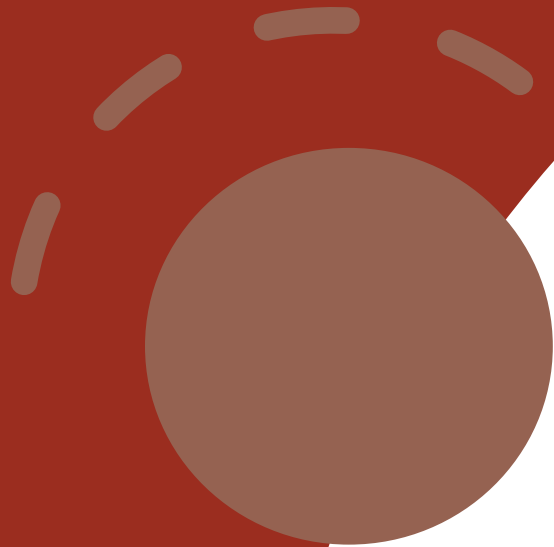




KTKP050 Vuorovaikutus ja yhteistyö

Demo 4

LuMO-ryhmä

Anna-Leena Kähkönen

(anna-leena.m.kahkonen@jyu.fi)

Päivän agenda

- Kouluun kiinnittymisen filmit
- Prope-kysymysten pohdintaa
- Tunnesäätely ja isot reaktiot



OPH:n videot – työskentely jatkuu (kotitehtävä)

- <https://www.oph.fi/fi/teemat-ja-kehittaminen/lyhytvideot>
- Videot:
 - Koulun kiinnittyminen ja poissaolot
 - Koulussa viihtyminen
 - Ryhmäytyminen ja ryhmäyttäminen
 - Tunne- ja vuorovaikutustaitojen merkitys
 - Poissaolojen seuraaminen
 - **Kodin ja koulun yhteistyö**
 - Pedagoginen tuki koulupoissaolojen yhteydessä

Kouluun kiinnittyminen ilmiönä

- Mitä (uusia) näkökulmia kouluun kiinnittymiseen videolta löytyi?
 - Turvalliset ja välittävät aikuiset sekä kotona että koulussa tekevät yhteistyötä (kasvatuskumppanuus)
 - Kokonaisempi kuva lapsesta opettajalle
 - Matalampi kynnyks kodille olla yhteydessä vanhempiin (ja toisaalta koululle olla yhteydessä kotiin)
 - Koti turvallinen paikka koota voimat taas seuraavaan koulupäivään
 - Myös onnistumisista viestitään kotiin ja luodaan positiivista mielikuvaa lapsesta koululaisena + mahdollisuus vanhemmille kehua lasta

Millaisia kysymyksiä/aiheita voisi valita propekirjoitustehtävään...?

- Liittyy kouluun kiinnittymiseen
- Tutkailtavissa kurssikirjan Arjen sosiaalipsykologia + luentojen + muiden näkökulmien kautta

Luento ”Tunteet ja tunteiden sääätely”

- Luennon käsittelykulmat:
 - Mitä ovat tunnetaidot
 - Tunnetaitojen kehittyminen eri ikäisillä
 - Tunnetaitojen tukeminen isossa mittakaavassa
 - Tunnetaidot opetuslalla
 - Tunteet ja toimijuus, stressi, asema työyhteisössä

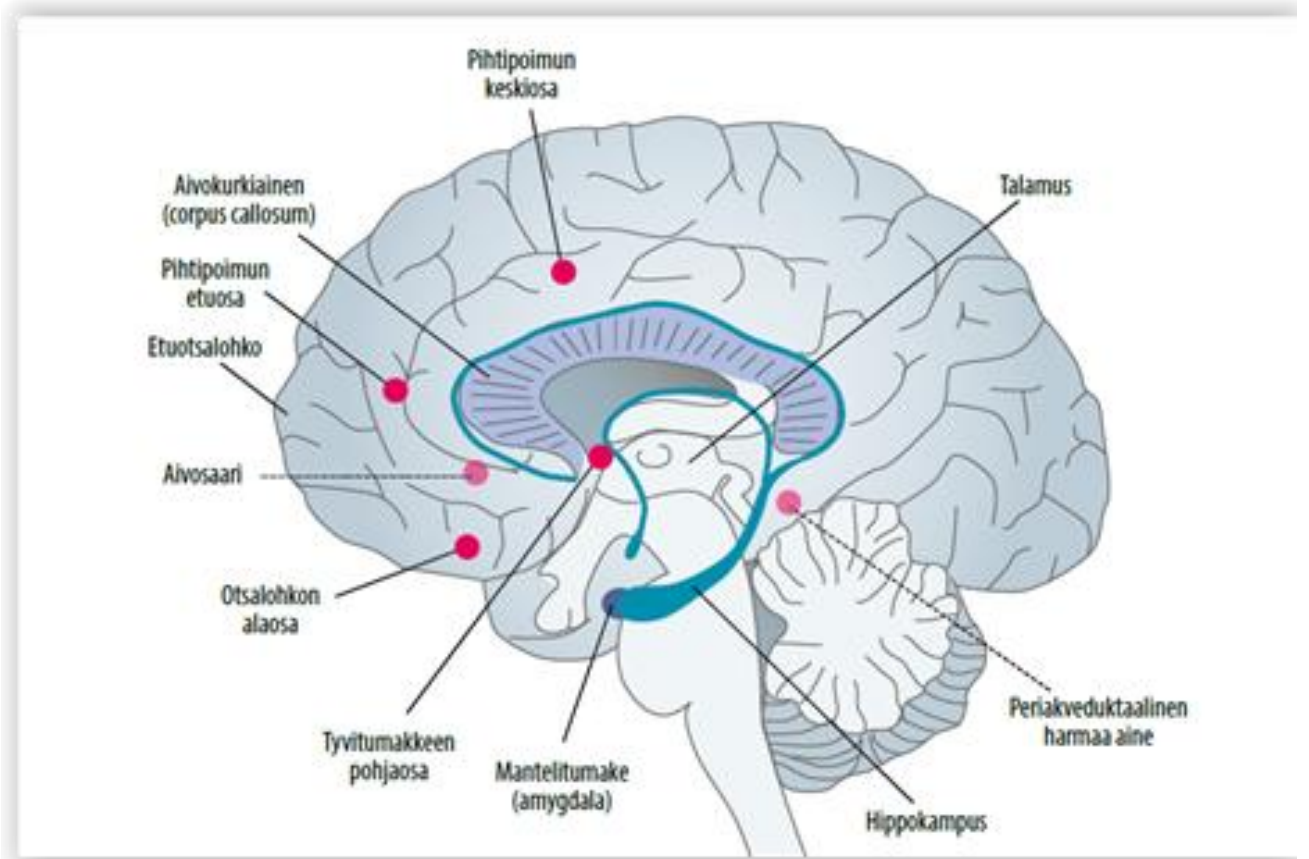


Luennot: Tunteiden säätely (Denham, 2007)

- Lasten tunteiden ulkoisessa säätelyssä aikuisella on keskeinen rooli
- Aikuinen mm. nimeää tunteita, auttaa lasta ymmärtämään niitä, antaa keinoja pärjätä tunteiden kanssa, rauhoittaa, tukee, ohjaa strategioiden omaksumisessa sekä on tukena sosiaalisissa tilanteissa, erityisesti konfliktien ratkaisussa
- Aikuisen oma tunneilmaisu ja tunteiden säätelykyky on myös olennaista, sillä hän on malli
- Tunteet tarttuvat ihmisten välillä herkästi!

Tunteet aivojen näkökulmasta

- <https://ydintaito.fi/data/documents/Nepsyperheen-sivu-31.pdf>
- "tietoaiivot"
- "nisäkäsaivot"
- "liskoaivot"
- Lisääntyvä kuormitus estää korkeampien rakenteiden käytön
- Taistele, pakene tai jäädy –reaktiot (3F:ää fight-flight-freeze)



Kuva: <https://www.duodecimlehti.fi/duo14049>

Sympaattinen ja parasympaattinen hermosto

- Sympaattinen hermosto ohjaa kehoa, kun tarvitaan toimintaa. Se aktivoituu esimerkiksi vaaratilanteissa.
- Sympaattinen hermosto
 - aktivoi kehoa ja kuluttaa energiaa
 - kohottaa vireystilaa ja valpastaa
 - nostaa verenpainetta, sykettä ja hengitystiheyttä
- Parasympaattinen hermosto auttaa lepäämään, keräämään voimia ja palauttamaan kehon tasapainon.
- Parasympaattinen hermosto
 - toimii sympaattisen hermoston vastavoimana
 - rauhoittaa ja palauttaa kehoa
 - aktivoituu levossa ja on tehokkaimmillaan unessa
 - hidastaa sykettä ja hengitystä sekä laskee verenpainetta



Taistele
Pakene



Palautuminen
vaaratilanteesta
Jäätyminen

Maadoittamisen / rauhoittumisen tekniikoita

Kognitiiviset tekniikat	Fyysiset tekniikat	Uhkaa tasaavat tekniikat
Ympäristön havainnointi Laulun tai runon muistelu Aakkosleikki (mitä sanoja alkaa A:lla, B:llä, ...) Laskutoimitukset	Syvään hengittäminen (esim. jokin animaatio apuvälineenä) Puhaltaminen (sormikynttilät, saippuakuplat) Karheat, kylmät,... aistimukset Jonkin puristaminen Painon siirtäminen kantapäille ja takaisin Kiristytminen ja rentoutuminen	Mieluisan paikan ajattelu Jonkin mieluisen asian salliminen itselle Selviytymislauseet

Näiden käyttöä kannattaa ”kuivaharjoitella”!

<https://www.webmd.com/mental-health/what-does-flight-freeze-fawn-mean>

Selviytymislauseita opettajalle



Kaiken käyttäytymisen takana on jokin logiikka (silloinkin kun se tuntuu järjettömältä)



"When little people are overwhelmed by big emotions, it's our job to share our calm, not join their chaos."

L. R. Knost



Mikään myrsky ei kestä ikuisesti.

1

He's not giving me a hard time, he's having a hard time



www.wildflowerparenting.com

AN ESCALATED ADULT CANNOT DE-ESCALATE AN ESCALATED CHILD.



© 2014 BEHAVIORAL SCIENCE



Kids do well if they ~~want to~~ can

HIDASTAELAMAA.FI @HIDASTA



JOSKUS PARAS REAKTIO ON OLLA REAGOIMATTA.



Itsesäätelyn tukeminen

- Ennakoivan tuen tavat
 - Esim. vaihtoehtojen tarjoaminen, toiminnan uudelleen organisointi, ennakoiva keskustelu
 - Yleisesti: kuormituksen vähentäminen
- Reaktiosidonnaisen tuen tavat
 - Tavoite: palauttaa yhteys yksilön ja ryhmän välillä
 - Tunteen vastaanottaminen
 - Opettajan tunnetuki: rauhallinen, ihmisen hyväksyvä
- Itsesäätelyn taidot...
 - Ei voi oppia palkkioilla tai rangaistuksilla
 - Ei kehity kaikilla täsmälleen yhtä aikaa ("Kyllä tuon ikäisen pitäisi jo ...")
 - VOI parhaiten oppia vuorovaikutuksessa muihin
 - VOI liittyä kehitysviiveeseen
 - Esim. ADHD-lapsilla etuotsalohkon osat kehittyvät hitaammin (tutkimukset: keskimääräisesti 3 vuoden viiveellä)

Työkaluja kouluun

- Stressiprofiili
 - <https://ydintaito.fi/stressiprofiili/> (voit tulostaa täältä täytettävän stressiprofiilin)
- Tehdään omat ja mietitään, miten tällaista voisi käyttää koululaisten kanssa - saat oman printatun profiilin
- Täyttämisohteita: <https://ydintaito.fi/stressiprofiili/stressiprofiilin-teko-ohjeet/>

Synkkiä hetkiä

Peda.net: Luetaan muutama uutinen kouluissa tapahtuneista ylilyönneistä

OAJ:n lakimies kertoo säännöt Opettaja-lehdessä:

<https://www.opettaja.fi/tyossa/jos-voimankaytto-laikkyy-yli/>

Ensi viikolla



Luennolla eettisyys ja kulttuurinen monimuotoisuus



Demoilla

Hahmotelmat palautettuna prope-kirjoitustehtävistä

Ajatuskartat kirjan luvuista

→ Kootaan näistä yhteen ajatuksia

Monimuotoisuudesta työpajatehtävä