



FamilyBoost vinkkaa:

JANKUTTAMINEN KURIIN!

- Lapset haluavat vaikuttaa omaan elämäänsä. Jankuttaminen voi olla lapsen yritys tulla kuulluksi ja saada vaikutusvaltaa.
- Lapset, joiden vanhemmat lähtevät jankutuskutsuun mukaan, oppivat jankuttamisen olevan tehokas keino saada haluamansa tai ainakin vanhemman huomion.
- Yritä muistaa pitää lapsi ajan tasalla siitä, mitä hänen elämässään tapahtuu. Lapsen aloittaessa jankutuksen voit kerran selittää lyhyesti, mistä on kyse, esimerkiksi "meidän perheessä syödään karkkia vain lauantaisin ja tänään on torstai". Lyhyen toteamuksen jälkeen on kuitenkin hyvä hiljentyä kokonaan ja välttää lähtemästä jankuttamiseen mukaan.
- Jos lapsi on kiihtynyt, voit sanoa: "jutellaan tästä myöhemmin" ja pysytellä sen jälkeen hiljaa.
- Älä kiinnitä jankuttamiseen huomiota.
- Selkeät säännöt ja toimintatavat vähentävät jankuttamista. Kun lapsi oppii, että asiat tapahtuvat samalla tavalla päivästä ja viikosta toiseen, hän tietää, että näin tämä nyt menee, vaikka mä kuinka yrittäisin vaikuttaa asiaan. Vanhemman on myös helpompi pitää kiinni säännöistä, kun ne on selkeästi sovittu.
- Yritä asettua lapsen asemaan niissä tilanteissa, joissa jankuttaminen tavallisimmin alkaa. Tietääkö lapsi, mitä tilanteissa tapahtuu ja mitä häneltä odotetaan? Voisiko näistä tilanteista tehdä etukäteen vielä selkeämpiä lapselle?

MUISTILISTA JANKUTTAVAN LAPSEN VANHEMMALLE

- Huomaa jankuttamistilanne.
- Hiljene, jotta saat itsellesi miettimisaikaa.
- Astu kuvitteellinen askel taaksepäin välttääksesi valtataistelun.
- Hengitä syvään pysyäksesi rauhallisena.
- Mieti, mitä lapsesi haluaa. Mitä sinä haluat?
- Mieti, voiko lapselle antaa tilanteessa valtaa ilman, että annat periksi.
- Miten voit viestittää lapselle, että huomaat hänen tarpeensa vaikka et toimisikaan kuten hän toivoo?
- Jatka keskustelua lapsen kanssa, kun olet tehnyt suunnitelman jatkosta ja kun lapsi on riittävän rauhallinen jutellakseen.
- Kiitä itseäsi!