivaajansa välisestä kiintymyssuhteesta. Tämä kiintymyssuhde vaikuttaa niin sanottujen sosiaalisten aivojen syntymiseen ja sosiaalistaa lapsen ja sen seurauksena syntyy luottamus ihmisiin ja myöhemmin kyky toimia yhdessä. Turvallisesti kiintyneet ihmiset ovat sosiaalisesti taitavia ja heillä on läheisiä ystäviä. Turvaton kiintymyssuhde tuo vaikeuksia ylläpitää pitkäaikaisia ystävyys-suhteita ja voi aiheuttaa jopa yksinäisyyttä. (Keltikangas, 2012, s. 7–8.)

Sosiaaliset taidot ja sosiaalisuus eivät tarkoita samaa kuin hyvä käytös. Hyvä käytös itsessään ei edellytä mitään tiettyjä psyykkisiä valmiuksia, vaan näiden oppimiseen riittää pelkkä opettaminen ja käyttäytyminen on ihmisen oma valinta ja mahdollista kaikille taidoista ja temperamentista riippumatta. Sosiaalisia taitoja tarvitaan etenkin läheisissä ihmissuhteissa, joissa tarvitaan neuvottelu ja ongelmanratkaisutaitoja. Kiintymyssuhteessa ja varhaisessa vuorovaikutuksessa syntyneet sosiaaliset taidot leviävät kaikkeen vuorovaikutukseen ja niitä tarvitaan kaikkialla kodin ulkopuolella, kuten harrastuksissa, koulussa ja työelämässä. Aikuisen tehtävä on tarjota lapselle

sosiaalisia verkostoja, joissa hän voi harjoitella sosiaalisia taitoja. (Keltikangas, 2012, s. 13–15.)

Sosiaalisuus erotetaan psykologiassa synnynnäiseksi tarpeeksi ja haluksi olla muiden ihmisten seurassa. Sosiaaliset taidot ja kompetenssi taas tarkoittavat ihmisen kykyä tulla toimeen muiden kanssa. Käsitteenä sosiaalisen toimintakyvyn voi ajatella kuvaavan prosessia, jossa lapsi ja nuori pyrkii selviytymään ja etsii ja tavoittelee tavoitteitaan. Hän toimii ryhmässä ja muodostaa siinä yhteisiä asenteita ja toimintaa muut ihmiset ja heidän toiveensa huomioiden. Vahva sosiaalinen toimintakyky antaa edellytykset arjessa selviytymiselle ja tavoitteiden löytämiselle ja saavuttamiselle. Sosiaalisiin taitoihin kuuluu kyky tarkastella, arvioida ja ymmärtää sosiaalisia tilanteita, kyky ymmärtää muiden ihmisten mielialoja sekä kyky ratkaista ongelmia, neuvotella, sovittaa ja tehdä kompromisseja. (Kannasoja, 2013, 15–18, 200–204.)

4.3 Tunteet ja tunnetaidot

Tunteet eivät ole pahoja, vaan tarpeellisia. Myönteiset tunnekokemukset laajentavat ajattelua ja toimintamahdollisuuksia sekä antavat voimavaroja. Tunteet saavat meidät hakeutumaan innostaviin tilanteisiin ja rentouttaviin paikkoihin, huomaamaan ympäristön vaaroja, auttavat puolustautumaan ja tarvittaessa myös luopumaan. Tunteet liittyvät ihmissuhteisiin ja auttavat niissä ja niiden ylläpitämisessä. Ne vaikuttavat moraaliin ongelmissa ja päätöksiä tehdessä. Tunteet ovat merkki siitä, että jotakin tärkeää tapahtuu ja tärkeiden asioiden herättämät tunteet ovat suuria. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 20.)

Pieni lapsi ei osaa vaikuttaa suuttumisen ketjuun, mutta suuttumuksen hallinta on opeteltavissa oleva taito. Tunteet, suuret ja kuohuttavatkin menevät ohi myös ihan itsellään. Ne ovat elimistön neurokemialla, hormoneja sekä välittäjäaineita. Tunnesäätelytaitoihin vaikuttavat biologiset tekijät kuten manteliumake => autonominen hermosto => fysiologiset vasteet sekä otsalohkon kehittyminen ja ympäristötekijät kuten varhainen vuorovaikutus. Tunteet kuuluvat olennaisena osana elämään. Niitä tulee ja menee jatkuvasti. Tunteita on erilaisia, iloa, surua, pettymyksiä, suuttumusta ja vaikka mitä muuta. Kielteisetkään tunteet eivät ole pahoja, vaan

tarpeellisia. Tunne on kuitenkin vain pelkkä tunne. Olennaista on, mitä tunne saa aikaan, miten se vaikuttaa ajatuksiin, kehoon ja toimintaan. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 41.)

Tunnetaitojen harjoittelu on olennainen osa lapsen aggressiokasvatusta. Asioiden mennessä pieleen seurauksena voi olla itkupotkuraivarit ja riehumista tai paikkojen rikkomista. Suuttuminen on tarpeellinen tunne ja taito, mutta lapsi ei vaan pysty hallitsemaan tunteitaan tai tekojaan. Vahingollista käytöstä ei pidä sallia, mutta rankaiseminen, syyttäminen tai rauhoittumaan vaatiminen on yleensä hyödytöntä, sillä lapsi oppii tunnetaitoja, kun hänelle niitä opettaa, ei käskyttämällä. Oppiminen lähtee pienistä asioista. Tunnesäätelytaitojen perustana on se, että tunnistaa tunteita, osaa nimetä niitä ja se, että osaa arvioida tunteita sekä niiden vaikutuksia. Pohja tälle luodaan varhaisessa vuorovaikutuksessa, jolloin aikuinen tunnistaa lapsen tunteita, tarpeita ja vastaa niihin. Myöhemmin lapselle syntyy vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa kyky tunnistaa, nimetä ja ymmärtää omia ja muiden tunteita. Lapsi oppii huomaamaan, miten tunne vaikuttaa hänen kehoonsa ja ajatuksiinsa ja miten nämä ajatukset vaikuttavat hänen tekoihinsa. Pikkuhiljaa voi oppia ennakoimaan ja saa mahdollisuuden säädellä ja hallita tunnetta siirtymällä toiminnasta sanoihin ja ilmaista tunteitaan rakentavammin. Näiden taitojen avulla lapsi oppii kääntämään kiukun voimavaraksi. (Cacciatore, 2020 s.10–11, 67–68; Riihonen & Koskinen, 2020, s. 62.)

4.3.1 Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen sekä oikeutus

Jotta tunnetta voisi käsitellä, sille täytyy ihan ensimmäiseksi antaa nimi ja miettiä miltä ja missä se tuntuu ja miltä se näyttää. Aikuinen voi auttaa lasta tunnistamaan tunteita arvailemalla ja sanoittamalla lapselle hänen tunnetilaansa. ”Näytät siltä, että sinua harmittaa”. Tunteiden tunnistamista ja nimeämistä aikuinen voi tukea arjessa sanoittamalla ääneen omia tunteitaan lapselle. Tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja arvioimista voi harjoitella esimerkiksi televisiota katsellessa tai sitten esimerkiksi tunnekorttien avulla. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 66–69.)

Nallekorttien avulla (Pesäpuu, n.d.a.) voidaan käydä keskustelua perhe-elämästä, ihmissuhteista, tunteista ja tapahtumista sekä tutkia omaa identiteettiä. Kortit

soveltuvat myös ongelmien, muutosten ja tulevaisuuden suunnitelmien tutkimiseen sekä itsetuntemuksen lisäämiseen. Korttien avulla voidaan opetella tunnistamaan ja nimeämään erilaisia tunteita esimerkiksi käymällä läpi kortteja, miettiä nimiä korteista löytyville tunteille sekä pohtia missä tilanteessa on itse tuntenut kyseistä tunnetta, tai mitä on saattanut tapahtua, kun nalle on esimerkiksi hämmästynyt. Korttien avulla voidaan arvioida kulloinkin vallalla olevia tunteita. Tunnekortteja voidaan käyttää hyväksi myös avaamaan keskustelua, kun aikuinen huomaa lapsen olevan tunteen vallassa. Kun tunteella on nimi aikuinen auttaa lasta validioimalla tunteen, eli ymmärtämällä tunteen ja asettumalla samaan asemaan. Myötätuntoinen eläytyminen tunnekokemukseen on hyödyllistä murrosikäisenkin lapsen kanssa. Tämän jälkeen lapsen tunnesäätelyä voidaan tukea hänelle soveltuvilla keinoilla ja aikuisen läsnäololla. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 87.)

4.3.2 Kehotietoisuus ja tunteiden säätely

Tunteiden tunnistamisessa auttaa oman kehon tuntemus ja se, että tietää miten erilaiset tunteet vaikuttavat ja missä ne tuntuvat. Suuttumuksen aiheuttamien reaktioiden tunnistaminen auttaa ennakoinnissa ja lapsen kanssa voidaan harjoitella erilaisia rauhoittavia ja rentouttavia menetelmiä eli tunteiden säätelyä. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 88, 94–97.)

Ihmisen aivoissa on kolme keskeistä tunnesäätelyjärjestelmää. Uhkaan ja vaaraan suuntautuneen järjestelmän aktivoituessa seuraa taistele tai pakene -reaktio tai voimakkaan tunnereaktion aiheuttama lamaantumisen ja ahdistuminen. Uhka voi olla psyykkinen tai fyysinen todellinen vaara tai sitten ärsykkeinä toimivat mielikuvat, ajatukset ja tulkinnat. Toinen tunnesäätelyyn vaikuttava järjestelmä on mielihyvään ja saavuttamiseen suuntautunut järjestelmä, jota kutsutaan myös palkkio- ja mielihyväverkostoksi. Se saa tavoittelemaan mielihyvää ja palkkioita sekä ottamaan herkästi myös riskejä. Tämä verkosto kehittyy nopeasti nuoruusiässä. Kolmas järjestelmä on yhteyteen pyrkivä, turvallisuuden kokemukseen ja rauhoittumiseen suuntautunut järjestelmä, jonka aktivoituessa koetaan rauhaa, lohtua ja turvaa. Tätä järjestelmää kutsutaan myös mentalisointiverkostoksi, ja se tukee muiden ihmisten

mielen, ajatusten, tunteiden ja aikomusten ymmärtämistä. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 31–32.)

Tunnesäätelytaitojen tukemisessa hyödyllisiä keinoja ovat erilaiset rentoutumis- ja kehotietoisuusharjoittelut. Mindfulness on tietoisuustaitoja, jotka auttavat keskittymään kulloinkin meneillään olevan hetken kokemiseen, havainnointiin ja hyväksymiseen, sekä vahvistavat mielen ja kehon yhteyttä (Mieli, n.d. a). Somebody-menetelmä auttaa tunnistamaan ja ymmärtämään kehollisia kokemuksia, kehon liikettä sekä niihin liittyviä tunteita, ajatuksia ja sosiaalista toimintaa. Menetelmän avulla lisätään lapsen kehotietoisuutta, tietoisuustaitoja sekä sosiaalisia taitoja. Menetelmä sisältää traumaterapian elementtejä. (Satakunnan ammattikorkeakoulu, n.d.) Kognitiivisessa psykoterapiassa taas lapselle opetetaan tunteiden, ajatusten ja toiminnan yhteyksiä, syy-seuraussuhteita sekä toimintamalleja erilaisiin tunnekokemuksiin. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 31–32, 88, 94–97.)

Kunkin lapsen kanssa kannattaa testata erilaisia menetelmiä kuten esimerkiksi hengittäminen, laskeminen ja mielikuviutus. Jotakin lasta hyödyttää turvapaikan rakentaminen toista kiukun fyysinen purkaminen. Kannattaa etsiä tarpeita, arvoja ja ajatuksia tunteen taustalta, ja vasta sen jälkeen voi opetella sietämään tunnetta esimerkiksi etsimällä sille myönteisen näkökulman kuten, että ainakin on yrittänyt tai taustalla on ollut hyvä tarkoitus. (Riihonen & Koskinen, 2020, s. 94, 107, 120–124.)

4.4 Aggression portaat

Aggression portaat kuvaavat lapsen kehitystä ja aggressioon liittyvien taitojen kehittymistä eri ikäkausina. Mikäli lapsen kehityksessä on tapahtunut epäsuotuisia asioita, hänen aggressiokasvunsa ei ole sujunut suotuisasti. Jokaiseen portaaseen liittyy kehitystehtävä, jonka opittuaan lapsi pystyy siirtymään seuraavalle tasolle. Aggressiokasvatus on lapsen tukemista näissä kehitysvaiheissa, jotta lapsi kykenisi ilmaisemaan aggressioitaan rakentavasti ja sosiaalisesti hyväksytyllä tavalla. Lapsen kuuluu harjoitella tunteiden hallintaa ja ilmaisua. Nämä usein vaikeatkin tunteet opettavat lapselle rohkeutta, puoliensa pitämistä, elämän hallintaa, joustavuutta sekä itsenäistymistä. Aikuisen on hyvä muistaa, että lapsi vielä harjoittelee tunteiden

tunnistamista ja nimeämistä ja hän tarvitsee aikuisen tukea ja esimerkkiä taitoja opetellessaan. Lapsen tunteita ei kannata kieltää, vaan hyväksyä, kuunnella ja arvostaa lapsen tunteita. Näin lapsi oppii, että tunteet ja niiden näyttäminen ovat hyväksyttäviä, vaikka niiden aiheuttamat teot aina sitä ei olisikaan. Aikuisen tehtävänä on auttaa lasta löytämään syyn tunteilleen, ja sitä kautta lapsi oppii hallitsemaan tunteitaan. Voimakkaassa tunnetilassa lapsi ei opi mitään. On syytä rauhoittaa tilanne, ja vasta sitten pohtia asiaa lapsen kanssa. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 9, 11–12, 21.)

4.5 Aikuinen voi auttaa lasta

Kasvattajan on hyvä pysähtyä pohtimaan omaa kasvatustaan sekä kasvatustyyliään ja tunnistamaan ja sietämään itsessään herääviä tunteita. Tunteiden näyttäminen on sallittua ja jopa hyväksi. Omien tunteiden sanoittaminen voi auttaa lasta ja myös kielteiset tunteet ovat sallittuja. Aikuisen tehtävä on kuitenkin säädellä omia tunteitaan. Hyviä keinoja tähän ovat esimerkiksi palleahengitys ja hengitysharjoitukset, fyysinen tekeminen, mielensisäiset myönteiset ajatukset rentoutusharjoitukset sekä mindfulness. Myös itselleen mieluisten asioiden tekeminen voi auttaa. On tärkeää, ettei aikuinen ole pelottava tai syyllistävä, eikä hän nöyryytä tai väheksy eikä nimittele tai uhkaile lasta. Lapsen itsetunto rakentuu siitä, miten näissä tilanteissa ympäristö suhtautuu häneen. Mikäli lapsen suuttumus uhkaa tarttua, on aikuisen syytä ottaa aikalisä tai vaihtaa aikuista kasvatustilanteessa, jossa tunteet ovat ottaneet vallan, tai mikäli lapsen suuttumus henkilöityy vahvasti tilanteessa ensimmäisenä olleeseen aikuiseen. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 15, 32, 45; Riihonen & Koskinen, 2020, s. 74–76, 109.)

Peilisolut kopioivat toisten tunteita tahattomasti ja huomaamattakin. Vihaisten ihmisten lähellä oma olo alkaa muuttua vihaiseksi, iloisen ihmisen lähellä hymyilyttää ja uupunee kanssa olo käy voimattomaksi. Tunteet tarttuvat molempiin suuntiin. Jokainen voi tehdä tietoisin valinnan ja antaa tunteen mennä, eikä takertua siihen ja vahvistaa sitä. Tunteiden tullessa on hyvä muistaa tunteiden olevan vain tunteita. Ne tulevat ja menevät ja niitä voi opetella tarkastelemaan myös ikään kuin sivusta katsojana. Kuohuttavakin tunne menee ohi ennemmin tai myöhemmin jopa itsellään.

Omien tunnetaitojen harjoittelulla aikuinen auttaa myös lasta. Myönteisen näkökulman etsiminen voi auttaa sekä aikuista itseään että helpottaa lapsen harmitusta. Yrittäminen tai hyvä tarkoitus esimerkiksi ovat tällaisia myönteisiä näkökulmia. Aikuisen kannattaa myös valita, milloin asia on niin tärkeä, että siihen tulee puuttua. Mikäli kyseessä ovat tärkeät asiat tai säännöt, tai lapsen terveys ja turvallisuus, tulee aikuisen puuttua. Joskus kuitenkin asiat ja tilanteet voidaan myös ohittaa. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 22–27, 46–47, 51–52.)

Aikuinen saa kuitenkin suuttua lapselle ja välillä se on jopa välttämätöntä. Jos aikuinen yrittää peitellä kielteisiä tunteitaan eikä reagoi lapsen raivoon, hän ohittaa lapsen ja aikuisen kiukku saattaa purkautua kylmyytenä, mikä pahimmillaan johtaa emotionaaliseen kylmyyteen. Mikäli lapsen (etenkin vanhemman lapsen) aggressio kohdistuu aikuisen, on hyvä osoittaa lapselle, ettei kukaan fyysisen aggression kohteeksi joutunut ole välittömästi valmis ottamaan lasta syliin tai tekemään kivoja asioita lapsen kanssa. (Sinkkonen & Korhonen, 2016, s. 137, 153.)

Liian tiukan kurin sijasta ongelmana on nykypäivänä se, että lapsen raivoa ei oikein osata rajata. Osaltaan tämä johtuu aikuisten saamasta tiukemmasta kasvatuksesta, jossa kiukun ilmaisu tukahdutettiin. Tällaiset vanhemmat haluavat antaa omille lapsilleen enemmän vapauksia, mikä helposti johtaa toiseen äärimmäisyyteen. Kun tiukan kasvatuksen saaneet välttelevästi kiintyneet vanhemmat haluavat olla lapselleen avuksi ja miettivät mitä voisivat tehdä lapsen eteen, jotta tällä olisi hyvä olla, heidän rajattoman ja ristiriitaisesti kiintyneen lapsen turvallisuus on riippuvainen siitä, miten hyvin lapsi pystyy hallitsemaan ympäristöään ja vanhempiaan. Turvallisuudentunne ei tällöin ole vanhempien tai muiden aikuisten käsissä, vaan lapsen itsensä. Lapsi saa raivota pidäkkeettä, mutta tämä ei missään nimessä tarkoita lapselle vapautta tai itsenäisyyttä, vaan kohtuutonta vastuuta. (Sinkkonen, 2012, s. 167.)

ART (Aggression Replacement Training) on USA:ssa kehitetty menetelmä, joka tähtää toiminnallisten harjoitusten kautta sosiaalisen, hyväksytyyn käyttäytymisen lisääntymiseen. Tavoitteena on moraalisen ajattelun kehittyminen, itsehillinnän paraneminen ja jokapäiväisessä elämässä tarvittavien sosiaalisten taitojen harjoittelu. (Suomen ART, n.d.) ART-menetelmän avulla lapsi tai nuori voi harjoitella sisäistä puhetta osana sosiaalisten taitojen ja vihanhallinnan harjoituksia. Koska

käyttäytymisen ajatellaan olevan paljolti tilannesidonnaista, harjoiteltavien tilanteiden olisi hyvä muistuttaa oikeita tilanteita, joissa lapsi tai nuori on ollut tai tulee olemaan. Menetelmässä hyödynnetään aineellisia palkkioita motivointikeinona, jolla tavoitellaan sosiaalisen vahvistamisen ja kehujen antamisen helpottumista sekä positiivisen kierteen syntymistä. (Huhtala, s. 61–62.)

4.5.1 Hyvä itsetunto on osa mielenterveyttä

Hyvä itsetunto tuo mukanaan joustavuutta, sinnikkyyttä ja resilienssiä eli kykyä ponnahtaa takaisin vaikeuksista. Aikuisen liiallinen puuttuminen tai lapsen tunteiden tasoittelu on haitaksi. Tarkoitus ei siis ole, että lapsi oppii tukahduttamaan tunteensa. Lapsi saa kohdata kärsimystä ja vastoinkäymisiä. Lapsen itsetuntoa vahvistetaan tarjoamalla lapselle apua ja opettamalla hänelle taitoja, joiden avulla hän selviää haasteista ja vastoinkäymisistä. Aikuisen tehtävä on kannustaa lasta, antaa lapselle mahdollisuuksia kokeilla ja harjoitella elämäntaitoja, sekä turvallisesti kokea tunteita, epäonnistumisia ja onnistumisia. Lapsen ja nuoren sisu, tahto ja haastamishalu ohjaavat häntä kohti hyvää itsetuntoa ja itsenäistymistä. (Cacciatore & Kortenieniemi-Poikela, 2020, s. 9, 98–99, 112.)

Itsetunnon, vahvuuksien ja voimavarojen vahvistamiseksi voi hyödyntää erilaisia menetelmiä sekä työkaluja. Vahvuuskorteissa (Pesäpuu, n.d.b) on joko omiin tai toisen vahvuuksiin viittaava teksti. Näiden korttien avulla voidaan lisätä lapsen voimavaroja tukemalla itsetuntoa sekä antamalla mahdollisuuksia positiiviseen muutokseen. Vahvuuskorttien avulla voidaan tehdä näkyväksi voimavaroja, vahvistaa myönteistä ajattelua sekä selviytymiskeinoja. Kortit sopivat niin ryhmä- kuin yksilötyöskentelyyn kaikenikäisten kanssa. ”Valovoimapeli on tutustumis-, tunne- ja voimavarapeli n. 4–13-vuotiaille” (Pesäpuu, n.d.c). Se toimii keskustelun virittäjänä perheissä ja lastensuojelutyössä. Pelissä voidaan käsitellä huostaanottoon ja sijoitukseen liittyviä asioita ja esimerkiksi päihde-, mielenterveys-, väkivalta- ja hyväksikäyttöteemoja tarpeen mukaan. Peli opettaa myös ilmaisemaan iloa ja kannustamaan muita. Aikuinen valitsee peliin kortit kulloisenkin käyttötarpeen mukaan. Pelin avulla vaikeitakin asioita voidaan käsitellä joko ryhmässä, lapsen kanssa kahdestaan tai lapsen ja hänen perheensä kanssa.

4.5.2 Ymmärtäminen ja ennakointi

Jos huomaa lapsen olevan pulassa kielteisten tunteiden kanssa, kannattaa tilanne rauhoittaa ennen kuin se paisuu liian suureksi. Kannattaa opetella huomaamaan hermostumista ennakoivia merkkejä, kuten esimerkiksi lapsen jännittyneisyys, motorinen levottomuus ja sählääminen. Apuna voi käyttää tunteiden voimakkuuden mittaamista erilaisin tunnemittarein sekä liikennevalomallia, missä värit auttavat ohjaamaan lapsen toimintaa. Tilanteessa voi ennakoida kiinnittämällä lapsen huomion itseesi tai muuhun rauhoittavaan myönteisesti puhumalla. Lapselle kannattaa puhua selkeästi ja kiittää rauhoittumisesta heti kun hän on hiljaa. Nälkäiselle kannattaa antaa välipala. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 31–33.)

MAPA (Management of Actual or Potential Aggression) on Englannissa kehitetty toimintamalli haasteellisen käytöksen ennaltaehkäisyyn ja hallintaan sekä ennakointiin. MAPA-koulutus auttaa varmistamaan työssä käytettävien fyysisten rajoittamismenetelmien myötä hyvän asiakasturvallisuuden, asiakkaan perusoikeuksien ja arvokkuuden säilyttämisen. Koulutus opettaa erityisiä kohtaamistaitoja, lapsen tai nuoren ärsyyntyneeseen ja provosoivaan tunneilmaisuun sekä haasteelliseen käyttäytymiseen. Ammatillinen tilanteen hoitaminen voi estää tilanteen eskaloitumisen. Toiminnassa pyritään positiivisen käytöksen vahvistamiseen. Jos tilanne muuttuu vaaralliseksi, suojellaan lasta tai nuorta itseään sekä muita ihmisiä ja tarvittaessa myös ympäristöä vahingoittumiselta lastensuojelulain mukaisella rajoitustoimenpiteellä (Lastensuojelulaki 4/2007) eli fyysisellä kiinnipitämisellä, jonka turvalliseen toteuttamiseen MAPA-koulutus antaa valmiudet ja turvaa lapsen ja nuoren laadukkaan hoidon sekä myös henkilökunnan turvallisuuden. Sen harjoitteiden avulla opetellaan myös tapoja puhua sekä lähestyä ja ohjata ahdistunutta tai ärtyisää asiakasta sekä kohtaamaan fyysisesti uhkaavaa ja ärtyisää asiakasta. Se myös edistää henkilökunnan päätöksenteon asiakaslähtöisyyttä ja ohjaa yhteiseen ongelmanratkaisuun riskikäyttäytymisen ehkäisemisessä, lievittämisessä sekä hallitsemisessa. (Suomen MAPA-keskus, n.d.; Yliniva, 2017, s. 62–63.)

HAASTE-materiaali on Autismisäätiön ja useamman yhteistyökumppanin kehittämä materiaali ja toimintamalli haastavan käyttäytymisen vähentämiseen ja ennalta-

ehkäisyyn. Toimintamalli sisältää HAASTE-prosessin, joka on strukturoitu yhteistyömalli, missä tarkastellaan haastavaa käytöstä sekä sen taustatekijöitä yksilön sekä yhteisön näkökulmasta. Prosessi on tarkoitettu toteutettavaksi yhteistyössä lapsen, ohjaajien, kodin ja koulun sekä mahdollisten harrastusten parissa. Yhteistyön tarkoituksena on varmistaa laaja näkökulma ja varmistaa tiedonkulun sujuvuus sekä yhteisten toimintatapojen rakentuminen. Prosessissa valitaan ensin eniten haasteita tuottava asia tai käyttäytyminen ja kirjataan ylös ennakoivat tapahtumat sekä tapahtuma-aika ja kirjaamisen myötä yritetään löytää ennakoivia tekijöitä sekä ennusmerkkejä ja sitä kautta löytää keinoja ennaltaehkäisyyn. (Autismiliitto, n.d.)

Aggression portaat (2007) on Raisa Cacciatoren kehittämä varhaiskasvatukseen, perusopetukseen sekä toisen asteen koulutukseen laatima opetusmateriaali. Se on portaittainen lapsen ja nuoren eri kehitysvaiheisiin soveltuva malli kasvatuksellisin keinoin ennaltaehkäistä väkivaltaa. Se auttaa tunne- ja ilmaisutaitojen kehittämisessä, myönteisten tunnekokemusten lisääntymisessä ja vähentää toisiin kohdistuvaa fyysistä väkivaltaa. Lisäksi se vaikuttaa myönteisesti väkivaltapelien ikärajoihin suhtautumiseen sekä opettaa rentoutumisen keinoja. (Hintikka, 2016, s. 78, 148.)

Kiukkuleijona -kirja (Riihonen & Suokas, 2020) sopii hienosti alle kymmenvuotiaiden lasten kanssa työskentelyyn. Siinä käsitellään kiukkua sadun muodossa ja haastetaan lasta pohtimaan omia tunteitaan sekä reaktioitaan. Lapsi piirtää itselleen oman kiukkuleijonan, askarrellaan lapselle tunnemittari ja yhdessä ohjaajan ja /tai vanhempien kanssa voidaan keksiä keinoja kiukkuleijonan kesyttämiseksi.

Mieletön fiilis: Hyvän mielen käsikirja (Cacciatore & Karukivi, 2014) on hyvä työkalu vähän vanhemmille teini- ja murrosikäisille lapsille lapsesta riippuen joko lapsen itsensä käsiteltäväksi, tai sopivin osin teemoittain käytettäväksi omaohjaaja- ja menetelmätyöskentelyhetkillä. Kirja tarjoaa nuorelle käytännönläheisiä työkaluja tueksi pärjäämiseen ja omien tunteiden hallintaan, mielen sekasorron selvittämiseen sekä opettaa taitoja mielen hyvinvoinnin rakentamiseksi sekä toimivien ihmissuhteiden luomiseksi.

4.5.3 Tunnekaappaukset

Tunnekaappaukset, eli kun liian voimakkaat kielteiset tunteet kaappaavat vallan lapsen aivoissa eivät ole hyväksi. Se saa aikaan pidäkkeetöntä voimakasta tunnetta, jonka vallassa lapsi riuhtoo, tönii, pakenee, lyö, jähmettyy tai lamaantuu. Syynä voi olla tällöin viharaivo, pelkopaniikki tai totaalinen hepuli. Tunnekaappauksen aikana lapsen aivojen järkevän harkinnan alueet ovat poissa pelistä ja tunneaivoalueet ottavat vallan. Tällainen on tyypillistä pienillä lapsilla ja esimerkiksi väsymys, nälkä ja pettymykset voivat saada aikaan tunnekaappauksen. Nämä eivät ole lapselle hyväksi ja siksi niitä ei pidä tarkoituksella lapselle aiheuttaa. Tunnekaappauksen vallassa oleva lapsi tai nuori tulee rauhoittaa mahdollisimman nopeasti, sillä järjetön riehuminen haittaa itsetuntoa sekä elämänhallinnan tunnetta. Lapsi on hukassa ja tarvitsee aikuisen rauhoittamaan tilanteen omalla esikuvallaan ja tyyneydellään. (Cacciatore & Korteniemi-Poikela, 2020, s. 20–21.)

4.5.4 Työskentely perheen kanssa

Kodin olosuhteet ja kodin kasvatusilmapiiri sekä perheen sisäinen vuorovaikutus ovat lapsen kehityksen kannalta merkittäviä tekijöitä. Myönteinen vuorovaikutus lisää lapsen käyttäytymisen myönteisiä piirteitä. Lapsen auttamisessa ja tukemisessa perheiden mukaan saaminen on tärkeää. Se sitouttaa lapsen paremmin tarvitsemansa tuen piiriin myös nuoruusvuosina. Onnistumista auttavina tekijöinä lasten ja perheiden kanssa tehtävässä työssä näyttäytyvät kohtaaminen, kuulluksi tuleminen, luottamus sekä asiakas ja perhelähtöisyys. Lapsen kuuleminen auttaa toimivien auttamiskeinojen löytämisessä sekä lapsen ja hänen kokemuksensa ymmärtämisessä, mikä taas puolestaan vähentää negatiivista vuorovaikutusta. (Rytkönen, 2013, s.113; Wahlman-Neuvonen & Hannonen, s. 37–38.)

Perhearviointi on perheen toimintakyvyn, voimavarojen, vahvuuksien ja vaikeuksien arviointiin kehitetty menetelmä, jossa asioita pohditaan ja niistä keskustellaan yhdessä perheen kanssa. Menetelmä tarjoaa järjestelmällisen havainnoinnin, kuvailun ja arvioinnin mallin, jonka avulla työntekijä voi oppia perheen kanssa käymistään keskusteluista ja perheen keskinäisen vuorovaikutuksen tarkastelusta ja auttaa edistämään perheen keskinäistä vuorovaikutusta. (Mieli, n.d.b.)

Perhearviointimenetelmää tarjotaan Familiar Säikässä perheille sovelletusti ja perheiden tarpeiden mukaan räätälöitynä pakettina. Perheen kanssa tehtävään yhteistyöhön soveltuu myös ART-menetelmästä kehitetty oma FAMILY TIES-menetelmä (Suomen ART, n.d.).

4.6 Kiusaamisen ehkäisy

Jo pienten lasten keskuudessa kiusaaminen muistuttaa koulukiusaamista samanlaisine muotoineen. Koulukiusaamisessa on olennaista asiaan puuttuminen ja tilanteiden selvittely, kun taas pienten lasten kohdalla keskiössä on ennaltaehkäisy. Kouluikäisten kohdalla voidaan noudattaa nollatoleranssia ja kovatkin sanktiot saattavat toimia, mutta pienet lapset vielä harjoittelevat itsehillintää, moraalia, empatiaa sekä aggression hallinnan taitoja, joiden harjoittelu vaatii aikaa ja ohjausta. (Repo, 2015b, s. 13.)

Kiusaaminen on riski lapsen tasapainoiselle kasvulle ja kehitykselle. Kiusaaminen kasvaa vuorovaikutussuhteissa ja ajan myötä se lisääntyy ja muuttuu aggressiivisemmaksi ja usein uhria aletaan pitämään itse syypäänä omaan tilanteeseensa. Tällaiset jopa vuosia kestävät tilanteet, jossa uhri eristetään ryhmän ulkopuolelle ja jopa hänen ihmisarvonsa kyseenalaistetaan ovat hyvin traumatisoivia ja vaikuttavat itsetuntoon, aiheuttavat masennusta, ahdistusta ja itsetuhoisuutta. Kiusaajilla taas on riski ajautua epäsosiaaliseen käytökseen, päihteisiin ja rikoksiin ja niiden myötä yhteiskunnasta syrjäytymiseen. Ne, jotka lapsena ovat olleet sekä kiusattuja että kiusaajia, oireilevat aikuisina voimakkaimmin. Alle kouluikässä alkaneen kiusaaminen vaikuttaa lapsen identiteetin muodostumiseen ja lapsen voi olla myöhemmin vaikea päästä irti kiusaamiskierteestä. Vertaissuhteissa aikaisin alkaneisiin ongelmiin voidaan vaikuttaa. Varhainen puuttuminen lisää lasten hyvinvointia ja turvallisuutta, mikä taas vaikuttaa positiivisesti heidän kasvuunsa sekä kehitykseensä. (Repo, 2015b, s. 14.)

Kaikki riidat ja konfliktit eivät ole kiusaamista, kun taas toistuva ja tietoinen toisen mielen pahoittaminen sitä on. Lasten tulee saada harjoitella ihmissuhdetaitoja, kohdata vastoinkäymisiä sekä opetella olemaan eri mieltä asioista, mutta kiusaamiseen

aikuisten tulee aina puuttua. Ennaltaehkäisevää kiusaamiseen puuttumista on, että kaikkeen toista loukkaavaan käytökseen puututaan. Lapsilähtöisyys ja aikuisjohtoisuus vähentävät riskiä kiusaamiselle. Lapsen kokemusta siitä, mikä häntä loukkaa, pelottaa tai mikäli hän kokee tulleen kiusatuksi, tulee kunnioittaa. (Repo, 2015b, s. 16.)

4.7 Lasten konfliktien sovittelu

Pienetkin lapset ymmärtävät enemmän kuin pystyvät ilmaisemaan ja he ottavat vastaan aikuisen tuen ja siksi konfliktien selvittely ja sovittelu on helpompaa kuin aikuisten kanssa. Aikuisten toiminta lasten keskinäisissä konflikteissa vaikuttaa perheen välisiin suhteisiin sekä muihin ryhmiin ja tilanteisiin, joissa lapset ja aikuiset toimivat yhdessä. Ristiriitojen käsittely voi johtaa turvallisuudentunteen ja luottamuksen lisääntymiseen tai heikkenemiseen. Aikuisen tehtävä on auttaa lasta erottamaan tulkinnat havainnoista, muotoilla arvostelu tunteiksi ja tarpeiksi sekä kuunnella ja ymmärtää lasta vertailematta, vaatimatta ja uhkailematta, tai asettumatta kenenkään puolelle. Aikuisen läsnäolo ja kaikkien osapuolten tunteiden ja tarpeiden kuunteleminen ja pitäminen tärkeinä auttavat lapsia ratkaisemaan konfliktinsa ja opettavat heille myötätuntoa ja taitoja sopeutua sekä tulla toimeen muiden kanssa. (Larsson, Liv, 2012, s. 265–266.)

4.8 Lapsen vihan ja mahdollisten traumojen käsittely

Viha on yksi neljästä perustunteesta, kuten ilo, suru ja pelkokin. Pelkästään sana-nakin viha on voimakas. Se puolustaa ihmisen henkistä ja fyysistä koskemattomuutta ja suojaaa hyväksikäytöltä ja vääryyksiltä. Viha voi sumentaa järjen ja sen kokeminen voi olla uuvuttavaa ja kipeää, ja siksi vihan käsittely on tärkeää. Lapsen on saatava ilmaista vihaansa sekä raivoaan turvallisesti ja kun lapsen pahin tunnekuuhu on ohi, on tärkeää miettiä yhdessä lapsen kanssa mistä vihan tunne kumpuaa. Viha voi olla seurausta viimeaikaisista tapahtumista tai aiemmista traumaattisista tapahtumista. Jos näistä ei puhuta ollenkaan, lapsi kokee jäävänsä yksin asian kanssa. Liika puhuminen taas voi tuntua tunkeilulta ja olla jopa vahingollista. On tärkeää kuunnella lasta ja edetä hänen tahtiinsa. Traumakokemuksesta selviytyäkseen lapsi on voinut kehittää erilaisia

suojamekanismeja, kuten tapahtuneen kieltäminen, persoonallisuuden lohkoutuminen ja traumasta puhumattomuus. Nämä suojamekanismit estävät trauman käsittelyä, prosessointia ja mentalisoitumista, ja pitkään kestäessään estävät traumasta selviytymistä ja lapsi voi tarvita avuksi terapiaa. (Nurmi 2013, s. 20, 25–26; Nurmi & Schulman, 2013, s. 163–170.)

4.9 Aggression purkaminen ja harjoittelu

Lasta voidaan tukea hänen kehitystehtävissään luomalla virikkeelliset ja turvalliset puitteet lasten omaehtoiselle leikille, jossa lapsi voi mm. käsitellä ristiriitaisia tunteitaan sekä harjoitella itsekseen toimimista. Riittävät ulkoilut ja liikkumisen salliminen mahdollistavat motorisen kehityksen lisäksi myös aggressioiden purkamisen hyväksytyllä tavalla (Pudas, 2014, kohdassa: tiivistelmä). Vauhdikkaissa leikeissä ja peleissä lapset saavat purkaa sekä energiaansa että aggressiotaan ja siksi näille leikeille sekä peleille, joissa lapset pääsevät kokeilemaan omia taitojaan sekä rajojaan ja ottamaan mittaa toisistaan tulee tarjota mahdollisuus päivittäin. Tabletin, tietojen- ja pelikoneen pelit eivät pura lasten energiaa samalla tavalla kuin motorinen leikkiminen. Hippa- ja muut juoksuleikit ovat hyväksyttävä kanava aggression purkamiselle. (Yle Uutiset, 2013.)

4.10 Aggressiivisuuden hoito

Kun haasteet lapsen kanssa ovat kasvaneet ylivoimaiseksi, eikä normaalin kasvatuksen keinoin edistystä tapahdu niin, että lapselle suotuisa kehitys mahdollistuisi, on mahdollista saada apua lapsen kanssa työskentelevältä verkostolta ja hoitotalolta. Lapsen pitkäkestoinen (6 kuukautta tai yli) ikätasosta poikkeava uhmakas tai aggressiivinen käytös, joka aiheuttaa ongelmia sosiaalisissa suhteissa sekä suoriutumista voidaan diagnosoida käytöshäiriöksi. Käytöshäiriöihin liittyy myös paljon samanaikaissairauksia. (Käytöshäiriöt (Lapset ja nuoret): Käypä hoito -suositus, 2020, kohta Keskeinen sisältö.)

Ensisijaisena hoitona ovat psykososiaaliset hoitomuodot, eli lapsen tai nuoren psyykkisiin toimintoihin, käyttäytymiseen tai hänen sosiaaliseen lähiympäristöönsä

kohdennettuja toimia. Niitä voidaan kohdentaa lapseen tai nuoreen yksilö- tai ryhmämuotoisesti, vanhempiin, perheeseen, kouluun tai muihin kehitysympäristöihin tai vaikka useampiin näistä tahoista samassa hoito-ohjelmassa. On olemassa erilaisia vanhemmuusryhmiä sekä kouluikäisille lapsille ja nuorille suunnattuja kognitiivis-behavioraalisia hoitoja joko yksilöllisesti tai ryhmämuotoisena. Alle kouluikäisten lasten kohdalla paras hoitotulos saavutetaan vanhempainohjauksella. Monimuotoisilla systeemisillä terapioilla voidaan vähentää lasten ja nuorten antisosiaalista käyttäytymistä vielä enemmän kuin esimerkiksi yksilö- ja perhekeskeisillä hoidoilla ja näiden yhdistelmillä. (Käytöshäiriöt (Lapset ja nuoret): Käypä hoito -suositus, 2020, kohta Psykososiaalinen hoito.)

Lääkehoitoa ei tule käyttää rutiininomaisesti tai ensisijaisena lapsen käytöshäiriöiden hoidossa, mutta lapsen oheissairauksien tehokas, tarvittaessa myös lääkehoito on tärkeää, sillä niiden hoitaminen voi vähentää lapsen aggressiivista käytöstä. Lääkehoito saattaa kuitenkin osana muuta hoitoa vähentää aggressiivista ja impulsiivista käytöstä sekä lisätä lapsen ja nuoren kykyä hyötyä muista hoidoista. Mikäli psykososiaaliset hoitomuodot eivät ole riittäviä ja lapsella tai nuorella on voimakasta impulsiivista aggressiivisuutta ja tunteiden säätelyn vaikeutta, voidaan harkita myös erilaisten lääkkeiden, kuten psykoosilääkkeiden, mielialaa tasaavien lääkkeiden ja masennuslääkkeiden käyttöä. (Käytöshäiriöt (Lapset ja nuoret): Käypä hoito -suositus, 2020, kohta Lääkehoito.)

Jos lapsella on esimerkiksi sopeutumishäiriöitä, kiintymyssuhdehäiriöitä, ADD tai ADHD, sosiaalisen käyttäytymisen häiriöitä, autismin kirjon diagnooseja, puhumattomuutta, ujoutta tai sosiaalista ahdistuneisuutta, hän voi hyötyä Therapyleikkiterapiasta. Erityisesti jos lapsella on kehitysviivästymiä, uhmakkuushäiriö tai lapsi kieltäytyy yhteistyöstä tai on aggressiivinen, pidättyvä tai sosiaalisesti vetäytyvä, Theraplay voi olla tehokas alkuvaiheen hoitomuoto, joka auttaa lasta tulemaan vastaanottavaisemmaksi muille tarvitsemilleen terapiamuodoille, kuten esimerkiksi kognitiiviselle käyttäytymisterapialle tai psykoterapialle. Lapsen hoitavan tahon kanssa voidaan miettiä kullekin lapselle sopivia hoitomuotoja ja niiden soveltamista lapsen ja hänen perheensä kanssa työskentelyyn. (Schaefer & Gerard Kaduson, 2012, s.123)

4.11 Lasten aggressiokasvatus Familiar Säikässä

Lasten aggressiokasvatusta tukevat Familiar Säikän hyvät arjen käytänteet. Ratkaisuja ja voimavarakeskeisyys sekä dialogisuus teoreettisena viitekehityksenä luovat hyvän pohjan ja mahdollisuudet lapsen aggressiokehityksen ja -kasvun tukemiselle. Muita hyviä lapsen kasvua ja kehitystä tukevia käytänteitä ovat muun muassa struktuuri sisältäen säännöt, lapsille laadittavat sekä yksikön yhteiset päivä- ja viikko-ohjelmat, yhteisöpalaverit sekä lapsen kanssa yhdessä laadittavat tavoitteet. (Familiar, n.d.)

Pääpaino Säikän aggressiokasvatuksessa on lapsen normaalin kehityksen tukemisessa sekä ennaltaehkäisyssä, mutta myös lapsen tunnesäätelyyn sekä aggressioon liittyvien taitojen harjoittelussa. Vaikeiden tunteiden läpi käyminen vie kehitystä eteenpäin kohti rohkeutta, puoliensa pitämistä, joustavuutta ja itsenäistymistä. Lapsen tietä ei tule silotella, vaan lapsen täytyy kohdata pettymyksiä ja hän tarvitsee pettymyksistä selvitäkseen aikuisten tukea. Liiallinen puuttuminen tai lapsen tunteiden tasoittelu on lapselle haitaksi. Lapsen itsetunnon kehittyminen riippuu hänen lähellään olevista aikuisista. Lasta auttavat kannustavat ihmiset, lupa kokeilla ja harjoitella elämän taitoja sekä mahdollisuus kokea turvallisesti tunteita, epäonnistumisia ja onnistumisia. Lapsen aggressioiden hallintaa ja itsesäätelyn kykyä tuetaan asettamalla turvalliset rajat ja toimimalla itse rauhoittavana mallina. (Kannasoja, 2013, s. 202; Pudas, 2014, s. 73, 76; Riihonen & Koskinen, 2020, s.189–190.)

5 LASTEN AGGRESSIOKASVATUS FAMILAR SÄIKÄSSÄ – OPPAAN TEKEMINEN

5.1 Projektin suunnittelu ja asiakäsikirjoitus

Opinnäytetyönä tekemäni projektin suunnittelu perustuu projektin teoriaan. Projekti tähtää ennalta määritettyyn päämäärään ja se on monimutkaisten ja toisiinsa liittyvien tehtävien muodostama ajallisesti, kustannuksiltaan ja laajuudeltaan rajattu ainutkertainen kokonaisuus, jonka alulla ja lopulla on keskeinen merkitys. Projektin toteutus on etsintäprosessi, jossa haetaan suotuisia ratkaisuja toiminnan

toteuttamiseksi taloudellisuus huomioiden. Projektina tehtävä opinnäytetyö on akateemisen toimintaympäristön projekti. Projektin prosessi, työ ja mahdollinen projektin tuotos voidaan tyypillisesti jakaa pieniin osiin ja vaiheisiin, jotka aikataulutetaan ja riippuvat toisistaan. Projektin hallinta perustuu projektisuunnitelmaan, missä kuvataan projektin tehtävä, aikataulu, toteutus, resurssit, riskit sekä tiedonvälitys- ja dokumentointiperiaatteet. (Kymäläinen ym., 2016, s. 10.)

Idea projektiin tuli työpaikallani jo syksyllä 2020 Familiar Oy:n järjestämästä sisäisestä koulutuksesta: Väkivaltaisen nuoren kohtaaminen, jonka aikana kiinnostuin aggression integroitumisesta terminä ja aloin pohtia asiaa tarkemmin. Koulutuksen päätyttyä keskustelin hetken esihenkilöni kanssa aiheesta ja sen kiinnostavuudesta sekä tärkeydestä ja sen myötä esihenkilöni tilasi minulta opinnäytetyön Aggression integroitumisesta.

Projektin ideointivaihe on tärkeä vaihe projektin onnistumisen kannalta. Jos projektin tavoitteenasettelu, suuntaaminen, rajaus tai toimintaympäristön arviointi on tehty huonosti tai hätiköiden, ei projekti välttämättä onnistu. Projektia ideoidaan vaiheessa, jolloin valmista projektisuunnitelmaa ei vielä ole. Ideaa ja rajausta täsmennetään myöhemmin projektisuunnitelmassa. (Kymäläinen ym., 2016, s. 13.)

Aihe ajankohtaistui syksyn aikana valtakunnan mediassa nähtyjen erityisesti lastensuojelutaustaisten nuorten tekemiin tai heihin kohdistuneisiin väkivaltarikoksiin liittyvien uutisten valossa (Yle Uutiset 2.11.2020 & 30.12.2020). Näkökulma täsmentyi ensimmäisessä ohjauskeskustelussa opettajani kanssa ja lähdin alustavasti etsimään tietoa aggression integroitumisesta. Aiheesta ei kuitenkaan ollut tarpeeksi tietoa ja tutkimuksia ja jouduin hakemaan tietoa aikomaani laajemmin ja haasteeksi nousi, miten muuttaa tutkimuksen lähtökohtaa ja valita oikeat tutkimukset, joiden avulla projektin alkuperäinen ajatus toteutuisi. Projektin lopullinen nimi hahmottui projektin edetessä, mutta varsinaisesti itse sisältö ei kuitenkaan muuttunut mihinkään.

Aloitin aggression tutkimisen lukemalla lastenpsykiatri Raisa Cacciatoren Aggression portaat (2007) -kirjaa sekä hänen kirjoittamaansa Aggressiokasvatuksen käsikirjaa: Kapinakirjaa (2009), Näihin tutustuessani löysin kuitenkin keskeisiä käsitteitä: aggressio, aggressiivisuus, aggressiokasvatus, lapset, tunnetaidot, sosiaaliset taidot,

joiden avulla taas löysin aiheeseen liittyviä tutkimuksia sekä muuta kirjallisuutta, joiden avulla osasin tarkemmin suunnata keskittymistäni projektin etenemiseen ja aiheen järkevään ja tarkoituksenmukaiseen rajaamiseen. Sain tiedonhakuun apua Satakunnan ammattikorkeakoulun kirjaston informaatiotielakalta.

Projektin suunnittelun kanssa samaan ajankohtaan ajoittuneessa mielenterveyshoitotyön harjoittelussa tutustuin tunteiden kanssa työskentelyyn, kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan, mentalisaatioon ja psykoedukaatioon. Tunneryhmän ja tunnekeskustelun kautta tuli vahvasti näkyväksi tarve tunteen taustalla. Asiakkaan kertomus vihan ilmaisemisen helppoudesta ja sen turvallisuudesta tunteena johti ajatukseni tarpeeseen vihan tunteen taustalla ja mitä vihan ilmaisemisella on saavutettu tai tavoitellaan. Tästä syystä ajattelin tunnetaitojen olevan olennainen ratkaisu aggressiivisen käyttäytymisen ennaltaehkäisyssä, mitä kautta pääsin tarpeisiin tunteiden taustalla ja ihan koko projektin alkulähteille, eli lapsiin, joiden ensimmäisinä vuosina monikin asia on jo saattanut johtaa kasvua epätoivottuun suuntaan. Lapsen tarpeisiin ei ehkä olla riittävästi vastattu, lapsen perustarpeita ei olla tyydytetty tai varhainen vuorovaikutus on ollut puutteellista.

Esittelin esihenkilölleni omaa ajatustani hyödyntää työyhteisön osaamista ja Familiar Säikkään rakentumassa olevaa liikuntatilaa lattiapehmusteiseen aggression harjoittelussa, sekä harjoitellessa sosiaalisia- ja tunnetaitoja näiden lasten kanssa, joiden kasvussa mahdollisesti on joitakin puutteita, mutta varsinaista ongelmaa eli aggressiivista käyttäytymistä välttämättä ei vielä ole. Ajatukseni jatkoi jalostumistaan esihenkilöni kanssa käymäni keskustelun ja harjoittelupaikassani heränneiden ajatusten kautta. Halusin laatia ohjelman, jossa hyödynnettäisiin jo olemassa olevaa osaamista ja työmenetelmiä sekä kerätään työkalupakkia systemaattisen aggressiokasvatuksen tueksi sovellettavaksi erilaisten lasten ja lapsiryhmien kanssa.

Tutkimusprosessi lähtee käyntiin, kun aihe on löytynyt ja ilmiölle etsitään tutkimusongelma ja sitä täsmennetään ja keksitään tutkimuskysymykset, joihin vastauksia hakemalla saadaan vastaukset tutkimusongelmaan. Tutkimusongelma on alkuun usein liian laaja ja siksi vaatii täsmennystä. Täsmennystä vaativat myös tutkimuksen keskeiset käsitteet. Käsitteet auttavat ymmärtämään miten työ on toteutettu ja ne tuovat tutkimukseen tarkkuutta, uskottavuutta ja luotettavuutta.

Käsitteiden määrittely auttaa myös projektin kaikkia osapuolia ymmärtämään ne. Tärkein lähtökohta projektin suunnittelussa on tarpeen määrittely, eli mihin tarpeeseen tai kysymykseen projekti etsii vastausta tai mitä projektin tulee saada tai mitä sen halutaan saavan aikaan. Aito tarve tai tilaus auttaa projektin onnistumisessa. Tavoitteen asettelu on tärkeää, koska se ohjaa huomion tavoiteltavaan toimintaan ja pois epäolennaisesta toiminnasta. Tavoitteet kannustavat, antavat energiaa sekä vaikuttavat projektin tekijöiden sinnikkyYTEEN. Ne myös aktivoivat tiedollisia prosesseja ja strategioita, joita voidaan hyödyntää projektin aikana. Projektisuunnitelmassa on syytä pohtia mahdollisia riskejä sekä niiden hallintakeinoja. (Kananen, 2015, s.19–20; Kymäläinen ym., 2016, s. 13–14, 33.)

Jo suunnitteluvaiheessa riskiksi nousi se, miten saada aihe rajattua sellaiseksi, ettei työ paisuisi liian laajaksi. Oli hienoa, että olin viimein löytänyt mukaansa tempaavan aiheen, mutta tiesin myös haluavani tehdä työn niin perin pohjin, että jo pieninä välähdyksinä mielessäni kävi jopa pelkästään tunnetaitoihin ja niiden opettamiseen keskittyminen. Tarkemman aiheeseen perehtymisen tuloksena päädyimme esihenkilöni sekä opinnäytetyötä ohjaavan opettajan tukemana lopulta tekemään lasten aggressiokasvatuksesta oppaan Familiar Säikkään ohjaustyöskentelyn tueksi, erilaisten menetelmien ja työkalujen esittelemiseksi. Tavoitteeksi muodostui, että oppaan myötä Familiar Säikän ohjaajien osaaminen lisääntyisi ja oppaassa olevien esimerkkien avulla aggressiokasvatus tulisi osaksi Familiar Säikän arkea, ohjausta sekä kasvatusta.

Alkuperäisen suunnitelmani mukaan projekti piti valmistua jo loppukesästä 2021, Suunnitelmaan olin laatinut aikataulun, jonka toteutumiselle olin nostanut useampia riskitekijöitä, kuten loma-aikaan sijoittuvan työskentelyn ja resurssit, jotka myös toteutuivat ja projekti viivästyi useilla kuukausilla. Koska aikaa oli kulunut, päivitin vielä tutkimussuunnitelmani aikatauluineen ja marraskuussa 2021 suunnitelma hyväksyttiin.

Ensimmäinen askel oppaan tekemiseksi oli etsiä ja tutustua teoriaan, jotta pystyin alkaa hahmottelemaan oppaan sisällysluettelo. Asiasisällön rakentamisen tärkeänä näkökulmana näin ensinnäkin aggression ymmärtämisen ilmiönä. Vaikka Familiar Säikässä lapsilla on jo haasteita, on myös tärkeää tietää mitä kuuluu lapsen normaaliin aggressiokasvuun ja -kehitykseen, ja miten ohjaaja voi omalla työskentelyllään lasta

tukea kussakin kehitysvaiheessa, vaikka nämä vaiheet ehkä useista erilaisista syistä Familiar Säikän lapsilla saattavat olla paljonkin myöhässä. Näin myös tärkeäksi pohtia omaa persoonaansa ja rooliaan ohjaajana sekä kasvattajana ja niiden vaikutusta lapsen suotuisaan aggressiokehitykseen joko sitä tukevana tai mahdollisesti haittaavana tekijänä. Myös muiden suotuisaa kehitystä tukevien ja haittaavien tekijöiden tunnistaminen kuuluu tärkeänä osana ohjaustyöskentelyyn. Tarpeellista on myös tietää mitä taitoja lapsi tarvitsee oppiakseen hallitsemaan aggressioitaan. Jouduin useampaan kertaan perustelemaan aggressiokasvatuksen tarpeellisuutta sekä tärkeyttä juuri sillä, että aggressiot kuuluvat ihmisen psykologisen kehityksen vaiheisiin ja ne ovat tarpeellisia ja välttämättömiä kasvun eri vaiheissa. Aggressiokasvatuksella on tarkoitus tukea lasta näissä vaiheissa ja oppia erilaisia tarpeellisia taitoja suotuisan aggressiokehityksen mahdollistamiseksi.

Suunnittelun lähtökohdaksi tuli saada aikaan selkeä, lyhyt ja ytimekäs opas, joka ei jäisi kaappiin tai hyllyyn, vaan tulisi käyttöön osaksi ohjaustyön suunnittelua ja toteutusta. Oppaan tuli olla ulkoasultaan houkutteleva ja siihen valikoituvan tekstin tulisi olla tarkkaan valikoitua ja helposti ymmärrettävää. Tarkoituksena oli myös liittää oppaaseen lyhyesti luettelon omaisesti lasten aggressiokasvatuksessa käytettäviä keinoja, menetelmiä sekä työkaluja sekä valokuvia ja käytännön esimerkkejä miten niitä hyödyntää käytännössä.

Projektin tulosten hyödyntäminen tarkoittaa tässä projektissa syntyneen oppaan viemistä käytäntöön (Kymäläinen ym., 2016, s. 32). Oppaasta on tarkoitus tehdä muutama tulostettu versio ja se tallennetaan myös sähköisenä Familiar Säikän intranettiin, jotta sitä voidaan päivittää ja edelleen kehittää. Se on tarkoitus ottaa käyttöön sekä perehdytyksen että varsinaisen ohjaustyöskentelyn välineenä. Sitä voidaan hyödyntää myös laajemmin Familiar Oy:n eri toimipaikoissa.

5.2 Projektin ja oppaan toteutus

Projektin aloitus ajatuksen tasolla lähti liikkeelle työpaikallani Familiar Säikän sisäisessä koulutuksessa aiheen löytymisellä ja sen jälkeen tekemilläni alustavilla kirjallisuushauilla. Asioidessani Satakunnan ammattikorkeakoulun kirjastossa lainasin

aggressiivisuutta käsittelevän kirjan, jonka pohjalta ajattelin löytäväni asiasanoja löytääkseni tietoa, jonka avulla pääsin eteenpäin. Ensimmäisessä ohjauskeskustelussa ohjaavan opettajan kanssa joulukuussa 2020 työ lähti etenemään myös käytännön tasolla. Innostus ja mielenkiinto nousivat seuraavalle tasolle ja pääsin aloittamaan työskentelyn ja projektisuunnitelman tekemisen. Ajatukseni oli hakea tietoa ja tutkimuksia lasten aggressiivisuuteen ja aggressiokasvatukseen liittyviä tutkimuksia ja tehdä teoriapohjasta kirjallisuuskatsaus, joiden pohjalta lähtisin rakentamaan opasta aggression integroitumisen tukemisesta Familiar Säikässä. Mutta koska aggression integroituminen oli terminä sellainen, että vaikka sain apua tiedonhakuun informaatiotielakalta, en päässyt asiassa eteenpäin. Jouduin ottamaan aikalisän, jotta saisin ajatuksiani jäsenneltyä.

Aioin tutustua projektin teoriaan, jotta voin tehdä työn oikein ja osaan laatia tavoitteet ja tarkoituksen projektille oikein ja että pystyisin arvioimaan, olenko päässyt tavoitteisiin, ja miten kussakin projektin vaiheessa olen onnistunut. Tarkoitukseni oli jatkaa projektia jäätyäni opintovapaalle alkuvuodesta 2021 ja ottaa mukaan työskentelyyni ohjaaja sekä pitkäaikaispuolelta että arviointi- ja vastaanottopuolelta ja muokata opasta ja sen mukaista ohjelmaa heidän avullaan, kunhan olen esihenkilöni kanssa käynyt läpi kirjallisuuskatsauksen tuottaman teoriapohjan, jotta oppaasta tulee juuri Familiar Säikän tarpeisiin sopiva.

Tässä vaiheessa lisäsin hakusanaksi käytöshäiriöt ja aloin selvittää niiden ennaltaehkäisyä, riskejä ja hoidon periaatteita, löysin jo useampia lähteitä, joiden avulla uskoin pääseväni hyvin eteenpäin. Tilasin useamman teoksen omaksi ja löysin mielenkiintoisia tutkimuksia ja artikkeleita, joihin ajattelin perehtyä tarkemmin. Teoriapohjan toivoin ensin olevan valmis maaliskuun loppuun mennessä 2021, mutta koska tammi-helmikuun vaihteessa olin vielä melko alkutekijöissä, jouduin jättämään hieman pelivaraa teoriapuoleen, ja toivoin saavani sen huhtikuun loppuun mennessä siihen vaiheeseen, että pääsisin luovempaan työskentelyyn oppaan työstämisen ja sen läpi käymisen parissa Familiar Säikän henkilöstön kanssa.

Jäätyäni opintovapaalle tammikuussa 2021 aikatauluni ei kuitenkaan antanut myöden täysipainoisesti keskittyä tähän työhön. Etukäteen olin kuvitellut, että harjoittelun ohella pystyn työskentelemään useammankin projektin parissa, koska harjoittelut

sijoittuivat pääasiassa arkipäiviin ja aamupäiviin, mutta huomasin erehtyneeni. Toisella harjoitteluviikolla huomasin opinnäytetyön ohjaajan lähettäneen minulle sähköpostia ja kyselleen ohjauskeskustelun ajankohtaisuutta. Sen myötä sain aikaiseksi taas virittäytyä aiheeseen ja viemään opinnäytetyötäni eteenpäin. Suureksi onneksi olin juuri sopinut tapaamisen esihenkilöni kanssa, ja pääsin heti keskustelemaan hänen kanssaan aiheen suppeudesta johtuvasta ongelmasta. Toin esille omia ajatuksiani ja sain vapaat kädet etsiä jonkun uuden näkökulman työhöni, kunhan aihe pysyy samanlaisena.

Kesäaika 2021 ja työkavereitteni sekä esihenkilöni lomat aiheuttivat hieman lisää haasteita projektin etenemiselle. Loppukesästä 2021 loukkaannuin tapaturmassa ja jouduin olemaan 6 viikkoa sairauslomalla, jonka aikana projektini ei edennyt. Syksyllä 2021 minulle tuli kiire viedä loppuun kaikki muut keskeneräiset opintoni ja projektini sai väistyä kaiken muun tieltä. Alkuvuodesta 2022 projektia viivästytti vielä koronasta johtuvat sairauspoissaolot sekä Familiar Säikässä toteutetut organisaatiomuutokset. Kun nämä kaikki haasteet oli selätetty, pääsin viimein keskittymään opinnäytetyöhön. Projektin viivästymisen johdosta sille on vaikea määrittää selkeää alkua. Olen tavallaan aloittanut projektin useampaan kertaan.

Aggressiokasvatus oppaan toteuttamiseksi suoritin tiedon hakemisen kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsaus on prosessimainen tieteelliseen toimintaan perustuva systemaattinen tutkimusmenetelmä. Kirjallisuuskatsauksen tulee olla toistettavissa ja sen tulee pohjautua kattavaan aihealueen ja ilmiön ajassa kehittymisen tuntemukseen. Kirjallisuuskatsauksen avulla laadin ohjaustyöhön tulevan oppaan sellaiseksi, että se perustuu näyttöön ja tutkittuun tietoon. (Stolt, Axelin & Suhonen, 2016.)

Koska projektillani on ollut tavallaan useampi alku, tai se on toteutettu useammassa vaiheessa, olen tehnyt useampia systemaattisia kirjallisuushakuja, joita sitten hyödynsin myöhäisemmässä vaiheessa projektin edetessä. Suunnitteluvaiheessa hain tietoa hakusanoilla: aggressio, lapsi ja nuori ja rajasin teosten ilmestymisen ajankohdan viimeisiin 10 vuoteen, jotta saamani tulokset olisivat ajantasaisia. Tein hakuja SAMK Finnasta, Finna.fi:stä, Medicistä sekä Terveysportista. Tekemilläni hauilla löytyi monenlaisia tutkimuksia ja tekstejä, jotka käsitelivät lasten

aggressiivisuutta, mutta myös mm. aggressiivisia lasten syöpätauteja, mitkä rajasin pois asiaan liittymättöminä. Familiar Säikkään voi tulla ihan minkälaisia lapsia tahansa tuloiltaan alle 13-vuotiaina, mutta pitkäaikaisyksikössä lapset voivat asua 18-vuotiaaksi asti ja siksi rajasin tässä lasten iän 0–18-vuotiaisiin, ja myös sillä perusteella olen sulkenut pois esimerkiksi liian suppeita tutkimuksia. Päätin jättää pois myös vakaviin väkivallantekoihin ja uhkatilanteisiin puuttumisen lukuun ottamatta Familiar Säikässä käytettyjä menetelmiä, koska päätin keskittyä ensisijaisesti ennaltaehkäisyyn. Käytin kuitenkin hyväkseni tutkimusta, minkälaiset tapahtumat tai ominaisuudet lisäävät lapsen riskiä tällaiselle käytökselle myöhäisemmässä vaiheessa. Myöhemmin pohdin, miten lisään hakusanoja löytääkseni olennaisen kirjallisuuden ja tutkimukset, joiden avulla saan teoriapohjan ja oppaan rakennettua.

Maaliskuun 2022 alussa laadin uuden suunnitelman tiedonhausta teoriapohjaa varten lomakkeelle, mihin kokosin asiasanoja aloittaen sanoista: lapset ja aggressiokasvatus. Löysin näillä hakusanoilla paljon kirjallisuutta jo finna.fi haulla, joiden avulla sain laadittua listaa tarkemmissa hauissa käytettävistä asiasanoista. Tarkistin vielä sanojen kirjoitusasun sekä suomalaisen lääketieteellisestä jäsennellystä asiasanastosta MeSH/FinMeSH:istä että yleisen suomalaisen ontologian YSO-sanastosta ja etsin samalla vastineita asiasanoille myös englanniksi ja ruotsiksi. Näitä sanoja yhdistelemällä aloin etsiä tietoa Finna.fi lisäksi erilaisia hakukoneita, kuten: SAMK Finna, Medic, Google Scholar, Pubmed ja Cinahl käyttäen. Täydensin hakuja hakusanoilla: sosiaaliset taidot, tunnetaidot, kiukku, kasvatus ja kasvatust.

Finna.fi hakukoneella tekemäni haun perusteella pääsin alkuun teoriasisällön rakentamisessa. Ensimmäisessä haussa sain tulokseksi paljon kirjallisuutta. Haussa löytyneitä, sisältönsä mukaan lähteeksi hyväksymiäni kirjoja lainasin kirjastosta ja ne, mitä kirjastosta tai sähköisenä versiona ei löytynyt, tilasin itselleni kotiin ja osa kirjoista tilattiin projektin aikana osaksi Familiar Säikän menetelmätyökaluvalikoimaa. Lastenpsykiatri Raisa Cacciatore on tutkinut ja kirjoittanut lasten aggressiokasvatuksesta useita teoksia, joista osan hylkäsin siksi, että rajasin käytettävät tutkimukset ja kirjallisuuden noin kymmeneen vuoteen, kuitenkin vielä 2012 vuonna valmistuneet teokset mukaan lukien. Cacciatoren ja Korteniemi-Poikelan (2020) kirjoittama kirja: Sisu, tahto, itsetunto: Portaat itkupotkuraivareista aggression hallintaan nousi yhdeksi ensimmäisistä kirjoista, johon perehdyin. Toiseksi tärkeäksi

teokseksi oppaan teoriasisällön suunnitteluun ja rakentamiseksi valikoitui lastenpsykiatri Riikka Riihosen ja lastenpsykiatrian erikoislääkäri Minna Koskisen (2020) tekemä kirja: *Kuinka kiukku kesytetään?: Lasten aggressiokasvatus*. Näiden teosten avulla aloin hahmotella opinnäytetyöni teoriapohjaa ja projektin tuotoksen, eli oppaan sisällysluetteloa. Muita kirjallisuushaussa löytämiäni ja sekä oppaassa että varsinaisessa opinnäytetyössä eniten hyödyntämiäni teoksia ovat lastenpsykiatrian erikoislääkäriin ja lääketieteen tohtoriin Jari Sinkkosen ja lääketieteen tohtoriin sekä Upsalan yliopiston neurobiologian dosenttiin Laura Korhosen kirja: *Pulassa lapsen kanssa* (2016), Sinkkosen Nuoruusikä (2012), psykologian professori Liisa Keltikangas-Järvisen kirjoittama: *Pienen lapsen sosiaalisuus* (2012), lasten kanssa pitkään työskennelleen Päivi Nurmen toimittama: *Lapsen ja nuoren viha* (2013) sekä Laura Revon väitöskirjaan perustuva: *Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy* (2015). Näitä kirjoja hyödyntämällä sain laadittua oppaan sisällysluetteloa sekä oppaan ja opinnäytetyön raportin teoriapohjan runkoa.

Seuraavassa vaiheessa keskityin aiempiin tutkimuksiin ja poimin mukaan sekä oppaaseen, että opinnäytetyöhön teoriapohjan tueksi ajantasaista tutkittua tietoa. Kannasoja on Jyväskylän yliopistossa (2013) tekemässään väitöskirjassa: *Nuorten sosiaalinen toimintakyky tutkinut ja määritellyt sosiaalista toimintakykyä, mitä ja minkälaisia taitoja se pitää sisällään, mitä lapsi tarvitsee kasvuunsa tullakseen sosiaalisesti kyvykkääksi*.

Roos on Turun yliopistossa (2014) tekemässään väitöskirjassa: *Guilt, shame, emotion regulation, and social cognition understanding their associations with preadolescents' social behavior* tutkinut syyllisyyden ja häpeän tunteiden vaikutusta sosiaaliseen ja aggressiiviseen käyttäytymiseen. Tutkimuksen mukaan syyllisyyden tunne ohjaa hyväksytyin käytöksen suuntaan, kun taas häpeä tunteena voi ajaa vakavaan aggressiiviseen käyttäytymiseen. Myös tunteiden säätelytaidoilla on suuri merkitys sille, miten tunteet vaikuttavat käyttäytymiseen.

Rytkönen on Itä-Suomen yliopistossa (2013) tekemässään väitöskirjassa: *Kehityskulkuja ja väliintuloja: Ekologinen näkökulma vakavan väkivallanteon tehneiden nuorten sosioemotionaalisen terveyden kehitykseen* tutkinut miten vakaviin väkivaltatekoihin syyllistyneiden nuorten sosioemotionaalinen kehitys on edennyt,

minkälaisissa ympäristöissä he ovat kasvaneet ja minkälaista tukea he ja heidän perheensä ovat saaneet koulusta tai sosiaali- ja terveydenhuollosta. Tutkimuksen keskeisenä tuloksena oli tunnistettu seuraavat haasteita ennakoivat sosioemotionaaliset kehityskulut: hallitsematon, syrjäytyvä, tasapainoileva, ajautuva ja kriisiytyvä kehityskulku. Näitä määrittivät nuorten tapa käyttäytyä sekä ilmaista itseään. Kehityskulkuja luonnehtivat myös kodin ja koulun kasvatusilmapiirit, nuoren nähdäksi tuleminen, aikuisten suhtautuminen nuoreen sekä heidän käyttämänsä kasvatuskäytännöt. Mikäli lasten ja nuorten kehityskulkuihin halutaan vaikuttaa positiivisesti, täytyy tiedostaa vastavuoroisen vuorovaikutusprosessin tärkeys sekä vahvistaa nuoren ja hänen perheensä sitoutumista tarjottuun tukeen. Käytin Riikosen väitöskirjaa myös aggression määrittelyyn sekä epäsuotuisien aggressiokehitystä ennustavien seikkojen esittelyyn.

Hahmoteltuani oppaan sisällysluetteloa löytämäni teorian pohjalta, pyysin maaliskuun 2022 alkupuolella esihenkilöäni pohtimaan miten mahdollinen sisältö vastaa Familiar Säikän tarpeita ja onko oppaaseen tarpeellista lisätä vielä jotakin muuta tai ottaa vielä muita näkökulmia huomioon. Positiivisen palautteen saattelemana sovimme, että jatkaisin omaa työskentelyäni, mutta pian asian edetessä istuisimme saman pöydän ääreen aikaansaannokseni esittelemiseksi. Tähän työskentelyvaiheeseen sovin myös ohjauskeskustelun ohjaavan opettajan kanssa. Eniten projektin tässä vaiheessa minua arvelutti löytämieni tutkimusten suuri määrä sekä niiden hyödyntäminen teoriaosuuden rakentamisessa. Ohjauskeskustelun jälkeen projekti pääsi oikein kunnolla alkuun. Kävin tarkemmin läpi löytämäni keskeistä kirjallisuutta ja aloin kirjoittaa teorian pohjalta virinneiden omien ajatusteni pohjalta, jotta saisin oppaan rakenteen etenemään loogisesti. Seuraavaksi tarkoitukseni oli hyödyntää teoriapohjaa ja lisätä faktatietoa oppaaseen. Oppaan rakenne ja otsikot muokkaantuivat prosessin edetessä aika tavalla.

Oppaan sisällön tarkentuessa kävimme esihenkilöni kanssa läpi opasta otsikkotasolla. Esihenkilöni piti opasta lupaavana ja toivoi, että oppaasta tulisi lastensuojelun näkökulman huomioon ottava käsikirja, jota voisi hyödyntää perehdytyksessä. Ajatus lyhyestä ja ytimekkäästä oppaasta ei luonnollisesti tukenut tätä ajatusta ja lopulta päädyimme siihen, että lopputulos voisi olla jotakin tältä väliltä ja sisällön muotoutuessa oli tarkoitus keskustella asiasta uudelleen.

Tiiviin työskentelyn aikana olin ajautua umpikujaan oppaan kanssa, koska minun oli vaikeaa rajata sisältöä olennaiseen ja tarpeelliseen. Pienen tuumaustauon aikana ajattelin, että vaikka opas onkin se tuotos, jonka opinnäytetyönä teen ja raportissa käyn läpi projektin tekemistä ja arviointia, olisi kuitenkin järkevintä koota ensin kattava teoriapohja aggressiosta raporttiin selkeine lähdemerkintöineen, kuin tehdä ensin opas, ja vasta teoriaosuuden jälkeen siirtää teoriaosuus selkeänä, helposti omaksuttavana oppaaseen.

Seuraavaan 20.4. pidettyyn ohjauskeskusteluun lähdin jo melko luottavaisin mielin sen suhteen, että olen päässyt jo melko hyvin alkuun. Ohjauskeskustelu antoi toivoa saada vietyä projekti loppuun nopeassakin aikataulussa, mutta edelleen suhtauduin nopeutetussa aikataulussa pysymiseen varauksella ja toivoin projektin valmistuvan kesäkuussa 2022 toukokuun 15.päivän sijaan. Keskustelu jäsensi myös ajatuksiani ja selkeytti sitä, mitä pitäisi vielä tehdä. Toteutin heti pieniä muutoksia sekä raportin, että oppaan sisältöön ja vaikka tiesin, että seuraava vaihe olisi käydä löytämiäni lähteitä läpi, keskityin vielä itselleni helpompaan osuuteen ja lisäsin vielä muutamia Säkissä käytössä olevia lasten aggressiokasvatuksessa hyödynnettäviä menetelmiä ja täytin lähdeluetteloa.

Saatuani oppaan asiasisällön valmiiksi, siirsin sen selkeyden vuoksi samanlaiseen Word-tiedostopohjaan kuin opinnäytetyön ja jaottelin oppaan sisältöä loogisemmaksi ja muokkasin myös otsikointia selkeämmäksi. Tämän jälkeen lähetin oppaan esihenkilölleni läpikäytäväksi ja arvioitavaksi ja pyysin samalla myös mahdollisia muutosehdotuksia. Samaan aikaan lähetin oppaan myös ohjaavalle opettajalle seuraavana päivänä pidettävää ohjauskeskustelua varten.

Ohjauskeskustelu pidettiin 9.5.2022 ja tässä vaiheessa jouduimme jo luopumaan ajatuksesta siitä, että koko projekti olisi valmiina 15.5.2022, mutta pidimme kiinni siitä, että projekti valmistuisi juhannukseen mennessä. Ohjauskeskustelun tiimoilta oppaaseen tuli pieniä otsikkotason muutoksia, mutta opettajan mielestä sisältö alkoi olla valmis ja siinä olevan tiedon hyvin perusteltua. Kävimme läpi myös vielä tehtävänä olevat asiat ja sovimme seuraavan ohjauskeskustelun toukokuun 24. päivälle.

Esihenkilöni arvioinnin ja palautteen mukaan tein vielä muutaman pienen lisäyksen oppaaseen. Oppaan ulkoasun viimeistelyssä esihenkilöni lupasi valokuvausta harrastavana ottaa kansilehteen uuden kuvan Familiar Säikästä ja itse taas kerroin pyytäväni yhdeltä lapselta ja hänen vanhemmiltaan lupaa liittää lapsen piirtämän kuvan omasta kiukkuleijonastaan. Seuraavan työvuoron aikana kysyin ensin luvan lapselta itseltään ja sen jälkeen myös hänen vanhemmiltaan. Sitten liitin kuvan oppaaseen.

Seuraavaksi keskityin opinnäytetyön raportin kirjoittamiseen. Kävin läpi oppaaseen tullutta teoriapohjaa ja sen lähteitä sekä kirjoitin auki projektin vaiheita sekä omaa arviointiani. Ohjaavan opettajan kanssa 24.5.2022 pidetyssä keskustelussa kävimme läpi mitä opinnäytetyöstäni vielä puuttuu. Yllätyksekseni opettajan mielestä työ oli jo siinä vaiheessa, että sovimme projektin lopulle aikataulun. Tämän jälkeen jatkoin raportin viimeistelyä ja sovin esihenkilöni kanssa lopun aikatauluista ja lähetin hänelle koko projektin arviointia varten lähes valmiin, mutta vielä oikolukemattoman raportin. Pyysin esihenkilöäni käymään läpi sisällön työnantajaorganisaation näkökulmasta sekä arvioimaan vielä kirjallisesti koko projektin ja tekemäni oppaan. Odottaessani lopullista arviointia jatkoin raportin kirjoittamista, jäsentelyä sekä yritin tiivistää sen sisältöä ja tein vielä pieniä muutoksia ja korjauksia oppaaseen ja sen lähdeluetteloon. Kun sain arvioinnin, lisäsin sen vielä raporttiin ja opinnäytetyön raporttikin oli oikolukua vaille valmis. Annoin lopuksi miehenei lukea raportin ja pyysin tyttäriäni tarkistamaan tiivistelmän käännöksen. Näiden jälkeen opinnäytetyö oli valmiina lähetettäväksi arvioitavaksi.

5.3 Valmiin oppaan sisältö

Projektin tuotoksena syntyi Lasten aggressiokasvatus Familiar Säikässä – Opas ohjaustyöskentelyyn (Liite 1.) Oppaan kansilehdellä on kuva Familiar Säikästä. Seuraavilla sivuilla on oppaan sisällysluettelo. Ensimmäisenä tekstikappaleena on aiheeseen johdatteleva Johdanto-kappale. Johdannon jälkeen oppaassa määritellään aggressiota ja aggressiivisuutta, sekä kerrotaan, miksi aggressiivisuutta tarvitaan. Seuraavaksi käsitellään lapsen normaalia kehitystä mm. Cacciatoren Aggression

portaat lyhyesti esitellen sekä avataan myönteistä kehitystä tukevia tekijöitä, sekä haasteita aiheuttavia tekijöitä. Sitten oppaassa käydään läpi myönteiseen aggressiokehitykseen tarvittavia taitoja sekä sitä, miten aikuinen voi auttaa lasta, ja miten aikuisen omat tunteet vaikuttavat. Seuraavaksi oppaassa kerrotaan tarkemmin Familiar Säikässä tehtävästä aggressiokasvatuksesta sekä hyvistä arjen käytänteistä. Sitten esitellään erilaisia aggressiokasvatuksessa tukevia menetelmiä sekä työkaluja sekä niiden soveltamista lasten ja perheiden kanssa tehtävässä työskentelyssä. Lopuksi asiat kootaan vielä yhteenveto-kappaleessa.

Oppaassa on 34 sivua, muutama selventävä kuvio ja oppaan elävöittämiseksi liitetty kuva. Oppaan ulkoasussa on käytetty tehosteväriä Familiar Oy:n vihreää väriä ja tekstiin on tehty tällä värillä korostuksia. Tiiviistä sisällöstä tarvittavan asian löytymistä helpottaa otsikoiden numerointi. Oppaan loppuun on liitetty lähdeluettelo. Viitetietoja ei luettavuuden takia ole liitetty varsinaiseen tekstiin.

5.4 Tilaajan arviointi

Työnantajani eli työn tilaajan edustajana esihenkilöni on arvioinut tekemääni opasta ja antanut sille suuntaviivoja jo suunnitteluvaiheessa. Oppaan sisällön hahmotuessa esihenkilöni on ollut tyytyväinen sisältöön ja pitänyt sitä lupaavana sekä toivonut minun tekevän oppaan sijaan käsikirjan aggressiokasvatuksesta. Kuitenkin projektin loppuunsaattamiseksi yhteisymmärryksessä lopullisesta oppaasta tuli laaja opas perusteluineen. Kun opas oli sisällöllisesti valmis, pyysin esihenkilöäni arvioimaan opasta Familiar Säikän näkökulmasta eikä niinkään opinnäytetyön näkökulmasta. Esihenkilöni oli tyytyväinen sisältöön ja oli sitä mieltä, että projektin valmistuessa käymme tiimipalaverin yhteydessä läpi tekemäni oppaan ja että oppaan päivittämistä jatketaan projektin valmistumisen jälkeen. Tarkoituksena on siis painattaa muutama kappale projektin tuotoksena syntyneestä oppaasta sekä tallettaa oppaan sähköinen versio intranettiin, mistä se on löydettävissä aina tarpeen tullen sekä jatkokehittämistä varten. Esihenkilöni kertoi myös hyödyntävänsä tekemääni opasta markkinoinnissa.

Esihenkilöni toivoi oppaaseen vielä hieman laajemmin ohjaajan omien tunteiden hallintaan liittyviä menetelmiä. Avoimeksi jäi vielä se, että sisältyykö tämä oppaan

jatkokehittelyyn vai vieläkö tämän projektin aikana ehdin lisäämään oppaaseen jotakin, mutta lisäsin valmiiseen oppaaseen lyhyesti tätä näkökulmaa.

Valmista opasta, opinnäytetyötä ja koko opinnäytetyöprosessia esihenkilöni arvioi näin: Opinnäytetyö näyttäytyy valmiilta, hyvin rajatulta sekä selkeältä. Prosessin kuvaaminen on selkeää ja yksityiskohtaista sekä omakohtaisistakin näkökulmistani lähtevää, mikä helpottaa tekstiin samaistumista. Esihenkilöni ajattelee, että tämän opinnäytetyön lukemalla moni tiedonhakua harjoitteleva saa selkeän ohjeen, kuinka tietoa voi löytää. Muutamia tekstissä käyttämiäni ilmaisuja hän kuvasi melko voimakkaiksi, mutta myös niiden tuovan selkeästi esiin asian tarpeellisuuden. Esihenkilöni oli tyytyväinen siihen, että toin esiin työn lopussa toivon näkökulmaa esiin ja kiitti myös siitä, että Familiar sekä Säikkä esiintyvät tekstissä edulliseen sävyyn. Tavoitteen ja tutkimustehtävän kuvausta hän piti laajana, mutta tarkoituksenmukaisena. Työn näkökulma aggressioon oli esihenkilöni mukaan hyvä ja pysyin siinä systemaattisesti. Lisäksi olin kuvannut tarkasti esihenkilöni kanssa käymäni keskustelut ja keskinäinen ymmärrys projektista sekä sen näkökulmista on pysynyt hyvänä. Opinnäytetyötä ja sen prosessia on hyvin kuvattu ja tekstin lukemalla saa esihenkilöni mielestä hyvän käsityksen aiheesta ja siihen johtaneista askeleista.

5.5 Opinnäytetyön ja sen tuotoksena syntyneen oppaan arviointi

Projektin tekeminen on ollut haastava ja monivaiheinen prosessi, enkä enää ole ihan varma, kuinka monta kertaa olen alkanut projektin suunnitelmaa tekemään, mutta ajattelen itse projektin alkaneen siitä, kun opinnäytetyölle löytyi aihe. Aihe tempasi minut mukaansa, mutta minun oli kuitenkin vaikea keskittyä suunnitelmalliseen työskentelyyn. Perheen ja työelämän sekä keskeneräisten opintojen suorittamisen yhdistäminen ja projektin tekeminen kaiken ohella ei onnistunut ja projektin alkuun saaminen viivästy, kunnes lopulta löysin aikaa projektin toteuttamiselle. Hyvänä asiana näen viivästymisen siksi, että aihe on saanut kypsyä mielessäni ja olen ehtinyt viedä jo käytäntöön kokeiltavaksi projektin myötä löytämiäni menetelmiä sekä työkaluja. Olen myös saanut tehtyä kaikki muut opintoni valmiiksi, jotta viimein pystyin lähes täysipainoisesti keskittymään itse projektiin.

Aiheen valinta on tärkeää ja vaikuttaa prosessin työmäärään ja onnistumiseen. Ensin pitää hahmottaa mistä tutkittavassa ilmiössä on kysymys. Kun on löytänyt itseään kiinnostavan aiheen ja analysoinut ilmiötä eri näkökulmista, hahmottuu lopullinen aihe ja siihen liittyvä tutkimusongelma. (Kananen, 2015, s.14) Oman mielenkiintoni herättänyt aihe on toki helpottanut työn tekemistä, sillä mielenkiinto aiheeseen on säilynyt alusta loppuun. Työmääräänkin se ehkä on vaikuttanut. Mielenkiintoinen aihe, johon olen uppoutunut ja josta olen projektin aikana oppinut paljon sekä soveltanut oppimaani käytäntöön on jossain määrin helpottanut työskentelyä. Toisaalta taas työ olisi helposti paisunut innostuksesta johtuen vieläkin laajemmaksi ja on ollut vaikeaa löytää kaikki olennainen opinnäytetyöhön tuleva tieto sekä rajata pois kaikki epäolennainen.

Itse kirjoittaminen on tärkeää ja alkuun ei ole tärkeää se, päätyykö kaikki lopulliseen työhön, vaan prosessin käynnistäminen ja jatkuvuus. Opinnäytetyön kirjoittamiseen on olemassa malli, joka takaa sen, että työn luotettavuuden kannalta tulee huomioineeksi kaikki kriittiset tekijät ja että ottaa niihin kantaa. Alussa kannattaa muistaa myös hakea oman oppilaitoksen raportointiohjeet ja muistaa merkitä käyttämänsä lähteet heti kirjoitusvaiheessa, koska niitä on hankalaa löytää myöhemmin. (Kananen, 2015, s.16–18.) Itse kirjoittaminen on ollut minulle helppoa, lähteiden hyödyntäminen taas ollut haastavampaa. Aiheeseen perehdyttyäni sain mielestäni etenkin oppaan jäseneltyä hyvin, kun taas varsinaisessa opinnäytetyössä minun on ollut vaikeaa pitää ajatuksiani kasassa ja saada tietoa jäseneltyä järkevästi ja työn tekeminen on ollut minulle työlästä. Olen myös tehnyt sen virheen, että hyödynsin tekemässäni oppaassa lähteitä, joiden lähdemerkintöjä en liittänyt tekstiin. Tämä teki paljon hankalammaksi jo valmiiksi kirjoittamani tekstin hyödyntämisen tässä opinnäytetyössä ja jouduin tekemään kaksinkertaisen työn lähteiden läpikäymisessä.

Projektin toteutusvaiheessa haasteiksi nousivat suunnitelmavaiheessa esiin nostamani haasteet, ja ne toteutuivat osittain. Koska olin osannut ennakoita vastaan tulevia haasteita, pystyin myös ottamaan ne huomioon projektia toteuttaessani. Koska tein projektin käytännössä lähes kokonaan yksin, ei projektin viivästyminen niinkään vaikuttanut muiden kuin minun sekä ohjaavan opettajan aikatauluihin ja työmäärään. Tosin loppukiri vaikutti myös esihenkilöni, sillä hänen täytyi käydä läpi opas ja

opinnäytetyön raportti melko nopeassa aikataulussa sekä myös tehdä näistä arviointi. Työskentelin läpi koko projektin omalle tyylilleni sekä persoonalleni uskollisena hieman ehkä ulkoa päin erikoiselta näyttävässä järjestyksessä, mutta mielestäni osin myös perustelluista syistä. Toisaalta näin toimien tein projektista itselleni kovin työlää, mutta onnistuin kuitenkin säilyttämään oman mielenkiintoni projektissa loppuun asti.

Näin jälkikäteen ajateltuna ajattelen, että itseni tuntien olisin voinut ajoittaa projektin tekemisen kokonaan sellaiseen ajankohtaan, jossa projektin toteuttaminen järkevässä aikataulussa olisi ollut mahdollista. Minun on hankalaa keskittyä kovin moneen projektiin tai asiaan yhtä aikaa, koska pyrin tekemään kaiken aina mahdollisimman hyvin ja vaadin itseltäni ja tavoittelen ehkä aina vähän liikaa. Toisaalta elämässä aina sattuu ja tapahtuu asioita, jotka eivät ole ennakoitavissa ja siksi on hyvin mahdollista, että sopivaa ajankohtaa odottaessa projektini ei olisi koskaan valmistunut.

Opinnäytetyöni sisällöllisenä tavoitteena oli selvittää termiä: aggression integroituminen ja tutkia aggressiota ilmiönä sekä osana jokaisen ihmisen kasvua. Tavoitteena oli myös etsiä tapoja tukea erilaisia lapsia heidän psyykkisessä kasvussaan ja kehityksessään juuri aggression näkökulmasta ja turvata heille mahdollisuus päivittäisessä arjessa oppia hallitsemaan omaa aggressiivisuuttaan ja suuntaamaan sitä positiivisiin asioihin yhteiskunnassa hyväksyttävällä tavalla haasteistaan huolimatta.

Tarkoitukseni oli laatia lasten aggressiokasvatuksesta opas tueksi ohjaustyöskentelyyn, jonka luettuaan jokainen ohjaaja tietää, että aggressio on muutakin kuin ikävää tai väkivaltaista käytöstä ja että sitä tarvitaan normaalissa psyykkisessä kehityksessä. Oppaasta piti selvittää myös normaalin aggressiokehityksen vaiheet, näitä vaiheita tukevat tai uhkaavat tekijät sekä kasvattajan rooli lapsen aggressiokasvatuksessa. Lisäksi oppaasta piti käydä ilmi minkälaisia menetelmiä ja työkaluja ohjaustyöskentelyssä voi käyttää ja soveltaa sekä lapsen että hänen läheistensä kanssa työskentelyssä. etenkin oppaan asiasisällöstä tuli mielestäni looginen ja selkeä. Asia on minulle tärkeä ja minulla on paljon tietoa sekä kokemusta aiheesta ja tärkeimpänä lähtökohtana pitämästäni aggressiokasvatusoppaasta tuli sisällöllisesti sellainen, mihin voin olla tyytyväinen. Ei niin, että opas olisi täydellinen ja valmis, vaan hyvä alku viedä eteenpäin aggressiokasvatusta Familiar Säikässä.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyneestä oppaasta ei tullut alun suunnitelman mukaisesti lyhyt ja ytimekäs, vaan projektin edetessä tilaajapuolen kanssa käydyissä ajatuksenvaihdoissa oppaan ja käsikirjan välimuoto. Olen käyttänyt oppaan tekemiseen melko paljon erilaisia lähteitä kirjoista ja artikkeleista tutkimuksiin ja hyödyntänyt sekä aiemmin hankkimaani osaamista, että työnantajani tarjoamia koulutuksia. Oppaan sisältö antaa vastauksen suunnitteluvaiheessa nousseisiin tutkimuskysymyksiin perusteluineen ja on sellaisenaan tarpeeksi laaja antamaan riittävän ymmärryksen aggressiokasvatuksen tarpeellisuudesta osana lapsen arkea ja muuta kasvatusta.

Hyvää ohjetta kirjoittaessa ei kannata pitää mitään itsestänselvyyttenä, vaan miettiä sisältöä ja mahdollista toimintaa sekä lukijan että tekijän näkökulmasta. Selkeä kokonaisrakenne osuvine väliotsikoineen palvelee kaikkia tekstejä, myös ohjeita. Ota tarvittaessa kuvat avuksi. Ohjeissa pitää olla erityisen tarkkana siinä, että eri vaiheet ja asiat on esitetty järkevässä järjestyksessä. Tekstissä tulee käydä selvästi ilmi, mitä tehdään ensin, mitä sitten, mitä lopuksi ja mitä on pakko tehdä, mikä taas on vapaaehtoista tai ehdollista. Jossakin ohjeessa toimii aikajärjestys, joskus taas on selkeyden vuoksi käsiteltävä yhtä aihepiiriä kerrallaan. Numeroidut luettelot auttavat hahmottamaan myös pitkiä listoja. (Kotimaisten kielten keskus, n.d.)

Opasta kirjoittaessani olen selvittänyt keskeisiä käsitteitä sekä niiden määrittelyn vaikeutta. Olen myös avannut teoriapohjaa melko laajasti, jotta asiaan ensi kertaa tutustuva saisi käsityksen aiheesta. Oppaan otsikot ja sisällysluettelo on numeroitu, jotta oppaan lukija helposti löytää hakemansa tiedon. Oppaan sisältö on myös perustellusti jäsennelty. Ulkoasusta ei ehkä tullut niin hyvä kuin olisin halunnut, mutta ajallinen takaraja tuli vastaan. Oppaasta tuli myös laajempi kuin perinteinen opas, mutta toive tähän tuli tilaaja osapuolelta.

Olen käyttänyt melko monipuolisesti löytämiäni kirjoja, tutkimuksia sekä muita lähdemateriaaleja ja saanut vastauksia kaikkiin suunnitteluvaiheessa esiin nousseisiin kysymyksiin. Projektin edetessä sekä aikataulun kiristyessä jouduin pohtimaan projektin osien tärkeyttä. Tärkeimpänä näin projektin tuotoksena syntyneen oppaan ja halusin tehdä siitä mahdollisimman hyvän työnantajani kannalta, eli sellaisen oppaan,

joka auttaisi lasten aggressiokasvatuksen kehittämässä ja laadun paranemisessa. Opinnäytetyön raportin jouduin jättämään vähemmälle huomiolle, enkä ihan täysin tyytyväinen ole sen sisältöön tai jäsentelyyn. Itse asiassa en olisi valmis tai halukas palauttamaan työtä vielä, vaan haluaisin vielä viimeistellä ja täydentää sitä, mutta koska projektin täytyy tulla päätökseen, joudun tyytymään epätäydelliseen lopputulokseen.

Olen tehnyt projektia hyvin pitkälti yksin ja se apu ja tuki mitä olen saanut, on ollut pääosin kannustavaa ja ohjaavaa. Muita projektin vastuuhenkilöitä ovat olleet ohjaava opettajani, työnantajani edustajana esihenkilöni, sekä Familiar Säikän työryhmä, joiden kanssa yhdessä toimien olen vienyt projektia eteenpäin. Aiheeseen perehtymisessä ja näkökulmien etsimisessä apuna on ollut ystäväni, perheeni sekä esimerkiksi entisten työkavereitteni kanssa käymät keskustelut. Kyseenalaistavat kommentit ovat myös auttaneet viemään projektia oikeaan suuntaan ja olen oppaaseen saanut mielestäni koottua myös perustelut niille asioille, joita olen oppaassa esiin nostanut. Oikolukemiseen ja kääntämiseen olen myös saanut apua perheeltäni. Olen oppinut tekemään priorisointia sekä tuntemaan sekä kunnioittamaan oman jaksamiseni rajoja. Olen lähes koko projektin ollut työelämässä ja siksi olen asettanut myös työn ja sen vaatimukset sekä etenkin lapset, joiden kanssa olen työskennellyt tämän projektin edelle.

Opinnäytetyön tavoitteena oli oman osaamiseni kehittyminen, ammatillinen kasvu sekä osaamiseni jakaminen eteenpäin omassa työyhteisössäni ja organisaatiossani sekä lasten aggressiivisuuden ja väkivaltaisen käyttäytymisen ennaltaehkäiseminen. Tässä opinnäytetyön prosessissa tavoitteeni ovat jo suurelta osin toteutuneet. Olen itse toteuttanut oppaan mukaista aggressiokasvatusta projektin aikana. Varsinainen oppaan läpikäyminen ja käyttöönotto tapahtuu kuitenkin vasta tämän projektin päättyttyä.

6 POHDINTA

Tarve opinnäytetyölleni on työelämälähtöinen ja noussut työyhteisön arjesta ja sen mukaan räätälöidystä koulutuksesta. Aiheena lasten aggressiivisuus ja väkivaltainen käytös sekä sen ennaltaehkäiseminen on ollut myös ajankohtainen ja päätynyt valtakunnan uutisiin. Aggressiokasvatus on mielestäni hyvällä alulla Familiar Säikässä ja olen siihen panostanut paljon osana tätä projektia. Aggressioiden ja niiden tarpeellisuuden ymmärtäminen on tärkeää, kuten lapsen normaaliin kasvuun kuuluvat vaiheet. On myös tärkeää tietää mitkä tekijät auttavat tai tukevat, mutta myös ne tekijät, jotka haittaavat lapsen normaalia aggressiokehitystä. Se, että aikuinen auttaa lasta omalla esimerkillään, osoittamalla ymmärrystä sekä hyväksyntää ja aidosti kuuntelee lasta, on tärkeää. On toki hyvä, että tietää minkälaisia menetelmiä, keinoja ja työkaluja voi työnsä tukena käyttää, mutta kaikki kasvu ja kehitys tapahtuu kuitenkin vuorovaikutuksessa. Näin ollen sillä, mitä keinoja käyttää, ei ole niinkään merkitystä, kuin sillä, että ne toimivat. Pääasia on, että muistaa lasten vielä opettelevan monenlaisia asioita ja mahdollistaa oppimisen ja kannustaa heitä siinä. Lisäksi täytyy muistaa olla armollinen myös itselleen. Mikäli lapsen ongelmiin tai haasteisiin olisi olemassa joku helppo ja yksinkertainen ratkaisu, hän todennäköisesti olisi kotona ja ongelma olisi ratkaistu, eikä hän olisi sijoitettuna lastensuojelun erityisyksikköön.

Jatkotutkimusta voisi tehdä vielä tarkemmin erilaisten kasvatustyylien vaikutuksesta, koska aiheesta on tehty tutkimusta myös tässä työssä käyttämissäni tutkimuksissa. Olisi myös mielenkiintoista seurata aggressiokasvatuksen ja käytettyjen menetelmien ja työkalujen käyttöä sekä vaikuttavuutta, sekä Familiar Säikän lasten kasvua ja kehitystä pidemmällä aikavälillä.

6.1 Eettisyys

Omana haasteenani työn eettisyyden kannalta pohdiskelin paljon omia asenteitani sekä ajatuksiani kasvattajana ja hieman jopa pelkäsin miten ne vaikuttavat työn lopputulokseen. Otin esille aika kielteisiäkin esimerkkejä, mitä pahimmillaan voi tapahtua, kun lapsen kasvaessa moni asia menee pieleen ja löysin paljon esimerkkejä

lapsen normaalia kasvua uhkaavista ja haittaavista tekijöistä. Jouduin tietoisesti hakemaan myös positiivisempaa näkökulmaa projektiin.

Projektin tuotos sisältöineen ottaa huomioon lastensuojelulaissa (2007/417) säädettyjä asioita, kuten esimerkiksi sen, että lapsen on saatava hänen kasvuun ja kehitystään tukeva kasvatus ja että hänen mielipiteensä tulee ottaa huomioon. Se, että lapsen vanhemmat huomioidaan ja otetaan mukaan työskentelyyn, on myös suoraan lastensuojelulain hengen mukaista. Nämä samat asiat nousevat esille myös lasten oikeuksien julistuksesta (Unicef, 1959).

Sosiaali- ja terveysalan eettisissä suosituksissa (ETENE, 2011) korostetaan, että sosiaali- ja terveysalan toimijat kunnioittavat asiakkaidensa ja potilaidensa ihmisarvoa ja perusoikeuksia sekä niihin liittyviä arvoja ja periaatteita kuten, yhdenvertaisuus, tasapuolisuus, tasa-arvo, syrjimättömyys ja yksityisyyden suoja, ja että ihmisarvon ja perusoikeuksien kunnioituksen tulee näkyä myös asiakkaan ja potilaan omaisten ja läheisten kohtelussa. Eettisten suositusten mukaan sosiaali- ja terveydenhuollon lähtökohtana on asiakkaan ja potilaan etu, ja jokaisella on oikeus saada tarvitsemaansa hoitoa ja palvelua, joiden keskeisinä tavoitteina on hyvän tekeminen ja vahingon välttäminen ihmisen tarpeet, odotukset ja tavoitteet huomioiden. Hoidon ja palvelun tulee olla luotettavaa ja turvallista ja toiminnan pohjasta perusteltuun tietoon ja ammattitaitoon. Hoidon ja palvelun tulee myös olla laadultaan hyvää. Sosiaali- ja terveydenhuollossa on kysymys toista arvostavasta ja inhimillisestä vuorovaikutuksesta. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset huolehtivat palvelujen laadusta, palvelukokonaisuuden oikeudenmukaisesta tarjonnasta ja jatkuvuudesta, sekä siitä, että heidän osaamisensa on ajan tasalla ja että heillä on mahdollisuus kehittyä työssään sekä kehittää työtään ja siihen liittyviä käytäntöjä. Tämä edellyttää sosiaali- ja terveydenhuollon työyhteisöltä sekä johdolta sitä, että he tarjoavat työntekijöille tukea, perehdytystä, turvallisuutta ja koulutusmahdollisuuksia. Lapsuuden ja nuoruuden etiikka sosiaali- ja terveysalalla (ETENE, 2013) pohditaan eettisyyttä erityisesti lasten ja nuorten osallisuuden ja kuulluksi tulemisen näkökulmista, mikä tarkoittaa sekä lasten ja nuorten oman äänen esille tulemisen korostusta että myös vanhemmuuden tukemisen tarpeellisuutta.

Projektissa ei käsitellä kenenkään yksittäisen tai tunnistettavan lapsen tai perheen asioita tai Familiar Säikän tai Familiar Oy:n salassa pidettäviä materiaaleja tai yrityssalaisuuksia. Projektin tuotoksena syntyneeseen oppaaseen on liitetty yhden lapsen piirtämä kuva. Tämän julkaisemiseen on kysytty ensin lupa lapselta itseltään ja sitten vielä hänen vanhemmiltaan. Muuten sekä opinnäytetyön että sen tuotoksena syntyneen oppaan sisältö on omaa tekstiäni ja ajatuksiani lukuun ottamatta kaikki koottu julkaistuista materiaaleista, tutkimuksista, kirjallisuudesta tai nettisivuilta. Projekti kehittää Familiar Säikän henkilökunnan osaamista sekä työmenetelmien laatua. Projektin teoriapohja perustuu ajantasaiseen tutkittuun tai muuten luotettavaan tietoon, Familiar Oy:n arvoihin sekä palvelulupaukseen ja auttaa parantamaan Familiar Säikän hoito- ja kasvatustyön laatua sekä asiakkaana olevien lasten sekä heidän perheittensä oikeuksia.

6.2 Luotettavuus

Tutkimuksen tasoa sekä sen johtopäätösten pätevyyttä eli tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan koko tutkimusprosessin ajan ja ajalta. Luotettavuuden arvioinnissa olennaista on se, että olen hakenut tietoa eri hakukoneilla ja tietokannoista systemaattisella tai oikeastaan systematisoidulla kirjallisuushaulla. Olen sulkenut pois hauilla löytämiäni lähteitä joko niiden haastavan saatavuuden takia, tai sitten siksi, että ne ovat olleet liian suppeita tai laajoja tai sitten ne eivät lopulta ole liittyneet käsittelemääni aiheeseen. Luotettavuutta lisää se, että olen tehnyt hakuja useamman kerran ja saanut pääosin samoja tuloksia, eli kirjallisuushaku on ollut toistettavissa ja hakuja tehdessäni olen saanut apua kirjaston informaatiotielakalta. Lähteitä on ollut paljon ja niiden kaikkien perusteellinen läpikäyminen olisi ollut mahdotonta tällä aikavälillä. Luotettavuutta lisää käyttämäni tutkimusten ja muun kirjallisuuden samansisältöiset tulokset, sekä käyttämäni lähteiden ajantasaisuus sekä monipuolisuus, joka osoittaa, että saatu tutkimustulos ei ole sattumanvarainen, vaan samaan tulokseen voidaan päätyä usealla lähestymistavalla. Yksi laadullisen tutkimuksen luotettavuuteen liittyvä näkökulma on yleistettävyys ja siirrettävyys. Tekemäni opas olisi hyödynnettävissä muihin tilaajaorganisaation yksiköihin tai mihin tahansa lastensuojelun yksikköön, mutta myös mihin tahansa organisaatioon, tai

yksikköön missä lapsia ohjataan ja kasvatetaan eli myös koteihin. (Koppa, n.d.; Lehtiö & Johansson, 2016, s. 35–54.)

Luotettavuuden merkitys tilaajaorganisaatiolle on tietenkin tärkeä. Jo pelkästään lastensuojelun sijaishuoltoa ohjaavat lait, kuten esimerkiksi lastensuojelulaki (2007/417), sosiaali- ja terveysalan eettiset suositukset (ETENE, 2011), lapsuuden ja nuoruuden etiikka sosiaali- ja terveysalalla (ETENE, 2013) sekä lastensuojelun laatusuositus (Malja, ym., 2019) ohjaavat laadukkaaseen toimintaan. Myös organisaation arvot ja palvelulupaus korostavat luotettavuutta sekä asiantuntijuutta. Ihan kaikille Familiar Säikässä käytössä oleville menetelmille ja työkaluille en löytänyt aivan suoraa perustelua muutoin kuin teoriaan ja tutkimustietoon pohjautuen, vaikka aika monelle löysin. Mielestäni kuitenkin esimerkiksi rentoutusmenetelmien hyödyllisyys on kiistatonta, ja koska lasten kasvatuksessa kuitenkin pyritään löytämään yksilöllisiä sekä toimivia menetelmiä, on perusteltua käyttää näitä menetelmiä, vaikka niihin missään kirjallisuudessa ei välttämättä suoraa viittausta olekaan. Muutenkin lasten kasvattamisessa ei ole olemassa vain yhtä ja ainoaa oikeaa tapaa toimia, vaan on erilaisia tapoja hyviä ja parempia tai huonompia riippuen lapsesta sekä kasvattajasta itsestään.

6.3 Ammatillinen kehittyminen

Työskentely samaan aikaan opinnäytetyön tilaajaorganisaatiossa on helpottanut työn tekemistä, auttanut löytämään arjessa vastaan tulevia ongelmakohtia sekä miettimään niihin ratkaisua ja sitä kautta myös oppaan tekeminen helpottui. Koska koko prosessi on kestänyt pitkään, olen jo omassa työskentelyssäni ehtinyt hyödyntämään löytämiäni menetelmiä ja testaamaan niitä käytännössä. Projektin edetessä valmiuteni toimia aggressiokasvajana ovat kasvaneet ja olen jo jossain määrin pystynyt jalkauttamaan omaa osaamistani työpaikalleni. Haasteita aiheuttaa tasapainoilu positiivisen kasvatuksen ja rajojen asettamisen välillä. Epätoivottuun käytökseen tulee puuttua, mutta kuitenkin lasta ymmärtäen ja toivotunlaiseen toimintaan kannustaen. Tässä toivon tekemäni oppaan ja oman osaamiseni auttavan sekä teoretiedon valossa että esimerkein. Ainakin olen jo saanut vietyä eteenpäin ajatusta siitä, että

aggressiokasvatus on tärkeää, ja uskon kaikkien ainakin ymmärtävän jo aggression tarpeellisuuden osana lapsen kasvua ja kehitystä.

Lapsen ja hänen perheensä haasteiden ymmärryksen on myös lisääntynyt prosessin aikana. Kun lapsi on jo sijoitettu lastensuojelulaitokseen, ei enää ole niinkään olennaista mikä on mennyt pieleen eikä tilannetta hyödytä syyllisten etsiminen, mutta asioiden ja lapsen varhaisten vuosien ja historian ymmärtäminen auttaa löytämään keinoja perheeseen vietäväksi. Projektin aikana työnkuvani on laajentunut perehdytysvastaavaksi ja koen, että perehdytystyössä voin viedä eteenpäin omaa osaamistani. Projektin jälkeen työnkuvassani tapahtuu muutos omaohjaajatyötä tekevästä hoito- ja kasvatustyön ohjaajasta perhevastaavaksi. Tulevaisuudessa pystyn hyödyntämään projektissa syntynyttä osaamistani entistä paremmin perheiden kanssa tehtävässä työssä.

LÄHTEET

- Autismiliitto (n.d.). HAASTE – apua haastavaan käyttäytymiseen. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/haastemanuaali/>
- Cacciatore, R. (2007). Aggression portaat. Opetushallitus.
- Cacciatore, R. (2009). Kapinakirja: Aggressiokasvattajan käsikirja – koululaisesta aikuiseksi, Väestöliitto. Vammalan kirjapaino.
- Cacciatore, R. & Karukivi, M. (2014). Mieleton fiilis: Hyvän mielen käsikirja. Tammi.
- Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela E. (2019) Sisu, tahto, itsetunto: Portaat itku-potku-raivareista aggression hallintaan. Minerva Kustannus.
- Etene. (2011). Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3195-4>
- Etene. (2013). Lapsuuden ja nuoruuden etiikka sosiaali- ja terveysalalla. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3455-9>
- Familiar. (n.d.). Säikkä. Haettu 15.3.2022 osoitteesta <https://familiar.fi/toimipaikat/saikka>
- Hintikka, J. (2016). Sopeutumattomien oppilaiden tunne- ja itsesäätelytaitojen kehittyminen: Oppilaiden ja opettajien arvioita ja kokemuksia Aggression portaat -interventiosta [väitöskirja, Turun yliopisto]. UTUPub. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-6373-7>
- Huhtala, J. (2020). Ihmiskuva Toimiva lapsi ja perhe - ja Aggression Replacement Training -menetelmissä [pro gradu -työ, Lapin yliopisto]. Lauda. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020061343079>
- Jääskinen, A—M. & Pelliccioni, S. (2017). Mitä sä rageet?: Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen, Lasten Keskus ja Kirjapaja.
- Kananen, J. (2015). Opinnäytetyön kirjoittajan opas: Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kannasoja, S. (2013). Nuorten sosiaalinen toimintakyky [väitöskirja, Jyväskylän yliopisto]. JYX-julkaisuarkisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-5459-8>
- Keltikangas-Järvinen, L. (2012). Pienen lapsen sosiaalisuus. WSOY.
- Kotimaisten kielten keskus. (n.d.) Ohjeita ohjeiden tekijöille. Haettu 22.5.2022 osoitteesta https://www.kotus.fi/ohjeet/hyvan_virkakielen_ohjeita/millaisia_ovat_toimivat_ohjeet_ja_kysymykset/ohjeita_ohjeiden_tekijoille

Koppa. (n.d.). Tutkimuksen luotettavuuden arviointi. Jyväskylän yliopisto. Haettu 26.5. osoitteesta <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/tutkimusprosessi/tutkimuksen-toteuttaminen#tutkimustulosten-luotettavuus>

Kymäläinen, H-R., Lakkala, M., Carver, E. & Kamppari, K. (2016). Opas projektityöskentelyyn. Helsingin yliopisto. <http://hdl.handle.net/10138/160099>

Käytöshäiriöt (lapset ja nuoret): Käypä hoito -suositus, (2018), Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Suomen lastenpsykiatriyhdistyksen, Suomen nuorisopsykiatrisen yhdistyksen ja Suomen Psykiatriyhdistyksen Nuorisopsykiatrian jaoksen asettama työryhmä. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50118>
Ei varsinaista tekijää.

Laaksonen, V. (2012). Vuorovaikutustaidot ja lasten osallistuminen vertaisryhmässä: Katsaus monitieteiseen tutkimuskirjallisuuteen. Nuorisotutkimus 30. Nuorisotutkimusseura. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1755273>

Larsson, L. (2012). Sovittelun taito. Basam Books.

Lastensuojelulaki. (2007/417). <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Lehtiö, L & Johansson, E. (2016) Järjestelmällinen tiedonhaku hoitotieteessä. Stolt, M., Axelin, A. & Suhonen, R (toim.) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä (s. 35–55)

Lintu, R. (2015). Lapsi rakentaa siltaa sisäisen ja ulkoisen maailman välille. Mankinen, K., Jokinen, I., Lintu, R. & Schulman, M. (toim.) Pikkulapsesta koululaiseksi: Psykodynaaminen näkökulma tunne-elämän ja ihmissuhteiden kehitykseen (s. 96–117). Therapie-säätiö. Tammerprint.

Malja, M., Puustinen-Korhonen, A., Petrelius, P. & Eriksson, P. (2019). Lastensuojelun laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4067-3>

Mieli. (n.d.a). Harjoitukset. Haettu 24.5.osoitteesta <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/harjoitukset/>

Mieli. (n.d.b). Perhearviointimenetelmä -koulutus. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/koulutukset/tyomenetelmia-ja-osaamista-ammattiauttajille/perhearviointimenetelma-koulutus/>

Nurmi, P. (2013). Lupa tunteisiin. Nurmi, P. (toim.). Lapsen ja nuoren viha (s. 15–27). PS-kustannus.

Nurmi, P. & Schulman, M. (2013). Trauman synnyttämä viha (s. 163–170). Nurmi, P. (toim.), Lapsen ja nuoren viha (s. 15–27). PS-kustannus.

Oksanen, J. & Sollasvaara, R. (toim.). (n.d.). Esteille hyvästit!: Opas autismikirjon sekä ADHD- ja Tourette oireisten lasten kasvattajille. Esteetön lapsuus neurokirjon lapselle ja nuorelle 2017–2019-hanke. Autismsäätiö.

Pesäpuu. (n.d.a). Nallekortit. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/1/nallekortit>

Pesäpuu. (n.d.b). Vahvuuskortit. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/109/vahvuuskortit>

Pesäpuu. (n.d.c). Valovoimapeli. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/110/valovoimapeli>

Pudas, J. (2014). Tasapainoisen persoonallisuuden kehitystä tukeva kasvatus varhaislapsuudessa [pro gradu -työ, Oulun yliopisto]. JULTIKA. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:oulu-201412052106>

Repo, L. (2015a). Bullying and its prevention in early childhood education [väitöskirja, Helsingin yliopisto]. Helda. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-0200-3>

Repo, L. (2015b). Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. PS-kustannus.

Riihonen, R. & Koskinen, M. (2020) Kuinka kiukku kesytetään?: lasten aggressiokasvatus (2. painos). PS-kustannus.

Riihonen, R. & Suokas, K. (2020). Aada ja kiukkuleijona. Otavan Kirjapaino.

Roos, S. (2014) Guilt, shame, emotion regulation, and social cognition: Understanding their associations with preadolescents' social behavior [väitöskirja, Turun yliopisto]. UTUPub. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-5891-7>

Rytkönen, M. (2013). Kehityskulkuja ja väliintuloja: Ekologinen näkökulma vakavan väkivallanteon tehneiden nuorten sosioemotionaalisen terveyden kehitykseen [väitöskirja, Itä-Suomen yliopisto]. EREPOSITORY. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-1174-2>

Satakunnan ammattikorkeakoulu. (n.d.). Somebody-menetelmä. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://somebody.samk.fi/menetelma/>

Schaefer, C. E. & Gerard Kaduson, H. (2012). Leikkiterapia: Teoria, tutkimus ja käytäntö. UNI Press.

Schulman, G. (2004). Väkivalta ja sietämättömien tunteiden kierrätys. Suomen Lääkärilehti 2/2004. <https://www.laakarilehti.fi/lehdet/?year=2004&magazine=285198>

Sinkkonen, J. (2012). Nuoruusikä, WSOY.

Sinkkonen, J. & Korhonen, L. (2016). Pulassa lapsen kanssa. Duodecim.

Suomen ART. (n.d.). Menetelmät. Haettu 7.5. osoitteesta
<https://www.suomenart.com/>

Suomen MAPA-keskus. (n.d.). MAPA. Haettu 24.5.2022 osoitteesta
<https://suomenmapakeskus.fi/mapa/>

Työterveyslaitos. (1.6.2021). Verkkolehti Työpiste: Millainen on hyvä ohje? Kahdeksan vinkkiä ohjeiden tekemiseen työpaikalla.
<https://www.ttl.fi/tyopiste/millainen-on-hyva-ohje-kahdeksan-vinkkia-ohjeiden-tekemiseen-tyopaikalla>

Unicef. (1959). Lapsen oikeuksien julistus. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/lapsen-oikeuksien-julistus/>

Wahlman-Neuvonen, K. & Hannonen, R. (2015). Vuorovaikutuksella on väliä – Lapsen kognitiivisen kehityksen näkökulmia. Mankinen, K., Jokinen, I., Lintu, R. & Schulman, M. (toim.), Pikkulapsesta koululaiseksi: Psykodynaaminen näkökulma tunne-elämän ja ihmissuhteiden kehitykseen (s. 25–46). Therapiea-säätiö. Tammerprint.

Veijalainen, J. (2020). Lasten itsesäätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunnelmaisun näkökulmasta [väitöskirja, Helsingin yliopisto]. Helda.
<http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-6498-8>
<http://hdl.handle.net/10138/318920>

Yle Uutiset (4.11.2013). Lastenpsykiatri Sinkkonen: Anna lapsen leikkiä vauhdikkaasti. <https://yle.fi/uutiset/3-6915317>

Yle Uutiset (30.12.2020). Lastensuojelu: Koskelan henkirikoksen uhri oli lastensuojelun asiakas ja se toi esiin alan kipupisteet – asiantuntija: Hatkassa olevia nuoria ei välttämättä etsi kukaan. <https://yle.fi/uutiset/3-11717894>

Yle Uutiset (2.11.2020). Rikokset: Alaikäiset syyllistyneet vakavaan väkivaltaan tänä syksynä poikkeuksellisen paljon – lastensuojeluun kaivataan lisää järeitä keinoja. <https://yle.fi/uutiset/3-11627229>

Yliniva, A. (2017). MAPA® menetelmä haasteellisen käytöksen ennaltaehkäisyssä ja hallinnassa. Lastensuojelun keskusliitto. <http://www.urn.fi/URN:ISBN:%20978-952-7002-27-8>

familiar

Lasten aggressiokasvatus Familiar Säikässä – Opas ohjaustyöskentelyyn



LAURA JOHANSSON
2022

LIITE 1

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 MITÄ ON AGGRESSIO	5
3 NORMAALI AGGRESSIOKEHITYS	6
3.1 Aggression portaat	7
3.2 Suojaavat ja myönteistä kehitystä edistävät tekijät	11
3.3 Haittaavat ja haasteita aiheuttavat ja niille altistavat tekijät	12
3.4 Mitä väkivaltaisesta käytöksestä seuraa	15
4 MYÖNTEISEEN AGGRESSIOKEHITYKSEEN TARVITTAVIA TAITOJA ...	16
4.1 Tunnetaidot	16
4.2 Tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen	16
4.3 Tunteiden oikeutus	17
4.4 Kehotietoisuus	17
4.5 Sosiaaliset taidot	18
4.6 Mielentäminen	19
4.7 Tunteiden säätely	19
5 AIKUINEN VOI AUTTAA LASTA	20
5.1 Hyvä itsetunto on osa mielenterveyttä	20
5.2 Ymmärtäminen ja ennakointi	20
5.3 Tunnekaappaukset	21
5.4 Kiusaamisen ehkäisy	21
5.5 Lasten konfliktien sovittelu	22
5.6 Lasten ja nuorten vihan ja mahdollisten traumojen käsittely	23
5.7 Aggressiivisuuden hoito	23
6 KASVATTAJAN OMIEN TUNTEIDEN TUNNISTAMINEN JA HALLINTA ..	25
7 LASTEN AGGRESSIOKASVATUS FAMILAR SÄIKÄSSÄ	27
7.1 Hyvät arjen käytänteet	27
7.2 Menetelmiä ja työkaluja Familiar Säikässä	27
7.2.1 Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen	27
7.2.2 Kehotietoisuuden lisääminen ja rentoutuminen	28
7.2.3 Vahvuuksien ja voimavarojen ja itsetunnon tukeminen	29
7.2.4 Tutustuminen ja osallisuuden lisääminen	30
7.2.5 Puuttuvien taitojen harjoittelu	30
7.2.6 Aggression hallinta ja sosiaalisten taitojen harjoittelu	30
7.2.7 Perhearviointi	31
7.2.8 Aggressiivisen käyttäytymisen ennaltaehkäisy ja ennakointi	31

7.2.9 Aggression purkaminen leikkimällä, liikkumalla ja harrastamalla	33
8 YHTEENVETO	33

LÄHTEET

1 JOHDANTO

Tämä opas on tehty opinnäytetyönä yhteistyössä Satakunnan ammattikorkeakoulun kanssa osana sairaanhoitajan opintoja sekä tilaustyönä Familiar Säikkään sisäisen koulutuksen innoittamana. Oppaan sisältöä on suunniteltu yhteistyössä esimiehen kanssa ja sisällössä on otettu huomioon myös muun henkilökunnan sekä muualla työskentelevien kollegoiden ajatuksia sekä huomioita. Oppaaseen on käytetty hyväksi aiempia koulutuksia ja niistä saatua materiaalia sekä Familiar Säikässä olemassa olevaa materiaalia sekä menetelmätyökaluja.

Oppaan tarkoituksena on ohjata ja tukea Familiar Säikän ohjaajia lasten aggressiokasvatuksessa antamalla tietoa aggressiosta, lapsen normaalista kasvusta, lapsen normaalia kasvua tukevista sekä haittaavista tekijöistä. Opas haastaa pohtimaan omia arvoja ja asenteita kasvattajana, ja auttaa löytämään ratkaisuja erilaisiin haasteisiin. Se luo pohjaa aggression ymmärtämiselle tärkeänä ja tarpeellisena voimana jota lapsen kuuluu opetella hallitsemaan, ja että aikuisella on tärkeä rooli sekä esimerkkinä että apuna lapsen kasvun ja kehityksen eri vaiheissa.

Oppaassa esitellään lapsen myönteistä aggressiokehitystä tukevia tekijöitä niin Familiar Säikän arjesta kuin kotiin, kouluun ja lapsen harrastuksiin vietävistä menetelmistä ja tuodaan esille myös aggressiokehitystä haittaavia tekijöitä. Oppaassa käydään läpi aggressiokehityksen tukemiseksi käytettäviä menetelmiä sekä työkaluja ja tuodaan esille esimerkein, miten näitä voidaan hyödyntää ohjaustyöskentelyssä.

2 MITÄ ON AGGRESSIO

Ennen kuin voi tulla hyväksi aggressiokasvattajaksi, täytyy ymmärtää mitä aggressio on, ja että se on tarpeellista. Aggressio on henkiinjäämisviettiä, se on sisua selviytyä haastavista tilanteista ja välttämättömyys itsetunnon kehitykselle sekä omista oikeuksista kiinni pitämiseksi. Aggressio on ilmiö tai tunne tai sisäinen voima, joka on meissä kaikissa. Haasteita aggressiosta aiheutuu, jos sen voimaa ei osaa hallita ja kanavoida positiivisella ja sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla.

Aggressiivisuudeksi aggressio muuttuu vasta, kun se ilmenee käytöksessä. Sen ensimmäiset merkit saattavat olla jännittyneisyys tai fyysinen levottomuus tai vaihtoehtoisesti lamaaneminen. Aggressiivisuus voi olla sanallista tai fyysistä ja se voi kohdistua joko lapseen itseensä, muihin ihmisiin tai ympäristöön. Aggressiivinen käytös voidaan jakaa reaktiiviseen ja proaktiiviseen käyttäytymiseen. Reaktiivista aggressiivisuuden ilmenemistä on esimerkiksi lapsen itkupotkuraivarit tai reagointi koettuun uhkaan autonomisen hermoston aktivoituttua, kun taas proaktiivista aggressiivisuutta on lapsen suunnitelmallinen pyrkimys päästä toivomaansa lopputulokseen pelottelemalla, uhkailemalla, alistamalla tai suoralla väkivallalla. Usein hyökkäävälle aggressiivisuudelle ei löydy selitystä. Tällainen aggressiivisuus ilmenee esimerkiksi toistuvana kiusaamisena.

Aggressiivisen käytökseen vaikuttavat lapsen puutteelliset kyvyt hallita tunteitaan, säädellä mielihalujaan ja yllykkeitään sekä vaikeus tehdä oikeaan osuvia tulkintoja vuorovaikutustilanteissa. Näiden lisäksi aggressiivisen käyttäytymisen taustalla on usein vihantunnetta tai suuttumusta, ja lapsi reagoi tunneperäisesti tai impulsiivisesti kokemaansa provokaatioon tai uhkaan. Lapsi on saattanut kokea tullessa loukatuksi tai hyökkäyksen kohteeksi. Aggressiivisuus voi myös esiintyä yleisenä vihamielisyytenä muita kohtaan. Lapsi voi kiusata, pelotella tai pyrkiä määräälemään muita. Näin lapsi pyrkii muuttamaan ympäristön reaktioita itseään kohtaan yrittäen heikentää ulkoa päin tulevaa uhkaa ja vahvistaa haluamaansa sosiaalista identiteettiä ja minäkäsitystä. Lapsi uskoo käyttäytymisellään saavuttavan enemmän hyötyä kuin haittaa, ja saavuttavansa suosiota toveripiirissään. Aina aggressiiviseen käytökseen ei liity tunnetilaa, vaan väkivallan käyttö on harkittua oman hyödyn tavoittelua. Ag-

gressiivinen käyttäytyminen on usein seurausta lapsen keinottomuudesta selviytyä ongelmallisista sosiaalisista tilanteista, eikä lapsella välttämättä ole tietoa, miten risti-riitoja voisi ratkaista rakentavasti. Lapsi voi kokea aggressiivisen käytöksen olevan normaalia ja hyväksytyä.

3 NORMAALI AGGRESSIOKEHITYS

Lapsen kaikki kehitys ja vuorovaikutus muiden kanssa ovat yhteydessä toisiinsa monisuuntaisesti koko elämän ajan. Lapsen ja vanhemman välinen suhde syntyy jo raskausaikana. Vuorovaikutus on välttämätöntä hermoston, muistin, kielen, tarkkaavaisuuden ja toiminnanohjauksen sekä sosiaalisten taitojen kehitykselle. Myös aggressio eri muodoissaan on tarpeellista ja kuuluu normaaliin kehitykseen.

Suotuisaa aggressiokehitystä varten lapsen tarvitsee opetella erilaisia taitoja. Lapsi tarvitsee aikuisen tukea näiden taitojen harjoittelemisessa. Tunteet kuuluvat elämään eivätkä ne ole pahoja. Kaikille tuttuja haastavia vaiheita lapsen kehityksessä ovat uhma- ja murrosikä. Normaalin käytöksen määrittely on kuitenkin vaikeaa. Pieni lapsi ei ole väkivaltainen lyödessään toista, hän ei vaan vielä osaa toimia muulla tavalla. Voimakkaimmillaan lapsen aggressiivinen käyttäytyminen, kuten lyöminen, potkiminen ja pureminen on 2–3 vuoden iässä ja tavallisesti lapsi oppiikin hallitsemaan aggressiivista käyttäytymistään ennen kouluikää sosiaalisten, emotionaalisten, kognitiivisten ja verbaalisten taitojensa kehittyessä. Lapsen ja nuoren jatkuva uhma ja riitely on oire lapsen pahasta olostä, eikä pitkään jatkunutta voimakkaan väkivaltaista käytöstä voi pitää normaalina.

Tunnesäätelytaidot eivät ole joko päällä tai pois päältä, vaan tunnetilat vaikuttavat käytökseen tilanteen mukaan. Stressaantuneena ja kuormittuneena hermot menevät helpommin. Myös sosiaalinen ympäristö vaikuttaa siihen, millä tavalla on sopivaa käyttäytyä missäkin tilanteessa. Yleensä huolta aiheuttaa kielteisten tunteiden vaikutus lapsen käytökseen, mutta myös myönteiset tunteet, kokemukset ja yllätykset voivat haastaa erityisesti neuropsykiatrisesti oireilevien lasten käytöstä. Mikäli lapsi saa

kiukuttelullaan tai väkivallalla haluamansa tai lapsi jätetään tunteittensa kanssa yksin, hänen aggressiokehityksensä saattaa lähteä väärille urille.

3.1 Aggression portaat

Lastenpsykiatri Raisa Cacciatore esittää aggressiokehityksen tapahtuvan portaittain. Aggression portaat ovat portaittainen malli lapsen ja nuoren kehityksestä. Ne käsittelevät lapsen aggressiokasvua odotusajasta aikuisuuteen. Joka ikävaiheessa on oma kehitystehtävänsä, jonka läpi käytyään lapsi pystyy siirtymään seuraavalle portaalle. 2–12-vuotiaana lapsi käy läpi aggressiokasvunsa tärkeimmät vaiheet. Kasvattajalla on tärkeä rooli näillä kehityksen portailla, jotta lapsi oppii tunnistamaan, sanoittamaan ja säätämään tunteitaan.

Taulukko 1. Aggression portaat, Raisa Cacciatore & Eija Korteniemi-Poikela, 2020

<p>Porras ennen syntymää</p> <p><i>Raskausaika on tärkeää lapsen aivojen kehitykselle ja myös tunnesäätelylle. Raskausajan onni ja ilo koituvat lapsen parhaaksi.</i></p>
<p>Huolehdi minusta 0–1-vuotiaasta</p> <p><i>Ihan pieni lapsi on täynnä tunteita, myös itkua ja lohduttomuutta. Hän tarvitsee paljon tynnyttelyä ja yhteistä iloa. Vauvan itkun viestejä ovat: Olen täällä, huomaa minut! Kuka välittää minusta? Kenet saan paikalle? Olenko ollenkaan tärkeä? Selviydynkö hengissä? Itkussa on myös voimaa ja tahtoa pysyä lähellä, saada läheisyyttä ja kiintymyssuhteita.</i></p>
<p>Uupumaton 1–2-vuotias tutkimusmatkailija</p> <p><i>Lapsi tarvitsee turvallisen aikuisen ohjausta ja seuraa. Lapsi viettää tiiviisti aikaa aikuisen kanssa, peilaa koko ajan itseään tähän ja tukeutuu häneen joskus myös rimpuillen ja riehuen. Hän tutustuu maailmaan, ja kaikki uusi on joskus myös ihanaa. Lapsi uskaltaa mitä vaan ja tarvitsee jonkun kertomaan, mikä on turvallista, asettamaan rajoja ja antamaan turvaa. Lapsi opettelee ymmärtämään ei-sanaa, mutta eniten lapsi tarvitsee vinkkejä kaikesta, mitä saa tehdä.</i></p>

Tahdon tahtoa 2–3-vuotiaana

Lapsi käy läpi tunnekuohuja, jolloin aikuisen tulee pysyä turvallisena ohjaajana. Lapsi on täysin riippuvainen aikuisesta ja tarvitsee rauhoittuakseen aikuisen turvaa ja suojaa, kun yltiöväsämys tai riehumisraivo yllättää. Lapsen tahtoa ei tarvitse pelätä eikä mitätöidä, vaan vanhempien tulee auttaa lasta selviämään tunnekuohusta. Lapsi ei hallitse tunteitaan, mutta haluaa päättää asioistaan ainakin joskus. Hän tahtoo osata itse.

Vastaa minulle 3–4-vuotiaalle

Lapsi haastaa aikuista selittämään, opastamaan ja ohjaamaan monimutkaisessa maailmassa. Lapsi ymmärtää, että omaa käytöstä voi ohjalla ja jopa toisen käytökseen vaikuttaa. Toisin sanoen hän oppii sosiaalisia taitoja. Kyselykausi on kuumimmillaan – mikä, mitä, miksi? Ja joskus lapsi uupuu valtavasta tietomäärästä. Turvaa tuo se, että saa kysyä ja ihmiset vastaavat. Tärkeä mielikuvituskaveri voi tukea lapsen itsetuntoa ja itsesäätelyä.

Katso minua 4–5-vuotiaana

Lapsi tahtoo olla katseen kohteena, kaipaa ihailua aikuiselta ja haluaa viettää aikaa aikuisen kanssa. Hän kehittää itselleen fantasiaroolin, sillä mielikuvitusmaailma lieventää pienuuden kokemusta. Hän pyytää: Katso minua, katso mitä osaan! Hän haluaa olla ihana ja hyvä, oikeanlainen. Kehu ja kiitä lasta paljon, kun hän onnistuu toimimaan hyvin, sillä silloin lapsen itsetunto ja minäkuva vahvistuvat. Lapsen saa innostumaan ja yrittämään enemmän, kun aikuiset katsovat häntä.

Saanko kavereita 5–6-vuotiaana

Kaveriportaalla tavoitteellaan toisten lasten ystävyyttä, samalla harjoitellaan riitelystä ja sopimista, vallankäyttöä ja toisen tahdon sietämistä. Lapsi oppii ystävyyden sääntöjä, miten ystävän saa ja miten säilyttää ystävyys. Ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden kokemukset satuttavat. Lapsi opettelee huomioimaan muita ihmisiä, tunnistamaan kiusaamista ja hillitsemään tunteitaan.

Salaisia ajatuksia ja kokeiluja 6–7-vuotiaana

Lapsi oivaltaa, että asioita voi salata, mutta kuulee myös omatunnon äänen. Hän ehkä kokeilee ensimmäistä kertaa jotakin kiellettyä, esimerkiksi näpistelyä tai valehtelua. Hän pinnistelee pitääkseen salaisuuden, mutta myös päättää kenen kanssa jakaa sen. Lapsi opettelee keskustelemaan omatunnon kanssa ja kokeilee, voiko sen vaientaa. Hän hakee ajoittain etäisyyttä ja yksityisyyttä.

Osa laumaa 7–9-vuotiaana

Kaveriporukan merkitys kasvaa, ja kaverit yllyttävät tekemään kiellettyjäkin juttuja. Lapsi tarkkailee, miten vallankäyttö ja väkivalta toimivat ryhmässä. Kiusaaminen satuttaa. Lapselle on tärkeää kuulua lapsiryhmään, eikä vanhempien suosio ole aina tärkeintä. Oikeudenmukaisuus, sääntöjen merkitys, muiden ottaminen huomioon ja vallankäyttö ryhmässä ovat opettelussa.

Näytön paikka 9–11-vuotiaana

Lapselle on tärkeää saada arvostusta muilta lapsilta. Hän tahtoo harjoittaa omaa osaamistaan ja taitojaan. Lapsi aloittaa uusia harrastuksia, ja kilpailuviitit, voitontahito ja näyttämisen halu kasvavat. Ystävyyssuhteet alkavat olla riippaisevan kipeitä, varsinkin, jos ne katkeavat. Lapsi haluaa näyttää, että hän pärjää ja on joissakin asioissa hyvä. Hän tavoittelee etenkin toisten lasten ihailua.

Kelpaanko 10–12-vuotiaana

Lapsi (tai varhaisnuori) tuntee ahdistusta muuttuvasta kehostaan ja on epävarma ja hämmentynyt. Ensin lapsi koettaa miellyttää ja pitää kiinni pienuudestaan. Epävarmuus ja hämmennys näkyvät joskus lapsen koko olemuksessa, kun hän ei tiedä, miten pitäisi oikein olla, ja yrittää toimia kuten muut. Hänelle on tärkeää tuki ja hyväksyntä, ja hän saattaa itse olla varsin avulias ja ystävällinen. Jossakin sisällä kuitenkin voi velloa hämmennys, kun kaikki muuttuu, eikä kukaan tiedä, mitä siitä seuraa.

Olenko outo 10–14-vuotias

Lapsi (tai varhaisnuori) on välillä ison ja välillä pienen oloinen. Hän piilottelee omaa kehoaan jättipaidan alle ja peittää kasvonsa pipon, silmille kasvavan tukan tai meikin taa. Välillä hän taas pukeutuu ja käyttäytyy pienen lapsen tavoin. Itsetunto kokee herkästi kolhuja, ja moni tuntee olevansa väärän kokoinen ja -näköinen. Lapsi ei tunne omaa kehoa omakseen. Kiusaaminen ulkonäköasioissa korostuu kaveripiirissä.

Vallankumous 12–15-vuotiaana

Perinteet, vakaat olosuhteet ja tuttu turvallinen eivät ole varhaisnuorelle enää yhtä tärkeitä kuin ennen. Uhma ja vallanhalu nostavat päätään. Uusi vahvuuden tunne lievittää epävarmuuden ja haavoittuvuuden kokemusta. Se myös irrottaa kodin turvallisesta ilmapiiristä ja liittää nuoren samanikäisten joukkoon. Riskin otto ja elämysten haku kiehtovat. Aikuisen ei kannata ottaa henkilökohtaisesti varhaisnuoren purkauksia, vaan olla neuvotteleva ja ohjaava silloinkin, kun varhaisnuori ei sitä ole.

Kosminen yksinäisyys 13–16-vuotiaana

Nuori voi kokea ahdistavana oman yksilöllisyytensä. Hän kärsii kipeästä irrallisuuden ja yksinäisyyden tunteesta aivan kuin hän eläisi tyystin eri maailmassa kuin kaverinsa – itse asiassa aivan kaikki muut. Hän häilyy kahden vaiheilla, turvautuuko aikuisiin vai ikätovereihin. Oma elämä ja tulevaisuus kiehtovat ja pe-lottavat. Nuori toivoisi, että hänellä olisi hyvä ystävä ja sielunkumppani, jonka kanssa voisi olla aito.

Provosointia 14–17-vuotiaana

Nuori saattaa peittää epävarmuuttaan isottelulla ja uhalla. Hän haastaa aikuiset yhä tiukempaan rajanvetoon ja testaa, onko omalla vallankäytöllä jotkin rajat ja välittävätkö aikuiset oikeasti. Nuori tavoittelee itsenäisyyden ja erillisyyden kokemusta ryhtymällä sen vastakohdaksi, mitä aikuiset häneltä odottavat. Nuori joskus testaa, onko tutuista aikuisista hänelle vastusta ja turvaa. Samalla hän kerää itselleen uskallusta kasvaa itsenäiseksi ihmiseksi.

Joukossa vahva 14–18-vuotias

Heittäytymällä huolettoman kaveriporukan viettäväksi nuori hakee turvaa sen vahvuudesta. Hän tutkii, miten vastuuta jaetaan ryhmässä. Kavereiden kanssa nuori tuntee olevansa ehjempi ja pärjäävämpi. Hän uskoo, että kaverit ymmärtävät ja huolehtivat hänestä. Ajoittain tämän vertaisryhmän arvot ohittavat omat arvot ja oman perheen säännöt.

Arvosta minua 16–19-vuotiasta

Nuori käyttäytyy yhä enemmän kuin aikuinen ja vaatii itselle arvostavaa tasaver-taista kohtelua. Hän irroitautuu vähitellen ikätoverijoukosta ja alkaa tehdä yksilöllisiä elämänvalintoja sekä punnita itsenäisesti omia arvojaan. Nuorelle on eri-tyisen tärkeää tasa-arvoinen kohtelu niin, ettei häntä pidetä enää lapsena. Hän on jo matkalla kohti omia päämääriään.

Lennän pesästä 18–25-vuotiaana

Nuori etäänny vanhemmistaan, ja kumpikin voi kokea ärsyyntyvänsä toisistaan. Lopulta nuori aikuinen tuntee, että on lähes pakko lähteä pois kotoa, jossa hän tuntee kutistuvansa jälleen lapseksi. Rohkeutta hän on jo kartuttanut riittävästi, ja pystyy siksi lähtemään omille teilleen. Hän pärjää itsenäisesti.

Omin jaloin aikuisena

Nuoren aikuisen pärjäämiskyky, itsenäisyys ja riippumattomuus ovat nyt kehittyneet aikuisen tasolle, ja hän voi astua yhteiskunnan täysivaltaiseksi jäseneksi.

3.2 Suojaavat ja myönteistä kehitystä edistävät tekijät

Lapsen ja vanhempien välinen vuorovaikutus vaikuttaa lapsen kehitykseen. Lapsen ja vanhemman toimintatavat myös muokkaavat toinen toisiaan. Aggressiivisuuden kielteisiltä vaikutuksilta suojaavia tekijöitä ovat lapsikeskeinen kasvatustyyli, hyvä vanhempien keskinäinen suhde, lapsen myönteinen suhde isään sekä äidin antama tuki ja ohjaus. Myönteistä aggressiiokehitystä tukevat myös vanhempien pidättäytyminen kuritusväkivallasta, lapsen hyvät kaveri- ja ihmissuhdetaidot, heikompien puolustaminen sekä ystävällisyys. Käyttäytymisen kontrollointi ja rajojen asettaminen yhdistettynä lämpimään kasvatustyyliin suojaa ja tukee lapsen kehitystä.

Lasta tulee ohjata myönteisellä tavalla. Lapsen on tärkeä tietää mitä häneltä odotetaan ja koska lapsen käytös yleensä on hänen oppimansa käyttäytymismalli, hänelle on syytä opettaa vaihtoehtoisia tapoja reagoida erilaisissa tilanteissa. Ei siis riitä, että lapselle kerrotaan mikä ei ole sopivaa tai toivottua käytöstä. Jos lapsi on käyttäytynyt ei toivotulla tavalla, on hyvä käydä tapahtunut lapsen kanssa läpi ja samalla yhdessä pohtia toisenlaisia tapoja toimia.

Lapsen kasvaessa ja elinpiiriin laajetessa kaverit, opettajat ja harrastusten parissa tavatut ihmiset ja vuorovaikutus heidän kanssaan luovat mahdollisuuksia oppimiseen sekä tukevaan ja suojaavaan vuorovaikutukseen. Lapsen kehitykselle on hyväksi, jos hänellä on useita häneen sitoutuneita aikuisia, mutta jo yksikin lapsen hyvän vuoro-

vaikutussuhteen luonut aikuinen voi merkityksellisesti vaikuttaa lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen. Virittäytyminen samaan tunnetilaan ja hyvä hoito tukevat lapsen it-sesäätelytaitoja ja tarjoavat myös korjaavia kokemuksia koko lapsuusiän ajan.

Lapsen ja lapsiryhmien sekä lapsen ja perheen kanssa voidaan opetella sosiaalisia taitoja ja käytöstapoja sekä kiinnittää huomiota positiivisiin asioihin. Rangaistukset sinänsä eivät auta lasta, mikäli lapsi ei tiedä tai osaa vaihtoehtoista käyttäytymistapaa. Alkuun lasta voivat motivoida pienet aineelliset palkkiot, mutta pidemmällä aikavälillä toivotunlaisen käytöksen huomaaminen ja sen esille nostaminen vahvistaa lapsen positiivista kehitystä. Malliesimerkki on lapsille tärkeää ja lapset hyvin tarkas-ti seuraavat, että myös aikuiset käyttäytyvät sovitulla tavalla ja pitävät kiinni sovitus-ta säännöistä ja tavoista. Sosiaalisten tarinoiden ja moraalikeskustelun avulla voidaan myös vahvistaa lapsen positiivista käytöstä, mutta ryhmässä on tärkeää muistaa myös se, että toisten lasten mielipiteet saattavat helposti myös vaikuttaa kielteisesti. Tois-ten lasten mielipiteet ovat lapsille tärkeitä.

Väkivaltaista käytöstä vähentäviä ja lievittäviä tekijöitä ovat:

- **miellyttävät ja rauhoittavat puuhet**
- **läheisten ihmisten arvot ja arvostukset**
- **mahdollisuudet saada uusia rooleja sosiaalisissa ympäristöissä**
- **läheisten ihmissuhteiden tarjoama lämpö ja tunnesäätelyn tuki**
- **väkivallattomuuden ja toivottavan käytöksen konkreettiset hyödyt**
- **media voi vaikuttaa sekä myönteisellä että kielteisellä tavalla**
- **syllisyyden tunne, joka ohjaa oikeansuuntaiseen toimintaan**

3.3 Haittaavat ja haasteita aiheuttavat ja niille altistavat tekijät

Haasteita lapsen normaalille kasvulle ja kehitykselle etenkin aggressiokehityksen näkökulmasta tuovat synnynnäinen herkkyys, ominaisuudet tai muut tekijät, joihin ei voi vaikuttaa, kuten geneettiset tekijät ja sukupuoli. Äidin raskauden aikainen huu-meidenkäyttö ja heikko ravitsemus sekä erilaiset diagnoosit, kuten kehitysvammai-suus, neuropsykiatriset poikkeamat ja kehitysviiveet altistavat lapsen monenlaisille haasteille. Lapsen varhaisten vuosien aikaisessa kehityksessä vakavia lapsen kehitys-

tä uhkaavia tekijöitä ovat etenkin varhaisen vuorovaikutuksen ongelmat ja turvattomat kiintymyssuhteet. Myöhemmin haasteita saattavat aiheuttaa traumat, etenkin varhainen traumatisoituminen, ympäristö, perheväkivalta ja vanhempien riitaisuudet, huono toveriseura, stressaavat elämäntapahtumat kuten muutot, ero, perhetilanteiden muutokset, sisarusten syntymä, perheen taloudelliset tai muut vaikeudet tai yksinäisyys ja se, ettei lapsi tule riittävästi kuulluksi hänestä huolta pitävien aikuisten seurassa ja lapsen tuntema häpeä. Myös epäjohtonmukaisuus ja ennakoimaton toiminta on vahingollista lapsen kehitykselle.

Lapsi vielä harjoittelee monenlaisia asioita ja käyttäytyminen sekä aggressionhallinta on yksi osa tätä kasvua. Pitkäkestoinen stressi, krooninen kaltoinkohtelu sekä hoidon laiminlyönnit ovat vahingollisia lapsen kehittyville aivoille ja tällainen vakava varhainen *deprivaatio*, eli perustarpeiden tyydyttämättä jättäminen voi johtaa jopa joidenkin aivoalueiden kudokskatoon ja aivojen kehityshäiriöön, joiden seurauksena lapsen on vaikeaa tulkita neutraaleja ilmeitä ja ystävällisiä eleitä ja hän voi pitää niitä vihamielisinä. Vähäinenkin ärsyke voi laukaista vanhat traumat. Pahin yhdistelmä kehittyvälle lapselle on hoidon laiminlyönti, väkivalta sekä muut häneen kohdistuvat aggressiot.

Aggressiiviselle käytökselle altistavia tekijöitä ovat muun muassa kielellisten taitojen viive sekä muut lievät tai vaikeammat oppimisvaikeudet. Kielelliset vaikeudet aiheuttavat vaikeutta itseohjautuvuuteen ja tarvitaan enemmän apua oman toiminnan säätelyyn. Ennen kouluikää on helppoa opetella uusia taitoja, myöhemmin se vaikeutuu.

Tunnesäätelyn viiveet ja haasteet tuovat vaikeuksia ongelmanratkaisuun, omien ja toisten tunteiden ja tunnereaktioiden tunnistamiseen, sosiaalisten tilanteiden ymmärtämiseen ja tuo mukanaan taipumuksen ymmärtää väärin toisten aikomuksia. Erityisesti neuropsykiatrisesti oireilevien lasten on hankalaa ottaa tunteita haltuun.

Tunnesäätelyvaikeudet ilmenevät siten, että lapsi ärtyy ja hermostuu helposti ja pienetkin asiat aiheuttavat suuren pettymyksen ja surun. Lapsi on usein pois tolaltaan ja hänen on vaikea toipua kielteisistä tunteista tai sietää pettymyksiä. Tällainen lapsi on itsekeskeinen ja itsekeskeinen ja hänen on vaikeaa hillitä itseään tilanteesta riippumatta.

Lapsi raivoaa ja hänen käyttöksensä on ikään kuulumattoman väkivaltaista ja ylipäättään hänen on vaikea käyttäytyä sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla ollessaan hermostunut. Käytösongelmat ja aggressionsiedon vaikeudet näkyvät eri tavoin eri ympäristöissä. Pelkät rangaistukset ja lapsen ei toivottuun käytökseen kiinnitetty liika huomio aiheuttavat negatiivisen kehän ja vaikuttavat lapsen minäkuvaan ja itsetuntoon kielteisesti.

Häpeä aiheuttaa silmitöntä raivoa. Häpeä on seurausta siitä, jos tulee torjutuksi pyrkessään vastavuoroiseen kontaktiin. Häpeä on yksi narsistisesti häiriintyneen ihmisen perustunteista. Lapsen ensimmäinen ikävuosi sujuu vielä hyvin lapsen saadessa ihailua ja rakkautta, mutta lapsen uhman myötä vanhempien on ollut vaikeuksia sietää lapsen kiukkua ja epätäydellisyyttä. Rakkauden ehdollisuus on sietämätöntä ja pahimmillaan johtaa kyvyttömyyteen tunnistaa omia tai toisten tunteita ja eläytyä toisen kärsimykseen ja johtaa vakaviin väkivaltarikoksiin. Ulospäin kovalta näyttävä kuori voi särkyä lapsen kohdatessa aitoa ymmärrystä ja empatiaa. Empatiaa voi oppia vain sitä kohtaamalla.

Altistavien tekijöiden kasaantuessa lapsi voi alkaa oireilla aggressiivisesti. Aggressiivisen käytöksen voi laukaista:

- riita sisarusten kanssa
- väsymys ja nälkä
- tunnekuohut
- yksinjäätämisen tai hylätyksi tulemisen tunne
- päivän aikana sattuneet perhe- tai kaverisuhdevaikeudet
- mielipaha ja pettymys
- kuritusväkivalta
- traumaattiset kokemukset
- liiat virikkeet
- häpeä
- kuormittuminen tsemppaamalla erilaisissa tilanteissa
- impulsiivisuus

3.4 Mitä väkivaltaisesta käytöksestä seuraa

Lapsen aggressiivinen ja väkivaltainen käytös vaikuttaa perheenjäsenten keskinäisiin suhteisiin ja kodin tunnelmaan. Se heikentää lapsen mahdollisuuksia kokea turvallisuuden tunnetta ja sopivia rajoja, koska perheenjäsenet oppivat olemaan varpailaan selvitäkseen arjesta paremmin.



Kuvio 1. Perheen luomat selviytymiskeinot lisäävät aggressiivista käytöstä

4 MYÖNTEISEEN AGGRESSIOKEHITYKSEEN TARVITTAVIA TAITOJA

4.1 Tunnetaidot

Tunteet eivät ole pahoja, vaan tarpeellisia. Myönteiset tunnekokemukset laajentavat ajattelua ja toimintamahdollisuuksia sekä antavat voimavaroja. Tunteet saavat meidät hakeutumaan innostaviin tilanteisiin ja rentouttaviin paikkoihin, huomaamaan ympäristön vaaroja, auttavat puolustautumaan ja tarvittaessa myös luopumaan. Tunteet liittyvät ihmissuhteisiin ja auttavat niissä ja niiden ylläpitämisessä. Ne vaikuttavat moraalisiin ongelmiin ja päätöksiä tehdessä. Tunteet ovat merkki siitä, että jotakin tärkeää tapahtuu ja tärkeiden asioiden herättämät tunteet ovat suuria.

Pieni lapsi ei osaa vaikuttaa suuttumisen ketjuun, mutta suuttumuksen hallinta on opeteltavissa oleva taito. Tunteet, suuret ja kuohuttavatkin menevät ohi myös ihan itsellään. Ne ovat elimistön neurokemian, hormoneja sekä välittäjäaineita. Tunnesäätelytaitoihin vaikuttavat biologiset tekijät kuten manteliumake => autonominen hermosto => fysiologiset vasteet sekä otsalohkon kehittyminen ja ympäristötekijät kuten varhainen vuorovaikutus.

4.2 Tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen

Jotta tunnetta voisi käsitellä, sille täytyy ihan ensimmäiseksi antaa nimi ja miettiä miltä ja missä se tuntuu ja miltä se näyttää. Aikuinen voi auttaa lasta tunnistamaan tunteita arvailemalla ja sanoittamalla lapselle hänen tunnetilaansa. *"Näytät siltä, että sinua harmittaa"*.

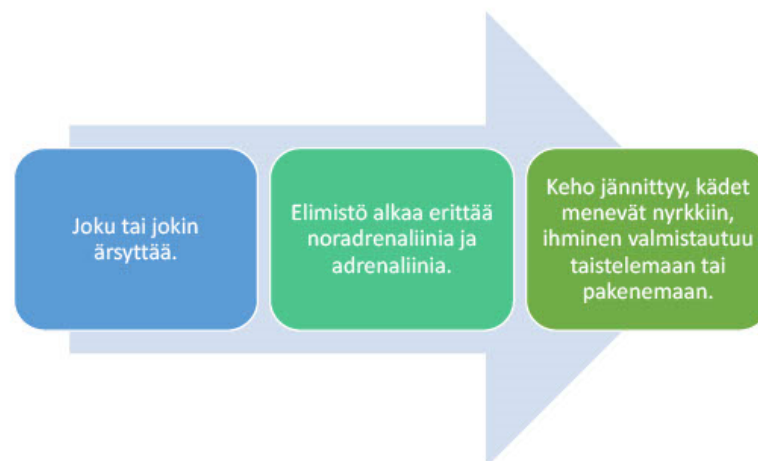
Tunteiden tunnistamista ja nimeämistä aikuinen voi tukea arjessa sanoittamalla äänen omia tunteitaan lapselle. Tunteiden nimeämistä voi harjoitella esimerkiksi televisiota katsellessa tai sitten esimerkiksi tunnekorttien avulla.

4.3 Tunteiden oikeutus

Kun tunteella on nimi aikuinen auttaa lasta *validoimalla* tunteen, eli ymmärtämällä tunteen ja asettumalla samaan asemaan. Myötätuntoinen eläytyminen tunnekokemukseen on hyödyllistä murrosikäisenkin lapsen kanssa. Tämän jälkeen lapsen tunteiden säätelyä voidaan tukea hänelle soveltuvilla keinoilla ja aikuisen läsnäololla.

4.4 Kehotietoisuus

Tunteiden tunnistamisessa auttaa oman kehon tuntemus ja se, että tietää miten erilaiset tunteet vaikuttavat ja missä ne tuntuvat. Suuttumuksen aiheuttamien reaktioiden tunnistaminen auttaa ennakoinnissa ja lapsen kanssa voidaan harjoitella erilaisia rauhoittavia ja rentouttavia menetelmiä eli tunteiden säätelyä.



Kuvio 2. Tunteet vaikuttavat kehoon

4.5 Sosiaaliset taidot

Lapsen varhaiset kokemukset luovat sosiaalisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen perustan, mutta sosiaalisten taitojen oppiminen on pitkä prosessi, joka alkaa lapsen ja hänen ensimmäisen hoivaajansa välisestä kiintymyssuhteesta. Tämä kiintymyssuhde vaikuttaa niin sanottujen sosiaalisten aivojen syntymiseen ja sosiaalistaa lapsen ja sen seurauksena syntyy luottamus ihmisiin ja myöhemmin kyky toimia yhdessä. Turvallisesti kiintyneet ihmiset ovat sosiaalisesti taitavia ja heillä on läheisiä ystäviä. Turvaton kiintymyssuhde tuo vaikeuksia ylläpitää pitkäaikaisia ystävyyssuhteita ja voi aiheuttaa jopa yksinäisyyttä.

Sosiaaliset taidot ja sosiaalisuus eivät tarkoita samaa kuin hyvä käytös. Hyvä käytös itsessään ei edellytä mitään tiettyjä psyykkisiä valmiuksia, vaan näiden oppimiseen riittää pelkkä opettaminen ja käyttäytyminen on ihmisen oma valinta ja mahdollista kaikille taidoista ja temperamentista riippumatta.

Sosiaalisia taitoja tarvitaan etenkin läheisissä ihmissuhteissa, joissa tarvitaan neuvottelu ja ongelmanratkaisutaitoja. Kiintymyssuhteessa ja varhaisessa vuorovaikutuksessa syntyneet sosiaaliset taidot leviävät kaikkeen vuorovaikutukseen ja niitä tarvitaan kaikkialla kodin ulkopuolella, kuten harrastuksissa, koulussa ja työelämässä. Aikuisen tehtävä on tarjota lapselle sosiaalisia verkostoja, joissa hän voi harjoitella sosiaalisia taitoja.

Sosiaalisuus erotetaan psykologiassa synnynnäiseksi tarpeeksi ja haluksi olla muiden ihmisten seurassa. Sosiaaliset taidot ja kompetenssi taas tarkoittavat ihmisen kykyä tulla toimeen muiden kanssa. Käsitteenä sosiaalisen toimintakyvyn voi ajatella kuvaavan prosessia, jossa lapsi ja nuori pyrkii selviytymään ja etsii ja tavoittelee tavoitteitaan. Hän toimii ryhmässä ja muodostaa siinä yhteisiä asenteita ja toimintaa muut ihmiset ja heidän toiveensa huomioiden. Vahva sosiaalinen toimintakyky antaa edellytykset arjessa selviytymiselle ja tavoitteiden löytämiselle ja saavuttamiselle. Sosiaalisiin taitoihin kuuluu kyky tarkastella, arvioida ja ymmärtää sosiaalisia tilanteita, kyky ymmärtää muiden ihmisten mielialoja sekä kyky ratkaista ongelmia, neuvotella, sovitella ja tehdä kompromisseja.

4.6 Mielentäminen

Mielentäminen eli *mentalisaatio* tarkoittaa kykyä ymmärtää omaa ja toisen mieltä ja mitä toisen mielessä tapahtuu. Se liittyy kaikkeen toimintaan ja myös aggression hallintaan. Se kehittyy vuorovaikutuksessa läheisen aikuisen kanssa. Siitä riippuu, mitä arvelemme toisten ajattelevan, toimivan, aikovan, haluavan tai pelkäävän. Mielentämisen ongelmat sekä yksipuoliset ajatusketjut altistavat aggressiolle.

4.7 Tunteiden säätely

Ihmisen aivoissa on kolme keskeistä tunnesäätelyjärjestelmää. *Uhkaan ja vaaraan suuntautunut järjestelmä* aktivoituessa seuraa taistele tai pakene -reaktio tai voimakkaan tunnereaktion aiheuttama lamaantuminen ja ahdistuminen. Uhka voi olla psyykkinen tai fyysinen todellinen vaara tai sitten ärsykkeinä toimivat mielikuvat, ajatukset ja tulkinnat.

Toinen tunnesäätelyyn vaikuttava järjestelmä on *mielihyvään ja saavuttamiseen suuntautunut järjestelmä*, jota kutsutaan myös palkkio- ja mielihyväverkostoksi. Se saa tavoittelemaan mielihyvää ja palkkioita sekä ottamaan herkästi myös riskejä. Tämä verkosto kehittyi nopeasti nuoruusiässä.

Kolmas järjestelmä on *yhteyteen pyrkivä, turvallisuuden kokemukseen ja rauhoittumiseen suuntautunut järjestelmä*, jonka aktivoituessa koetaan rauhaa, lohtua ja turvaa. Tätä järjestelmää kutsutaan myös mentalisointiverkostoksi, ja se tukee muiden ihmisten mielen, ajatusten, tunteiden ja aikomusten ymmärtämistä.

Tunnesäätelytaitojen tukemisessa hyödyllisiä keinoja ovat erilaiset rentoutumis- ja kehoitietoisuusharjoittelut. Esimerkiksi *Mindfulness*, *SomeBody*-menetelmä, joissa on traumaterapian elementtejä sekä *kognitiivinen psykoterapia*, jossa lapselle opetetaan tunteiden, ajatusten ja toiminnan yhteyksiä, syy-seuraussuhteita sekä toimintamalleja erilaisiin tunnekokemuksiin.

Kunkin lapsen kanssa kannattaa testata erilaisia menetelmiä kuten esimerkiksi hengittäminen, laskeminen ja mielikuvitus. Jotakin lasta hyödyttää turvapaikan rakentaminen toista kiukun fyysinen purkaminen. Kannattaa etsiä tarpeita, arvoja ja ajatuksia tunteen taustalta, ja vasta sen jälkeen voi opetella sietämään tunnetta esimerkiksi etsimällä sille myönteisen näkökulman kuten, että ainakin on yrittänyt tai taustalla on ollut hyvä tarkoitus.

5 AIKUINEN VOI AUTTAA LASTA

5.1 Hyvä itsetunto on osa mielenterveyttä

Hyvä itsetunto tuo mukanaan joustavuutta, sinnikkyyttä, *resilienssiä* eli kykyä ponnahtaa takaisin vaikeuksista. Lapsi saa kohdata kärsimystä ja vastoinkäymisiä. Lapsen itsetuntoa vahvistetaan tarjoamalla lapselle apua ja opettamalla hänelle taitoja, joiden avulla hän selviää haasteista ja vastoinkäymisistä. Lapsen ja nuoren sisu, tahto ja haastamishalu ohjaavat häntä kohti hyvää itsetuntoa ja itsenäistymistä.

5.2 Ymmärtäminen ja ennakointi

Jos huomaa lapsen olevan pulassa kielteisten tunteiden kanssa, kannattaa tilanne rauhoittaa ennen kuin se paisuu liian suureksi. Kannattaa opetella huomaamaan hermostumista ennakoivia merkkejä, kuten esimerkiksi lapsen jännittyneisyys, motorinen levottomuus ja sählääminen. Apuna voi käyttää tunteiden voimakkuuden mittaamista erilaisin *tuntemittarein* sekä *liikennevalomallia*. Tilanteessa voi ennakoida kiinnittämällä lapsen huomion itseesi tai muuhun rauhoittavaan myönteisesti puhumalla. Puhu selkeästi ja kiitä lasta rauhoittumisesta heti kun hän on hiljaa. Anna nälkäiselle joku välipala.

5.3 Tunnekaappaukset

Tunnekaappaukset, eli kun liian voimakkaat kielteiset tunteet kaappaavat vallan lapsen aivoissa eivät ole hyväksi. Se saa aikaan pidäkkeetöntä voimakasta tunnetta, jonka vallassa lapsi riuhtoo, tönii, pakenee, lyö, jähmettyy tai lamaantuu. Syynä voi olla tällöin viharaivo, pelkopaniikki tai totaalinen hepuli. Tunnekaappauksen aikana lapsen aivojen järkevän harkinnan alueet ovat poissa pelistä ja tunneaivoalueet ottavat vallan. Tällainen on tyypillistä pienillä lapsilla ja esimerkiksi väsymys, nälkä ja pettymykset voivat tunnekaappauksen aiheuttaa. Nämä eivät ole lapselle hyväksi ja siksi niitä ei pidä tarkoituksella lapselle aiheuttaa. Tunnekaappauksen vallassa oleva lapsi tai nuori tulee rauhoittaa mahdollisimman nopeasti, sillä järjetön riehuminen haittaa itsetuntoa sekä elämänhallinnan tunnetta. Lapsi on hukassa ja tarvitsee aikuisen rauhoittamaan tilanteen omalla esikuvallaan ja tyyneydellään.

5.4 Kiusaamisen ehkäisy

Jo pienten lasten keskuudessa kiusaaminen muistuttaa koulukiusaamista samanlaisine muotoineen. Koulukiusaamisessa on olennaista asiaan puuttuminen ja tilanteiden selvittely, kun taas pienten lasten kohdalla keskiössä on ennaltaehkäisy. Kouluikäisten kohdalla voidaan noudattaa nollatoleranssia ja kovatkin sanktiot saattavat toimia, mutta pienet lapset vielä harjoittelevat itsehillintää, moraalialueita sekä aggressiivisen hallinnan taitoja, joiden harjoittelu vaatii aikaa ja ohjausta.

Kiusaaminen on riski lapsen tasapainoiselle kasvulle ja kehitykselle. Kiusaaminen kasvaa vuorovaikutussuhteissa ja ajan myötä se lisääntyy ja muuttuu aggressiivisemmäksi ja usein uhria aletaan pitämään itse syypäänä omaan tilanteeseensa. Tällaiset jopa vuosia kestävät tilanteet, jossa uhri eristetään ryhmän ulkopuolelle ja jopa hänen ihmisarvonsa kyseenalaistetaan ovat hyvin traumatisoivia ja vaikuttavat itsetuntoon, aiheuttavat masennusta, ahdistusta ja itsetuhoisuutta. Kiusaajilla taas on riski ajautua epäsosiaaliseen käytökseen, päihteisiin ja rikoksiin ja niiden myötä yhteiskunnasta syrjäytymiseen. Ne, jotka lapsena ovat olleet sekä kiusattuja että kiusaajia, oireilevat aikuisina voimakkaimmin. Alle kouluikässä alkaneen kiusaaminen vaikuttaa lapsen identiteetin muodostumiseen ja lapsen voi olla myöhemmin vaikea päästä irti kiusaamiskierrosta. Vertaissuhteissa aikaisin alkaneisiin ongelmiin voi-

daan vaikuttaa. Varhainen puuttuminen lisää lasten hyvinvointia ja turvallisuutta, mikä taas vaikuttaa positiivisesti heidän kasvuunsa sekä kehitykseensä.

Kaikki riidat ja konfliktit eivät ole kiusaamista, kun taas toistuva ja tietoinen toisen mielen pahoittaminen sitä on. Lasten tulee saada harjoitella ihmissuhdetaitoja, kohdata vastoinkäymisiä sekä opetella olemaan eri mieltä asioista, mutta kiusaamiseen aikuisten tulee aina puuttua. Ennaltaehkäisevää kiusaamiseen puuttumista on, että kaikkeen toista loukkaavaan käytökseen puututaan. Lapsilähtöisyys ja aikuisjohtoisuus vähentävät riskiä kiusaamiselle. Lapsen kokemusta siitä, mikä häntä loukkaa, pelottaa tai mikäli hän kokee tulleensa kiusatuksi, tulee kunnioittaa.

Kiusaamisen ennaltaehkäisy sisältää samojen taitojen opettelua ja harjoittelua kuten aggressiivisen käyttäytymisenkin ennaltaehkäisy, kuten tunteiden- ja itsesääätelyn harjoittelu. Parhaiten lapsi oppii näitä taitoja turvallisessa ympäristössä empaattisten aikuisten ympäröimänä saaden kunnioittavaa ja rakastavaa ohjausta sekä opetusta. Lapsi ei saa päästä tavoitteisiinsa kiusaamalla. Rajojen asettaminen ja tilanteisiin puuttuminen on aikuisen tehtävä, mutta se ei kuitenkaan tarkoita rangaistusta, vaan juuri lohdutusta, ohjausta sekä opetusta.

5.5 Lasten konfliktien sovittelu

Pienetkin lapset ymmärtävät enemmän kuin pystyvät ilmaisemaan ja he ottavat vastaan aikuisen tuen ja siksi konfliktien selvittely ja sovittelu on helpompaa kuin aikuisten kanssa. Aikuisten toiminta lasten keskinäisissä konflikteissa vaikuttaa perheen välisiin suhteisiin sekä muihin ryhmiin ja tilanteisiin, joissa lapset ja aikuiset toimivat yhdessä. Ristiriitojen käsittely voi johtaa turvallisuudentunteen ja luottamuksen lisääntymiseen tai heikkenemiseen. Aikuisen tehtävä on auttaa lasta erottamaan tulkinnat havainnoista, muotoilla arvostelu tunteiksi ja tarpeiksi sekä kuunnella ja ymmärtää lasta vertailematta, vaatimatta ja uhkailematta, tai asettumatta kenenkään puolelle. Aikuisen läsnäolo ja kaikkien osapuolten tunteiden ja tarpeiden kuunteleminen ja pitäminen tärkeinä auttavat lapsia ratkaisemaan konfliktinsa ja opettavat heille myötätuntoa ja taitoja sopeutua sekä tulla toimeen muiden kanssa.

5.6 Lasten ja nuorten vihan ja mahdollisten traumojen käsittely

Viha on yksi neljästä perustunteesta, kuten ilo, suru ja pelkokin. Pelkästään sananakin viha on voimakas. Se puolustaa ihmisen henkistä ja fyysistä koskemattomuutta ja suojaa hyväksikäytöltä ja vääryyksiltä. Viha voi sumentaa järjen ja sen kokeminen voi olla uuvuttavaa ja kipeää, ja siksi vihan käsittely on tärkeää. Lapsen on saatava ilmaista vihaansa sekä raivoaan turvallisesti ja kun lapsen pahin tunnekuuhu on ohi, on tärkeää miettiä yhdessä lapsen kanssa mistä vihan tunne kumpuaa. Viha voi olla seurausta viimeaikaisista tapahtumista tai aiemmista traumaattisista tapahtumista. Jos näistä ei puhuta ollenkaan, lapsi kokee jäävänsä yksin asian kanssa. Liika puhuminen taas voi tuntua tunkeilulta ja olla jopa vahingollista. On tärkeää kuunnella lasta ja edetä hänen tahtiinsa. Traumakokemuksesta selviytyäkseen lapsi on voinut kehittää erilaisia suojamekanismeja, kuten tapahtuneen kieltäminen, persoonallisuuden lohkoutuminen ja traumasta puhumattomuus. Nämä suojamekanismit estävät trauman käsittelyä, prosessointia ja mentalisoitumista, ja pitkään kestäessään estävät trauman selviytymistä ja lapsi voi tarvita avuksi terapiaa.

5.7 Aggressiivisuuden hoito

Kun haasteet lapsen kanssa ovat kasvaneet ylivoimaiseksi, eikä normaalin kasvatuksen keinoin edistystä tapahdu niin, että lapselle suotuisa kehitys mahdollistuisi, on mahdollista saada apua lapsen kanssa työskentelevältä verkostolta ja hoitotalolta. Lapsen pitkäkestoinen (6 kuukautta tai yli) ikätasosta poikkeava uhmakas tai aggressiivinen käytös, joka aiheuttaa ongelmia sosiaalisissa suhteissa sekä suoriutumista voidaan diagnosoida käytöshäiriöksi. Käytöshäiriöihin liittyy myös paljon samanaikaissairauksia.

Ensisijaisena hoitona ovat psykososiaaliset hoitomuodot, eli lapsen tai nuoren psyykkisiin toimintoihin, käyttäytymiseen tai hänen sosiaaliseen lähiympäristöönsä kohdennettuja toimia. Niitä voidaan kohdentaa lapseen tai nuoreen yksilö- tai ryhmämuotoisesti, vanhempiin, perheeseen, kouluun tai muihin kehitysympäristöihin tai vaikka useampiin näistä tahoista samassa hoito-ohjelmassa. On olemassa erilaisia vanhemmuusryhmiä sekä kouluikäisille lapsille ja nuorille suunnattuja kognitiivis-behavioraalisia hoitoja joko yksilöllisesti tai ryhmämuotoisena. Alle kouluikäisten

lasten kohdalla paras hoitotulos saavutetaan vanhempainohjauksella. Monimuotoisilla systeemisillä terapioilla voidaan vähentää lasten ja nuorten antisosiaalista käyttäytymistä vielä enemmän kuin esimerkiksi yksilö- ja perhekeskeisillä hoidoilla ja näiden yhdistelmillä.

Lääkehoitoa ei tule käyttää rutiinomaisesti tai ensisijaisena lapsen käytöshäiriöiden hoidossa, mutta lapsen oheissairauksien tehokas, tarvittaessa myös lääkehoito on tärkeää, sillä niiden hoitaminen voi vähentää lapsen aggressiivista käytöstä. Lääkehoito saattaa kuitenkin osana muuta hoitoa vähentää aggressiivista ja impulsiivista käytöstä sekä lisätä lapsen ja nuoren kykyä hyötyä muista hoidoista. Mikäli psykososiaaliset hoitomuodot eivät ole riittäviä ja lapsella tai nuorella on voimakasta impulsiivista aggressiivisuutta ja tunteiden säätelyn vaikeutta, voidaan harkita myös erilaisten lääkkeiden, kuten psykoosilääkkeiden, mielialaa tasaavien lääkkeiden ja masennuslääkkeiden käyttöä.

Jos lapsella on esimerkiksi sopeutumishäiriötä, kiintymyssuhdehäiriötä, ADD tai ADHD, sosiaalisen käyttäytymisen häiriötä, autismin kirjon diagnooseja, puhumattomuutta, ujoutta tai sosiaalista ahdistuneisuutta, hän voi hyötyä Therapyleikkiterapiasta. Erityisesti jos lapsella on kehitysviivästymisiä, uhmakkuushäiriö tai lapsi kieltäytyy yhteistyöstä tai on aggressiivinen, pidättyvä tai sosiaalisesti vetäytyvä, Theraplay voi olla tehokas alkuvaiheen hoitomuoto, mikä auttaa lasta tulemaan vastaanottavaisemmaksi muille tarvitsemilleen terapiamuodoille, kuten esimerkiksi kognitiiviselle käyttäytymisterapialle tai psykoterapialle. Lapsen hoitavan tahon kanssa voidaan miettiä kullekin lapselle sopivia hoitomuotoja ja niiden soveltamista lapsen ja hänen perheensä kanssa työskentelyyn.

6 KASVATTAJAN OMIEN TUNTEIDEN TUNNISTAMINEN JA HALLINTA

Kasvattajan on hyvä pysähtyä pohtimaan omaa kasvatustaan sekä kasvatustyyliään ja tunnistamaan ja sietämään itsessään herääviä tunteita. Aikuisen omien tunteiden sanoittaminen voi auttaa lasta ja myös kielteiset tunteet ovat sallittuja. Aikuisen tehtävä on kuitenkin säädellä omia tunteitaan. Hyviä keinoja tähän ovat esimerkiksi pallea-hengitys ja hengitysharjoitukset, fyysinen tekeminen, mielensisäiset myönteiset ajatukset rentoutumisharjoitukset sekä mindfulness. Myös itselleen mieluisten asioiden tekeminen voi auttaa. Joskus voi olla syytä vaihtaa aikuista kasvatustilanteessa, missä tunteet ovat ottaneet vallan, tai mikäli lapsen suuttumus henkilöityy vahvasti tilanteessa ensimmäisenä olleeseen aikuiseen.

On tärkeää, ettei aikuinen ole pelottava tai syyllistävä, eikä hän nöyryytä tai väheksy eikä nimittele tai uhkaile lasta. Lapsen itsetunto rakentuu siitä, miten näissä tilanteissa ympäristö suhtautuu häneen, ja mikäli lapsen suuttumus uhkaa tarttua on aikuisen syytä ottaa *aikalisä*. Peilisolut kopioivat toisten tunteita tahattomasti ja huomaamattakin. Vihaisten ihmisten lähellä oma olo alkaa muuttua vihaiseksi, iloisen ihmisen lähellä hymyilyttää ja uupunee kanssa olo käy voimattomaksi. Tunteet tarttuvat molempiin suuntiin.

”Jokainen voi tehdä tietoisin valinnan, antaako tunteen mennä, vai takertuuko siihen ja vahvistaa sitä... Tunne on vain tunne ja se menee ohi.”

Raisa Cacciatore & Eija Korteniemi-Poikela, 2020

Aikuinen saa kuitenkin suuttua lapselle ja välillä se on jopa välttämätöntä. Jos aikuinen yrittää peitellä kielteisiä tunteitaan eikä reagoi lapsen raivoon, hän ohittaa lapsen ja aikuisen kiukku saattaa purkautua kylmyytenä, mikä pahimmillaan johtaa emotionaaliseen kylmyyteen. Mikäli lapsen (etenkin vanhemman lapsen) aggressio kohdistuu aikuiseen, on hyvä osoittaa lapselle, ettei kukaan fyysisen aggression kohteeksi joutunut ole välittömästi valmis ottamaan lasta syliin tai tekemään kivoja asioita lapsen kanssa.

Liian tiukan kurin sijasta ongelmana on nykypäivänä se, että lapsen raivoa ei oikein osata rajata. Osaltaan tämä johtuu aikuisten saamasta tiukemmasta kasvatuksesta, jossa kiukun ilmaisu tukahdutettiin. Tällaiset vanhemmat haluavat antaa omille lapsilleen enemmän vapauksia, mikä helposti johtaa toiseen äänimäisyyteen. Kun tiukan kasvatuksen saaneet välttelevästi kiintyneet vanhemmat haluavat olla lapselleen avuksi ja miettivät mitä voisivat tehdä lapsen eteen, jotta tällä olisi hyvä olla, heidän rajattoman ja ristiriitaisesti kiintyneen lapsen turvallisuus on riippuvainen siitä, miten hyvin lapsi pystyy hallitsemaan ympäristöään ja vanhempiaan. Turvallisuudentunne ei tällöin ole vanhempien tai muiden aikuisten käsissä, vaan lapsen itsensä. Lapsi saa raivota pidäkkeettä, mutta tämä ei missään nimessä tarkoita lapselle vapautta tai itsenäisyyttä, vaan kohtuutonta vastuuta.



Kuvio 3. Kielteisen käytöksen vahvistaminen

7 LASTEN AGGRESSIOKASVATUS FAMILAR SÄIKÄSSÄ

7.1 Hyvät arjen käytänteet

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys sekä dialogisuus teoreettisena viitekehityksenä luovat hyvän pohjan ja mahdollisuudet lapsen aggressiokehityksen ja -kasvun tukemiseksi. Muita hyviä lapsen kasvua ja kehitystä tukevia käytänteitä ovat muun muassa struktuuri sisältäen säännöt, lapsille laadittavat sekä yksikön yhteiset päivä- ja viikko-ohjelmat, yhteisöpalaverit sekä lapsen kanssa yhdessä laadittavat tavoitteet.

Pääpaino Säikän aggressiokasvatuksessa on lapsen normaalin kehityksen tukemisessa sekä ennaltaehkäisyssä, mutta myös lapsen tunnesäätelyyn sekä aggressioon liittyvien taitojen harjoittelussa. Vaikeiden tunteiden läpi käyminen vie kehitystä eteenpäin kohti rohkeutta, puoliensa pitämistä, joustavuutta ja itsenäistymistä. Lapsen tietä ei tule silotella, vaan lapsen täytyy kohdata pettymyksiä ja hän tarvitsee pettymyksistä selvitäkseen aikuisten tukea. Liiallinen puuttuminen tai lapsen tunteiden tasoittelu on lapselle haitaksi. Lapsen itsetunnon kehittyminen riippuu hänen lähellään olevista aikuisista. Lasta auttavat kannustavat ihmiset, lupa kokeilla ja harjoitella elämän taitoja sekä mahdollisuus kokea turvallisesti tunteita, epäonnistumisia ja onnistumisia. Lapsen aggressioiden hallintaa ja itsesäätelyn kykyä tuetaan asettamalla turvalliset rajat ja toimimalla itse rauhoittavana mallina.

7.2 Menetelmiä ja työkaluja Familiar Säikässä

7.2.1 Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen

Tunteiden tunnistamisessa, nimeämisessä ja arvioimisessa voidaan hyödyntää erilaisia tunnekortteja, kuten *Nallekortit*. Niiden avulla voidaan käydä keskustelua perhe-elämästä, ihmissuhteista, tunteista ja tapahtumista sekä tutkia omaa identiteettiä. Kortit soveltuvat myös ongelmien, muutosten ja tulevaisuuden suunnitelmien tutkimiseen sekä itsetuntemuksen lisäämiseen. Korttien avulla voidaan opetella tunnistamaan ja nimeämään erilaisia tunteita esimerkiksi käymällä läpi kortteja, miettiä nimiä korteista löytyville tunteille sekä pohtia missä tilanteessa on itse tuntenut kyseis-

tä tunnetta, tai mitä on saattanut tapahtua, kun Nalle on esimerkiksi hämmästynyt. Korttien avulla voidaan arvioida kulloinkin vallalla olevia tunteita. Tunnekortteja voidaan käyttää hyväksi myös avaamaan keskustelua, kun aikuinen huomaa lapsen olevan tunteen vallassa. Familiar Säikän arjessa tunnekortteja voidaan käyttää myös ilmaisemaan esimerkiksi aamuhetkissä tai omaohjaajatyöskentelyssä kunkin lapsen ja ohjaajan mielialoja tai esimerkiksi yhteisöpalaverin alussa tunnustella, millä mielin kokoukseen on lähdetty.

7.2.2 Kehotietoisuuden lisääminen ja rentoutuminen

SomeBody-menetelmä auttaa tunnistamaan ja ymmärtämään kehollisia kokemuksia, kehon liikettä sekä niihin liittyviä tunteita, ajatuksia ja sosiaalista toimintaa. Menetelmän avulla lisätään lapsen kehotietoisuutta, tietoisuustaitoja sekä sosiaalisia taitoja. Menetelmää voidaan soveltaa lasten ja perheiden kanssa tehtävässä työssä. Tavoitteena on lähitulevaisuudessa kouluttaa Säikän ohjaajia pitämään *SomeBody-* ja *Perhe SomeBody-ryhmiä*.

Osa Säikän ohjaajista on käynyt Johanna Kaunisveden pitämän koulutuksen *Kunniottavasta kosketuksesta*. Johanna käyttää japanilaiseen shindoon perustuvasta menetelmästä nimeä hoitaminen ja sen tarkoituksena antaa hoidettavalle mahdollisuus rentoutua. Käytännön harjoitteita voi tehdä lasten kanssa omaohjaaja-/menetelmätyöskentelytuokioilla. Harjoitteista on hyvät ohjeet koulutuksesta mukana tulleessa monistenipussa, joka löytyy myös menetelmätyöskentelykansiosista. Kaikissa hoidoissa käytetään hoitoliinaa, koska se helpottaa hoidon tekemistä ja vastaanottamista suoran kosketuksen sijasta. Kosketushoito vaikuttaa parasympaattisen hermoston kautta ja auttaa lasta pääsemään irti tunnekuohun tuomista jännitteistä.

Rentoutukseen voi käyttää myös *rentoutusharjoituksia*, *musiikkia* ja *hierontaa* esimerkiksi hierontapallolla. Rentoutusharjoituksia voi tehdä ryhmässä ja yksittäisten lasten kanssa. Rentoutushetkestä voi tulla vaikeasti rauhoittuvalle esimerkiksi joka iltainen rutini. Hyvässä ja rauhallisessa hetkessä opittu taito on helpompi ottaa käyttöön myös silloin kun suututtaa tai on ärtynyt ja rauhaton.

Pelkästään *dialogisuuteen* perustuva läsnäolo ja *hengittäminen* on hyvä keino auttaa lasta palaamaan normaalitilaan tunnekuohusta. Aikuisen rauhallinen äänekäs hengittäminen lapsen lähellä rauhoittaa lasta. Menetelmä perustuu peilisolujen vaikutukseen ja tunnetilojen tarttumiseen. Kun lapsen kanssa mennään rauhoittumaan tämän huoneeseen, ohjaaja voi istua lapsen vierellä tai muuten lähellä ja hengittää korostetun äänekkäästi ja rauhallisesti. Mikäli lapsi ihmettelee toimintaa, voi sitä selittää lapselle rauhoittumishetkeksi ja rauhoittaen pyytää lastakin kiinnittämään huomiota omaan hengitykseensä.

7.2.3 Vahvuuksien ja voimavarojen ja itsetunnon tukeminen

Vahvuus- ja voimavarakortteja voidaan käyttää tukemaan lapsen voimavaroja, vahvuuksia ja itsetuntoa, luoda mahdollisuuksia positiiviseen muutokseen sekä vahvistaa lapsen selviytymiskeinoja ja myönteistä ajattelua. Kortit soveltuvat sekä ryhmä- että yksilötyöskentelyyn ja ne helpottavat esimerkiksi tutustumista, osaamisen tunnistamista ja kehittävät vuorovaikutusta. Korttien avulla voidaan myös avata keskustelua siitä, minkälaisia taitoja lapsen olisi hyvä opetella tai kehittää. Kortteja voidaan käyttää myös vanhempien kanssa tehtävässä yhteistyössä, keskusteluna avaajana esimerkiksi yhteisöpalaverissa ja omaohjaaja- ja menetelmätyöskentelytuokioilla.

Valovoimapeli on tutustumis-, tunne- ja voimavarapeli n. 4–13-vuotiaille. Sen tarkoituksena on toimia keskustelun virittäjänä sekä perheissä että lastensuojelutyössä. Pelilaudan elämyspolulla päädytään tutustumis-, tunne- ja voimavararuutuihin, joissa nostetaan kortteja ja jatketaan lauseita. Peliin sisältyy myös huostaanottoon ja sijoitukseen liittyvä korttisarja. Korttisarjoissa sivutaan esimerkiksi päihde-, mielenterveys-, väkivalta- ja hyväksikäyttöteemoja. Toimintaruuduissa ilmaistaan iloa ja kannustetaan. Aikuinen valitsee peliin kortit kulloisenkin käyttötarpeen mukaan. Pelin korttisarjoja voi käyttää myös itsenäisesti ilman pelilautaa. Pelin varjolla voidaan käsitellä vaikeita asioita joko isommassa ryhmässä, lapsen ja hänen perheensä kanssa tai omaohjaaja-/menetelmätyöskentelytuokioilla lapsen kanssa kahdestaan.

7.2.4 Tutustuminen ja osallisuuden lisääminen

Minun kirjani ja *Umbrella* ovat erityisesti lastensuojelun sijaishuollon hoito-, kasvat-
tus ja ohjaustyöskentelyyn suunniteltuja työkaluja lapsen elämäntarinan kokoamiseen
ja ymmärtämiseen, lapsen osallisuuden lisäämiseen ja erilaisten taitojen harjoittelua
varten. *Minun kirjani* soveltuu paremmin pienemmille lapsille ja lyhytaikaisessa si-
joituksessa käytettäväksi, kun taas *Umbrella* sisältää esimerkiksi itsenäiseen elämään
valmennusta. Kummastakin kirjasta voi valita ajankohtaisia asioita ja teemoja lapsen
kanssa käsiteltäväksi. Molemmat soveltuvat hyvin käytettäväksi esimerkiksi omaoh-
jaaja- /menetelmätyöskentelytuokioilla.

7.2.5 Puuttuvien taitojen harjoittelu

Muksuoppi on ratkaisukeskeinen lähestymistapa lasten ongelmiin. Siinä lapsen haas-
teet ja ongelmat käännetään puuttuviksi ja opeteltaviksi taidoiksi, joita harjoitellaan
sekä arjessa että omaohjaaja- ja menetelmätyöskentelyhetkillä soveltaen.

7.2.6 Aggression hallinta ja sosiaalisten taitojen harjoittelu

ART-menetelmä on USA:ssa kehitetty menetelmä, joka tähtää toiminnallisten harjoi-
tusten kautta sosiaalisen, hyväksytyyn käyttäytymisen lisääntymiseen. Tavoitteena on
moraalisen ajattelun kehittyminen, itsehillinnän paraneminen ja jokapäiväisessä elä-
mässä tarvittavien sosiaalisten taitojen harjoittelu. Menetelmää voidaan soveltaa yk-
sittäisten lasten kanssa työskentelyyn tai perustaa ART-ryhmiä, joissa menetelmää
käydään strukturoidusti läpi koulutettujen ART-ohjaajien (Laura ja Henri) kanssa.
Perheen kanssa tehtävään yhteistyöhön on ART-menetelmästä kehitetty oma *FAMI-
LYTIES-menetelmä*.

7.2.7 Perhearviointi

Perhearviointi on perheen toimintakyvyn, voimavarojen, vahvuuksien ja vaikeuksien arviointiin kehitetty menetelmä, jossa asioita pohditaan ja niistä keskustellaan yhdessä perheen kanssa. Perhearviointia tehdään yhdessä perhevastaavan tai perhearviointikoulutuksen käyneen ohjaajan kanssa osana omaohjaaja- ja perhetyötä. Menetelmä tarjoaa järjestelmällisen havainnoinnin, kuvailun ja arvioinnin mallin, jonka avulla työntekijä voi oppia perheen kanssa käymistään keskusteluista ja perheen keskinäisen vuorovaikutuksen tarkastelusta ja auttaa edistämään perheen keskinäistä vuorovaikutusta. Perhearviointimenetelmää tarjotaan kaikille perheille sovelletusti ja perheiden tarpeiden mukaan räätälöitynä pakettina.

7.2.8 Aggressiivisen käyttäytymisen ennaltaehkäisy ja ennakointi

Aggression portaat on Raisa Cacciatoren kehittämä varhaiskasvatukseen, perusopetukseen sekä toisen asteen koulutukseen laatima opetusmateriaali, jota voidaan hyödyntää myös Säikässä. Se on portaittain lapsen ja nuoren eri kehitysvaiheisiin soveltuva malli kasvatuksellisin keinoin ennaltaehkäistä väkivaltaa. Se auttaa tunne- ja ilmaisutaitojen kehittämisessä, myönteisten tunnekokemusten lisääntymisessä ja vähentää toisiin kohdistuvaa fyysistä väkivaltaa. Lisäksi se vaikuttaa myönteisesti väkivaltapeliin ikärajoihin suhtautumiseen sekä opettaa rentoutumisen keinoja. Tätä kirjaa Säikässä ei ole, mutta se olisi hyvä tilata ja viedä tietoa myös Säikan pihapiirissä toimivaan kouluun.

Mieletön fiilis: Hyvän mielen käsikirja on lastenpsykiatri Raisa Cacciatoren ja nuoriopsykiatri Max Karukiven kirjoittama hyvä työkalu vähän vanhemmille teini- ja murrosikäisille lapsille lapsesta riippuen joko lapsen itsensä käsiteltäväksi, tai sopivin osin teemoittain käytettäväksi omaohjaaja- ja menetelmätyöskentelyhetkillä. Kirja tarjoaa nuorelle käytännönläheisiä työkaluja tueksi pärjäämiseen ja omien tunteiden hallintaan, mielen sekasorron selvittämiseen sekä opettaa taitoja mielen hyvinvoinnin rakentamiseksi sekä toimivien ihmissuhteiden luomiseksi.

Kiukkuleijona sopii hienosti alle kymmenvuotiaiden lasten kanssa työskentelyyn. Siinä käsitellään kiukkua sadun muodossa ja haastetaan lasta pohtimaan omia tunteitaan sekä reaktioitaan. Lapsi piirtää itselleen oman kiukkuleijonan, askarrellaan lapselle tunnemittari ja yhdessä ohjaajan ja /tai vanhempien kanssa voidaan keksiä keinoja kiukkuleijonan kesyttämiseksi. Soveltuu parhaiten lapsen kanssa kahdenkeskisiin omaohjaaja- ja menetelmätyöskentelyhetkiin.



Kuva 1. Familiar Säikässä 2022 asuneen lapsen piirtämä ”Kiukkuleijona”

HAASTE-materiaali on Autismisäätiön ja useamman yhteistyökumppanin kehittämä materiaali ja toimintamalli haastavan käyttäytymisen vähentämiseen ja ennaltaehkäisyyn. Toimintamalli sisältää HAASTE-prosessin, mikä on strukturoitu yhteistyömalli, missä tarkastellaan haastavaa käytöstä sekä sen taustatekijöitä yksilön sekä yhteisön näkökulmasta. Prosessi on tarkoitettu toteutettavaksi yhteistyössä lapsen, ohjaajien, kodin ja koulun sekä mahdollisten harrastusten parissa. Yhteistyön tarkoituksena on varmistaa laaja näkökulma ja varmistaa tiedonkulun sujuvuus sekä yhteisten toimintatapojen rakentuminen. Prosessissa valitaan ensin eniten haasteita tuottava asia tai käyttäytyminen ja kirjataan ylös ennakoivat tapahtumat sekä tapahtuma-aika ja kirjaamisen myötä yritetään löytää ennakoivia tekijöitä sekä ennusmerkkejä ja sitä kautta löytää keinoja ennaltaehkäisyyn.

7.2.9 Aggression purkaminen leikkimällä, liikkumalla ja harrastamalla

Säikässä on mahdollisuus kokeilla, leikkiä ja harrastaa aggressionhallintaan liittyviä taitoja sekä Säikän ulko- ja sisätiloissa, että esimerkiksi vastaavan ohjaajan Rikun seuran salilla joko osana seuran ohjattua toimintaa tai sitten Säikän ohjaajien ohjaamana. Vauhdikkaissa leikeissä ja peleissä lapset saavat purkaa sekä energiaansa että aggressiotaan ja siksi näille leikeille sekä peleille, joissa lapset pääsevät kokeilemaan omia taitojaan sekä rajojaan ja ottamaan mittaa toisistaan tulee tarjota mahdollisuus päivittäin. Tabletin, tieto- ja pelikoneen pelit eivät pura lasten energiaa samalla tavalla kuin motorinen leikkiminen. Hipa- ja muut juoksuleikit ovat hyväksyttävä kanava aggression purkamiselle.

8 YHTEENVETO

Kaikessa kasvatuksessa Familiar Säikässä on arjen struktuurilla ja aikuisjohtoisuudella suuri merkitys. Tärkeitä ovat yhteiset säännöt sekä kullekin lapselle laaditut henkilökohtaiset viikko-ohjelmat ja tavoitteet. Lapsen normaalin kasvun tukena on tärkeää myös aggressiokasvatuksen toteuttaminen. Kunkin lapsen kanssa on hyvä etsiä sopivia tapoja tukea hänen kasvuaan. On hyvä tietää lapsen taustoista ja mahdollisista yhteistyökumppaneista ja suunnitella lapsen kasvua ja kehitystä tukeva hoito ja kasvatusta ottamalla kaikki osapuolet sekä myös lapsi itse mukaan suunnitteluun. Kun kaikki ovat ns. ”samalla sivulla”, on helpompaa toteuttaa tavoitteiden mukaista työskentelyä eri ympäristöissä ja kasvatusta pysyy johdonmukaisena.

Kaikki lapset ovat yksilöitä ja työ lastensuojelulaitoksessa on usein parhaansa tekemistä ja jatkuvaa päätösten tekemistä vailla tietoa siitä mikä olisi oikein. Ei kannata lannistua vaan muistaa, että mikäli lapsen tai hänen perheensä haasteisiin olisi selkeä ja yksinkertainen ratkaisu, lapsi ei todennäköisesti olisi sijoitettavaksi päätnyt. Eri-laisia asioita kannattaa kokeilla. Sitten voi hylätä ne, jotka eivät toimi ja ehkä kokeilla niitä joskus uudestaan ja taas niitä asioita, mitkä toimivat kannattaa luonnollisesti tehdä lisää.

Mikäli omat tunteesi uhkaavat ottaa vallan haastavassa vuorovaikutustilanteessa lapsen kanssa, voi olla syytä ottaa aikalisä. Joskus myös lapsen kanssa työskentelevän aikuisen vaihtaminen tilanteessa voi auttaa lasta pääsemään asian ylitse, etenkin mikäli lapsen kiukku henkilöityy aiemmin tilanteessa olleeseen aikuiseen.

Ota puheeksi omaohjattavasi tai ihan kenen tahansa lapsen asiat muiden ohjaajien kanssa joko arjen kasvatustyön ohessa, tiimipalaverissa tai työnohjauksessa. Moniin asioihin saattaa löytyä ratkaisu helpostikin, kun asiaa katsoo ulkopuolelta. Työkavereistasi löytyy erilaisten asioiden asiantuntijoita, jotka mielellään neuvovat ja auttavat niin aggressiokasvatuksessa kuin muussakin lapsen hoitoon ja kasvatukseen liittyvissä asioissa.

Mikäli lapsen haasteet osoittautuvat niin suuriksi, että lapsen normaali kasvu ja kehitys on vaarantunut, ota asia puheeksi moniammatillisessa työryhmässä, verkostopalaverissa tai lapsen hoitavan tahon kanssa. Mikäli lapsella ei vielä ole hoitavaa tahoa, tulee hänelle varata aika lääkäristä, jolloin hän saa lähetteen jatkotutkimuksiin ja lapsen auttamiseksi voidaan etsiä hänen kasvuaan ja kehitystä sekä hoitoa tukevia keinoja.

LÄHTEET

Autismiliitto (n.d.). HAASTE – apua haastavaan käyttäytymiseen. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://autismiliitto.fi/tuki-ja-neuvot/haastemanuaali/>

Cacciatore, R. (2007). Aggression portaat. Opetushallitus.

Cacciatore, R. (2009). Kapinakirja: Aggressiokasvattajan käsikirja – koululaisesta aikuiseksi, Väestöliitto. Vammalan kirjapaino.

Cacciatore, R. & Karukivi, M. (2014). Mieleton fiilis: Hyvän mielen käsikirja. Tammi.

Cacciatore, R. & Korteniemi-Poikela E. (2019) Sisu, tahto, itsetunto: Portaat itku-
potku-raivareista aggression hallintaan. Minerva Kustannus.

Clarkson, Stephanie: Hyvää mieltä!, PS-kustannus, 2019

Hintikka, J. (2016). Sopeutumattomien oppilaiden tunne- ja itsesäätelytaitojen kehittyminen: Oppilaiden ja opettajien arvioita ja kokemuksia Aggression portaat -
interventiosta [väitöskirja, Turun yliopisto]. UTUPub. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-6373-7>

Huhtala, J. (2020). Ihmiskuva Toimiva lapsi ja perhe - ja Aggression Replacement
Training -menetelmissä [pro gradu -työ, Lapin yliopisto]. Lauda.
<https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2020061343079>

Kannasoja, S. (2013). Nuorten sosiaalinen toimintakyky [väitöskirja, Jyväskylän yli-
opisto]. JYX-julkaisuarkisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-5459-8>

Kaunisvesi, J. (n.d.) Kaunisvesi Method: Kunnioittava kosketus - Käytännön harjoit-
teet

Keltikangas-Järvinen, L. (2012). Pienen lapsen sosiaalisuus. WSOY.

Jääskinen, A—M. & Pelliccioni, S. (2017). Mitä sä rageet?: Lapsen ja nuoren tunne-
taitojen tukeminen, Lasten Keskus ja Kirjapaja.

Käytöshäiriöt (lapset ja nuoret): Käypä hoito -suositus, (2018), Suomalaisen Lääkäri-
seuran Duodecimin, Suomen lastenpsykiatriyhdistyksen, Suomen nuorisopsykiatri-
sen yhdistyksen ja Suomen Psykiatriyhdistyksen Nuorisopsykiatrian jaoksen asetta-
ma työryhmä. Suomalainen Lääkäri-seura Duodecim.
<https://www.kaypahoito.fi/hoi50118>

Ei varsinaista tekijää.

Laaksonen, V. (2012). Vuorovaikutustaidot ja lasten osallistuminen vertaisryhmässä:
Katsaus monitieteiseen tutkimuskirjallisuuteen. Nuorisotutkimus 30. Nuorisotutki-
musseura. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1755273>

Larsson, L. (2012). Sovittelun taito. Basam Books.

Luontaishoitola Helmi. (n.d.). Shindo. Haettu 20.4.2022 osoitteesta <http://www.hoitolahelmi.fi/shindo-rentoutusvenyttely/>

Mankinen, K., Jokinen, I., Lintu, R. & Schulman, M. (toim.). (2015). Pikkulapsesta koululaiseksi: Psykodynaaminen näkökulma tunne-elämän ja ihmissuhteiden kehitykseen. Therapie-säätiö. Tammerprint.

Mieli. (n.d.a). Harjoitukset. Haettu 24.5.osoitteesta <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/harjoitukset/>

Mieli. (n.d.b). Perhearvointimenetelmä -koulutus. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/koulutukset/tyomenetelmia-ja-osaamista-ammattiauttajille/perhearvointimenetelma-koulutus/>

Nurmi, P. Toim.). (2013). (toim.). Lapsen ja nuoren viha (s. 15–27). PS-kustannus.

Oksanen, J. & Sollasvaara, R. (toim.). (n.d.). Esteille hyvästit!: Opas autismikirjon sekä ADHD- ja Tourette oireisten lasten kasvattajille. Esteetön lapsuus neurokirjon lapselle ja nuorelle 2017–2019-hanke. Autismisäätiö.

Pesäpuu. (n.d.a). Nallekortit. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/1/nallekortit>

Pesäpuu. (n.d.b). Vahvuuskortit. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/109/vahvuuskortit>

Pesäpuu. (n.d.c). Valovoimapeli. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/110/valovoimapeli>

Pudas, J. (2014). Tasapainoisen persoonallisuuden kehitystä tukeva kasvatustieteellinen tutkimus varhaislapsuudessa [pro gradu -työ, Oulun yliopisto]. JULTIKA. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:oulu-201412052106>

Repo, L. (2015a). Bullying and its prevention in early childhood education [väitöskirja, Helsingin yliopisto]. Helda. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-0200-3>

Repo, L. (2015b). Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. PS-kustannus.

Riihonen, R. & Suokas, K. (2020). Aada ja kiukkuleijona. Otavan Kirjapaino.

Riihonen, R. & Koskinen, M. (2020) Kuinka kiukku kesytetään?: lasten aggressiokasvatus (2. painos). PS-kustannus.

Roos, S. (2014) Guilt, shame, emotion regulation, and social cognition: Understanding their associations with preadolescents' social behavior [väitöskirja, Turun yliopisto]. UTUPub. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-5891-7>

Rytkönen, M. (2013). Kehityskulkuja ja väliintuloja: Ekologinen näkökulma vakavan väkivallanteon tehneiden nuorten sosioemotionaalisen terveyden kehitykseen [väitöskirja, Itä-Suomen yliopisto]. EREPOSITORY. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-61-1174-2>

SAMK. (n.d.). Somebody-menetelmä. Haettu 7.5.2022 osoitteesta <https://somebody.samk.fi/menetelma/>

Schaefer, C. E. & Gerard Kaduson, H. (2012). Leikkiterapia: Teoria, tutkimus ja käytäntö. UNIPress.

Schulman, G. (2004). Väkivalta ja sietämättömien tunteiden kierrätys. Suomen Lääkärilehti 2/2004. <https://www.laakarilehti.fi/lehdet/?year=2004&magazine=285198>

Shindo Ry. (n. d.). Haettu 20.4.2022 osoitteesta <https://shindo.fi/>

Sinkkonen, J. (2012). Nuoruusikä, WSOY.

Sinkkonen, J. & Korhonen, L. (2016). Pulassa lapsen kanssa. Duodecim.

Suomen ART. (n.d.). Menetelmät. Haettu 7.5. osoitteesta <https://www.suomenart.com/>

Veijalainen, J. (2020). Lasten itsesäätely lasten kuvaamien hallintakeinojen ja tunneilmaisun näkökulmasta [väitöskirja, Helsingin yliopisto]. Helda. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-6498-8>
<http://hdl.handle.net/10138/318920>