

Työkaluja haastavan käytöksen kohtaamiseen

Ville Palkeinen

3 op



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSTYRELSEN

Niilo Mäki
INSTITUUTTI



Työkaluja haastavan käytöksen kohtaamiseen

Koulutuksen tavoite on tarjota työkaluja arjen haastaviin tilanteisiin oppilaan kohtaamisessa. Haastavan käyttäytymisen kohtaamisen ytimessä ei ole opettajan persoona, vaan ammattitaito jolla hän kohtaa oppilaan. Johdonmukaisen struktuurin ylläpitäminen, aikuisjohtoisuus, oppilaan rajaaminen ja kurinpito ovat oppilasta ja aikuista kuormittavia arjen haasteita. Struktuuri on arjenkäytänteitä, mutta myös aikuisten toiminnan ennakoivuutta ja ympäristön pysyvyyttä. Koulutuksen on tavoite on antaa välineitä kohdata oppilas tulevaisuusorientoituneesti ja ratkaisukeskeisesti.

Erityisesti erityisopetuksessa opettajat kohtaavat hyvin erilaisia oppilaita ja heidän haasteitaan, eikä konflikteille tai haasteille ole yhtä patenttiratkaisua. Kouluympäristössä oppilaille vaikeuksia tuottavat itsesäätelyn haasteet voivat kummuta neuropsykiatrisista pulmista, käyttäytymisen haasteista, vajavaisista tunne- ja vuorovaikutustaidoista, ahdistuneisuudesta tai opitusta väkivaltaisesta ja aggressiivisesta toimintamallista.

Työkaluja haastavan käytöksen kohtaamiseen

Oppilaan käyttäytymiseen vaikuttaa erilaisia primaari- ja sekundaaritunteita, jotka tuovat oppilaalle lisää kuormitusta. Näiden taustatekijöiden, toimintamallien ja tunteiden tunnistaminen yhdessä oppilaan tuntemuksen kanssa mahdollistaa oppilaan sensitiivisemmän rajaamisen ja mahdollistaa tukea oppilasta ikätasoisissa itsesäätelytaidoissa, sekä tarjoaa oppilaalle korjaavia kokemuksia häntä kuormittavassa ympäristössä. Tavoite on se, että oppilas oppisi haastavissa tai rajaamistilanteissa itse tekemään valintoja, jotka tukevat hänen koulussa olemistaan ja kouluun kiinnittymistä. Lisäksi koulutuksessa käsitellään dialogista lähestymistä oppilaan haasteisiin moniammatillisessa ja verkosto/sidosryhmäyhteistyössä ja arjenyhteyden pidossa huoltajien kanssa, sekä kolmiportaista tukea oppilaan tuen polulla käytännön ja hallinnon näkökulmasta.

Työkaluja haastavan käytöksen kohtaamiseen

Sisältöteemat:

- Arjen käytänteet ja aikuisjohtoisuus
- Rajaaminen ja struktuuri
- Neuropsykiatriset pulmat
- Käyttäytymisen haasteet
- Väkivaltainen ja aggressiivinen käytös
- Itsetuhoisuus
- Masentuneisuus
- Trauma ja ahdistuneisuus
- Tulevaisuusorientoitunut kohtaaminen
- Tunteita validoiva kohtaaminen

Tuki ja inkluusio

- On merkityksellistä, että yhteisö määrittelee yhdessä sen mitä inkluusio on.
 - Osallisuus yhteisössä
- Yhteenkuuluvuuden tunne on tärkeää inklusiivisessa koulussa, niin työyhteisössä kuin oppilasyhteisössäkin
 - Auttaa oppilaita kiinnittymään koulu yhteisöön ja mahdollistaa kaikille koulun aikuisille tulevaisuusorientuneen työtteen
- Opettajilla ja myös rehtoreilla (ja hallinnolla) tulee olla ymmärrystä ja asiantuntemusta tuen tarvitsijoiden tilanteesta.
- Yhteisopettajuus on tehokas tapa huomioida oppilaiden moninaisuutta. Se myös mahdollistaa ammatillisen peilaamisen oppilaiden erilaisissa arjentalanteissa
- Opettajien tietotaidon lisääminen tarpeen mukaan.
- Erityisopetuksella on iso rooli inklusiivisessa yhteisössä
 - Mm. oppilaan arvokas kohtaaminen kaikissa tilanteissa

”Lapset toimivat oikein jos osaavat”

Ross W. Greene (2009)

”Kiukkuinen potilas kärsii itsekin omasta kiukkuisuudestaan. Hän on kuitenkin oma kiukkunsa vanki niin kauan kuin hänen annetaan ymmärtää, että hänen kiukkunsa on perusteetonta. Kun hänet otetaan vakavasti, häntä kuunnellaan, hänen kokemuksensa ymmärretään, ja syntyneestä jupakasta seuraa jotakin potilas voi luopua kiukustaan ja vapautua näkemään tilanteen myös muiden ihmisten näkökulmasta”

Furman, Hankalat potilaat ja kaksoisloukkaus (1998)

Lapset ja nuoret vasta harjoittelevat itsesäätelytaitoja. Taitojen harjoittelu ja tukeminen (moniammatillisesti) on kaikkien oppilaiden etu.

Struktuuri ja johdonmukaisuus

- Struktuuria on mm.
 - koulupäivän rakenne, oppituntien rakenne: aloitus, tavoitteet, ajankäyttö, odotukset, visuaaliset ärsykkeet, siirtymät opetuksessa.
 - Siirtymien rakenne ja sopimukset mm. välitunnille meno
 - Aikuisten kielenkäyttö, aikuisten välinen kommunikointi,
 - Oppimisympäristön ratkaisut: kuvatuki, timetimer, oppimateriaalit, välisermit, toiminnanohjauksen tukeminen aiemmin sovitulla tavalla: ikätasoinen vastuunkanto, luokan säännöt, ylimääräisten ärsykkeiden karsiminen tietyillä oppitunneilla, päivä/tunti ohjelma näkyvillä kuvin ja tekstein...
- Struktuuri auttaa pitkäjänteisyyden harjoitteluun ja ponnisteluun, eli auttaa oppilasta tietämään miten toimia, mitä häneltä odotetaan, sekä ennakoimaan omaa toimintaansa
 - ikä-/kehitystasoinen vastuunkanto / käytös- ja opiskeluodotukset
- Struktuuri hyödyttää oppilasta erityisesti vapaammassa opetushetkissä, mm. tarkkaavuuden pulmat ja käytöksen pulmat
- Struktuuri eli rakenne mahdollistaa myös sen, että aikuinen voi toimia kaikissa tilanteissa johdonmukaisesti

Struktuuri ja rajaaminen

- Struktuuri luo psykologista turvallisuutta
 - Ennakoitavuus ja rutiinit, luottamus aikuisten toimintaan
- Rajaamien perustuu luottamukseen
 - oppilaalla voi olla vahvoja turvattomuuden kokemuksia
- Struktuuri on yhteisön jokaisen jäsenen vastuulla, kuitenkin vahvasti aikuisen määrittelemään
- Struktuuri sallii keskeneräisyyden (rajaamistilanteet) ja erilaiset tavoitteet yhteisössä
 - harjoitellaan taitoja yhteiskuntaan, sosiaalinen inkluusio
- Rajaaminen sallii eri mielisydet ja sen että niitä opetellaan ymmärtämään
- Struktuurin kautta sosiaalisten taitojen kartuttaminen vastaa ihmisyyden syvään tarpeeseen olla osa laumaa
 - Oppilas oivaltaa olevansa **tärkeä** osa omaa ryhmää:
 - jos hän olisi poissa olisi ryhmä erilainen, hän tuo siihen oman vahvuutensa ja panoksensa.

Aikuisena ja ammattilaisena kohden haastavaa käytöstä

- Oppilaan aseman oivaltaminen, **empatia** on merkityksellistä kun lähdetään tukemaan oppilasta ja ohjaamaan häntä kohden toivottua käytöstä – se myös auttaa meitä nousemaan tilanteen yläpuolelle aikuisen asemaan
- Muista, että **empatia on nippu taitoja** – niin lapsilla ja nuorilla kuin meillä aikuisillakin!

Miten rajaaminen tapahtuu?

- Kyse on pohjimmiltaan tekniikkavalikoista ja työkalupakeista, jotka toimivat vain kun asenne (aikuisuus ja arvot) on kohdallaan.
- Empatia: aina on syytä muistaa, että vaikka käytös ei ole hyväksyttävää, tunnetila on.
 - Oppilaalle on sopivassa vaiheessa hyvä avata ikä/kehitystasoisesti se, että tunnereaktio voi olla tapahtuneeseen nähden kohtuuton
- Konfliktitilanteissa ennakoasenteet ja ensivaikutelma luovat odotuksia, jotka pyrkivät toteutumaan (Karpela, 2018)
- Ensimmäinen kommentti samansuuntainen kuin oppilaan: Tunteen tunnistaminen ja tunteen validointi
 - ”Et sä voi ymmärtää.” – Se on totta, en voi ymmärtää, mutta näen ja että sinulla on hankala olla.
 - ”Koulu on hanurista.” – Koulu voi toisinaan tuntua raskaalta, mutta kun sanot tämän, olen yhä ylpeämpi siitä että tulet joka päivä tunnollisesti kouluun.
 - ”Mä meen lyömään sitä turpaan” – Jotain erityisen ikävää on varmaan tapahtunut kun olet noin hermostunut, mutta nyt meidän täytyy ensin hetki rauhoittua tässä ja voisit kohta kertoa mitä sinun mielestäsi on tapahtunut.
- Tunneperäisten reaktioiden aktivoituminen tapahtuu alle puolessa sekunnissa. Negatiiviset tunteet ohjaavat aistihavaintojamme poimimaan ympäristöstä negatiivisia viestejä. (Nummenmaa, 2010)
- Kun ihmisten luonteet nimetään positiivisten piirteiden mukaisesti on usein seurauksena sen, että he alkavat käyttäytyä mainitun piirteen mukaisesti. (mm. Kraut, 1973, Stranta & Dejong, 1981, Pillavin & Callero, 1991)

Aikuisena ja ammattilaisena kohden haastavaa käytöstä

- Erityisesti käytöshäiriöiset lapset ja nuoret pyrkivät horjuttamaan aikuisen mieltä ja murentamaan ammatillisuutta
 - Pyrkimyksenä on vallan anastaminen aikuiselta
 - Opittu toimintatapa, joka on tuottanut tulosta.
- Mielen sisäisten osien vuorovaikutus:
 - Lapsi, aikuinen, ja vanhempi
 - Lapsi: välitön tunnereaktio (kohtuuton tunnereaktio) itsesäätely harjoitusvaiheessa)
 - Vanhempi: ottaa vastuun toisesta, kasvattaa, lohduttaa
 - Aikuinen: tunnistaa omat ja toisen tunteet, itsesäätely, rajat
- Myös me aikuiset voimme jäädä kiinni lapsenomaiseen tunnereaktioon: eipäs, juupas...

Kuinka tukea masennusoireilevaa lasta ja nuorta koulussa

- Erityisen tärkeää on pitää kaikin mahdollisin tavoin ”arki rullaamassa”, eli saada lapsi ja nuori kiinnittymään kouluun ja käymään koulussa säännöllisesti.
 - Tällä on jo itsessään hoidollista vastetta, vaikka hoito ei olisi edes käynnistynyt
 - Oppilaan ja huoltajien kanssa kartoitus siitä mitkä ovat mahdolliset haastavimmat hetket koulupäivässä ja niihin konkreettisia tavoitteita ja yhteinen arviointi
 - Mahdollisuus hyödyntää mm. pedagogisia järjestelyitä, VSOP, POL 18 § OTEJ-järjestelyitä
- Lapsen ja nuoren merkitsemättömyyden ja näköalattomuuden kokemus:
 - Aito kiinnostus lapsesta tai nuoresta ja hänen mielenkiinnon kohteistaan ja vahvuuksistaan.
 - Esim. huomion kiinnittäminen yksityiskohtiin ja niiden muistaminen myöhemmin.
 - Myös aito kiinnostuksen osoittaminen lapsen ja nuoren kokemusmaailmaa kohtaan.
 - Keskustelu siitä että nyt vallitseva tunneilmasto ei ole pysyvä, vaan se väistyy jossakin vaiheessa kun oppilas ottaa tukea vastaan.

Kuinka tukea masennusoireilevaa lasta ja nuorta koulussa

- Usein unohtuu masennuksen fyysiset vaikutukset: väsyneisyys ja uniongelmat, jotka voimistavat väsymystä ja kuormittuneisuuden kokemusta.
 - Kontekstointi ja tavoitteiden suuntaaminen hyvin konkreettisiin asioihin
- Masennus vaikuttaa oppimiskykyyn ja laskenut oppimiskyky on yhteydessä itsetunnonlaskuun oppijana
 - Lapset tyypillisesti kokevat tilanteen mustavalkoisemmin, ”minä en kelpaa, olen väärä, syyllinen, paha..”
 - Nuoret kokevat useammin epäoikeuden mukaisuutta ja olevansa väärin ymmärrettyjä.
 - Tunteiden validointi ja kontekstointi, vääristymien sanoittaminen ikätasoisesti
- Masentuneen ajattelulla on taipumus muuttua yliyleistäväksi ja henkilökohtaistavaksi.
 - Yksi negatiivinen palaute (tai sellaiseksi tulkittu) tai negatiivinen kokemus (mm. kaksoisloukkaus) muodostuu vallitsevaksi totuudeksi ja ominaisuudeksi oppilaassa
 - Positiivisella konkretiaan sidotulla ”uskottavalla” positiivisella palautteella on vaikuttavuutta. Oppimisen arviointi vs. osaamisen arviointi
- Kohtaamattomuuden kokemus
 - Me puhe: ”kyllä me yhdessä löydämme tähän ajan kanssa ratkaisun pala kerrallaan, vaikka se vielä tuntuu kaukaiselta”

Kuinka kohdata ja tukea ahdistusoireilevaa lasta ja nuorta koulussa

- Ahdistuneella lapsella ja nuorella on harvoin käsitteitä, joilla hän voi kuvata sisäistä olotilaansa
 - Rauhallinen kohtaaminen, kehollistaminen ja siten huomion suuntaaminen, erityisesti lapset
 - Rauhallinen kohtaaminen, nuoren tunteiden validointi
 - Sanoittamisessa pyritään välttämään kaksoisloukkausta, joka voi muodostua nuoren omasta kokemuksesta että aikuinen vähättelee tai ei ota tilannetta vakavasti
- Tärkeää ettei aikuinen lähde heti toimimaan, hoitamaan, hakemaan toimintatapaa tai ratkaisua vaan luodaan rauhallinen tilanne ja kuunnellaan lapsen ja nuoren mielentilaa

Kuinka kohdata ja tukea ahdistusoireilevaa lasta ja nuorta koulussa

- On hyvä muistaa, että ensikontaktissa lapsi ja nuori usein pyrkii antamaan itsestään toimintakykyisemmän kuvan
 - Taustalla erilaisia mekanismeja:
 - Halu pärjätä ja olla reipas
 - Pelko ja aiemmat kokemukset siitä ettei aikuinen kestä
 - Kokemukset häpeästä tai pettymyksen tuottamisesta aikuiselle
- Salliva ja normalisoiva asenne vuorovaikutustilanteessa tärkeää, jotta lapsi tai nuori voi jakaa sisäisiä pelkoja tai huolia
- Työkaluttomuuden ja (koulun suorittamiseen liittyvän) ahdistuneisuuden tunteen validointi ja kontekstointi
 - ”Minä olen nyt työskennellyt sinun kanssasi jo pari viikkoa ja olen huomannut että sinä olet oppinut vaikka olet ollut hyvin väsynyt/jännittynyt. Minusta tuntuu vahvasti siltä, että vaikka töitä täytyy tehdä vielä yhdessä reilusti, ei meillä ole mitään hätää ettetkö oppisi peruskoulun sisältöjä.”
- Me puhe. Kyllä me yhdessä saamme tämän selvitettyä.
- Realistinen toivo!

Oppilaan kohtaaminen ja tukeminen koulussa

- Vältä ongelmalähtöistä lähestymistapaa!
- Luokan tunneilmapiiri salliva ja utelias
- Koulun oppimisympäristön olisi hyvä kaikin mahdollisin tavoin tukea keskittymistä.
 - Oppilaat hyötyvät merkittävästi selkeästä strukturoidusta oppimisympäristöstä
- Koulun ja kodin yhteistyö merkityksellistä, mm. ennakoinnin, ohjeistamisen ja toimintamallien suhteen
 - Yhteistyö koulun ja kodin, sekä muun verkoston kanssa on hyvä olla aktiivista ja avointa
- Oppilas hyötyy strukturoinnista, tehtävien pilkkomisesta ja ensin-sitten-lopuksi työskentelytavasta, ennakoinnista ja palkkiojärjestelmistä
 - Ennalta sovitut toimintatavat haastaviin hetkiin
- Käytös- ja opiskeluodotusten ääneen sanoittaminen oppilaalle
- Ajankäytön konkretisoiminen ja pilkkominen
- Oppilaan on hyvä oivaltaa ikätasoisesti että edistetään ja arvioidaan oppimista, ei keskittymistä ja siinä onnistumista vaikka myös jälkimmäistä yhteisvoimin harjoitellaan
 - Pyritään välttämään alisuoriutumisen kierre

Oppilaan kohtaaminen ja tukeminen koulussa

- Välitön palaute ja palkinnot tukevat ja motivoivat oppilasta
 - Lapsen ja nuoren kokemusmaailmassa uskottava realistinen positiivinen palaute
- Kaiken onnistumisen ja oppimisen näkyväksi tekeminen
- Vapaampien sosiaalisten tilanteiden tiedetään olevan oppilaille kuormittavia, joten ohjaus ja aikuisten läsnäolo vähentää ristiriitoja ja väärinymmärryksiä. Aikuisen on hyvä olla rauhallinen ja kannustava kaikissa tilanteissa.
 - Ryhmätaitojen harjoittelu, mm. impulssin herääminen ja oman vuoron odottaminen, empatia
 - Tunteiden sanoittaminen ja sosiaalisten tilanteiden tunnistaminen
- Oppimisympäristössä on hyvä olla mahdollisuus purkaa motorista levottomuutta, ilman että se herättää oppilaan impulsiivisuutta
 - Sensoriset lelut, sinitarra, jumppapallo, pyöränrenkas pulpetissa, purukumi
- Tietoisuustaidot mahdollisuus

Autismin kirjon oppilaan kohtaaminen ja tukeminen koulussa: PDA/EDA-piirteisyys

- Vähemmän tutkittu ja ei vielä virallisesti diagnosoitu neuropiirteisyys
- Korostuu vaatimusten vahva kuormittava kokemus:
 - Sekä sisäiset että ulkoiset vaatimukset kuormittavat ja aiheuttavat vastustusta, usein seurauksena tilanteeseen nähden kohtuuton reaktio
 - Taustalla tarve kontrolliin, toisaalta nähdään että taustalla olisi äärimmäinen stressiherkkyys
- Toimintamalleja koulussa ja hoidossa:
 - Panda-malli
 - Itsetuntemuksen kasvattaminen (piirteisyyden tunnistaminen itsessä) ja tietoisuustaito ja rentoutusmenetelmät

Keskeisiä välitehtävissä sekä koulutusten aikana esiin nousseita teemoja

- Erityispedagogisen työkalupakin kapeus aineen- ja luokanopettajataustaisilla opettajilla.
 - Täydennyskoulutuksiin tuntuvat hakeutuvan vain osa opettajista. Työyhteisössä usein kielteisimmin tuen tarpeisiin oppilaisiin suhtautuvat eivät hakeudu koulutuksiin.
- Haastavan ja koettelevan käytöksen kohtaamista edistää koko työyhteisön yhteinen ja yhdessä keskusteltu arvopohja monimuotoisuuden kohtaamiseen ja halu sitoutua yhdessä sovittuun.
- Koko koulun yhteiseen toimintakulttuuriin sitoutuminen tukee oppilaita ja auttaa aikuisia. Esihenkilöllä merkittävä rooli.
- Opettajiston diversiteettiä tietotaidollisessa osaamisessa ei aina osata huomioida. Olisi vapauttavaa kuulla esihenkilöltä, että vielä ei tarvitse osata ja tämä on meidän yhteinen asia, jota opetlemme. Et ole yksin oppilaan kanssa, vaan tämä on meidän yhteinen asiamme.
- (Aikuisten ja oppilaiden) väsyminen toistuvissa kuormittavissa konfliktitilanteissa
 - kun muistaa, että työn vaste voi näkyä vasta vuosienpäästä, jaksaa paremmin
 - Pienten onnistumisten ja edistysaskelien havaitseminen edistää työssäjaksamista ja niiden sanoittaminen oppilaalle motivoi oppilasta ja luo pohjaa luottamukselle sekä yhteiselle onnistumiselle
- Yksin jäämisen kokemus ja toisaalta myös kokemus siitä, miten yhteisopettajuus tukee oppilasta ja aikuisia.
- On vaikeaa pitää mieli avoinna, kuunnella sekä kuulla oppilasta yrittäen oivaltaa mikä tarve oppilaalla on käytöksen takana
- Oppilaan tunteen validoinnin ja tunteen hyväksyminen (ei teon hyväksyminen) merkitys tilannetta laukaisevana aikuisen toimena.