



Kangasala

OKSALLA YLIMMÄLLÄ

Tietoa 5-luokkalaisten huoltajille

Esimurrosikä

- Noin 10-12-vuotiaana alkaa esimurrosikä, joka on portti alkavaan murrosikään
 - Toiset kehittyvät aiemmin, toiset myöhemmin
 - Muutokset kehossa voivat hämmentää lasta
 - Lapsi provosoituu helposti ja voi olla riidanhakuinen
 - Itsetietoisuus lisääntyy ja varsinkin kavereiden mielipiteet muokkaavat identiteettiä
 - Koulu- ja harrastusmotivaatio saattaa laskea

Esiteini on vielä lapsi

- Esimurrosikä valmistaa itsenäiseen elämään
 - Aletaan tehdä pesäeroa vanhempiin
 - Kaverit tärkeitä
 - Testaa rajoja arjen rutiineissa
 - Hampaiden pesu
 - Nukkumaanmeno
 - Läksyjen laiminlyönti
 - Toisina päivinä pieni lapsi, joka hakee vanhemman läheisyyttä ja toisina päivinä sulkeutuu huoneeseensa
 - Leikkiminen edelleen tärkeää ja sallittua

Ymmärrystä ja tukea

- Vaikka lapsi hakisi etäisyyttä, hän tarvitsee ja kaipaa vanhemman läsnäoloa
 - Ole valmis kuuntelemaan
 - Tehkää yhdessä asioita
 - Anna tilaa, mutta ole saatavilla
 - Tue koulunkäynnissä ja kannusta harrastamaan
 - Vanhemman on oltava peruskallio, joka ottaa vastaan tunnekuohut
 - Esiteinivaiheessa rakennettu luottamus kantaa murrosiän yli
 - Aseta rajat ja pidä niistä kiinni
 - Kaikki tunteet sallittuja, mutta epäkunnioittava käytös ei ole koskaan hyväksyttävää

Koululaiset ja hyvinvointi

- Koulunkäynnistä pitäviä nuoria on yhä enemmän
- Opettajien ja oppilaiden välinen suhde on kokenut myönteistä kehitystä
- Opiskelun kuormittavuuden kokemus on lisääntynyt nuorilla ja koulu-uupumus on melko yleistä
- Koululaisten kokema kuormitus ja opiskelu-uupumus on hyvä huomioida ja siihen on tärkeää järjestää apua sekä tukea

Vanhempien vastuu omasta ja lapsen hyvinvoinnista

- Vanhemmilla ja muilla huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista
- Oman lapsen tasapainoisen kehityksen turvaaminen on jokaisen vanhemman velvollisuus
- Lasten ja perheiden kanssa toimivilla viranomaisilla on myös velvollisuus tarjota tukea ja tarvittaessa apua vanhemmille sekä huoltajille kasvatustehtävässä
- Avun ja tuen piiriin ohjaaminen kuuluu ammattilaisten velvollisuuksiin

Kun vanhempi voi hyvin, lapsi voi hyvin

- On tärkeä huolehtia omasta hyvinvoinnista, jotta voi huolehtia lapsen hyvinvoinnista
 - Vanhemmille on tyypillistä unohtaa omat tarpeensa
 - Omien tarpeiden kuuntelu on ensisijaisen tärkeää arjessa jaksamisen kannalta
- Jokaisella vanhemmalla on oikeus omaan aikaan
 - Kotoa poissa vietetystä ajasta ei pidä potea huonoa omaatuntoa.
 - Vanhemman oma harrastus tai omien kavereiden tapaaminen voi olla suuri voimavara arjessa.
- Vanhemman huolehtiessa omasta jaksamisestaan, hyvinvoinnistaan ja omasta ajastaan, hän voi tulla entistä paremmaksi vanhemmaksi omalle lapselleen

Lapsen riittävästä unesta huolehtiminen

- Uni ja lepo ovat lapsen ja nuoren kehityksen tukipilareita
 - Unta tarvitaan aivojen normaaliin toimintaan, joka säätelee uuden oppimista ja opitun muistamista
 - Riittävä lepo edistää myös tasapainoista tunne-elämää, keskittymiskykyä ja hyvää mielialaa
- Vanhempien tärkeä tehtävä on varmistaa, että lapsi saa riittävästi unta
 - Vanhemmat voivat omalla esimerkillään näyttää unen tärkeyden
 - Hyvä lepo on välttämätöntä myös vanhemmalle itselleen, sillä vanhemman riittäväällä nukkumisella on suuri vaikutus koko perheen hyvinvointiin

Rajat on rakkautta

- On normaalia, että vanhempi voi joskus tuntea riittämättömyyttä ja epävarmuutta siitä, kuinka ja missä tilanteissa asettaa lapselle rajoja
 - Vanhemmat haluavat kunnioittaa lapsensa mielipiteitä ja ajatuksia sekä toiveita
 - Vanhempien tavoitteena on luoda lapsilleen ilon ja onnistumisen tunteita, mutta ei turhautumista, kiukkua ja pettymyksiä
- Rajat ovat lasta suojelevia eivätkä vahingoittavia

Rajojen asettaminen

- Lapsella ei ole riittävää elämänkokemusta tai tarpeeksi tietoja, että lapsi pystyisi aina tekemään itsensä kannalta turvalliset ja järkevät ratkaisut
- Vanhempi vastaa mm. lapsensa
 - Terveellisestä ruokavaliosta
 - Sopivasta vaatetuksesta
 - Riittävästä unesta ja levosta
 - Puhtaudesta
 - Harrastuksista
 - Kotiin kutsuttavien ystävien määrästä
 - Mediankäytön rajoista (laatu ja aika)
 - Perheen raha-asioista
 - Päivittäisestä ulkoilemisesta

Huolta aiheuttavat poissaolot

- Huolestuttavia poissaolon syitä ovat:
 - Jatkuvat myöhästelyt
 - Poissaolot keskittyvät tietyille tunneille tai viikonpäiville
 - Toistuvat sairastelut
 - Luvattomat poissaolot
- Huolestuttaviin poissaoloihin tulee aina puuttua myös oppilashuollollisin keinoin ja pyrkiä yhteistyössä huoltajan kanssa turvaamaan oppilaan koulunkäynti

Huolta aiheuttavat poissaolot

- Yli 30h huolta aiheuttavia poissaoloja lukukaudessa
 - Opettaja on yhteydessä kotiin ja poissaolojen syystä keskustellaan ja mietitään yhdessä tuen tarvetta
 - Jos huoli ja poissaolot jatkuvat järjestetään monialainen yhteistyötapaaminen koululla
- Yli 50h huolta aiheuttavia poissaoloja lukukaudessa
 - Yhteistyötä koulun toimijoiden kanssa
 - Kaupungin perhetyöhön yhteys
- Yli 70h huolta aiheuttavia poissaoloja lukukaudessa
 - Luokanopettaja tekee lastensuojeluilmoituksen
 - Lastensuojeluilmoitus perustuu huoleen poissaolojen aiheuttamasta syrjäytymisriskistä sekä normaalin kehityksen ja koulunkäynnin vaarantumisesta

Miten toimia jos lapsen poissaolot huolestuttavat

Yritä selvittää syy

- On tavallista, ettei lapsi itse osaa sanoa, miksi hän ei halua kouluun. Haluttomuudelle on kuitenkin aina olemassa jokin syy ja sen selvittämiseen tarvitaan usein aikuista

Hae apua

- On tavallista, että lapsen koulunkäyntivaikeudet aiheuttavat perheessä uupumusta ja voimattomuutta
- Jos tuntuu, että et ehkä selviä tilanteesta yksin, hae apua

Pysähdy, ole läsnä, kuuntele

- Kerro lapselle, että haluat auttaa, koska olet huolissasi

Muista, että avun pyytämistä ei tarvitse hävetä

- Koulunkäynnin vaikeuksia voi olla monenlaisten perheiden lapsilla eikä ulkopuolisen avun tarvitseminen ja pyytäminen tee kenestäkään huonompaa ihmistä

Miten toimia jos lapsen poissaolot huolestuttavat

Toimi ajoissa

- Jos lapsi tarvitsee ulkopuolista apua koulunkäyntinsä tueksi, apu on sitä tehokkaampaa, mitä aikaisemmin sitä saa
- Kun oppilaalla on takana 200–300 tuntia luvattomia poissaoloja, auttaminen alkaa olla jo hyvin vaikeaa.

Älä luovuta

- Koulunkäynti on lapsen oikeus ja velvollisuus
- Alaikäinen ei voi itse päättää siitä, että hän ei käy koulua
- Huoltajan velvollisuus on huolehtia, että oppivelvollisuus tulee suoritettua.

Pysy rauhallisena

- Tilanne voi ymmärrettävästi herättää suuttumusta vanhemmissa
- Raivoaminen ja huutaminen ovat huonoja tapoja ohjata lasta toimimaan
- Joskus lapsen poissaoloissa on kyse myös rajojen puutteesta kotona, mutta jos lapsi välttelee koulua aikuisen tietämättä esimerkiksi kiusaamisen tai oppimisvaikeuksien vuoksi, rankaisemisesta tuskin on hyötyä.

Miten toimia jos lapsen poissaolot huolestuttavat

Tue oikein

- Lahjominen voi olla vain lyhytaikainen ratkaisu, vaikka aluksi saattaisikin toimia
- Jokaiselle lapselle pitäisi löytää koulussa asioita, joissa hän voi onnistua. Huono koulumotivaatio usein syntyy kielteisistä koulukokemuksista.

Älä valehtele lapsen puolesta

- Vanhemmalla voi olla kiusaus suojella pinnaavaa lastaan. Sillä tekee kuitenkin pidemmän päälle vain karhunpalveluksen lapselle.

Tue lapsen toimijuutta

- Koulupoissaoloja ehkäisevissä hankkeissa saatetaan joskus varmistaa kouluun meneminen soittamalla hänelle tai jopa kyydittämällä kouluun. Myös vanhempi voi turvautua näihin konsteihin, jos tilanne on päässyt pahaksi
- Pitkällä aikavälillä koululaisen pitää kuitenkin pystyä ottamaan vastuuta omasta päivärytmistään ja kouluun itse kulkeminen tukee hänen toimijuuttaan.

Mistä tukea

- Juttele tilanteesta lapsen opettajan kanssa
- Oppilashuollon tuki
 - Kouluterveydenhuolto (terveydenhoitaja, koululääkäri)
 - Kuraattori
 - Koulupsykologi
 - Kasvatusohjaaja
- Perheneuvola
- Kaupungin perhetyö
- Lapsiperheiden sosiaalityö
- Lastensuojelu



Kangasala

OKSALLA YLIMMÄLLÄ

Kiitos.

Lähteet

- <https://www.mll.fi/lapsemme-lehti/raiskahtelya-ja-murjottamista-esiteini-ika-yllattaa-vanhemman/>
- <https://yle.fi/aihe/a/20-10002768>
- <https://kaksplus.fi/taapero/kehitys/esiteini-ika-9-11-v/>
- [Lastensuojelulaki 417/2007 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX ®](#)
- [Vanhemman hyvinvointi - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)
- [Varhaiskasvatus, koulunkäynti ja opiskelu – THL](#)
- [Perheen nukkuminen - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)
- [Rajojen asettaminen lapselle - Mannerheimin Lastensuojeluliitto \(mll.fi\)](#)
- MLL
- Kasvatustieteen tohtori Heta Tuominen Helsingin yliopisto
- Komiasti kotona ja opintieillä -hanke
- Kangasalan poissaoloihin puuttumisen portaat