

Thomas Gordon: Toimiva perhe – käytössä kokeiltuja menetelmiä vastuuntuntoisten lasten kasvattamiseen (2004)

Gordon kuvaa sitä, miten moni ihminen lapsen saatuaan ottaa harteilleen ”vanhemman rooliin”, he alkavat käyttäytyä tietyllä tavalla, siten kuin uskovat kunnan vanhemman käyttäytyvän. Heidän pitää mielestään olla aina johdonmukaisia, olla loputtoman hyväksyviä ja suvaitsevaisia, sivuuttaa henkilökohtaiset tarpeensa ja uhrautua lastensa vuoksi. Oman inhimillisyytensä unohtaminen on kuitenkin ensimmäinen paha virhe, sillä lapset osaavat arvostaa aitoutta ja inhimillisyyttä. Ei tarvitse olla johdonmukainen ollakseen toimiva vanhempi. On ehdottoman tärkeää että opit tuntemaan mitä todella tunnet.

HYVÄKSYTTÄVÄ JA EI-HYVÄKSYTTÄVÄ KÄYTTÄYTYMINEN

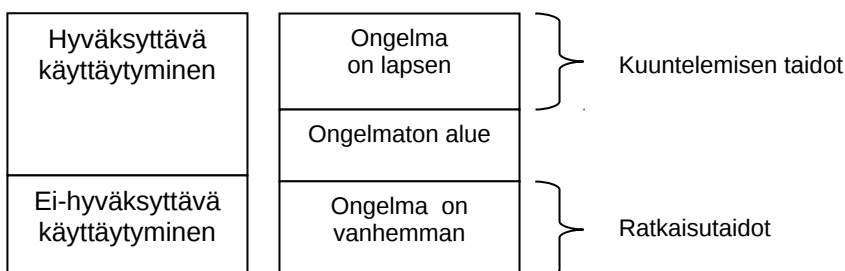
On selvää, että osa lapsen käytöksestä on helppo hyväksyä, osa ei. Se, miten hyväksyvä vanhempi on lastaan kohtaan riippuu osittain vanhemman omasta persoonasta. Toiset vanhemmat ovat persoonina torjuvia toisia ihmisiä kohtaan. Jostakin syystä he löytävät toisten ihmisten käytöksessä paljon korjattavaa. Hyväksynnän määrä on myös jossain määrin riippuvainen lapsesta. Joitakin lapsia on vaikeampi hyväksyä, kuin toisia. He saattavat olla aggressiivisia tai heillä saattaa olla epämiellyttävältä tuntuja luonteenpiirteitä.

On myös tärkeää huomata, ettei hyväksyttävän ja epätoivottavan käytöksen välinen raja ole muuttumaton. Siihen vaikuttavat mm. vanhemman mielentila sekä tilanne, jossa vanhempi ja lapsi ovat. Ja jos vanhempia on kaksi, hyväksymiskuvio on usein vielä monimutkaisempi, kun toinen vanhemmista on hyväksyvämpi kuin toinen. Mutta vanhemmat ovat väistämättä epäjohdonmukaisia. Muu ei olisi mahdollistakaan, sillä heidän tunteensa vaihtelevat päivän, lapsen ja tilanteen mukaan. Vanhemmat eivät olisi aitoja ihmisiä, jos he eivät olisi epäjohdonmukaisia. Perinteinen vaatimus olla johdonmukainen on valitettavasti saanut aikaan sen, että vanhemmat teeskentelevät, he esittävät henkilöä, jonka tunteet eivät koskaan muutu.

Yksikään vanhempi ei hyväksy kaikkea lapsen tekemisiä. Osa lapsen käyttäytymisestä kuuluu aina vanhemman mielestä ”ei-hyväksyttävälle alueelle”, vaikka eri ihmisillä raja onkin eri kohdassa laatikkoa. Jotkut vanhemmat teeskentelevät hyväksyvänsä suuren osan lapsen käyttäytymisestä, mutta myös he esittävät hyvän vanhemman roolia. Osa heidän hyväksynnästä on epäaitoa: ulospäin he näyttävät hyväksyville, mutta sisimmässään he ovat torjuvia, ei-hyväksyviä. Mutta kuten tiedämme, lapset aistivat hämmästyttävän herkästi vanhempiensa suhtautumisen. Vanhempien on turha yrittää harhauttaa lapsiaan, sillä lapset vaistoavat vanhempiensa todelliset tunteet sanattoman viestinnän avulla. Lapsi vastaanottaa ristiriitaisen viestin, mikä vaikuttaa negatiivisesti lapsen ja vanhemman väliseen suhteeseen. Kun lapsi saa kerta toisensa jälkeen kokea, että vanhempi sanoo yhtä ja tuntee toista, alkaa hän pikkuhiljaa menettää luottamustaan tällaiseen vanhempaan.

KENEN ONGELMA – VANHEMMAN VAI LAPSEN?

Gordonin mukaan eräs Toimivan perheen tärkeimmistä tehtävistä on määritellä se, kenen ongelmasta on kyse. Liian moni vanhemmista lankeaa siihen ansaan, että hän ottaa vastuun lapsen omista ongelmista sen sijaan, että rohkaisisi tätä etsimään ratkaisua niihin itse. Kunhan vanhemmat ymmärtävät omien ongelmien ratkaisemisen tärkeyden, heidän käytöksensä lapsia kohtaan voi alkaa muuttua perinpohjaisesti.



| |
|--------------------------------|
| Hyväksyttävä käyttäytyminen |
| Ei-hyväksyttävä käyttäytyminen |
| Hyväksyttävä käyttäytyminen |
| Ei-hyväksyttävä käyttäytyminen |

Ne käytöstavat, jotka vanhempi kokee ei-hyväksyttäviksi, sotivat hänen oikeuksiaan vastaan tai estävät häntä saamasta tarpeitaan tyydytetyksi. Tällainen käytös kertoo että *ongelma on vanhemman*. Mutta jos ystävä on hylännyt lapsen, tai lapsesta kotiläksyt tuntuvat liian vaikeilta, tai lapsi on vihainen opettajalleen, tai jos teini-ikäinen on mielestään liian lihava – nämä ongelmat lapsi kohtaa omassa elämässään, itsenäisesti ja vanhempiensa elämän ulkopuolella – näissä tapauksissa *ongelma on lapsen*. Laatikon keskiosa edustaa sitä osaa, joka ei muodosta ongelmaa kummallekaan osapuolelle. Niissä tilanteissa, jolloin lapsella on ongelma, vanhemmalla on usein kiusaus rientää auttamaan.

Vanhempi olettaa, että hänellä on velvollisuus ratkaista ongelma ja tuntee syyllisyyttä jos ei siihen pysty. Se, että vanhempi hyväksyy ajatuksen, että ongelma on lapsen, ei tarkoita sitä etteikö vanhempi voisi olla kiinnostunut, välittää lapsesta tai auttaa häntä. Mutta toisin kuin perinteisesti, vanhempi sallii lapsen ratkaista oman ongelmansa. Lapsilla on uskomaton ja usein käyttämätön kyky löytää onnistuneita ratkaisuja ongelmiinsa. Mikäli vanhemmat ojentavat lapsen eteen valmiiksi räätälöityjä ratkaisuja, lapsi ei itsenäisty eikä kehitä omaa ongelmaratkaisukykyään. Kun vanhempi hyväksyy sen, ettei hän omista lapsensa ongelmaa, on hänen huomattavasti helpompaa olla apuna ja tukena, ohjata lasta tämän omassa ongelmanratkaisussa. Lapset toki tarvitsevat apua tietyntyyppisten ongelmien ratkaisussa, mutta hassua kyllä, pitkällä tähtäimellä kaikkein tehokkain apu on usein tietyntyyppinen epäapu, vanhemman kuuntelemisen taito.

Kun lapsen käytös tuottaa vanhemmille ongelmia (lapsen käytös on vanhemman mielestä ei-hyväksyttävää), tarvitaan toisenlaisia taitoja, ongelmien/ristiriitojen ratkaisutaitoja. Kun lapsi ohittaa vanhemman oikeudet, vanhemmalla on ongelma, hänen täytyy onnistua viestimään lapselle ”Minulla on ongelma ja tarvitsen siihen apuasi”, mikä on varsin erilainen asetelma siihen, kun lapsella on ongelma, jolloin vanhempi haluaa sanoa ”Sinulla taitaa olla ongelma, tarvitsetko apuani?”

Vanhemman on olennaista tunnistaa kummanko ongelma kyseinen tilanne on, jotta hän tietäisi onko oikea lähestymistapa kuunteleminen vai kohtaaminen.

KUN ONGELMA ON LAPSEN - KUUNTELEMISEN TAITO

Henkilö, joka pystyy välittämään toiselle aidon hyväksynnän tunteen, kykenee myös auttamaan toista. Kyky hyväksyä toinen omana itsenään on tärkeä osa sellaista ihmissuhdetta, jossa on mahdollista kasvaa, kehittyä, oppia ratkaisemaan ongelmia, tulla luovemmaksi sekä käyttää hyväkseen kaikkia voimavarojaan. Eräs elämän yksinkertaisimmista paradokseista on se, että kun ihminen tuntee olevansa hyväksytty omana itsenään, hän vapautuu kulkemaan eteenpäin elämässään, on valmis muuttamaan, kasvamaan ja tulemaan sellaiseksi kun hän suinkin pystyy.

12 kompastuskiveä

I Ratkaisuviestin lähettäminen

Ensimmäiset neljä tapaa viestiä tarjoaa jokainen jollain tavalla ratkaisua lapsen ongelmaan ja ne viestivät ei-hyväksyntää.

1. KÄSKEMINEN, MÄÄRÄÄMINEN

Lapsi määrätään tekemään jotain, hänelle annetaan ohjeita, häntä ohjennetaan.

”Minua ei kiinnosta miten muiden kotona tehdään. Meillä myös lapset osallistuvat kotitöihin!”

”Äidillesi et kyllä puhu noin!”

”Älä aina valita joka asiasta!”

2. VAROITTELU, UHKAILU

Lasta pelotellaan tekojensa seurauksilla.

”Sanakin vielä niin saat mennä huoneeseesi!”

”Sinua en kyllä tekisi niin”

3. SAARNAUS, MORALISOINTI

Lapselle kerrotaan mitä hänen kuului tehdä.

”Tuolla tavoin ei käyttäydytä”

”Vanhempia tulee kunnioittaa”

4. NEUVOMINEN, RATKAISUJEN ANTAMINEN, EHDOTTELU

Lapselle kerrotaan neuvomalla kuinka ongelma ratkeaa, hänelle annetaan ratkaisumallit.

”Entäpä jos kutsuisit molemmat tytöt meille leikkimään?”

”Odotetaan nyt vielä pari kuukautta ennen kuin päätetään mitään siitä lukiosta.”

”No yritä etsiä joku toinen leikkikaveri.”

II Vähättelyviestin lähettäminen

Neljä seuraavaa viestivät arvostelua ja vähättelyä.

5. TUOMITSEMINEN, ARVOSTELEMINEN, ERIMIELISYYS, SYYTTELY

Lapsen viestiä tulkitaan negatiiviseen sävyyn.

"Nyt et ajattele loppuun asti."

"Siinä asiassa olet kyllä väärässä."

"Olen täysin toista mieltä."

6. NIMITTELY, HALVENTAMINEN, NOLAAMINEN

Lapsen saattaminen häpeään.

"Senkin hemmoteltu kakara!"

"Voi pientä vauvaa"

"Sinähän sen tiedät"

7. TULKITSEMINEN, ANALYSOINTI, JOHTOPÄÄTÖKSIEN TEKEMINEN

Lapselle kerrotaan mikä hänen motiivinsa on. Hänelle viestitään, että hänet on tutkittu ja tuomittu.

"Puhut noin vain ärsyttääksesi minua."

"Sanot noin koska sinulla menee huonosti koulussa."

8. LUENNOINTI, OPETTAMINEN, LOOGINEN ARGUMENTOINTI

Lapseen pyritään vaikuttamaan tosiasioiden, vasta-argumenttien, tiedon ja vanhemman omien mielipiteiden avulla

"Lukio voisi olla elämäsi ihaninta aikaa."

"Lasten täytyy vain oppia tulemaan toimeen toisten lasten kanssa."

"Minä jouduin sinun ikäisenäsi tekemään paljon enemmän kotitöitä."

III Seuraavat kaksi tapaa viestiä, ovat vanhemman yrityksiä saada lapsi tuntemaan itsensä paremmaksi, häivyttää ongelma pois tieltä. Joko lasta koetetaan kehua, tai hänen tunteitaan yritetään tukahduttaa kieltämällä niiden voimakkuus.

9. KEHUMINEN, YHTÄ MIELTÄ OLEMINEN

"No mutta minusta sinä olet niin sievä."

"Sinä olet kyllä riittävän fiksu pärjätöksesi hyvin."

10. RAUHOITTELU, LOHDUTTELU, TUKEMINEN, MYÖTÄILY

"Huomenna sinulla on parempi mieli."

"Kaikille lapsille käy joskus noin."

"Älä välitä, kyllä se siitä."

"Minäkin ajattelin noin iässäsi."

IV Kaikkein yleisimmin käytetty kompastuskivi on seuraava, vaikka vanhemmat yleensä tietävät että kysymykset saavat lapsen puolustuskannalle. Näissä vanhempi etsii syytä tai motiiveja voidakseen ratkaista ongelman

11. URKKIMINEN, KYSELEMINEN, KUULUSTELEMINEN

"Milloin sinusta alkoi tuntua ettet halua lukioon?"

"Oletko puhunut muiden lasten kanssa siitä tekevätkö he kotitöitä?"

"Mistä ihmeestä sinä olet saanut tuollaista päähäsi?"

"No mitä sitten aiot tehdä peruskoulun jälkeen?"

V Viimeinen kompastuskivi viestii, että vanhempi pyrkii vaihtamaan puheenaihetta, välttämään lapsen kohtaamista. Lasta yritetään saada unohtamaan ongelmansa kiinnittämällä tämän huomio johonkin muuhun asiaan.

12. VETÄYTYMINEN, PUHEENAIHEEN VAIHTAMINEN, VITSAILU

"Älä turhaan murehdi tuollaista."

"Ei nyt viitsitä puhua siitä ruokapöydässä."

"Kuinkas muuten jalkapalloharjoitukset sujuivat?"

"Presidentilläkään ei varmaan ole noin suuren luokan ongelmia"

Miksi kompastuskivet vaikuttavat lapseen negatiivisesti? Jos esimerkiksi lapsi on valittanut, ettei hänen ystävänsä enää pidä hänestä ja leiki hänen kanssaan, ja vastaat siihen: "Jospa kohtelisit Jonnaa vähän paremmin, niin kyllä hän varmaan taas leikkii kanssasi", kerrot lapselle paljon muutakin kuin mitä lauseesi "sisältää". Lapsi voi "kuulla" piilomerkityksiä: "et hyväksy sitä että tunnen näin", "et luota siihen, että osaan ratkaista ongelman itse", "teen sinusta jotain väärin".

Hyväksynnän kieli

Moni vanhempi ei ymmärrä, miksi juuri hyväksynnällä on niin tärkeä osa lapsen kehityksessä. Monet meistä on kasvatettu uskomaan, että jos lapsi saa osakseen hyväksyntää, hän pysyy sellaisena kuin on; että paras tapa saada lapsi kehittymään on kertoa hänelle siitä, mitä hänessä emme hyväksy juuri nyt. Tämän vuoksi useimmat vanhemmat, ehkä tiedostamattaankin, turvautuvat pääasiassa torjuvaan kielenkäyttöön luottaen siihen, että se on paras tapa kasvattaa lapsia.

Eräs kolmetoistavuotias tyttö oli juuri alkamassa kapinan vanhempiansa arvoja ja asenteita vastaan: *"He hokevat minulle, että olen tuhma ja että ideani ovat typerä eikä minuun voi luottaa, koska teen vain lisää sellaista mistä he eivät pidä. Jos he kerran ovat jo valmiiksi sitä mieltä, että olen tuhma ja tyhmä, niin miksi ihmeessä en sitten tekisi kaikkea typerää?"* Tämä fiksu tyttö oli viisas ymmärtämään vanhan sanonnan sisällön: "Kerro lapselle tarpeeksi usein, kuinka huonosti hän käyttäytyy, ja aivan varmasti hän alkaa käyttäytyäkin niin." Tämän lisäksi torjumisen kieli karkottaa lapset vanhempiansa luota. Lapset lakkaavat puhumasta vanhemmilleen, he oppivat, että on helpompi pitää tunteet ja ongelmat sisällään.

Hyväksymisen kieli auttaa lasta avautumaan. Vanhemmille on tärkeää omata taito kuunnella siten, että lapset haluavat puhua kanssasi. Kun vanhemmat oppivat ilmaisemaan lapselle syvimpiä hyväksymisen tunteita, he pystyvät auttamaan lasta hyväksymään itsensä, pitämään itsestään ja tuntemaan oman arvonsa. Lapselle kaikkein tärkein hyväksynnän mukanaan tuomista tunteista on tunne siitä, että häntä rakastetaan. Todellista rakkautta on se, että hyväksyy toisen juuri sellaisena kuin hän on.

Useimmat vanhemmat tuntuvat kuvittelevan että hyväksyntä on passiivinen tila – mielentila, asenne, tunne. On aivan totta, että hyväksyntä kumpuaa sisältä päin, mutta jotta se vaikuttaisi toiseen ihmiseen, se on tuotava aktiivisesti esille, ilmaistava.

Hyväksynnän ilmaiseminen ilman sanoja

Viestimme toisille sekä puheen avulla että sanattomasti. Monissa tilanteissa vanhemmat voivat viestiä lapsellensa hyväksyntää olemalla puuttumatta hänen toimintaansa.

Esimerkki 1. Lapsi rakentaa hiekkalinnaa. Jos vanhempi antaa hänen touhuta rauhassa ja tekee sillä välin itse jotain muuta, hän antaa lapselleen sanattoman viestin hyväksynnästä. Lapsi voi tehdä "virheitä" tai rakentaa aivan omanlaisensa linnan – joka ei välttämättä vastaa aikuisen käsitystä linnasta, tai muistuta ylipäänsä linnaa. Monet vanhemmat eivät ymmärrä, kuinka usein he viestivät hyväksynnän puutetta pelkästään puuttumalla lapsen toimintaan. Vanhemmat haluavat lasten oppivan ("Tältä oikea hiekkalinna näyttää"). Heistä on noloa kun lapsi tekee virheitä ("Linna pitää rakentaa kauemmaksi vedetä, etteivät laineet vie sitä mennessään"). He haluavat ylpeillä lastensa saavutuksista ("Katso nyt miten hienon linnan Kaisa teki"). He tyrkyttävät lapsille aikuisten käsityksiä siitä, mikä on oikein ja mikä väärin ("Eikö hiekkalinnan ympärillä kuuluisi olla vallihauta?"). He ovat salaa kunnianhimoisia lastensa puolesta ("Meneekö sinulla koko iltapäivä yhden linnan rakentamisessa?"). He miettivät liikaa sitä, mitä muut mahtavat ajatella heidän lapsistaan ("Olisit osannut rakentaa hienommankin linnan"). He haluavat tuntea, että lapsi tarvitse heidän apuaan ("Annas kun isi auttaa"), ja niin edes päin.

Passiivinen kuuntelu ja vastaanottoilmaukset

Hyväksyntää voi ilmaista olemalla hiljaa. Hiljaisuus – passiivinen kuuntelu – on tehokas sanattoman viestinnän keino saada toinen tuntemaan olevansa hyväksytty. Voidaan käyttää myös erilaisia "ymmärtäviä äännähdyksiä", eräänlaisia vastaanottoilmaukset, jotka kertovat että kuuntelet, ja olet edelleen kiinnostunut kuuntelemaan ("mhmm..", "ahaa", "vai niin")

Ovenavaajat – kutsu puhua lisää

Eräs reagoititavoista lasten tunne- ja ongelmakysymyksiin on "ovenavaajat". Tämänkaltaiset vastaukset eivät kerro mitään puhujan omista ajatuksista tai tunteista, vaan kannustavat lasta kertomaan omista tunteistaan. Yksinkertaisimmillaan ovenavaaja voi olla esim "Tosiaan!", "Älä muuta sano", "Älä ihmeessä!", "Niinkö teit?", "Ihanko totta", "Niinkö?". Toisissa vastauksissa kutsuviesti on selkeämmin ilmaistu: "No kerropa lisää!", "Haluaisin kuulla mitä ajattelet siitä", "Haluaisitko puhua siitä?", "Kerrohan nyt ihan alusta alkaen", "Tämä asia taitaa olla sinulle tärkeä". Näiden kutsuviestien avulla puhuja tuntee, että "pallo pysyy hänen omalla kentällään". Hänelle ei tule sellaista tunnetta, että nappaat pallon hänen nenänsä edestä, kuten saattaa käydä jos neuvot, kannustat, moralisoit, tms. Ovenavaajien avulla pidät omat tunteesi ja ajatuksesi irti vuorovaikutustilanteesta.

Aktiivinen kuuntelu – viestin varmistaminen

On myös tehokkaampi vuorovaikutustapa, joka menee pidemmälle kuin oven avaaminen keskustelulle. Vanhempien on nimittäin myös opittava pitämään ovea auki. Passiivista kuuntelua (hiljaisuutta) tehokkaampi keino saada yhteys puhujan ja kuuntelijan välille on aktiivinen kuuntelu, jossa vastaanottaja on aktiivinen kuten viestin lähettäjänkin. Aktiivisessa kuuntelussa kuuntelija avaa viestinlähettäjän koodin, hän yrittää ymmärtää puhujan lähettämän sanoman ja tämän tunteen, jolloin puhuja voi sen varmistaa. Kuuntelija ei siis lähetä omaa viestiään – arviota, mielipidettä, neuvoa tai analyysiä. Hän palauttaa ainoastaan sen, mitä uskoo lähettäjän viestin tarkoittaneen, ei enempää eikä vähempää.

Jotkut vanhemmat sanovat aktiivisesta kuuntelemisesta: ”Se kuulostaa niin epäluonnolliselta.”, ”Eivät ihmiset puhu noin” tai ”Tuntisin itseni idiootiksi, jos puhuisin lapsilleni noin”. Reaktiot ovat ymmärrettäviä, niin tottuneita vanhemmat ovat käskemään, saarnaamaan, kyseenalaistamaan, tuomitsemaan ja rauhoittelemaan. Aktiivinen kuunteleminen kuitenkin edistää vanhempien ja lasten välistä suhdetta. Se myös vähentää lasten pelkoja kielteisiä tunteita kohtaan. Aktiivinen kuuntelu auttaa lasta ratkaisemaan itse omia ongelmiaan ja aktiivisen kuuntelun ansiosta lapsi on myös taipuvaisempi kuuntelemaan vanhempiensa ajatuksia ja tunteita. Aktiivinen kuuntelu ilmaisee luottamusta, toisin kuin neuvominen, järjeily, opettaminen, jne. jotka kertovat epäluottamuksesta ja riistävät lapselta ongelman ratkaisemisen vastuun.

Aktiivinen kuunteleminen ei kuitenkaan ole kätevä tekniikka, joka otetaan esiin työkalupakista silloin kun lapsella on ongelmia. On tärkeää, että todella *tahdot* kuulla mitä lapsella on sanottavanaan. Sinun täytyy myös kyetä aidosti *hyväksymään lapsesi tunteet*. Tämän asenteen oppiminen saattaa viedä aikaa. Sinun täytyy luottaa lapsen kykyyn käsitellä tunteitaan, selvittää niistä, löytää ratkaisuja ongelmiinsa.

Esimerkki 2a – perinteisen käytännön mukaan.

Antti: Matti ei suostu leikkimään kanssani. Hän ei ikinä tee niin kuin tahdon.

Äiti: Mikset sinä voisi joskus tehdä niin kuin hän tahtoo? Täytyyhän sinun oppia tulemaan toimeen ystäväsi kanssa (NEUVOO, MORALISOI)

Antti: En halua tehdä niitä juttuja mistä hän pitää. En halua tulla toimeen hänen kanssaan!

Äiti: No etsi sitten joku toinen leikkikaveri, jos kerrna olet tuomoinen nirppanokka. (TARJOAA RATKAISUA, NIMITTELEE)

Antti: Minusta Matti on nirppanokka enkä minä. Eikä ole ketään muuta jonka kanssa voisin leikkiä..

Äiti: Sinua ärsyttää nyt kaikki, koska olet väsynyt. Huomenna kaikki näyttää paremmalta. (TULKITSEE, RAUHOITTELEE)

Antti: Ei minua väsytä, ja huomenna kaikki on kuitenkin ihan samanlaista. Et tajua kuinka paljon inhoan Mattia!

Äiti: Älä puhu tuolla lailla ystävästäsi! Jos vielä kuulen sinun käyttävän tuollaista kieltä niinj ... (MÄÄRÄILEE, UHKAILEE)

Antti (kävelee murjottaen pois): Inhoan tätä paikkaa. Kunpa voisin muuttaa pois...

Esimerkki 2b – aktiivisen kuuntelun avulla

Antti: Matti ei suostu leikkimään kanssani tänään. Hän ei ikinä tee niin kuin tahdon.

Äiti: Taidat olla vähän suuttunut Matille.

Antti: Niin, en enää koskaan halua leikkiä hänen kanssaan. Hän ei ole enää ystäväni.

Äiti: Olet niin vihainen, ettet haluaisi koskaan enää tavata häntä.

Antti: Niin juuri. Mutta jos hän ei ole ystäväni, ei ole ketään, jonka kanssa leikkiä..

Äiti: Olisi kurjaa olla yksin.

Antti: Niin olisi. Täytyy kai vain jotenkin yrittää tulla toimeen hänen kanssaan. Mutta on vaikeaa olla suuttumatta hänelle.

Äiti: Haluaisit, että tulisitte paremmin toimeen keskenänne, mutta suutut Mattiin helposti.

Antti: Ennen en suuttunut, mutta silloin hän teki aina niin kuin minä tahdon. Hän ei enää anna minun määräillä.

Äiti: Matti ei enää tee aina niin kuin sinä sanot.

Antti: Ei ... hän ei ole enää sellainen nynny. Hän on kyllä hauskenempi kuin ennen.

Äiti: Sinusta hän on oikeastaan mukavampi näin.

Antti: Joo, mutta on vaikeaa olla määräilemättä häntä – olen niin tottunut määräilemään. Ehkä emme tappelisi niin paljon, jos antaisiin välillä periksi hänelle. Onnistuisikohan se?

Äiti: Mietit, että voisi auttaa, jos sinä antaisit välillä myöten.

Antti: Niin, ehkä se auttaisi. Täytyy kokeilla.

Ensimmäisessä esimerkissä äiti käytti kahdeksaa viestinnän kahdestatoista kompastuskivistä.

Jälkimmäisessä äiti turvautui systemaattisesti aktiiviseen kuunteluun. Ensimmäisessä esimerkissä Antti vastusti äitinsä ehdotuksia, eikä hänen turhautumisensa hävinnyt minnekään. Jälkimmäisessä esimerkissä Antin suuttumus laantui, hän alkoi itse selvittää ongelmaa ja tarkkailla omaa sisintään.

Esimerkki 3a – *perinteisen käytännön mukaan.*

Kati: En halua syödä tänään päivällistä.

Isä: Äläs nyt, sinun ikäisesi tarvitsee kolme ateriaa päivässä. (OPETTAA, VETOAA JÄRJENKÄYTTÖÖN)

Kati: Niin, mutta söin ison lounaan.

Isä: No tule nyt kuitenkin pöytään istumaan niin näet mitä on tarjolla. (EHDOTTAO)

Kati: En syö kuitenkaan mitään.

Isä: Mikä sinua oikein vaivaa tänään? (UTELEO)

Kati: Ei mikään.

Isä: No sitten tulet pöytään! (MÄÄRÄILEO)

Kati: Minulla ei ole nälkä enkä halua tulla pöytään!

Esimerkki 3b – *aktiivisen kuuntelun avulla*

Kati: En halua syödä tänään päivällistä.

Isä: Sinua ei huvittaisi syödä tänä iltana.

Kati: Ei todellakaan! Olen liian stressaantunut voidakseni syödä mitään!

Isä: Jokin siis todella vaivaa sinua?

Kati: Pahempaa, pelkään kuollakseni!

Isä: Sinua pelottaa joku asia.

Kati: Niin pelottaa. Lasse soitti minulle tänään, hän sanoi haluavansa puhua kanssani tänä iltana. Hän kuulosti todella vakavalta.

Isä: Arvelet siis että jotain on tekeillä.

Kati: Pelkään että hän haluaa tehdä bänät.

Isä: Se olisi sinusta ikävää.

Kati: Kuolisin jos niin kävisi! Etenkin kun luulen että hän haluaisi alkaa seurustella Anniinan kanssa. Se olisi pahinta mitä voisi tapahtua!

Isä: Ajatus pelottaa sinua – että Anniina veisi Lassen sinulta.

Kati: Niin, Anniina nappaa aina kaikki hyvät tyypit. Hän on raivostuttava – juttelee aina poikien kanssa ja saa heidät nauramaan. En ymmärrä miten hän sen oikein tekee – minä en koskaan keksi mitään sanottavaa pojille.

Isä: Toivoisit, että osaisit jutella poikien kanssa yhtä luontevasti kuin Anniina.

Kati: Haluaisin, että he pitäisivät minusta ja siksi kai pelkään sanovani jotain typerää.

Isä: Haluaisit niin kovasti olla suosittu, että pelkäätkin sanovasi jotain hölmöä.

Kati: Joo. Muta tämän pahemmaksi tilanne ei voi muuttua – seison siellä nurkassa kuin joku idiootti.

Isä: Mietit että on ehkä vielä huonompi vaihtoehto seistä syrjässä kuin mennä juttelemaan.

Kati: On todellakin. Olen kyllästynyt olemaan tuppisuu.

Aina tilanne ei ole sellainen, että siihen löytyisi ratkaisua. Joskus aktiivinen kuuntelu yksinkertaisesti auttaa lasta hyväksymään tilanteen, jota ei voi muuttaa. Aktiivinen kuuntelu auttaa kuitenkin lasta ilmaisemaan tunteensa, keventää sydäntään ja kokemaan, että joku hyväksyy hänen tunteensa. Vanhemmat ovat usein oppineet käyttämään lasten kanssa kieltä, joka väheksyy lapsen tunteita, tai jopa kieltää ne. Itsensä satuttaneelle lapselle sanotaan "Nouse vaan ylös, ei sattunut mitään" tai "Ei se nyt niin pahalta näytä". Mutta vanhempien mukaan aktiivinen kuuntelu laannuttaa itkun usein dramaattisen nopeasti tilanteissa, joissa lapsi on satuttanut itsensä ja parkuu kovaäänisesti. Itku loppuu usein silloin, kun lapsi voi olla varma, että vanhempi tietää ja ymmärtää, kuinka paha olo hänellä on tai kuinka paljon häntä pelottaa. Lapselle tärkeintä on, että vanhempi tunnistaa ja ottaa huomioon sen, kuinka syvästi lapsi tuntee.

Esimerkki 4. Mikaelan isä kertoo: Kolme ja puolivuotias Mikaela aloitti loputtoman kitinän, kun hänen äitinsä piipahti ruokakaupassa ja jäimme kahdestaan autoon odottamaan. "Äiti, äiiii!" hän valitti kerta toisensa jälkeen, vaikka kerroin hänelle moneen otteeseen, että äiti tulee ihan kohta takaisin. Seuraavaksi hän alkoi ulvoa oikein kovalla äänellä: "Haluun Nallukan! Haluun mun Nallukan!" Kokeiltuani kaikkia keinojani rauhoittaa häntä – huonolla menestyksellä – muistin aktiivisen kuuntelun. Sanoin Mikaelalle epätoivoisesti: "Kaipaatkun äitiä silloin kun hän ei ole luonasi." Tyttö nyökkäsi. "Sinusta ei ole kivaa kun äiti lähtee ilman sinua." Mikaela nyökkäsi uudelleen, ja piti tiukasti kiinni unirikvustaan. "Kaipaatkun Nallukkaa silloin kun sinulla on äitiä ikävää", minä jatkoin. Innokasta nyökkäilyä. "Mutta nyt ei Nallukkakaan ole mukana ja sinulla on ikävä sitäkin." Silloin, kuin taikaiskusta, Mikaela nousi penkiltä, pudotti riepunsa, lopetti itkunsa, kömpi viereeni ja alkoi muina miehinä puhua ihmisistä, joita näki kaupan parkkipaikalla.

Tarinan opetus on se, että vanhemman täytyy hyväksyä se mitä lapsi tuntee, eikä yrittää ohjata tilannetta siten että kitinä loppuu lohduttamisen tai uhkailujen avulla. Lapsi haluaa että tiedät, miten pahalta hänestä tuntuu.

Usein lapsi viestii tavalla, jota on vaikea tulkita, jonka koodia on vaikea purkaa. Vanhemman voi silloin olla vaikea ymmärtää, mitä lapsen päässä liikkuu. Tällaiset viestit on usein, joskaan ei aina, puettu kysymyksiksi, esim. "Menenköhän minä koskaan naimisiin?", "Miltä tuntuu kuolla?" tai "Isä, millaisista tytöistä pidit kun olit nuori?" Esimerkiksi jälkimmäisellä kysymyksellä lapsi saattaa viestiä sitä, että häntä mietityttää mistä pojat tytöissä pitävät. Tällöin on tärkeää pysähtyä kuuntelemaan lasta, eikä alkaa jaaritlemaan omista nuoruusvuosistaan.

Yleisimpiä virheitä aktiivisessa kuuntelussa

Jotkut vanhemmat epäonnistuvat aluksi aktiivisessa kuuntelussa siitä yksinkertaisesta syystä, että he **turvautuvat siihen vääristä syistä**. He käyttävät sitä voidakseen manipuloida lasta käyttäytymään ja ajattelemaan siten kuin vanhemmat itse haluavat. Hyvä tarkoitus voi valua hukkaan, jos vanhempi ensin kuunneltuaan alkaakin tuoda esiin omia tulkintojaan ja ehdotuksiaan. Jos tuntee itsensä uhatuksi, on luonnollista puolustautua hyökkääjää vastaan, kuten seuraavassa esimerkissä.

Esimerkki 5.

Jarmo: Kiva juttu, tuli kaksi ehtovaroitusta. Maikka kävi ihan kuumana.

Äiti: Sinua harmittaa.

Jarmo: No tietenkin harmittaa!

Äiti: Olet pettynyt.

Jarmo: Lievästi sanoen. Se tarkoittaa sitä, etten saa päästötodistusta, ei sen kummempaa, Mulle alkaa riittää.

Äiti: Sinusta tuntuu ettet voi asialle enää mitään, koska et aikanaan opiskellut tarpeeksi. (ÄITI LÄHETTÄÄ OMAN VIESTINSÄ)

Jarmo: Tarkoitatko että minun pitäisi lukea ahkerammin? (JARMO ON VASTAANOTTANUT ÄIDIN VIESTIN)

Äiti: Juuri niin. Eihän nyt ole vielä liian myöhäistä. (ÄITI SUORASTAAN TYRKYTTÄÄ OMAA RATKAISUAAN)

Jarmo: Opiskella sitä roskaa? Miksi ihmeessä? Sehän on täyttä sontaa!

Monien muiden vanhempien tavoin Jarmon äiti tarrautui aktiiviseen kuunteluun, koska uskoi sen olevan uusi tapa, jolla lapsia on helppo manipuloida. Hän uskoi sen avulla voivansa ohjailla lapsen käyttäytymistä ja ajattelua siihen suuntaan kuin hän itse halusi. Mutta eikö vanhempien pitäisikin opastaa lapsiaan? Eikö ohjaaminen ole yksi vanhemmuuden perusvelvollisuuksista? Se, että vanhemmat opastavat lapsiaan oikeaan suuntaan elämässä, on yleisesti hyväksyttyä. Mutta opastaminen tarkoittaa ohjaamista oikeaan suuntaan. Se tarkoittaa siis sitä, että vanhempi määrää, mikä suunta on oikea. Kun vanhemmat yrittävät ohjata lasta johonkin tiettyyn suuntaan, he saavat poikkeuksetta kokea vastarintaa. Lapset vaistoavat vanhempien aikomukset herkästi. He huomaavat, ettei häntä hyväksytä sellaisena kuin hän on. Lapsi tuntee, että hänen itsenäisyytensä on vaarassa.

Jotkut vanhemmat aloittavat keskustelun lasten kanssa hyvin. He avaava heille oven vuorovaikutukseen, mutta sitten he ikään kuin paikkaavat oven kiinni lapsensa nenän edestä. He **eivät kuuntele lasta loppuun asti**.

Esimerkki 6. Kuusivuotias Kalle näyttää myrtyneeltä.

Äiti: Vaikutat surulliselta.

Kalle: Rami tönäisi minua.

Äiti: Sinusta se ei ollut kivasti tehty.

Kalle: Aion vetää Ramia päin näköä.

Äiti: No mutta se ei olisi kovin kiltisti tehty. (ARVOSTELEEE)

Kalle: Mitä sitten. Löisin häntä tällä lailla (LYÖ NYRKILLÄ ILMAAN)

Äiti: Kuule Kalle, tappeleminen ei ole koskaan hyvä keino ratkaista ystävien välisiä riitoja. (SAARNAA) Menes nyt kertomaan Ramille että haluat sopia riitänne. (NEUVOO, TARJOAA RATKAISUA)

Kalle: No en varmana mene!

Eräs isä kertoi pettynään ensimmäisen aktiivisen kuuntelun yrityksestä: "Poikani katsoi minua oudosti ja pyysi minua lopettamaan jokaisen sanansa toistamisen." Isän kokemukset ovat tuttuja niille, jotka ovat **papukaijamaisesti toistaneet lastensa sanat**, mutta eivät tunteita. Vanhempien tulisi muistaa, että lapsen sanat ovat vain koodi, jolla he välittävät tunteensa. Jos lapsi huutaa suutuksissaan isälleen "Olet ilkeä, haiseva rotta!", isän on turha vastata "Sinusta minä olen rotta", lapsi tuskin tuntisi viestinsä menneen perille. Sen sijaan jos isä sanoisi "Olet todella vihainen minulle", lapsi saattaisi vastata "Niin olenkin!" ja tuntisi että hänen viestinsä on kuultu. Vie aikaa oppia kuuntelemaan aktiivisesti ja tarkasti.

Esimerkki 7. Sanojen ja sanoman ero.

Perttu: Isommat lapset eivät koskaan anna pelissä palloa minulle

Isä: Et saa koskaan palloa kun isommat lapset ovat pelissä mukana (PAPUKAIJAMAINEN VASTAUS)

Isä: Sinäkin haluaisit pelata ja sinusta on kurjaa, kun isommat lapset eivät anna sinulle tilaisuutta (VIESTITTÄÄ ITSE SANOMAA)

Lapsesta on tärkeää, että todella ymmärrämme hänen tunteensa, emme vain hänen sanojaan. Luultavasti yleisin syy, miksi aktiivinen kuuntelu ei aluksi onnistu, on se, että **palautettava sanoma – lapsen viesti – on riisuttu tunne-elementistään.**

Esimerkki 8.

Rebekka: Nuutti on oikea täystuho. Hän on ilkeä! Hän heittelee vaatteitani ulos kaapista. Vihaan häntä, äiti. Voisin vaikka tappaa hänet!

Äiti: Sinusta ei ole kivaa kun Nuutti heittelee vaatteitasi.

Rebekka: Ei ole kivaa? Vihaan sitä! Vihaan Nuuttia!

Rebekan äiti kuulee lapsensa sanat, muttei hänen tunteitaan. ”Olet todella raivoissasi Nuutille” olisi kuvannut paremmin hänen tunteitaan. Rebekka kokee ettei häntä ole ymmärretty oikein. Siksi hänen on seuraavassa viestissään korjattava äitiä ”Ei ole kivaa? (lievästi sanoen)” ja ”Vihaan Nuuttia! (sitä minä tässä yrittän sanoa)”

Jotkut vanhemmat huomaavat suhtautuvansa niin omiin kuin lastensakin tunteisiin epäluontevasti. Aivan kuin heidän olisi pakko suhtautua välinpitämättömästi lapsen tunteisiin, koska heitä hämmentää ajatus siitä, että lapsilla sellaisia on. Jotkut vanhemmat pelkäävät tunteita niin paljon, etteivät edes tunnista niitä lapsen viesteissä. Tunteet ovat kuitenkin olennainen osa elämää. Vanhempien täytyy hyväksyä ja tunnustaa lapsen tunteet, jotta *ne tulisivat käsitellyiksi*. Moni myötätuntoisen ilmaisemisen ja aktiivisen kuuntelun opetellut vanhempi on ääneen todennut, että lapsen voimakkaatkin negatiiviset tunteet haihtuvat nopeasti tällä keinolla.

Jos aktiivinen kuuntelu aluksi epäonnistuu, syy piilee usein siinä että sitä **on käytetty väärässä paikassa**. On tilanteita, jolloin lapsi ei halua keskustella tunteistaan, vaikka tarjolla olisi kaksi myötätuntoista korvaa. Hän ehkä haluaa tutkiskella tunteitaan rauhassa jonkin aikaa. Hän saattaa kokea ongelmansa puhumisen liian tuskalliseksi tietyllä hetkellä. Ehkä hänellä ei juuri nyt ole aikaa uppoutua vapauttavaan keskusteluun vanhempiensa kanssa. Vanhempien tulisi kunnioittaa lapsen yksityisyyttä eikä patistaa häntä puhumaan tunteistaan. Vanhemmat voivat kokea vastarintaa käyttäessään aktiivista kuuntelua silloin, kun lapsi tarvitsee toisenlaista apua. Kun lapsi kysyy selkeästi jotain tiettyä asiaa, pyytää käytännön apua, vaikkapa kyytiä keskustaan, ei hänellä välttämättä ole tarvetta selvittää ongelmia.

Vanhemmat ovat myös huomanneet, että lapsi hämmentyy jos vanhempi jatkaa aktiivista kuuntelua vielä sen jälkeen kun lapsi ei enää lähetä viestejä. Vanhempien tulisi ymmärtää, koska on aika lopettaa. Vihjeet tulevat yleensä melko suoraan, lapsi voi nousta ylös poistua kseen, tms. Viisaat vanhemmat ymmärtävät perääntyä, vaikka vaikuttaisikin siltä ettei ongelma vielä ratkennut. Aktiivinen kuuntelu voi olla vain ensi askel, jolla lapsi alkaa työstää ongelmaansa.

Kuinka kuunnella lasta, joka ei vielä juuri puhu?

On väärinkäsitys luulla, että aktiivista kuuntelua voisi soveltaa vain lapsiin, jotka jo osaavat puhua. Pienten lasten vanhemmat kuvittelevat usein, että koska lapsi on riippuvainen aikuisista monessa perusasiassa, ei vauvoilla ja taaperokäisillä ole kykyä ratkaista monia niistä ongelmista, joita he elämänsä alkutaipaleella kohtaavat. Nuorempien lasten kohdalla toki tarvitaan perustietoja sanattomasta viestinnästä sekä taitoa vastata tarkoituksenmukaisesti lapsen sanattomaan viestintään. Tärkeää on virittäytyä lapsen kanssa samalle aaltopituudelle, haluta ymmärtää häntä. Näin vanhempi oppii tuntemaan lapsensa paremmin kuin kukaan muu – hänelle kehittyy kyky purkaa lapsen sanattomia viestejä.

Anna lapselle mahdollisuus tyydyttää itse tarpeensa. Monet vanhemmat ottavat liiankin innokkaasti lapsen ongelman omakseen. Heillä on niin suuri tarve auttaa lasta tai he tuntevat olonsa epä mukavaksi (torjuttavaksi) lapsen tyydyttämättömien tarpeiden takia, että he kokevat asiaan puuttumisen välttämättömäksi. He ratkaisevat ongelman ja tarjoavat lapselle pikaisen ratkaisun. Paras kuitenkin olisi välttää turhaa väliin tuloa ja antaa lapsen ensin itse yrittää löytää ratkaisu ongelmaansa.

Esimerkki 9. Lapsi etsii leluaan

Lapsi (itkien): Kuokki, kuokki . ei kuokki...

Äiti: Haluaisit leikkiä kuorma-autolla, mutta sitä ei näy missään.

Lapsi (kurkistaa sohvaa alle, mutta ei löydä autoa)

Äiti: Kuokkis ei ole sielläkään

Lapsi (juoksee lastenhuoneeseen, muttei löydä kuorma-autoa)

Äiti: Kuokkista ei löytynyt sieltäkään

Lapsi (mieltii hetken ja kävelee sitten ulko-oven luo)

Äiti: Olisikohan kuokkis jäänyt pihalle?

Lapsi (juoksee pihalle, löytää auton hiekkalaatikosta ja näyttää ylpeältä): Kuokki!

Äiti: Löysit kuorma-auton!

ONGELMA ON VANHEMMAN

Vanhemmillakin on tarpeensa, heillä on oikeus kokea olemassaolonsa tyydyttäväksi ja nautittavaksi. Monet vanhemmat huomaavat pettymyksekseen, että heidän lapsensa käyttäytyvät kasvaessaan aivan kuin vanhempien tarpeita ei olisi olemassakaan. Jos vanhemmat sallivat tämän, lapsista kasvaa ihmisiä, jotka eivät elämässään pysty ottamaan huomioon muuta kuin omat tarpeensa. Monet vanhemmista on kasvatettu välttämään ristiriitoja ja voimakkaita tunteenpurkauksia. Nämä vanhemmat yksinkertaisesti antavat lapselle periksi joka asiassa, välittämättä omista tarpeistaan. Silloin kun lapsi aiheuttaa vanhemmalleen ongelman, tarvitaan täysin toisenlaisia viestintätaitoja kuin tilanteessa, jossa ongelma on lapsella itsellään.

Monien vanhempien on aluksi vaikea käsittää, mitä merkitystä sillä on, kenen ongelma on. He saattavat vain kuvitella, että heillä on "ongelmalapsi", jolloin ongelma on lapsella, ei vanhemmalla. Tilanteeseen kannattaa kiinnittää huomiota siinä vaiheessa, kun vanhemmat huomaavat tuntevansa torjuvia tunteita lasta kohtaan: lapsi ärsyttää heitä, saa heidän olonsa tuntumaan turhautuneeksi, aiheuttaa mielipahaa. Ongelma on vanhemman silloin, kun lapsen käytös vaikuttaa suoraan ja konkreettisesti vanhempaan.

Tehottomia tapoja puuttua lapsen käytökseen

Ajatellaan, että katsot iltauutisia, mutta viisivuotias poikasi vaatii leikkimään kanssasi. Hän repii sinua käsivarresta, menee television eteen seisomaan, jne. Olet väsynyt, etkä juuri nyt halua leikkiä hänen kanssaan, vaan haluat levähtää. Moni käyttää viestinnän kompastuskiviä lapselle vastatessaan. Useat lähettävät

a) **ratkaisuviestin**. Tällaisilla sanoilla viestit tarkoin sen mikä olisi sinun ratkaisusi ongelmaan. Sinä teet päätökset, jätät hänet tilanteen ulkopuolelle. Valmiiden ratkaisujen tarjoaminen kuitenkin aiheuttaa yleensä vastarintaa. Lapset eivät pidä siitä, että heitä käsketään tekemään tietyllä tavalla. Valmiin ratkaisun tarjoaminen välittää lapselle myös viestin "En usko, että tajuat minua niin hyvin, että pystyisit auttamaan minua ongelmassani." Lisäksi tarjoamalla valmista ratkaisua viestit lapsellesi, että sinun tarpeesi ovat tärkeämpiä kuin hänen tarpeensa. He eivät malta odottaa, että lapsi itse alkaisi käyttäytyä huomaavaisesti, vaan kertovat hänelle miten pitäisi toimia. "Mene nyt vaikka leikkimään siitä" (1), "Äiti suuttuu, ellet mene pois jaloistani" (2), "Toista ei saa häiritä silloin kun hän haluaa olla rauhassa" (3), "Jospa menisit ulos leikkimään?" (4). (ks. numeroidut kompastuskivet aiemmin referaatissa)

b) **vähättelyviestin**. Jokainen meistä tietää, miltä tuntuu, kun joku vähättelee meitä lähettämällä viestin josta voi aistia syytöksen, arvostelun tai pilkan. Silti vanhemmat käyttävät usein tällaisia viestejä lapsen kanssa. Lapsesta tuntuu että häntä ei rakasteta. Vähättelevät viestit nakertavat lapsen itsetuntoa. "Nyt olet kyllä tuhma" (5), "Olet hemmoteltu kakara!" (6), "Yrität vain saada minut raivostumaan" (7), "Miltä sinusta tuntuu, jos minä tekisin noin?" (8)

Minä-viestit - toimivampi keino kohdata lapsi

Vanhempien on mahdollista puhua lapsille rakentavasti. Yksi olennaisimmista asioista on ero sinä- ja minä-viestien välillä. Usein vanhemmat käyttävät lapselle puhuessaan sinä viestejä ("Etkö sinä koskaan voi...", "Jos sinä et heti lopeta niin..." "Sinä kerjää nyt vain huomiota"). Kun vanhempi kertoo, miten lapsen käytös vaikuttaa vanhemman tunteisiin, muuttuu viesti minä-viestiksi. Ajatellaan edellä mainittua väsynyttä vanhempaa, jonka lapsi tahtoo leikkiä. Vanhempi valitsee usein sinä-keskeisen viestin, kuten "Sinä olet mahdoton", mikä on varsin epätarkka viesti kuvaamaan vanhemman väsymystä. Selkeämpi viesti olisi "Haluaisin levätä" tai "En nyt millään jaksa leikkiä". Sinä-viestillä ei voi kuvata sitä mitä viestin lähettäjä tuntee. Se kuvailee lasta, ei vanhempaa. Kun vanhempi sanoo "Sinä olet mahdoton", voi lapsi tulkita viestin muodossa "Olen ilkeä", kun taas jos vanhempi sanoo "Olen väsynyt" hän ymmärtää että "Äiti on väsynyt". Ensimmäisen viestin lapsi tulkitsee arvosteluksi itseään kohtaan, toisen viestin hän tulkitsee äidin tilannetta kuvailevaksi tosiasiaksi.

Hyvän minä-viestin sisältämät kolme osaa ovat käytös, tunne ja vaikutus. Käytös on se, mitä lapsi tekee tai sanoo. Tämä osa viestiä yksinkertaisesti kuvaa käytöstä, mitä sellaista hän tekee mikä ärsyttää sinua. Se ei sisällä nimittelyä tai tuomitsemista. Esim. "Et tullut kotiin suoraan koulusta etkä edes soittanut" (lapsen käytöksen kuvaaminen ilman syyttelyä) vs. "Olisit voinut edes soittaa" (tuomitseva viesti). Tunneosa kuvaa vanhemman tunteita. "Olin sinusta jo kovin huolissani.." Lisäksi lapsen on saatava tietää, miksi hänen käyttöksensä on ongelma. Siksi on tärkeää, että kerrot lapselle, mitä konkreettista haittaa sinulle on hänen käytöksestään. "Kun et tullut suoraan kotiin koulusta, etkä edes soittanut, oin sinusta jo kovin huolissani, enkä pystynyt keskittymään työhöni." tai "Kun et tankannut autoa lainattuasi sitä (lapsen käytös), raivostuin (vanhemman tunne), koska jouduin käymään bensa-asemalla ja myöhästyin töistä (konkreettinen vaikutus)."

Kolmivaiheisella minä-viestinnällä on usein huomattava vaikutus vanhempiin. Kun vanhemmat yrittävät viestiä lapselleen, mitä konkreettisia vaikutuksia lapsen käytöksellä on, he usein huomaavat ettei niitä olekaan, kuten seuraava tarina osoittaa. ”Tärkein asia minkä opin minä-viestiin turvautuessani oli se, miten mielivaltaisesti suhtauduin lapsiin. Kun yritän lähettää kolmivaiheisen minä-viestin ja tulen siihen kohtaan, missä pitäisi selittää, miten lapsen käytös vaikuttaa minuun itseäni, huomaankin, että eihän se vaikutakaan. Jos sanon ’En kestä sitä, kun möykkäät niin kamalasti’ ja tulen kohtaan ’koska...’ niin joudunkin kysymään itseltäni ’Miksi ihmeessä se niin kauheasti minua ärsyttää?’ Huomaan, etten itse asiassa olekaan lainkaan ärsyyntynyt. Olenkin alkanut sanoa lapsilleni ’Unohtaa se mitä sanoin’ jos huomaan etten keksi mitenkään heidän käyttöksensä vaikuttavaksi minuun. On hassua todeta, että monessa tilanteessa en keksinyt yhtään hyvää syytä.”

Minä-viestin avulla pystyt ilmaisemaan lapselle, että uskot hänen osaavan kunnioittaa tarpeitasi, ja lisäksi annat hänelle tilaisuuden käyttäytyä rakentavasti. Koska minä-viestit ovat rehellisiä viestejä, niillä on taipumus rohkaista lasta samanlaiseen rehellisyyteen silloin, kun heillä on tunteita joita he haluavat ilmaista. Sinä-viestejä käyttämällä tilanteet johtavat poikkeuksetta kädenvääntöön, josta kumpikin osapuoli vuorollaan hyökkää ja puolustautuu. Minä-viestejä käyttäessä on paljon epätodennäköisempää joutua vastaavaan tilanteeseen. Tämä ei tarkoita että minä-viestiin turvautuminen takaisi aina harmonisen keskustelun lapsen ja vanhemman välille. Rehellisyys ja avoimuus kuitenkin ruokkivat läheisyyttä, ja paras palkinto minkä vanhempi voi saada rehellisillä minä-viesteillä on se, että suhde lapseen paranee.

Yleisimpiä virheitä minä-viestinnässä

Valitettavasti minä-viestintä ei välttämättä saa aikaan toivottuja tuloksia, ainakaan heti tuoreeltaan. Moni käyttää ehkä huomaamattaan **valepukuisia sinä-viestejä**. ”Minusta tuntuu että sinä olet vätyt” on ihan yhtäläillä sinä-viesti, kuin ”Sinä olet vätyt”. Toinen virhe on **negatiivisten asioiden korostaminen**. Vanhemmat kyllä ilmaisevat negatiivisia tunteita minä-viestien avulla, mutta he jättävät positiiviset ajatuksensa mainitsematta. Esimerkiksi teini-ikäistä lastaan treffeiltä kotiin odottava äiti on valvonut myöhään yöhön ja ollut todella huolissaan tyttärestään. Hän ilmaisee tyttärelleen olevansa raivoissaan, ja suutuksissaan, mutta unohti ilmaista ensimmäisen reaktionsa, sen että tytön tullessa kotiin hän oli hirvittävän helpottunut siitä, että tyttö oli turvallisesti kotona.

Lisäksi usein vanhemmilla on vaikeaa määrittää viesti niin, että **se vastaa hänen tunteidensa voimakkuutta**. Jos lapsi lyö pikkuveljeään, ja äiti kommentoi ”En pidä siitä, että lyöt Samia” on ehkä turhan vaisu kommentti, jos vanhempi oikeasi ajattelee ”Olin saada sydänhalvauksen, kun näin sinun lyövän vauvaa päähän! Minusta olisi kamalaa jos hänelle sattuisi jotain paha!”

On myös tärkeää **erottaa ensisijaiset ja toissijaiset tunteet toisistaan**. Koska viha on yleensä toissijainen tunne, se yleensä välittyy sinä-viestinä. Suuttumus on usein väline, jonka avulla vanhempi voi syyttää, rangaista tai läksyttää lasta tilanteessa, jossa lapsen toiminta itse asiassa aiheutti ensin muunlaisia tunteita vanhemman sisimmässä. Jos vanhempi alkaa kaataa vihaisia sinä-viestejä lapsen niskaan, olisi syytä ottaa peili käteen ja kysyä itseltään: ”Mitä minussa oikein tapahtuu?”, ”Mitkä olivat ensisijaiset tunteeni?”.

Esimerkki 10. *Äiti kadottaa lapsensa tavaratalon vilinässä.* Hänen ensimmäinen tunteensa on pelko – hän pelkää että lapselle on tapahtunut jotain ikävää. Kun hän vihdoinkin löytää lapsensa, on päällimmäinen tunne helpotus. Hän ajattelee itsekseen: ”Luojan kiitos, olet kunnossa!” Mutta ääneen hän sanoo jotain ihan muuta. ”Nyt olen kyllä tosi vihainen, kuinka voit olla niin typerä, että lähdet kuljeksimaan itsekseesi ympäriinsä!” tai ”Enkö pyytänyt sinua pysymään äidin lähellä?” Tässä tilanteessa äiti esittää vihaista (toissijainen tunne) jotta lapsi oppisi läksynsä tai rangaistakseen lasta siitä, että tämä pelästytti äitinsä.

Kaikilla on aluksi ongelmansa minä-viestin lähettämisessä. Usein lapset yrittävät olla välittämättä minä-viesteistä. Näin etenkin silloin, jos vanhemmat ovat vastikään alkaneet niitä lähettää. Jos ensimmäinen minä-viesti ei toimi, kannattaa lähettää toinen. Ehkäpä toinen viesti on hieman painokkaampi tai tulee ulos suuremmalla tunnelatauksella. Tai sitten vanhempi voi sanoa esimerkiksi: ”Kuules nyt, kerroin juuri miltä minusta tuntuu. Tämä on tärkeä asia minulle. En pidä siitä, että minut mitätöidään. Minua suututtaa, kun häivyit paikalta, etkä edes kuuntele, mitä minulla on sydämelläni. Se ei ole minusta ollenkaan kivaa!” Tämänkaltaisen viesti saa joskus lapsen palaamaan tai suhtautumaan asiaan vakavasti.

Esimerkki 11. Usein lapsi reagoi minä-viestiin lähettämällä oman viestin. Hän haluaa, että sinä tiedät miltä hänestä tuntuu.

Äiti: Minusta on kurjaa huomata, että olet sotkenut olohuoneen heti koulusta palattuasi. Se todella harmittaa, kun näin paljon vaivaa siivotessani.

Poika: Minusta olet turhantarkka talon siisteydestä.

Tällaisessa tilanteessa monet vanhemmat ärsyntyvät ja puolustelevat ”Minulle on ihan se ja sama pidätkö minun siisteysvaatimuksistani”. Jotta tilanteesta selvittäisiin kunnialla, vanhempien tulisi muistaa periaate – kun lapsella ongelma tai kun hän haluaa puhua tuntemuksistaan, hyödynnä aktiivista kuuntelua. Em. tilanteessa äidin minä-viesti aiheutti lapselle ongelman (kuten yleensä tapahtuu).

Äiti: Sinusta olen liian tarkka ja valitan pienistä asioista.

Poika: Niin.

Äiti: No, paljon mahdollista. Sitä täytyy miettiä. Mutta ennen kuin pystyn muuttamaan, minusta on pahuksen masentavaa katsella, kuinka työni menee täysin hukkaan. Tämä huone suorastaan suututtaa minua.

Usein käy niin, että kun lapsi huomaa vanhemman ymmärtäneen hänen tunteensa, hän alkaa muuttaa käytöstään.

Monia vanhempia ihmetyttää se, että kun vanhempi aktiivisen kuuntelun ansiosta ymmärtää lasta paremmin, hänen alkuperäiset torjuvat tunteensa lasta kohtaan voivat muuttua tai jopa kadota. Kun lasta rohkaistaan puhumaan avoimesti tunteistaan, vanhempien silmien eteen avautuu aivan uudenlainen näkyvä. Lapsen nukkumaan menemisen pelon taustalla onkin syitä, joita äiti ei ole aiemmin huomannut. Äidin harmistus lapsen vetkuttelusta muuttui täysin.

Minä-viestejä kehumisen sijaan

Gordon kertoo suhtautuneensa aina epäilevästi myönteistä arviointia sisältäviin viesteihin, koska lasten kehumisen sisältää usein aimo määrän manipulointia ja saattaa vaikuttaa haitallisesti lasten ja vanhempien välisiin suhteisiin. Lapsen kehumisen motiivina on usein se, että vanhempi on etukäteen päättänyt mikä on lapselle hyväksi. Kun lapsi sitten käyttäytyy näiden odotusten mukaisesti, häntä ylistetään. Tuskin mikään ajatus on niin syvään juurtunut lasten ja vanhempien välisistä suhteista puhuttaessa kuin se, että lasta pitää kehua kun hän käyttäytyy ”hyvin”. Suurin osa vanhemmuutta käsittelevistä kirjoista ja artikkeleistakin suosittaa kehumista.

Jos vanhempi kehuu lasta asiasta, joka vanhemman mielestä meni hyvin, mutta lapsesta ei, lapsi kieltäytyy vastaanottamasta kehua.

Vanhempi: Sinusta on tullut taitava uimari.

Lapsi: En ole läheskään niin hyvä kuin Lauri.

Vanhempi: Sinä pelasit tosi hyvän matsin!

Lapsi: Enpä pelannut. Tuntuu ihan kamalalta.

Kun vanhemmat kehuvat lapsiaan, he käyttävät lähes poikkeuksetta sinä-viestejä. ”No sehän sujui sinulta tosi hyvin!”, ”Sinullahan menee nykyisin paljon paremmin koulussa” tai ”Sinä käyttäydyit niin hienosti ravintolassa”. Viestit sisältävät arvostelua, arvion lapsen kyvyistä tai käytöksestä. Verrataanpa edellisiä myönteisiin minä-viesteihin. ”Olen tosi iloinen, että veit roskat, vaikka se on oikeastaan minun hommani – kiitos!”, ”On niin mukavaa, kun kerrot etukäteen mihin aikaan aiot tulla kotiin. Silloin minun ei tarvitse olla huolissani sinusta” tai ”Kiitos kun hait veljesi lentoasemalta. Minun ei tarvinnutkaan koukata sitä kautta. Se helpotti tilannettani paljon”. Näissä vanhempi ei tietoisesti pyri käyttämään viestiä siten, että se ohjaisi lasta toistamaan toivottua käytöstapaa, vaan viestin tarkoitus on pelkästään kuvata välitöntä tunnetta – aitoa tunnetta tässä ja nyt.

Ennakoivien minä-viestien tarkoitus on kertoa lapselle etukäteen suunnitelmistasi ja tarpeistasi. ”Tarvitsen viikonloppuna nettiä kurssityöhöni, joten toivoisin että voisimme etukäteen sopiva kuka käyttää tietokonetta milloinkin.” tai ”Haluaisin, että miettisimme yhdessä, mitä pitää tehdä ennen lomamatkaa, jotta ehdimme varmasti tehdä kaiken ajoissa”. Ennakoivat viestit eivät tietenkään aina takaa, että asiat sujuvat, mutta on parempi, että lapset tietävät etukäteen, mitä vanhemmilla on mielessän, kuin että he tietämättömyyttään käyttäytyvät vastoin vanhempiensa toiveita. Ennakoivien viestien kautta lapset sitä paitsi oppivat vanhempiensäkin olevan ihmisiä, heilläkin on tarpeensa, halunsa, toiveensa ja mieltymyksensä aivan kuten kaikilla muillakin ihmisillä. Lisäksi tällaiset viestit antavat heille mahdollisuuden toimia vanhempia miellyttävällä tavalla ilman että kukaan määrää tarkalleen, kuinka toimia.

Ympäristön muuttaminen

Lapsen syntyessä vanhemmat usein muokkaavat ympäristöä lapselle sopivaksi. Kun lapset kasvavat, vanhemmat alkavat yhä enemmän luottaa sanallisiin keinoihin, etenkin sellaisiin, joiden avulla vanhempien on helppo uhkailla ja latistaa lasta. He laiminlyövät ympäristön vaikutuksen ja yrittävät puhumalla saada lapsen muuttamaan tapojaan. Tämä on vahinko, sillä ympäristön muokkaaminen on usein varsin yksinkertainen, mutta tehokas tapa vaikuttaa asioihin. Pienen lapsen kohdalla ympäristöä usein joko monipuolistetaan (silloin kun lapsi kaipaa lisää tekemistä, esimerkiksi luodaan lapselle autotallin nurkalle paikka, jossa hän voi vapaasti kaivella, paukutella, rakentaa, maalata ja sotkea) tai yksinkertaistetaan (silloin kun lapsi kaipaa rauhoittumista, esimerkiksi himmennetään valoja ja sammutetaan televisio ja muut ylimääräiset äänet).

Mutta myös vanhempien lasten kohdalla on mahdollista välttää yhteentörmäyksiä hyvän suunnittelun avulla. Hekin tarvitsevat riittävät tilat henkilökohtaisille tavaroilleen, riittävästi yksityisyyttä, mahdollisuuden itsenäisiin harrastuksiin. Monet vanhemmat ovat uskoneet, että koti on ennen kaikkea heidän kotinsa, minkä vuoksi lapsia pitää kasvattaa ja vaatia heitä käyttäytymään asianmukaisesti ja kunnolla. Lasten tulee oppia mitä heiltä odotetaan vanhempiensa kodissa. Jos saisit kuulla, että ensi viikolla sinun on otettava toinen vanhemmistasi luoksesi asumaan, koska tämä on osittain halvaantunut ja tarvitsee kainalosauvoja ja pyörätuolia liikkumiseensa, todennäköisesti mieleesi tulisi pitkä lista asioita, millä tavalla kotia pitää muokata muuttoa silmällä pitäen. Useimmat vanhemmat järkyttyvät tajutessaan miten eri lailla he suhtautuvat kysymykseen ”kenen talo tämä oikein on?” silloin, kun kyseessä on vammautunut isovanhempi tai kun kyseessä on heidän oma lapsensa. Liian monet vanhemmat ovat sitä mieltä, että lapsen tehtävä on sopeutua ympäristöönsä.

KUMPI VOITTAA – VANHEMPI VAI LAPSI?

Kaikki vanhemmat joutuvat joskus tilanteisiin, joissa keskustelu ja lapsen ympäristön muokkaaminen eivät muuta lapsen käyttäytymistä. Lapsi jatkaa käytöstä, joka on ristiriidassa vanhemman tarpeiden kanssa, esimerkiksi lapsi jatkaa pelaamista, vaikka äiti on ilmoittanut monta kertaa, että koko perhe on lähdössä vierailulle puolen tunnin kuluttua. Sen lisäksi, että tilanteet, joissa lapsen ja vanhemman tarpeet ovat ristiriidassa keskenään, ovat väistämättömiä jokaisessa perheessä, niitä tapahtuu myös melko usein.

Useimpien vanhempien mielestä riidan ratkaisemisessa on kyse ennen kaikkea siitä, että joku häviää ja joku voittaa. Tällainen voitto-häviö –ajattelu on koko ongelman ydin – ovatpa vanhemmat sitten ankaria (vanhempi voittaa) tai lempeitä (lapsi voittaa). Monien vanhempien mielestä kurinpito-ongelman ydin on se, ollako ankara vai lempeä, kärkevä vai salliva. Koska he ovat juuttuneet tällaiselle joko tai –akselille, he näkevät suhteensa lapsiinsa valtataisteluna, tahtojen taistona, sotana.

Ykkösmenetelmässä (vanhempi voittaa) vanhempi päättää, kuinka tilanne ratkaistaan. Tehtyään päätöksensä vanhempi ilmoittaa siitä lapselle ja toivoo, että tämä hyväksyy sen. Jos lapsi ei hyväksy ratkaisua, vanhempi voi aluksi yrittää suostutella lasta, ja lopulta vetoaa arvovaltaansa.

Esimerkki 12a.

Jaana: Lähden nyt kouluun, hei sitten.

Isä: Kulka, siellä sataa, eikä sinulla ole edes takkia yllä.

Jaana: En minä tarvitse takkia.

Isä: Miten niin et tarvitse? Sinähän kastut ja voit tulla kipeäksi.

Jaana: Ei siellä niin kovasti sada.

Isä: Sataapas.

Jaana: En silti laita takkia. Inhoan takkiani.

Isä: Kuules nyt, pysyt paljon lämpimämpänä kun laitat takin yllesi. Menehän nyt hakemaan se.

Jaana: Inhoan sitä takkia, enkä laita sitä päälleni!

Isä: Nyt marssit hakemaan takin ja puet sen yllesi. Et kyllä mene kouluun ilman takkia tällaisella kelillä!

Jaana: Mutta kun en pidä siitä...

Isä: Ei mitään muttia, jos lähdet ilman takkia, niin pistän sinut kotiarestiin.

Jaana (vihaisena): Hyvä on, sinä voitit. Haen sen tyhjän takin...

Kakkosmenetelmässä (lapsi voittaa) vanhemmalla voi olla mielessään ratkaisu ongelmaan, mutta ei välttämättä. Jos hänellä on ratkaisu, hän voi yrittää suostutella lasta hyväksymään sen. Käy kuitenkin ilmi, että lapsella on oma ratkaisunsa, ja että hän puolestaan yrittää saada vanhemman suostumaan siihen. Jos vanhempi kieltäytyy, lapsi pitää kuitenkin päänsä. Lopulta vanhempi antaa periksi.

Esimerkki 12b.

Jaana: Lähden nyt kouluun, hei sitten.

Isä: Kulta, siellä sataa, eikä sinulla ole edes takkia yllä.

Jaana: En minä tarvitse takkia.

Isä: Miten niin et tarvitse? Sinähän kastut ja voit tulla kipeäksi.

Jaana: Ei siellä niin kovasti sada.

Isä: Sataapas.

Jaana: En silti laita takkia. Inhoan takkiani.

Isä: Mutta minä haluan että puet sen yllesi.

Jaana: Inhoan sitä takkia enkä laita sitä. Et voi pakottaa minua.

Isä: Hyvän on, ei sitten! Mene kouluun ilman takkia, en jaksa riidellä kanssasi. Sinä voitit.

Ykkösmenetelmässä vanhempi ei ajattele lapsen tunteita tai kunnioita hänen tarpeitaan.

Kakkosmenetelmässä lapsi ei ajattele vanhemman tunteita eikä kunnioita hänen tarpeitaan. Vanhemmat, jotka turvautuvat ykkösmenetelmään ratkoessaan riitatilanteita, maksavat kalliin hinnan "voitostaan".

Lapsen motivaatio toimia sovitulla tavalla on matala, koska hänellä ei ole ollut osaa eikä arpa päätöksen teossa. Ainoa motiivi, mikä lapsella voi olla, tulee ulkoa päin. Hän saattaa alistua päätökseen, mutta vain rangaistuksen tai torjunnan pelossa. Lapsi ei halua noudattaa päätöstä, vaan hänet on pakotettu noudattamaan sitä. Sen vuoksi lapset niin usein yrittävät kiemurrella pois sovitusta asioista, jotka on saavutettu ykkösmenetelmällä. Jos he eivät voi välttyä toimimasta päätöksen vaatimalla tavalla, he tekevät sen mahdollisimman vähin panoksin, juuri ja juuri ja vain sen mitä vaaditaan, eikä yhtään enempää.

Ykkösmenetelmään turvautuvat vanhemmat voivat ehkä saada lapsensa tottelemaan ja mukautumaan, mutta kaupan päälle he saavat myös lapsensa vihan. Lisäksi vanhempien täytyy kuluttaa paljon aikaa sen varmistamiseen, että päätöstä noudatetaan. Lasta täytyy vahtia, ja välineinä toimivat usein nalkutus, jatkuva muistuttaminen ja patistaminen. "Yhteistyökyvytön" lapsi on vain lapsi, jonka vanhemmat ovat evänneet häneltä mahdollisuuden toimia yhteistyössä. Yhteistyö ei voi koskaan onnistua pakottamalla lapsi tekemään jotain.

Eräs lastenkasvatuksen suurimpia myyttejä lienee se, että vanhempien määräily ja pakottaminen tekee lapsista kurinalaisia ja vastuullisia. On totta, että jotkut lapset kestävät vanhempiensa ankaruuden tottelevaisuutensa avulla. He tietävät miten olla nöyriä ja alistuvia, ja heistä kasvaakin usein ihmisiä, jotka koko loppuelämänsä luottavat ulkoiseen auktoriteettiin, mutta heiltä puuttuu sisäinen kontrolli niin teini-ikäisinä kuin aikuisinakin.

Kakkosmenetelmää käyttävän vanhemman lapset oppivat, että heidän tarpeensa menee kaikkien muiden ihmisten tarpeiden edelle. Yhtälailta heiltä puuttuu sisäinen kontrolli. Tällaiset lapset osaavat harvoin kunnioittaa toisten ihmisten tunteita tai omaisuutta. Lapset, jotka ovat kotona tottuneet saamansa tahtonsa läpi, haluavat yleensä määräillä myös toisia lapsia. Ehkä kaikkein vakavin ongelma kuitenkin on se, että lapsi saattaa olla epävarma vanhempiensa rakkaudesta. Tämä on helppo ymmärtää, kun mietti, kuinka vaikea vanhempien voi olla tuntea rakkautta ja hyväksyntää lasta kohtaan, joka yleensä selviytyy ristiriitatilanteesta voittajana vanhempiensa kustannuksella. Lapsi, jonka kotona käytetään kakkosmenetelmää, vaistoaa, että hänen vanhempansa ovat usein harmissaan, ärtyneitä tai vihaisia hänelle.

Harvat vanhemmat kuitenkaan käyttävät vain toista menetelmää. Usein on niin, että toinen vanhemmista käyttää ykkösmenetelmää ja toinen kakkosmenetelmää. Jotkut vanhemmat aloittavat kakkosmenetelmällä, mutta siirtyvät sitten lapsen kasvaessa pikkuhiljaa ykkösmenetelmään, toiset taas päinvastoin. Vanhemmat sallivat lapsen voittaa, kunnes lopulta hänen käytöksensä on niin sietämätöntä, että vanhempien on pakko vaihtaa ykkösmenetelmään. On myös vanhempia, jotka noudattavat esikoisensa kanssa ykkösmenetelmää, mutta vaihtavat toisen lapsen syntyessä kakkoseen siinä toivossa, että se toimisi paremmin. Näissä kodeissa esikoinen tuntee usein syvää vastenmielisyyttä nuorempaa sisarustaan kohtaan, koska tämä saa aina tahtonsa läpi asioissa, joissa esikoiselle ei annettu periksi.

Vanhempien vallankäyttö: tarpeellista ja oikeutettua?

Eräs syvään juurtuneimmista käsityksistä lapsenkasvatuksessa on se, että vanhempien tulee käyttää valtaansa lasten ohjaamiseen, hallitsemiseen ja opettamiseen. Eräs lapsen ja vanhemman välisen suhteen peruspilareista on se, että vanhemmat ovat "psykologisesti kookkaampia" kuin lapset. Lapsen näkökulmasta vanhempi ei ole "samankokoinen" kuin lapsi, oli lapsi sitten minkä ikäinen tahansa. Pienen lapsen mielestä maailmassa ei voi olla mitään, mitä hänen vanhempansa eivät tietäisi tai mihin he eivät pystyisi. Kun hän saavuttaa murrosiän ja aikuisuuden, hän pystyy oman laajentuneen kokemuspiirinsä ansiosta arvioimaan vanhempiensa kyvyt paremmin. Ikä ei aina kulje käsi kädessä viisauden kanssa.

Moni vanhempi tarrautuu tiukasti psykologiseen eroon lastensa kanssa. He piilottelevat tarkoituksella heikkouksiaan ja virheitään, tai toistavat sellaisia vailla pohjaa olevia väitteitä kuten "Kunhan itse kasvat aikuiseksi, niin ymmärrät kyllä, että teimme oikein". Vanhemmat omaksuvat itselleen ansaitsematta lasta suuremman psykologisen koon, ja juuri tässä piilee vanhempien vallankäytön ydin. Esiintyessään arvovaltaisina henkilöinä vanhempien on helppo vaikuttaa lapseen: heidän sanoillaan on suuri painoarvo. Arvovalta on "annettu" vanhemmille, lapsi on sen heille luovuttanut. Sillä ei ole merkitystä onko arvovalta ansaittua, oleellista on se, että suuremman psykologisen koon ansiosta vanhemmilla on enemmän valtaa ja voimaa kuin lapsella. Erilaisesta vallasta on kyse silloin, kun puhutaan niistä vanhempien ominaisuuksista, joita lapsi tarvitsee. Myös tämä asia pönkittää vanhempien valtaa. Lapsi on riippuvainen vanhemmistaan voidakseen tyydyttää perustarpeensa. Kun lapset syntyvät maailmaan, he ovat riippuvaisia vanhempiensa tarjoamasta hoivasta. Vanhemmilla on keinot ja myös valta säädellä sitä. Koska vanhemmilla on keinot tyydyttää lapsen tarpeet, hänellä on valta "palkita" lapsi, tai "rankaista" häntä.

Kuitenkin jotkut, elleivät peräti lähes kaikki vanhempien vallankäytön sivutuotteet ovat vahingollisia. Lapsesta voi tulla alistuva ja pelokas, tai hän voi kääntyä kouluttajaansa vastaan. Lapsi saattaa murtua fyysisesti tai henkisesti. Vallankäytöllä on myös haitallisia vaikutuksia itse vallankäyttäjälle. Vanhempien on varmistuttava siitä, että valta pysyy hänellä – palkintojen on oltava riittävän houkuttelevia, jotta lapsi haluaa tavoitella niitä. Myös rangaistusten on oltava tuntuvia, että lapsi motivoituu välttämään niitä. Lapsen on oltava riippuvainen vanhemmista. Mutta vanhempien valta hiipuu väistämättä. Sitä mukaa kun lapsesta tulee riippumattomampi vanhemmistaan, nämä alkavat menettää valtaansa.

Vanhemmat kuvittelevat että teini-ikäisen kapinointi ja vihamielisyys kuuluvat luonnollisena osana hänen kehitysvaiheeseensa. Gordon on eri mieltä. Kyse on enemmänkin siitä, että nuori kykenee vastustamaan ja kapinoimaan. Vanhemmat eivät voi enää hallita häntä palkinnoillaan ja rangaistuksillaan, sillä nuori ei enää ole samassa määrin riippuvainen vanhemmistaan. Nuori ei siis kapinoi vanhempiaan vastaan. Hän kapinoi heidän valtaansa vastaan. Mikäli vanhemmat ottaisivat käyttöön toisenlaiset keinot jo lapsensa varhaisista elinvuosista lähtien, ei lapsilla olisi aihetta kapinoida murrosikässä. Vallankäyttö lapsen käyttäytymisen muokkaamisvälineenä onkin varsin epätäydellinen menetelmä: ennen pitkää vanhempien valta hiipuu, itse asiassa paljon ennen kuin he itse sitä ymmärtävätkään.

Eivätkö lapset muka tarvitse rajoja ja auktoriteetteja? Niin maallikot kuin kasvatuksen ammattilaisetkin kuvittelevat että lapset kaipaavat auktoriteetteja. Heidän mukaansa lapset tarvitsevat vanhempia, jotka asettavat heille rajoja. Ajatellaan, että jos rajoja ei ole, lapsista tulee paitsi villejä ja kurittomia, myös turvattomia. Edelleen ajatellaan, että mikäli vanhemmat eivät käytä valtaansa ja aseta lapsille rajoituksia, lapsi voi luulla, ettei hänestä välitetä tai ettei häntä rakasteta. Gordonin mielestä em. uskomus on monien mieleen, koska se antaa siististi oikeutuksen vallankäyttöön.

Lapselle toki täytyy ilmoittaa omat rajansa, miten pitkälle lapsen on mahdollista mennä, ennen kuin heidän käytöstään ei hyväksytä. Vasta sitten heidän on mahdollista välttää tietynlaista käyttäytymistä. Sama ajatus pätee kaikkiin ihmissuhteisiin. Gordon kertoo tuntevansa olonsa turvallisemmaksi tietäessään mitä käyttäytymistapaansa hänen vaimonsa ei voi sietää, esimerkiksi golfin pelaamista tai töissä piipahtamista vapaapäivänä, kun illalla on tulossa vieraita. Hän tietää jo etukäteen, ettei vaimo katsoisi käytöstä hyvällä silmällä, sillä vaimo tarvitsee hänen apuaan. Hän voi siis itse päättää, ettei menekään pelaamaan golfia tai piipahda töissä. Lapsikin haluaa kenties tietää, mitkä ovat hänen vanhempiensa rajat, mutta on aivan eri asia jatkuvasti pakottaa häntä noudattamaan niitä tai muistuttaa niistä. Gordon ärsyyntyisi ja harmistuisi, jos hänen vaimonsa yrittäisi pakottaa häntä käyttäytymään haluamallaan tavalla sanomalla esimerkiksi "Et kyllä mene golfaamaan, kun meille on tulossa vieraita. Kiellän sinua lähtemästä minnekään!" Lapset reagoivat määrälliseen ja rajojen asettamiseen samalla tavalla. Hekin suuttuvat ja harmistuvat, jos vanhemmat yksipuoleisella ilmoituksella yrittävät rajoittaa heidän käyttäytymistään. Lapsi tuskin haluaa, että hänelle asetetaan rajoja seuraavaan tyyliin: "Et saa leikkiä kuorma-autolla olohuoneessa" tai "Kiellämme sinua olemasta missään tekemisissä niiden kahden pojan kanssa!" Nämä viestit tarjoavat ratkaisun ongelmaan ja sen lisäksi ne ovat sinä-viestejä.

Lapset eivät siis halua että vanhemmat käyttävät valtaansa asettaessaan heille rajoja. Lapset haluavat tietää, mitä vanhemmat ajattelevat heidän käytöksestään. Tämän tiedon avulla lapsen on mahdollista muokata käytöstään siten, että vanhempi voisi sen hyväksyä. Lapset eivät halua, että vanhemmat yrittävät valtansa avulla tai sillä uhkailemalla rajoittaa tai muokata heidän käytöstään. Lapset haluavat muokata käytöstä itse, mikäli käy ilmi, että heidän on muokattava sitä. Niin lapset kuin aikuisetkin haluavat päättää itse omasta käytöksestään. Lapsilla on oikeus tietää, milloin heidän käytöksensä on vanhemman mielestä ei-hyväksyttävää. ("En pidä siitä, että minua revitään ja vedetään hihasta kun yritän keskustella ystäväni kanssa"). Tämä on aivan eri asia, kuin haluta, että vanhemmat käyttävät valtaansa asettaakseen rajoja lapsen käyttäytymiselle.

Eikö vanhemmilla ole velvollisuus vaikuttaa lapsen käytökseen? Luultavasti yleisin selitys vanhempien vallankäytön tarpeellisuudelle on se, että vanhempien velvollisuus on vaikuttaa lapsen käytökseen siten, että se noudattelee vanhempien tai ”yhteiskunnan” toivomaa mallia. Ongelma on se, kuka päättää mikä on parasta yhteiskunnan kannalta. Siinä, että annetaan vanhempien päättää, mikä on kenellekin parhaaksi, on vaaransa. Kuka tahansa, jolla on valtaa, voi virheellisesti väittää, että jokin asia edistää toisten ihmisten hyvinvointia. Ihmiskunnan historia on täynnä esimerkkejä valtaapitävistä, jotka ovat väittäneet toimivansa vallanalaisten eduksi. Vallankäyttö onkin kyseenalaistettu monissa yhteyksissä, valtioiden välisissä suhteissa, johtamistapana, avioliitossa, ym. Lapsen ja aikuisen välinen suhde on viimeisiä vallankäytön linnakkeita, ja se löytyy kotoa. Toinen vastarinnan linna on koulu. Opettajan ja oppilaan välisessä suhteessa vallankäyttö koetaan yhä tärkeimmäksi menetelmäksi ohjata ja muokata oppilaiden käytöstä. Miksi sitten lapset ovat viimeisiä ihmisiä, joita ei suojella vallankäytön mahdollisilta vaaroilta? Johtuuko se siitä, että lapset ovat pienempiä, vaiko kenties siitä, että vanhempien on niin helppo perustella vallankäyttöä sellaisilla lausahduksilla kuin ”tämä on sinulle itsellesi parhaaksi”. Vanhemmat usein ilmaisevat ”eikö vanhemmilla ole velvollisuus vaikuttaa lapsen käytökseen?” Vanhempien vallankäyttö ei varsinaisesti vaikuta lapsiin, se pakottaa heidät käyttäytymään tietyllä tavalla. Valta paremminkin siis pakottaa tai estää, kuin ”vaikuttaa”. Lapsi yleensä palaa vanhoihin tapoihin heti kuin mahdollista, sillä hänen omat tarpeensa ja halunsa eivät ole muuttuneet miksikään. Lapsi saattaa päättää kostaa vanhemmilleen turhautuneena siitä, ettei ole saanut tarpeitaan tyydytyksi ja koska häntä on nöyryytetty. Niinpä valta usein vahvistaa uhriaan, luo itse oman vihollisensa, aiheuttaa oman tuhonsa. Kun vanhemmat ymmärtävät, että vallankäyttö on yhtä moraalitonta kasvatuskeinona kuin muussakin elämässä, on heidän pakko etsiä rakentavampia kasvatusmenetelmiä, jotka eivät perustu vallankäyttöön ja jotka toimivat niin lasten kuin nuortenkin parissa.

Vanhemmat, jotka käyttävät valtaa apuna kasvatuksessa, itse asiassa pienentävät mahdollisuuksiaan vaikuttaa lapsen käytökseen, koska vallankäyttö yleensä laukaisee uhrissa halun kapinoida vastaan (esimerkiksi lapset, jotka toimivat täysin päinvastoin kuin heidän vanhempansa toivoisivat). Kun vanhemmat käyttävät kasvatusmenetelmiä, joissa ei tarvita vallankäyttöä, on paljon todennäköisempää että lapsi ottaa vanhempiensa tunteet ja ajatukset huomioon ja sen seurauksena muokkaa itse käytöstään vanhempiensa toivomaan suuntaan. Aina ei tapahdu näin, mutta usein kylläkin. Kapinamielellä oleva lapsi sitä vastoin ei varmasti muokkaa käytöstään siksi että kunnioittaisi vanhempiensa tarpeita tai tunteita. Lisäksi moni vanhempi tunnustaa, ettei vallankäyttö ole kovin tehokas kasvatusmenetelmä. Näin on etenkin niiden vanhempien kohdalla, joiden lapsilla on jo niin paljon ikää, että taitavat kapinoinnin, valehtelun ja passiivisen vastarinnan jalon taidon. Vanhemmat ovat jatkaneet vallankäyttöä koska heillä ei ole tietoa eikä kokemusta muunlaisista menetelmistä, joilla selvittää ihmissuhteissa ilmeneviä ristiriitoja.

MOLEMMAT VOITAVAT – LAPSET MUKAAN PÄÄTÖKSEN TEKOOON

Gordon nimittää molemmat voittavat –menetelmää kolmosmenetelmäksi. Menetelmässä etsitään yhdessä sellainen ratkaisu, johon molemmat osapuolet voivat olla tyytyväisiä.

Esimerkki 12c.

Jaana: Hei sitten, lähden nyt kouluun.

Isä: Kulta, siellä sataa, eikä sinulla ole edes takkia.

Jaana: En tarvitse sitä.

Isä: Minusta siellä sataa aika kovaa. Pelkään, että tulet kipeäksi, jos lähdet ilman takkia.

Jaana: No, en nyt kuitenkaan halua sitä takkia. Vihaan sitä.

Isä: Et pidä takistasi.

Jaana: En todellakaan. Se on kamalan ruma. Ei kellään muulla ole sellaista takkia.

Isä: Sinusta on kurjaa, kun takkisi on erilainen kuin muiden takit.

Jaana: Niin on! Kaikilla muilla on paljon hienommat takit.

Isä: Ymmärrän. Meillä on siis pieni ongelma. Sinä et halua pukea takkia yllesi, koska se on sinusta ruma. Minä taas en halua, että lähdet ilman takkia tuonne sateeseen ja sairastut. Sitten minun täytyisi jäädä pois töistä hoitamaan sinua. Osaatko keksiä ratkaisun tähän ongelmaan? Mitä voisimme tehdä, että kumpikin olisi tyytyväinen.

Jaana (mieltii hetken): Jospa lainaisin äidin vanhaa takkia tänään.

Isä: Sitä ikivanhaa takkia?

Jaana: Joo, se on minusta tosi hieno.

Isä: Luuletko, että äiti antaisi sinun lainata sitä tänään?

Jaana: Kysyn häneltä (Palaa pian äitinsä takki yllään) Äiti antoi minun lainata tätä

Isä: Onko tuo nyt sinusta hyvä?

Jaana: On, tämä on hieno!

Isä: No, minä taas uskon että pysyt lämpimänä tuo päälläsi. Jos sinulle sopii tämä ratkaisu, niin se sopii minullekin.

Jaana: Minun täytyy nyt mennä.

Isä: No hei sitten, mukavaa koulupäivää!

Eri perheet päätyvät samassa tilanteessa erilaisiin ratkaisuihin. *Kyse on siis siitä, että kukin perhe löytää ongelmaan ratkaisun, jonka sekä vanhempi että lapsi voivat hyväksyä, ei siitä, että olisi olemassa patenttiratkaisuja, jotka toimisivat kaikissa perheissä.* Jokin perhe olisi saattanut ratkaista takkiongelman siten, että Jaana olisi ottanut kouluun sateenvarjon. Jonkin toisen perheen isä olisi vienyt Jaanan kouluun sinä sateisena päivänä. Toinen perhe olisi ehkä sopinut siitä, että Jaana laittaa sinä päivänä ”ruman” takin ylleen. mutta pian hänelle ostettaisiin uusi, mieluisampi takki. Suuri osa vanhemmille suunnatusta kasvatuskirjallisuudesta on varsin ratkaisukeskeistä, tarjotaan valmiita *ratkaisuja*. Vanhempia neuvotaan ratkaisemaan tietyt ongelmat tietyllä tavalla, olkoon kyse sitten nukkumaanmenoajasta, ruoalla leikkimisestä, huoneen siivoamisesta ja mistä tahansa, aivan kuin lapsenkasvatukseen olisi olemassa reseptejä, joita tarkasti noudattamalla keitos onnistuu aina täydellisesti. Gordonin mukaan vanhemmat kuitenkin tarvitsevat vain yksinkertaisia keinoja, jolla ratkaista ristiriitatilanteita.

Kun molemmat vanhemmat osallistuvat ongelmanratkaisuun on olennaista, että jokainen vanhempi osallistuu ongelmanratkaisuun itsenäisenä toimijana. Vanhempien ei pidä olettaa muodostavansa ”yhteistä rintamaa”, vaikka toki joskus niinkin voi tapahtua. Olennaista on, että kumpikin vanhempi on oma aito itsensä – jokaisen täytyy edustaa omia tunteitaan ja tarpeitaan.

Kolmosmenetelmässä lapsi on motivoitunut toimimaan sovittulla tavalla, koska hän on saanut itse osallistua päätöksentekoon. Kolmosmenetelmä ei takaa, että lapset aina ja kaikkialla iloisesti toimivat juuri niin kuin on sovittu. Menetelmän ansiosta on kuitenkin todennäköisempää, että näin tapahtuu. Lapset myös suhtautuvat myönteisesti siihen, että heidän vanhempansa ovat torjuneet mahdollisuuden voittaa heidän kustannuksellaan: kummankin tarpeita ja tunteita pidetään yhtä tärkeinä. Tässä menetelmässä ratkaisua tarjoaa usein lapsi itse, mikä luonnollisesti lisää motivaatiota toimia siten, että ratkaisusta tulee onnistunut.

Esimerkki 13. *Lapsi ei halua lähteä kylään.*

4,5-vuotias Ville ei olisi halunnut lähteä äidin kanssa kylään. Vierailupaikassa on myös perheen tytär Sikke, Villen leikkiveri. Ville vastusti kylään lähtöä kiivaasti, mikä oli hänen äitinsä mielestä kovin hämmentävää.

Äiti: Et haluaisi lähteä Siken luokse kylään.

Ville: En.

Äiti: Sinusta siellä on jotain mistä et pidä.

Ville: On, Anitta. (Anitta on Siken isosisko)

Äiti: Sinua huolestaa, että Anittakin on siellä.

Ville: Joo, Anitta voi lyödä tai potkaista minua. Siksi en halua mennä sinne.

Äiti: Pelkäätkö siis Anittaa, etkä siksi halua lähteä Siken luo kylään.

Ville: Niin.

Äiti: No tämänhän on hankala tilanne. Haluaisin niin lähteä ja tavata ystäviäni, mutta sinä et halua lähteä mukaan, koska pelkäätkö Anittaa. Mitähän me voisimme tehdä?

Ville: Jäädä kotiin.

Äiti: Mutta sitten minä olisin kovin surullinen.

Ville: No... tota... Nyt keksin! Tiedän millä keinolla Anitta ei lyö minua. (Hakee kynän ja paperia) Kuinka kirjoitetaan ”Älä lyö minua!” (Äiti kertoo ja Ville kirjoittaa niin hyvin kuin pystyy)

Ville: Nyt mulla on tällainen paperi. Jos Anitta aikoo lyödä minua, niin haen tämän lapun ja näytän sen hänelle. Sitten hän ei uskalla lyödä minua. (Ville juoksee huoneeseensa hakemaan leluja, jotka hän aikoo ottaa mukaansa kylään)

On tärkeää, että lapsi tuntee vanhemman luottavan siihen, että hän hoitaa oman osuutensa sopimuksesta. Kun lapsesta tuntuu, että häneen luotetaan, toimii hän todennäköisemmin luottamuksen arvoisesti. Kolmosmenetelmällä saadut ratkaisut ovat yleensä luovempia ja toimivampia, ratkaisuja, joita kumpikaan ei olisi tullut keksineeksi heti yksinään. Kolmosmenetelmä kehittää lapsen – ja vanhemmankin – ajattelukykyä. Lisäksi ristiriitojen ratkaiseminen kumpaakin miellyttävällä tavalla lähentää vanhempaa ja lasta. Kolmosmenetelmä siis vahvistaa ja syventää lapsen ja vanhempien välistä suhdetta.

Kolmosmenetelmän tueksi ei tarvita vallankäyttöä. Vanhempi kunnioittaa lapsen tarpeita, unohtamatta kuitenkaan kunnioittaa myös omia tarpeitaan. Jos vanhemmat turvautuvat ykkösmenetelmään, heiltä jää usein huomaamatta, millainen ongelma lapsella oikeasti onkaan. Vanhemmat, jotka ryntäävät ratkaisemaan ongelman itse ja panevat päätöksen toimeen valtansa avulla, estävät lasta viestimästä mikä hänen ongelmansa ydin on, miksi hän käyttäytyy niin kuin käyttäytyy.

Esimerkki 14. *Lapsi vetkuttelee aamuisin.*

Viisivuotias Minna hidasteli aamuisin, ei noussut sängystä ajoissa, vetelehti pukeutuessaan eikä olisi millään lähtenyt tarhaan. Tämä aiheutti joka aamu hankaluuksia koko perheelle.

Äiti: Minna, minulla on ongelma, josta haluaisin keskustella kanssasi. Kyse on sellaisesta asiasta, että koska sinulla kestää niin kauan pukeutua aamuisin, me kaikki olemme aina myöhässä. Terhi on monta kertaa ollut myöhästyä bussista sen vuoksi, että joudun juoksemaan sinun luoksesi yläkertaan auttamaan sinua pukeutumisessa. Minulle ei sen jälkeen jää paljoa aikaa valmistaa aamiaista, joudun vain juoksemaan ympäri taloa, ja varmistamaan että Terhi ehtii bussiin. Tämä alkaa olla minulle aikamoinen ongelma.

Minna (itsepintaisesti): Mutta kun minä inhoan sitä kun aamulla pitää pukeutua.

Äiti: Et halua laittaa vaatteita yllesi, jotta voisit mennä päiväkotiin.

Minna: En halua mennä tarhaan. Haluaisin olla kotona ja katsella kirjoja silloin kun sinä olet pirteä ja sinulla on päivävaatteet päällä.

Äiti: Jäisit mieluummin kotiin kuin lähtisit tarhaan.

Minna: Joo.

Äiti: Jäisit mieluummin kotiin leikkimään äidin kanssa?

Minna: Joo, minusta on kiva pelata ja leikkiä tai katsella kirjoja. Ja askarrella.

Äiti: Me emme taida ehtiä tehdä sellaista kovin usein...

Minna: Ei niin. Me ei pelata kuin synttäreillä.

Äiti: Askarteletteko te päiväkodissa?

Minna: Ei, me vaan väritetään ja piirretään ja maalataan vesiväreillä.

Äiti: Kuulostaa vähän siltä, että sinusta on tylsää, kun päiväkodissa tehdään aina vaan samoja juttuja. Olenko ymmärtänyt oikein?

Minna (turhautuneena): No ei me aina vain samoja juttuja tehdä. Joskus meillä on uusia pelejä – mutta en tykkää olla siellä. Jäisin mieluummin kotiin.

Äiti: Olisit mieluummin kotona kanssani?

Minna (helpottuneena): Joo, haluaisin tosiaan jäädä kotiin, ja pelata pelejä, ja katsella kirjoja, olla kotona ja nukkua – silloin kun sinä olet kotona.

Äiti: Kunhan vain minä olen kotona.

Minna: Jos sinä olet kotona koko päivän niin minäkin haluan olla kotona. Jos et ole kotona, niin menen tarhaan.

Äiti: Kuulostaa vähän siltä, että sinusta en ole kotona tarpeeksi usein.

Minna: Et olekaan. Sinun pitää aina mennä kouluun opettamaan aamulla tai illalla.

Äiti: Sinusta tuntuu, että näet minua liian harvoin.

Minna: Mutta joka ilta kun et ole kotona meille tulee hoitaja – Susanna.

Äiti: Sinusta olisi kivempaa jos minä jäisin kotiin sen sijaan että Susanna tulee meille.

Minna (ilahtuneena): Joo!

Äiti: Ja sinusta tuntuu, että niinä aamuina kun minä jään kotiin...

Minna: Minäkin voisin jäädä kotiin!

Äiti: No, mietitäänpä vähän. Minun on pakko mennä opettamaan silloin kun oppilaat odottavat minua. Voisimmekohan me löytää jonkin ratkaisun tähän ongelmaan? Onko sinulla mielessäsi jotain miten me voisimme ratkaista tämän asian.

Minna (epärooi): Ei.

Äiti: Minä ajattelin, että jospa sinä ja minä tekisimme tästä lähin jotain kivaa yhdessä sillä aikaa kun Reko on päiväunilla.

Minna (ilahtuneena): Se olisi kivaa!

Äiti: Sinusta olisi kivaa jos tehtäisiin niin.

Minna: Niin olisi.

Äiti: Ja sen sijaan että menisit päiväunille – siinä meillä on toinen ongelma. Et ole ottanut päiväunia viime aikoina. Taitaa olla niin, ettet tarvitsekaan niitä enää.

Minna: En tykkää mennä päiväunille. Mutta me ei nyt puhuttu siitä.

Äiti: Se on totta, nyt ei ollut tarkoitus puhua päiväunista. Jospa me voisimme tästä lähtien viettää sen ajan yhdessä, minkä ennen käytit päiväuniin. Voitaisiin tehdä se aika jotain yhdessä.

Minna: Yhdessä.

Äiti: Nii-in. Silloin sinulla ei ehkä olisi enää sellainen olo, että haluat jäädä aamuisin kotiin. Auttaisikohan se?

Minna: En tajua mistä puhut.

Äiti: Puhun siitä, että jos meillä olisi iltapäivällä enemmän aikaa olla yhdessä ja tehdä kaikkea sellaista mistä pidät, eikä äiti tekisi vain töitä – ehkä sinusta sitten olisi kiva mennä aamuisin tarhaan, jos tietäisit, että me sitten iltapäivällä leikimme yhdessä?

Minna: Joo se olisi kivaa. Joo, niin haluan tehdä, haluan mennä tarhaan, ja sitten kun kotona on päiväunien aika – meillä on nukkuaika tarhassakin – niin sinä et ole töissä.

Äiti: Hyvä, koetetaanko tehdä niin? Aloitetaanko heti – jo huomenna?

Minna: Hyvä on, mutta siitä täytyy tehdä muistilappu tai muuten sinä kuitenkin unohdat. Kirjoita muistilappu, niin liimataan se makuuhuoneen oveen. Sitten muistat. Ja laita keittiönkin oveen, että muistat.

Äiti: No, tämän kuulostaa hyvältä idealta. Minä kirjoitan itselleni muistilapun. Taisimme löytää ratkaisun tähän ongelmaan?

Minna (onnellisena): Joo!

Kun viestimme lapselle, että otamme hänen tarpeet huomioon, ottaa lapsi vastaavasti vanhemman tarpeet huomioon. Lapsista tuntuu hyvältä, kun heihin luotetaan ja kun heitä kohdellaan tasa-arvoisina ihmisinä.

Esimerkki 15. Nukkumaanmeno.

Isä: Minulla on tarve puhua yhdestä asiasta, nukkumaanmenosta. Minun tai äidin tai meidän kummankin täytyy nalkuttaa joka ilta ja huolehtia ja joskus jopa pakottaa sinut sänkyyn nukkumaanmeno-aikaan. Minusta ei ole kivaa joutua tekemään niin, ja olenkin miettinyt miltä se mahtaa sinusta tuntua.

Laura: Minusta ei ole kivaa kun nalkutatte minulle ... eikä minusta ole kivaa mennä nukkumaan. Olen jo iso ja minun pitää saada valvoa pidempään kuin Petri (Laura kaksi vuotta nuorempi pikkuveli).

Äiti: Sinusta kohtelemme sinua samoin kuin Petriä, eikä se sinusta ole reilua.

Laura: Ei niin, olen sentään kaksi vuotta vanhempi kuin hän.

Isä: Sinusta meidän pitäisi kohdella sinua kuin isoa tyttöä.

Laura: Niin justiin.

Äiti: Olet kyllä ihan oikeassa. Mutta kun annamme sinun valvoa pidempään, niin pelleilet vain eikä nukkumaanmenosta tahdo tulla mitään. Pelkään, että sitten saat unen päästä kiinni vasta hyvin myöhään.

Laura: En minä pelleile! Kunhan vain saisin valvoa vähän pidempään.

Isä: No jospa kokeiltaisiin sitä muutama päivä, katsotaan miten hyvin se onnistuu. Sitten voimme muuttaa nukkumaanmenoaikaa jos kaikki menee hyvin.

Laura: Tuo ei ole reilua!

Isä: Sinusta ei ole reilua että joudut ”ansaitsemaan” myöhemmän nukkumaanmenoajan.

Laura: Minusta minun pitäisi saada valvoa pidempään koska olen kaksi vuotta vanhempi kuin Petri. (Hiljenee) Jospa menisin sänkyyn kahdeksalta, mutta saisin lukea kirjaa puoli yhdeksään?

Äiti: Menisit siis sänkyyn tavalliseen aikaan, mutta valo jätettäisiin päälle, jotta saisit lukea?

Laura: Niin. Minusta on kivaa lukea sängyssä.

Isä: No tuohan kuulostaa ihan kivalta. Mutta kuka vahtii kelloa?

Laura: Kyllä minä vahdin. Sammutan valon heti kun kello on puoli yhdeksän!

Äiti: Sehän on hyvä idea. Sovitaanko sitten että kokeillaan sitä?

Myöhemmin Lauran vanhemmat kertovat, että nukkumaanmeno-ongelmat ovat kadonneet. Jos joskus oli sattunut, että valo on päällä vielä puoli yhdeksän jälkeen, jompikumpi vanhemmista on mennyt sanomaan ”Kello on puoli yhdeksän ja meillä on sopimus, että sammutat valon puoli yhdeksältä.” Laura on tyytynyt tilanteeseen ja sammuttanut valon. Hänestä oli tärkeää, että hän sai osallistua päätöksen tekoon. Jos vanhemmat olisivat suoraan ehdottaneet sängyssä lukemista, lapsi tuskin olisi ollut motivoitunut siihen, koska vanhemmat olisivat tarjonneet valmista ratkaisua. Nyt ehdotus tuli lapselta itseltään, jolloin hänellä on enemmän motivaatiota sen toteutumiseen.

Asiat, jotka huolettavat Molemmat voittavat -menetelmässä

”Se kuulostaa hyvältä teoriassa, mutta toimiiko se käytännössä?” moni vanhempi kysyy. On inhimillistä pelätä uusia asioita. Kolmosmenetelmä ei ole sama vanha ”perhekokous” uudella nimellä. Menetelmässä ei käytetä puheenjohtajaa, vaan lapsi ja aikuinen ovat tasavertaisia osallistujia tilanteessa, jossa kumpikin yrittää ahkerasti löytää ratkaisua yhteiseen ongelmaan. Etenkin monet isät kokevat aluksi kolmosmenetelmän käytön periksi antamisena. Heistä vanhemmalta vaaditaan heikkouden osoittamista tai omista periaatteistaan luopumista. Eräs isä tulistui kuultuaan Minnan ja hänen äitinsä keskustelun. ”Mutta tuo äitihän vain antoi lapselle periksi! Nyt hänen on pakko viettää hemmotellun ipanan kanssa tunti joka ikinen iltapäivä. Lapsihan selvästi voitti!” Tietenkin lapsi ”voitti”, mutta niin voitti hänen äitinsäkin. Hänen ei tarvinnut enää kokea samanlaista stressaavaa hässäkkää viitenä aamuna viikossa. Isän reaktio oli kuitenkin ymmärrettävä. Ihmiset ovat niin tottuneita siihen, että ristiriitatilanteissa toinen voittaa ja toinen häviää. Kolmosmenetelmässä myös vanhemman täytyy saada tuntea tarpeensa tyydytyksi. Jos heille jää tunne, että he antoivat periksi lapselle, he ovat käyttäneet kakkosmenetelmää, ei kolmosta. Esimerkiksi Minnan äidin täytyy aidosti tuntea, että hän haluaa viettää päiväuniajan Minnan kanssa, ja niinhän hän tekikin. Hän sai myös tyydytyksen tietää, mikä Minnaa todella vaivasi ja tilaisuuden auttaa tätä ongelmassaan.

Yleinen harhaluulo on, että ryhmä ei pysty päätöksen tekoon. Ajatellaan, että ”jonkun on kuitenkin tehtävä lopullinen päätös yksin”. Tämä johtuu pitkälti siitä syystä, että hyvin harva meistä on saanut tilaisuuden osallistua toimivan päätöksentekoryhmän toimintaan. Vain harva ”demokraattisen” yhteiskuntamme aikuisista on saanut tilaisuuden osallistua demokraattiseen päätöksentekoon. Kuitenkin pystymme tekemään päätöksiä yhdessä. Toki vanhempien on sitouduttava menetelmän käyttöön, annettava itselleen ja lapsilleen mahdollisuus kokea, kuinka hyvin ryhmä itse asiassa pystyy toimimaan luovan ja kaikkia tyydyttävän ratkaisun saavuttamiseksi.

Joitain vanhempia huolettaa se, että kolmosmenetelmä vie liikaa aikaa. On kuitenkin huomattava, että vanhemmat säästävät aikaa pitkällä aikavälillä, koska heiltä ei kulu aikaa jatkuvaan muistutteluun, pakottamiseen, tarkistamiseen ja riitelemiseen. Ristiriitatilanteet vähenevät, koska lapset tietävät etteivät vanhemmat pyri voittamaan heidän kustannuksellaan, vaan myös heidän tunteillaan on merkitystä.

Mitään muuta vanhempien asennetta ei ole niin vaikeaa muokata kuin sitä, että vanhemmilla on oikeus käyttää valtaa – jopa velvollisuus – koska he tietävät enemmän, ovat älykkäämpiä, kypsempia ja kokeneempia. Silti kurssilaiset vastaavat ”kyllä!”, kun heiltä kysytään tekivätkö heidän omat vanhempansa epäviisaita ykkösmenetelmän päätöksiä. Kuinka helppoa on unohtaa, että joskus lapset tietävät paremmin ovatko unisia tai nälkäisiä, tietävät paremmin omat toiveensa ja päämääränsä, ja sen kuinka erilaiset opettajat kohtelevat heitä, tietävät mitä arvostavat ja mitä eivät. Vanhemmillako on ylivoimaista viisautta? Ei ainakaan monissa lapsiaan koskevilla asioissa. Silti vanhemmilla tietenkin on paljon arvokasta viisautta ja kokemusta, jota ei tarvitse unohtaa.

Moni vanhempi hyväksyy ehkä sen, että kolmosmenetelmää voi käyttää isompien lasten kohdalla, mutta entä nuoremmat lapset. ”He ovat liian nuoria tietämään, mikä heille on parasta, eikä silloin pitäisi käyttää ykkösmenetelmää?” Mutta pienetkin lapset haluavat että heidän tarpeensa ja tunteensa otetaan todesta.

Esimerkki 16. Kaksivuotiaan tytön äiti kertoo:

”Olin eräänä iltana valmistamassa päivällistä ja tyttäreni jutteli iloisena keinuhevosen selässä. Sitten hän otti valjaat ja yritti pukea niitä ylleen. Hänen kasvonsa punoittivat, ja hän alkoi kiljua kimeästi turhautumisen kasvaessa. Huomasin ärsyyntyväni hänen kiljunnastaan ja polvistuin pukeakseni valjaat hänen puolestaan. Mutta hän tappeli kiljuen vastaan. Nyt olin jo valmis kantamaan hänet keinuhevosineen omaan huoneeseensa ja läimäyttämään oven kiinni, etten kuulisi meteliä. Sitten jokin napsahti päässäni. Polvistuin, otin häntä hartioista ja sanoin: ”Taidat olla todella vihainen, kun et osaa tehdä tuota itse.” Tyttö nyökkäsi, lakkasi kiljumasta, ja muutaman myöhästyneen kyyneleen jälkeen jatkoi keinumista hevosellaan.”

Eikö ole aikoja, jolloin pitää käyttää ykkösmenetelmää?

Kriisitilanteet toki vaativat välitöntä toimintaa, esimerkiksi jos lapsi ryntää kadulle auton eteen, tai jos lapsi täytyy saada heti sairaalaan vakavan umpisuolentulehduksen vuoksi. Kuitenkin sairastuneisiin ja leikkausta tai lääkehoitoa vaativiin lapsiin voimankäyttöä välttävät menetelmät saattavat tehota loistavasti. Eräs äiti kertoi 9-vuotiaasta tyttärestään, joka oli aloittamassa hoitoa, jossa pistetään kaksi kertaa viikossa. ”Ennen kurssia olisin kertonut hänelle, kuinka tärkeää olisi noudattaa lääkärin hoitosuunnitelmaa tai kertonut, kuinka omat pistokseni auttoivat, tai sanonut etteivät pistokset sattuneet kovinkaan paljon, tai saarnannut.” Nyt hän keskittyi kuuntelemaan ja kunnioittamaan lapsen tunteita ja tyttö jutellessaan muisti aiemman tilanteen, jossa hän sai jäykkäkouristusrokotuksen ja sairaanhoitaja osasi pistää niin, ettei hän edes tuntenut pistosta.

Eri menetelmien sekoittelu (ykkös-, kakkos- ja kolmos-) ei toimi. Jos joidenkin tilanteiden kohdalla palataan vaikkapa ykkösmenetelmään, lapsi menettää luottamuksensa, koska hän tietää, että kun vanhemmilla on luja mielipide jostakin, he päätyvät kuitenkin voittajiksi. Miksi siis ryhtyä ongelmanratkaisuun ylipäänsä. Jotkut vanhemmat suoriutuvat jotenkuten käyttämällä ykkösmenetelmää ongelmiin, jotka eivät herätä lapsessa voimakkaita tunteita – siis vähemmän tärkeisiin ongelmiin – mutta kolmosmenetelmää pitäisi käyttää, aina kun konflikti on merkittävä ja siihen liittyy lasten taholta voimakas tunne. Ehkäpä kaikkien ihmisuhteiden periaate onkin, että kun ihminen ei välitä konfliktin seurauksista, hän saattaa taipua toisen vallan alle, mutta kun tulokset vaikuttavat häneen, hän haluaa varmistua, että hänellä on sanansa sanottavana päätöstä tehdessä.

Aloittaminen

Jos perheessä on ratkottu erimielisyyksiä ykkös- tai kakkosmenetelmän turvin, alussa vanhempien olisi hyvä istuutua selittämään lapsille mistä on kyse. Muistakaa, että lapset ovat yhtä tottumattomia käyttämään tätä menetelmää kuin vanhemmatkin. Vanhemmat selittävät kaikki kolme menetelmää ja niiden erot. He tunnustavat että ovat usein voittaneet lapsen kustannuksella tai päinvastoin. Sitten he ilmaisevat haluavansa kokeilla Molemmat voittavat –menetelmää. On erittäin tärkeää, että lapsi uskoo sinun tosissasi haluavan (ja että todella haluat!) löytää molempia tyydyttävän ratkaisun. Aktiivinen kuuntelu ja selkeät minä-viestit ovat tärkeitä Molemmat voittavat –menetelmässä. Aktiivisella kuuntelulla päästään kiinni lasten pohjimmaisiin tarpeisiin ja minä-viestien avulla lapset tietävät, miltä heidän vanhemmistaan tuntuu.

1. Ristiriidan tunnistaminen ja tarpeiden määrittäminen

Ensimmäinen askel on ratkaiseva, koska siinä määritetään sekä vanhempien että lapsen tarpeet. Usein tapahtuu, että ongelma osoittautuu näennäisongelmaksi, ja todellinen ongelma onkin muualla. Vanhemmat usein tuovat tilanteeseen tiedostamattomasti valmiita ratkaisuja, jotka enemmän vastaavat heidän tarpeitaan kuin ilmaisevat itse tarvetta. Jos esimerkiksi sanot tarvitsevasi auton, onko kyseessä tarve vai ratkaisu. Kysy itseltäsi ”miten se hyödyttää minua”. Vastaus voi olla esim. ”Pääsen töihin turvallisesti”. Tämä vastaus on tarve, auto on ratkaisu. Jos lapsi sanoo ”tarvitsen oman huoneen”, se on oikeastaan ratkaisu. Miten oman huoneen saaminen hyödyttäisi lasta? Se toisi yksityisyyttä, omaa tilaa, hiljaisuutta, jne. Nämä ovat pohjimmaisia tarpeita, oma huone on ratkaisu (yksi ratkaisuvaihtoehto).

- Kerro lapselle selvästi, minä-viestein, niin voimakkaasti kuin tunnet täsmälleen ne tunteet, joita sinulla on, tai tarpeet joihin ei ole vastattu, tai se, mikä sinua vaivaa. Esimerkiksi ”Minua harmittaa se, että teen meillä suurimman osan kotitöistä. Minulla ei ole yhtään lepoaikaa.” ei ”Kakarot elävät tässä talossa siivellä.”
- Käytä runsaasti aktiivista kuuntelua, niin että lapsen tarpeet tulevat selville.
- Määrittele ongelma tai ristiriita niin, että sekä sinä että lapsi olette samaa mieltä siitä, mitä ongelmaa ollaan ratkaisemassa.

2. Ratkaisuvaihtoehtojen tuottaminen

Tässä vaiheessa on tarkoitus tuottaa erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja. Yritä ensin saada ratkaisu lapselta – voit lisätä oman ehdotuksesi myöhemmin. Mikä tärkeintä: älä arvioi, tuomitse tai väheksy mitään ratkaisua, älä myöskään arvioi ratkaisuja ”hyviksi”, koska se viestii että luettelon toiset ratkaisut eivät ole niin hyviä. Hyväksy kaikki ideat.

3. Ratkaisuvaihtoehtojen arviointi

Vanhempi voi sanoa: ”No niin, mikä näistä ratkaisuista on paras?”, ”Onko jokin näistä parempi kuin toiset?” tai ”Katsotaanpa, minkä näistä ratkaisuista haluamme”. Vaihtoehtoista karsitaan ne, joita osapuolet eivät hyväksy (mistä tahansa syystä). Tässä vanhemmankin tulee rehellisesti ilmaista tunteensa – ”En luule sen olevan reilua minua kohtaan” tms.

4. Parhaan ratkaisun valitseminen

Tämä vaihe ei ole niin vaikeaa kuin vanhemmat usein luulevat. Kun toiset vaiheet on käyty läpi ja ajatusten vaihto on ollut avointa ja rehellistä, paras ratkaisu nousee usein luonnostaan esiin keskusteluissa. Testaa miltä jäljelle jääneet ratkaisut tuntuvat lapsista (”Luuletko tämän ratkaisevan ongelmamme?” tai ”Olisiko tämä ratkaisu sopiva?”). Älkää ajatelko päätöstä välttämättä lopulliseksi ja mahdottomaksi vaihtaa. Voit sanoa ”Näyttää siltä, että olemme yhtä mieltä ratkaisusta – aloitetaan kokeilemalla sitä ja katsotaan ratkaiseeko se ongelmamme” tai ”Minä olen valmis hyväksymään tämä, haluaisitko sinä yrittää?” Varmistu siitä, että jokainen ymmärtää sitoutuvansa noudattamaan sopimusta (”No niin, olemme siis päättäneet tehdä näin”).

5. Ratkaisun toteuttaminen

Kun päätös on tehty, pitää usein sopia yksityiskohdittain, kuinka se pannaan toimeen, kenen pitää tehdä mitä ja milloin. Mitä tarvitsee tehdä, että tämä toteutuu. Nukkumaanmenoriidoissa perhe saattaa haluta keskustella siitä, kuka pitää silmällä kelloa ja asettaa herätyksen. Lasten huoneiden siisteysongelmissa täytyy selvittää kysymys ”kuinka siistiä?”

6. Tulosten seuraaminen

Molemmat voittavat –menetelmässäkään eivät kaikki alkuperäiset sopimukset osoittaudu hyviksi. Vanhempien täytyy toisinaan tarkistaa lapselta, onko tämä vielä tyytyväinen päätökseen. Kun lapselta kysytään ”Miten sopimuksemme toimii?” viestitään lapselle, että hänen tarpeistaan välitetään.

Alun ongelmat

On luonnollista, että alussa esiintyy epäluottamusta ja vastustusta. Lapsi suuttuu ja lähtee kävelemään, kun homma ei mene hänen piirustusten mukaan tai sanoo, että vanhemmat kuitenkin saavat tahtonsa läpi niin kuin tavallisestikin. Tällöin on parasta siirtää ongelmanratkaisu vähäksi aikaa syrjään ja kuunnella mitä lapset todella sanovat. Jos lapsi on edelleen haluton osallistumaan, vanhemmat voivat ilmaista omat tunteensa – tietenkin minä-viestein. (”Aiomme vakavissamme löytää ratkaisun, jonka voitte hyväksyä”, ”En halua enää käyttää voimakeinoja tässä perheessä, mutta en aio antaa teidänkään käyttää” tai ”Olemme kyllästyneet tappeluihin tässä perheessä. Meidän mielestämme voisimme koettaa ratkaista ristiriitamme uudella tavalla”). Kannattaa kuitenkin antaa lapselle aikaa. Gordon kehottaa vanhempia muistamaan, kuinka epäluuloisia he saattoivat olla kuultuaan ensi kertaa kolmosmenetelmästä.

Entä jos hyväksyttävää ratkaisua ei löydy? Vaikka pelko on oikeutettua, hämmästyttävän harvoissa tapauksissa ratkaisu jää löytymättä. Tällaiseen pattitilanteeseen päätyminen johtuu yleensä siitä, että minä voitan – sinä häviät –menetelmä ja valtataistelun mallit ovat vielä vanhempien ja lasten ajattelun taustalla. Tällaisen ongelman syntyessä voitte palata ideoimaan ratkaisuvaihtoehtoja, tai vaikkapa lykätä ongelmanratkaisua huomiseksi. Voit myös vedota osallistujiin ”Koetetaan nyt todella kovasti löytää hyväksyttävä ratkaisu”. Yrittäkää ottaa selville, onko jokin piilevä ongelma estämässä edistymistä (”Onko vielä sellaisia asioita, jotka kiusaavat meitä ja joita emme ole vielä tuoneet esiin?”) Joillakin vanhemmilla on houkutus palata ykkösmentelmään. ”Yritimme molemmat voittavat –menetelmää, emmekä päässeet eteenpäin. Niinpä minun oli nähtävä tilanne ja tehtävä päätös.” Tästä on yleensä vakavia seurauksia. Lapset suuttuvat, koska heitä on huijattu, ja seuraavalla kerralla he tuntevat entistä enemmän epäluuloa ja epäluottamusta. Kakkosmenetelmään palaaminen on toki yhtä haitallista.

Pitäisikö päätöksen sisältää rangaistuksia? Vanhemmat ovat kertoneet, että he (tai lapset) keksivät lisätä rangaistuksia, kun ratkaisun päätöstä ei ole noudatettu. Vanhempien on kuitenkin parempi välttää langettamista rangaistuksia epäonnistumisesta siinä tarkoituksessa, että sopimus pitäisi paremmin. Luottamuksen asenteella saavutetaan enemmän. Lapsi kokee, että kun häneen luotetaan, hän todennäköisesti ei riko tuota luottamusta. Mutta jos hän tuntee, ettei vanhemmat luota häneen, hän voi yhtä hyvin suoraa päätä tehdä niin kuin he jo luulevat hänen tehneen. Mikä tahansa puhe rangaistuksesta viestii epäluottamuksesta, pessimismistä. Tällä Gordon ei tahdo sanoa, että lapset pitäisivät aina sopimuksensa. Mutta vanhempien pitäisi otaksua, että he pitävät ne.

Sopimuksen rikkomiseen on syynsä. Lapsi ehkä huomaa sitoutuneensa johonkin sellaiseen, jota on liian vaikea pitää. Joskus lapsi saattaa hyväksyä sopimuksen vain, koska on kyllästynyt epämiellyttävään ongelmanratkaisuistuntoon. Voi myös olla, että lapsi ei vain ole tottunut itsekuriin ja omatoimisuuteen (jos vanhemmat ovat aina tehneet päätökset hänen puolestaan). He ovat aiemmin olleet riippuvaisia vanhemman kurista ja kontrollista. Lapsi myös saattaa yksinkertaisesti unohtaa.

Sopimuksen rikkoontuessa vanhemman on hyvä tarttua ongelmaan suoraan ja rehellisesti, kuitenkin lasta syyllistämättä, ilman uhkailua, ilman masentamista. Kerro sopimuksen rikkomisen herättämistä tunteistasi minä-viestillä. ”Olen pettynyt, kun et pitänyt sopimusta” tai ”Toivoin, että ongelmamme olisi jo ratkaistu, ja minua harmittaa, kun se ei nähtävästi olekaan”. Tällainen herättää enemmän vastakaikua, kuin syyttäminen ja saarnaaminen. On taaskin aktiivisen kuuntelun aika. Ongelma voidaan ottaa uudelleen käsittelyyn, tai vanhemmat voivat auttaa lasta keksimään keinon, jotka helpottavat muistamista. Jos lapsi unohtelee asioita, voidaan tämä myös ottaa esille omana ongelmanaan. Useat vanhemmat muistuttelevat, ja ottavat vastuun kertoa lapselle milloin tämän on aika tehdä se, mitä on sovittu. Mutta se on lasten kohtelemista kypsytymättöminä ja vastuuttomina olentoina. Se on sekä epämukavaa vanhemmalle, että pitää lapsen riippuvaisena. Ja sellaisena lapsi pysyy, ellei vanhempi anna lapselle sitä vastuuta, joka hänelle kuuluu.

Molemmat voittavat –menetelmä lasten välisissä ristiriidoissa

Useimmat vanhemmat lähestyvät lasten välisiä ristiriitoja käyttämällä samaa minä voitan – sinä häviät – menetelmää kuin vanhempien ja lasten välisissäkin konflikteissa. Vanhemmista tuntuu, että heidän on näyteltävä erotuomaria tai toimittava sovittelijana – he otaksuvat että on heidän velvollisuutensa määrätä, kuka on oikeassa ja kuka väärässä ja päättää ratkaisusta. Mutta yhtä lailla lasten välisissä yhteenotoissa on otollisinta käyttää molemmat voittavat –menetelmää.

Kun vanhemmat lähestyvät lasten välisiä ristiriitoja tuomareina, he otaksuvat virheellisesti, että ongelma on heidän. Asettumalla ongelmanratkaisijoiksi he kieltävät lapsilta tilaisuuden ottaa vastuu omien ongelmiansa omistamisesta ja oppia ratkaisemaan ne omin voimin.

Esimerkki 17. Veljekset Matti ja Risto kiskovat leikkirekkaa, toinen toisesta ja toinen toisesta päästä.

Kumpikin kiljuu ja huutaa, toinen itkee. Kumpikin koettaa käyttää valtaa omalla tavallaan.

Matti: Haluan auton! Anna auto mulle! Päästä irti!

Risto: Se oli minulla ensin! Tuo tuli ja otti sen. Anna se takaisin!

Vanhempi: Teillä näkyy olevan tappelu tuosta autosta. Mitä jos tulisitte tähän keskustelemaan?

Joskus jo tällainen ovenavaaja lopettaa riidan. Lapset ikään kuin haluavat löytää jonkinlaisen ratkaisun itse mieluummin kuin ryhtyvät työstämään sitä vanhemman läsnäollessa. He ajattelevat ”ettei se niin iso juttu ollut”. Jos konflikti vaatii vanhempien taholta aktiivisempaa roolia, hän voi rohkaista ongelmanratkaisuun käyttämällä aktiivista kuuntelua ja toimimalla välittäjänä, ei erotuomarina.

Vanhempi: Risto, mielestäsi auto kuuluu sinulle, koska se oli sinulla ensin. Sinä olet Matille vihainen, koska hän vei sen sinulta. Teille tuli siitä riita. Millä tavalla sen voisi ratkaista?

Risto: Tuon pitäis antaa se minulle.

Vanhempi: Matti, Risto ehdottaa tällaista ratkaisua.

Matti: Niin tietysti, koska silloin se saa mitä haluaa.

Vanhempi: Risto, Matti sanoo ettei hän pidä tuosta ratkaisusta, koska silloin sinä voitat ja hän häviää.

Risto: No, minä voisin antaa hänen leikkiä minun autoillani siihen saakka kun minä olen leikkinyt loppuun rekalla.

Vanhempi: Matti, Ristolla on toinen ehdotus – sinä voisit leikkiä hänen autoillaan sillä aikaa kun hän leikkii rekalla.

Matti: Saanko minä leikkiä rekalla sitten kun hän on lopettanut, äiti?

Vanhempi: Risto, Matti haluaa olla varma että saa leikkiä rekalla kun sinä olet lopettanut.

Risto: Okei, minä olen ihan kohta valmis.

Vanhempi: Risto sanoo että se sopii hänelle.

Matti: Selvä sitten.

Vanhempi: Näyttää siltä että ongelma on ratkaistu, vai mitä?

Jos vanhempi yrittää ratkaista riitaa, toinen lapsi kokee vanhemman päätöksen epäoikeudenmukaiseksi ja reagoi suuttumuksella ja vihalla vanhempaa kohtaan. Vanhempi saattaa joutua molempien lasten raivon kohteeksi kieltämällä kummaltakin lapselta tappelun aiheuttajan ("Nyt ei kumpikaan teistä leiki sillä rekalla!"). Molemmat voittaa –menetelmällä lapset pikkuhiljaa lakkaavat tuomasta erimielisyyksiään vanhemmilleen. He huomaavat, että vanhempien luo meneminen tarkoittaa sitä, että heidän pitää joka tapauksessa löytää ratkaisu itse. Niinpä he alkavat ratkaista riitoja yhdessä, itsenäisesti.

Arvoristiriidat

Tullessaan murrosikään monet lapset hylkäävät vanhempansa, siirtävät heidät pois elämästään. Vanhemmat ovat ajaneet heidät luotaan tietynlaisella käytöksellään. Vanhemmat saavat potkut lapsiltaan, kun he saarnaamalla haluavat muuttaa heidän vaalimiaan uskomuksia ja arvoja. Jos vanhemmat yrittävät saada nuoriaan käyttämään ongelmanratkaisua näihin arvoristiriitoihin, he epäonnistuvat enemmän kuin todennäköisesti. Otetaan esimerkiksi hiustyyli. Se edustaa monelle nuorelle jotain hyvin tärkeää, tavallaan hänellä on tarve pitää tukkansa tuolla tavoin eikä vain halu. Vanhempien yritykset mitätöidä hänen tarpeensa saa melkein väistämättä sitkeän vastarinnan. "Minun tukkanihan se on", "Näpit irti niskastani!" tai "Minä en sano sinulle, millainen kamppaus sinulla pitäisi olla, joten älä sinäkään tule selittämään minun tukastani." Nämä viestit kertovat vanhemmalle "Minulla on oikeus arvoihini niin kauan kuin en voi nähdä niiden vaikuttavan sinuun millään kouriintuntuvalla tai konkreettisella tavalla".

Kun lapset vastustavat voimakkaasti vanhempien yrityksiä muokata käytöstä säilyttääkseen vapautensa, jonka he eivät koe olevan missään ristiriidassa vanhempien tarpeiden kanssa, heidän käytöksensä ei eroa vanhempien käytöksestä. Ei aikuinenkaan halua muuttaa käytöstä, jos hän on vakuuttunut, ettei se loukkaa ketään muuta. Ei ole harvinaista, että lapset reagoivat painostukseen korostetusti tekemällä juuri niitä asioita, joita heidän vanhempansa eivät halua heidän tekevän. Se näkyy juuri esimerkiksi kamppaus- ja pukeutumistyyliissä. Suuri osa tämän päivän teini-ikäisten kapinasta voi johtua siitä, että aikuiset painostavat heitä muuttamaan käytöstä, jota nuoret pitävät omana asianaan. Lapset eivät kapinoi vanhempiaan vastaan – he kapinoivat sitä vastaan, että vanhemmat yrittävät riistää heidän vapautensa. Traagista kyllä, kun vanhemmat käyttävät vaikutusvaltaansa siihen, että koettavat muokata sellaista käytöstä joka ei ole ristiriidassa heidän elämänsä kanssa, he kadottavat vaikutusvaltansa myös sellaisen käytöksen kohdalla, josta todella on haittaa heille. Kolmosmenetelmä ei sovi muokkaamaan lapsia vanhempien muottiin sopivaksi, mikään menetelmä ei sovi.

Enkö voi opettaa arvojani? kysyvät jotkut vanhemmat. Tietenkin voit, etkä ainoastaan voi opettaa, vaan myös *opetat*. Vanhemmat ovat malleja monen muun aikuisen lailla, joiden kanssa lapsi on tekemisissä. Mutta vanhemmat voivat opettaa arvojaan vain elämällä niitä. Vanhemmat, jotka haluavat lastensa olevan rehellisiä, mitätöivät pyrkimyksensä, jos he saadessaan odottamattoman kutsun puhelimesta valehtelevat lapsensa edessä: "Voi, me tulisimme mielellämme, mutta meille tulee vieraita maalta." Tai jos äiti huomauttaa pojalleen: "Ei viitsitä kertoa isälle, kuinka paljon maksoin uudesta dvd-soittimesta." Vanhemmat opettavat lapsilleen arvoja elämällä omaa elämäänsä niiden mukaan, eivät painostamalla lapsia elämään tiettyjen sääntöjen mukaan. Vanhempia vaivaa se, etteivät jälkeläiset ehkä omaksukaan heidän arvojaan. Totta – eivät he omaksukaan. He eivät pidä joistakin vanhempien arvoista, tai näkevät jostakin vanhempien noudattamista arvoista syntyvän tuloksia, joista he eivät pidä (esimerkiksi jos kovan työn omaava isä on loppuunpalamisen partaalla, lapsi tuskin arvostaa kovaa työntekoa hinnalla millä hyvänsä). Kun vanhemmat pelkäävät, etteivät nuoret omaksu heidän arvojaan, he lankeavat taas järkeilemään, että heillä on oikeus käyttää valtaansa pakottamalla lapset arvoihinsa. "He ovat liian nuoria arvioimaan itse." Voimaa ja valtaa käyttämällä saadaan ehkä joskus aikaan näennäisvaikutuksia, voima ja valta saattavat kontrolloida toisten tekoja, mutta harvoin heidän ajatuksiaan ja uskomuksiaan. Vallankäytön tuloksena on todennäköisesti se, että lapsi puolustaa vain yhä sitkeämmin omia uskomuksiaan ja arvojaan.

Lasten arvojen malleina toimimisen lisäksi vanhemmat voivat käyttää toistakin lähestymistapaa opettaessaan sitä, mikä on heidän mielestään "oikein ja väärin". He voivat kertoa ajatuksensa ja tietonsa samaan tapaan kuin konsultit, kun asiakas haluaa heidän palvelujaan. Hyvä konsultti kertoo eikä saarnaa, tarjoaa eikä pakota. Mikä vielä ratkaisevampaa, hyvä neuvonantaja kertoo, tarjoaa ja ehdottaa vain kerran. Hyvä konsultti tarjoaa asiakkailleen hyödyn tiedoistaan ja kokemuksistaan, mutta ei naputa siitä viikkokaupalla, ei nolaa heitä, jos he eivät osta hänen ideoitaan. Menestyksekkäs konsultti tarjoaa ideansa ja jättää sitten asiakkaalle vastuun joko ostaa tai hylätä se. Jos neuvonantaja käyttäytyisi vanhempien lailla, asiakkaat ilmoittaisivat pian, ettei hänen palveluksiaan enää tarvita. Nykynuoriso on vapauttamassa tällä tavoin vanhempansa palveluksesta. Vanhemmat syyllistyvät "pakkomyyntiin". Ei ole ihme, että useiden perheiden lapset sanovat vanhemmilleen "Pois kimpustani" tai "Kyllä minä tiedän, mitä te ajattelette, ei siitä tarvitse jauhaa koko ajan".

Jos uskot itselläsi olevan hyödyllistä tietoa tupakan vaikutuksesta ihmisen terveydelle, kerro siitä lapsille. Jos huomaat hyvän artikkelin huumeiden vaikutuksesta nuorten elämään, ojenna lehti lapsillesi tai lue artikkeli ääneen perheellesi. Jos luulet olevasi esiaviollisen seksin asiantuntija, kerro tiedoistasi ajoissa lapsillesi. Kun ajatuksesi herättävät vastarintaa, käytä aktiivista kuuntelua. Tarjoa ajatuksiasi luottavaisesti, mutta älä houkuttele. Vetäydy sitten miellyttävästi ja salli ”asiakkaittesi” päättää, haluavatko he omaksua vai torjua ideasi. Äläkä unohda kuunnella heitä! Jos teet näin, lapsesi saattavat pyytää palveluksiasi toisenkin kerran.

Kuinka vanhemmat voivat ehkäistä ristiriitoja muuttamalla itseään

Vanhemmuuutta pidetään yhteiskunnassamme keinona vaikuttaa pikemminkin lasten kuin vanhempien kasvuun ja kehitykseen. Liian usein vanhemmuus merkitsee lasten ”kasvatusta”: lapset ovat vanhemmilleen jotakin, mikä täytyy panna järjestykseen. On ongelmalapsia, muttei ongelmavanhempia. Mutta vanhemmatkin voivat muuttaa asennettaan lastensa käytökseen.

Tutkimukset osoittavat, että on olemassa suora yhteys sen välillä, kuinka ihmiset hyväksyvät toisensa ja kuinka he hyväksyvät itsensä. Ihminen, joka hyväksyy itsensä persoonana, hyväksyy paljon todennäköisemmin toisetkin. Ihmisillä, jotka eivät voi sietää lukuisia piirteitä itsessään, on usein vaikeuksia hyväksyä toistenkaan piirteitä. Onkin hyvä kysyä itseltään ”Kuinka paljon pidän siitä, kuka olen?” Jos vanhemmalla on vain muutamia tai ei lainkaan tyydytyksen ja itsetunnon lähteitä omassa elämässään, ja hänen tyydytyksensä riippuu voimakkaasti siitä, miten muut arvioivat hänen lapsiaan, hän ei todennäköisesti hyväksy lapsiaan – erityisesti sellaista käyttäytymistä, jonka hän pelkää leimaavan hänet huonoksi vanhemmaksi.

Tukeutuminen tällaiseen ”epäsuoraan itsensä hyväksymiseen” saa aikaan, että tällainen vanhempi haluaa lapsensa käyttäytyvän tietyllä tavalla. Toisaalta monille lapsille ”kunnon lasten” tuottamisesta on tullut statussymboli. Heillä on ”tarve” olla ylpeitä lapsistaan, he haluavat lastensa käyttäytyvän siten, että se saa heidät näyttämään toisten silmissä hyviltä vanhemmilta. Monet vanhemmat näkevät lapsensa ”itsensä laajentumina”, eivät erillisinä persoonina. Gordon kertoo sanovansa usein vanhemmille: ”Älkää toivoko lapsistanne mitään erikoista, antakaa hänen vain tulla joksikin.”

*Lapsesi eivät ole sinun lapsiasi.
He ovat Elämän kaipauksen poikia ja tyttäriä.
He tulevat sinun kauttasi mutta eivät sinusta.
Ja vaikka he ovat luonasi, he eivät kuulu sinulle.
Voit antaa heille rakkautesi mutta et ajatuksiasi,
sillä heillä on omat ajatuksensa.
Voit yrittää olla heidän kaltaisensa,
mutta älä yritä tehdä heistä sinun kaltaisiasi.
Sillä elämä ei kulje taaksepäin eikä viivy eillisessä.
- Kahlil Gibran s. 1883 -*