



# HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN

**LEENA MANNSTRÖM-MÄKELÄ**  
**SOSIAALIPSYKOLOGI, VTM**  
**RATKAISUKESKEINEN NEUROPSYKIATRINEN VALMENTAJA**  
**PSYKOTERAPEUTTI**  
**LEENA@VALKES.FI**

**040-410 2776**

# IHMINEN ON KANNATETUN KASVATUKSEN LAJI

Jokapäiväisestä kanssakäymisestä syntyy psyykkisiä rakenteita

- Koti, päiväkot, sukulaiset, ystävät
- Jokainen ihminen on potentiaalisesti tärkeä koko elämänkaaren ajan
- Kiintymyssuhteet on ymmärretty rajallisesti
- Lapsi hyötyy useasta häneen sitoutuvasta aikuisesta
- Hoitavan aikuisen valmius kuulla lasta on keskeinen



# SYNNYNNÄINEN AINUTKERTAISUUS

- Temperamentti ja muu perinnöllinen ainutkertaisuus
- Ensi hetkistä lähtevä vuorovaikutus ympäristön kanssa
- Terve minuus on pysyvästi dynaaminen
- Minuuden jatkuvuuden kokemus vaatii jatkuvaa sisäisen tilan säätelyä
- Itseä säätelevä toinen – ympäristön palaute

# VARHAISTEN KOKEMUSTEN VOIMA

Varhaiset kokemukset ovat yhteydessä hyvinvointiin tai sen puutteeseen

- Henkinen tai fyysinen pahoinpitely
- Vanhempien ristiriidat, epäjohtonmukaisuus
- Emotionaalinen laiminlyönti

Hyvinvoinnin puute aikuisuudessa

- Depressiot ja ahdistushäiriöt
- Päihteiden väärinkäyttö
- Sydän- ja verisuonitaudit, diabetes, ylipaino



# MIKSI VARHAISET KOKEMUKSET VAIKUTTAVAT:

- Varhaiset kokemukset vaikuttavat yksilöllisiin eroihin hermostollisessa ja hormonaalisessa stressivasteessa
- Poikkeava stressivaste on taustalla kaikissa seuraavissa
  - Depressiot ja ahdistushäiriöt
  - Päihteiden väärinkäyttö
  - Sydän- ja verisuonitaudit, diabetes, ylipaino

# POIKKEAVA STRESSIVASTE

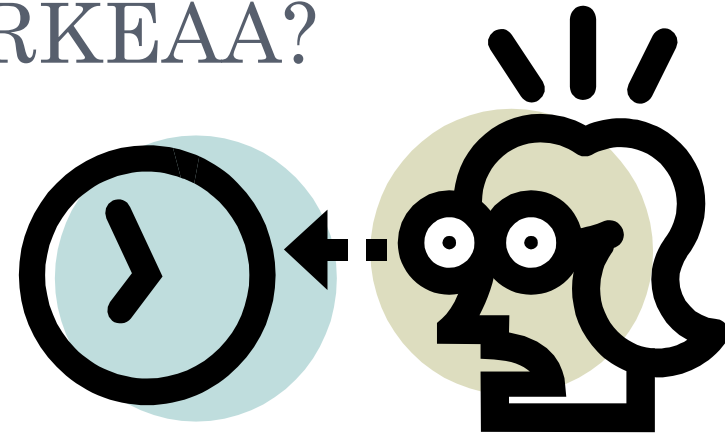
Lapsilla (ja aikuisilla) poikkeava stressivaste on taustalla ainakin seuraavissa

- Tarkkaavaisuushäiriö
- Käytöshäiriöt
- Ahdistushäiriö
- Masennus

# MIKSI STRESSI ON TÄRKEÄÄ?

Stressi on elimistön biologinen valpastumisjärjestelmä

- Biologinen vaste kun fysiologisessa tasapainossa tapahtuu muutos – itseään suojaava käyttäytyminen aktivoituu, turvaa hakeva käyttäytyminen aktivoituu
- Stressijärjestelmä aktivoituu uhkatilanteissa
- Uhka on poikkeama tavanomaisessa ärsykeympäristössä
- Uhka vaihtelee todellisesta vaarasta potentiaalisesti positiiviseen oppimiskokemukseen

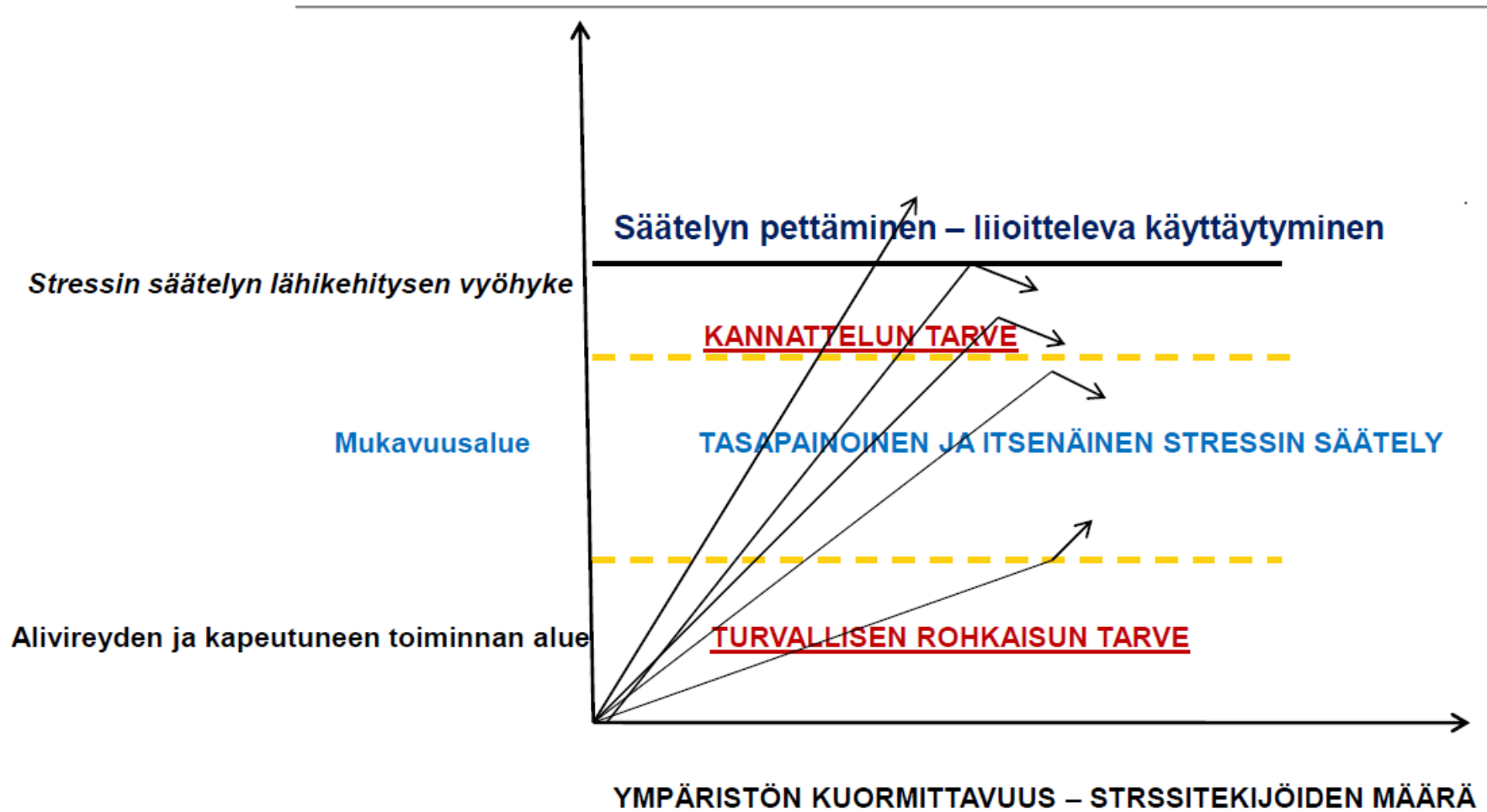


# PYRKIMYS VAKAUTEEN

- Biologinen vaste tuntuu kehon reaktioina – olon muutoksena
- Kokemus reaktioista vaihtelee negatiivisesta positiiviseen
- Biologisen vasteen (stressin) tyynnyttäminen palauttaa vakauden
- Olojen sietämisen oppiminen
- Jokaisella oma mukavuusalueensa



## AIVOJEN ÄRSYKEVIRTA



# HAASTAVA KÄYTTÄYTYMINEN

- Määrittely: sosiaalinen tapahtuma
  - *Haastava käyttäytyminen* tullut kasvatukseen autismikuntoutuksesta
  - *Aiemmin häiriö- tai ongelmakäyttäytyminen, käyttäytymishäiriö, sopeutumattomuus, pahantapaisuus, aggressiivisuus, kurittomuus*
- Se HAASTAA aikuisen etsimään syytä ja kasvatuksellisia keinoja muutokseen, virittää TOIVOA
- Lapsi / nuori tekee senhetkisen parhaansa ja toimisi toisin, jos osaisi ja pystyisi
- Muutos tulee uuden oppimisesta



# HAASTAVAN KÄYTTÄYTYMISEN TILANTEESSA TUNNELATAUS

Stressi huipussaan, myös niillä jotka kuulevat,  
näkevät, tietävät tapahtuman

- Nuori / lapsi itse
- Opettaja /vanhempi / muu henkilökunta
- Muut oppilaat / muu ympäristö

# KYVYT VS VAATIMUKSET

- Jatkuva ristiriita kykyjen ja vaatimusten välillä
  - Koulu-uupumus
  - Oppilaan elämänhallinta vaikeutuu
  - Oireina voi olla oppimisongelmat, pinnaus, häiriökäyttäytyminen, päihteiden käyttö, syrjäytyminen

# STRESSI MUKANA HAASTAVASSA KÄYTTÄYTYMISESSÄ

- Vaikuttaa koko elimistöön, kaikkeen olemassa oloon
- Tarttuu henkilöstä toiseen
- Keinoja stressin hallintaan haastavassa tilanteessa
  
- Keinoja stressin hallintaan haastavassa tilanteessa:
  - Tietoinen rentoutumisen opettelu
  - Järkevien toimintatapojen suunnittelu yhteistyönä
  - Ympäristön jäsentäminen haastavalle käyttäytyvälle henkilölle turvalliseksi
  - Tilanteiden purkaminen ja analysointi jälkeenpäin
  - Rentoutumisen opettaminen haastavasti käyttäytyvälle henkilölle

# KUN ON PAKKO PUUTTUA....

Vaihtoehtoisia toimintatapoja

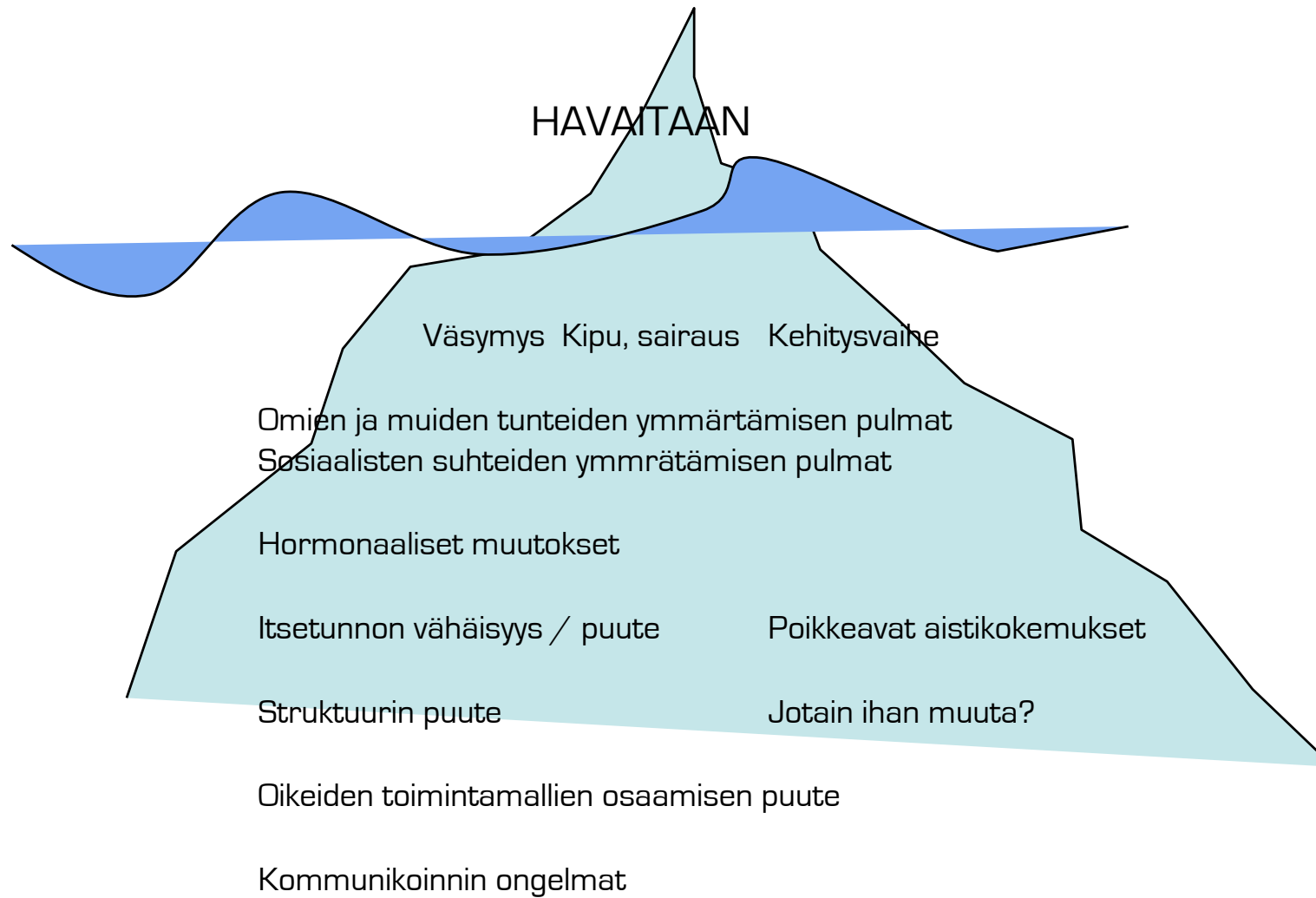
- Varma ..... epävarma
- Turvallinen ..... uhkaava
- Rauhallinen ..... provosoiva



Aikuinen voi kehittää, reflektoida,  
ennakoida omaa osuuttaan tilanteessa

Selkeä tilanneanalyysi → suunta  
parempaan

# JÄÄVUORI -ARVIO



# RISTIRIITAPÄIVÄKIRJA – OMA VASTUU

Nimi ja päivämäärä \_\_\_\_\_

## Milloin tapahtui?

- Aamulla                       Aamupäivällä                       Iltapäivällä     Illalla

## Missä olit?

- Huoneessani                       Koulussa     Kotona     Kaupungilla  
 Harrastamassa                       Joku muu paikka \_\_\_\_\_

## Laukaiseva tekijä: Mitä tapahtui?

- Minua kiusattiin  
 Joku otti minulta jotakin  
 Joku teki jotakin mistä en pidä  
 Tein jotakin väärin  
 Joku alkoi kiusata minua  
 Tein jotakin ei toivottavaa  
 Muuta \_\_\_\_\_

## Kuka tämä joku oli?

- Kaveri                       Perheenjäsen     Opettaja                       Muu



**Minkälaisia kehon reaktioita sinulla tuli?** \_\_\_\_\_

**Minkälainen tunne sinulla oli?** \_\_\_\_\_

**Kuinka voimakas tunne oli?**

|                |          |       |             |        |
|----------------|----------|-------|-------------|--------|
| 1              | 2        | 3     | 4           | 5      |
| Hyvin voimakas | voimakas | keski | aika heikko | heikko |

**Mitä keinoja rauhoittua käytit?** \_\_\_\_\_

**Mitä muistutuksia käytit?** \_\_\_\_\_

**Ajattelitko mahdollisia seuraamuksia?** \_\_\_\_\_

Mitä? \_\_\_\_\_

**Ajattelitko omaa vastuuta?** \_\_\_\_\_

Mitä sinä teit?

- |                                             |                                                  |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Löin               | <input type="checkbox"/> Rikoin jotakin          |
| <input type="checkbox"/> Juoksin pois       | <input type="checkbox"/> Kävelin pois            |
| <input type="checkbox"/> Huusin henkilölle  | <input type="checkbox"/> Kerroin henkilökunnalle |
| <input type="checkbox"/> Jätin välittämättä | <input type="checkbox"/> Itkin                   |

Muuta \_\_\_\_\_

**Miten selvisit tilanteesta?**

|          |               |       |               |                |
|----------|---------------|-------|---------------|----------------|
| 1        | 2             | 3     | 4             | 5              |
| huonosti | ei niin hyvin | hyvin | kiitettävästi | erittäin hyvin |

# YHTEISTYÖPALAVERIN RUNKO

- Sovitaan palaverin vetäjä, kirjaaja ja kesto
- Puheenvuorokierros –esittäytyminen ja kaksi vastausta
  1. Mitä hyvää sanottavaa on oppilaasta?
  2. Mistä on tärkeää yhdessä keskustella tässä palaverissa?
    - Keskustelu yhteisistä kasvatuksellisista toimintatavoista
    - Sovitaan toimintatavat ja kirjataan näkyviin muistiokorttiin
    - Käydään läpi suunnitelma (mahdollisesti oppilas mukana)
    - Sovitaan, miten muistio jaetaan kaikille
    - Sovitaan seuraava palaveri



# ONGELMAN RAJAAMINEN

- Kaikkeen ei voida puuttua kerralla
- Mietitään yksi asia, jonka toivotaan olevan toisin
- Suunnitellaan riittävän realistinen tavoite ja toimintamalli
- Miten tavoitteen saavuttamista seurataan ja palkitaan?



# MUUTOKSEN MAHDOLLISUUKSIA

1. Syy-seuraussuhteen oppiminen ja opettaminen
2. Rangaistuksilla kielteisen kehityksen kehälle
3. Palkkiolla myönteisen kehityksen kehälle
4. Katseessa ja huomiossa valtava teho
5. Ei-sanon vähentäminen kielenkäytössä

Lähde: Kyllikki Kerola 2/2011

# MUUTOKSEN MAHDOLLISUUDET

- 1 Yhteiset pelisäännöt
- 2 Rentoutumisen oppiminen
- 3 Ympäristön muuttaminen
- 4 Vuorokausirytmien selkiinnyttäminen
- 5 Aistitoimintojen erilaisuuden huomioiminen
- 6 Strukturointi
- 7 Ennakointi
- 8 Kommunikoinnin kehittäminen
- 9 Visualisointi
- 10 Nopea piirtäminen tilanteiden selkiinnyttämiseksi
- 11 Sosiaaliset tarinat kuvin ja sanoin
- 12 Sopimukset ja säännöt
- 13 Liikunta
- 14 Terveystietämisen hoitaminen
- 15 Palkitsevuus
- 16 Riittävästi mielekästä toimintaa
- 17 Porttikirjan käyttö työvälineenä
- 18 Luokkaohjelma / kaverisuhteet