



# Harjoitus: Anteeksipyytäminen

---

## Miksi?

- Opetat lapselle tärkeitä sovittelutaitoja.
- Opetat lapsellesi, milloin, miksi ja miten pyytää anteeksi.
- Opetat lapsellesi toisen tunteiden huomioimista.
- Opetat lapsellesi vastuun ottoa sanoistaan ja teoistaan.
- Opetat lapsellesi arvostusta ja kunnioitusta muita kohtaan.

## Miten?

Keskustele arjen tilanteissa sovittelutaitojen merkityksestä erimielisyyksien ratkaisemisessa ja eteenpäin pääsemisessä. Harjoitus voidaan aloittaa esimerkiksi käsinukeilla, roolileikeillä tai käymällä läpi sisarusten riitoja.

Kun taidot kehittyvät, rohkaise lasta harjoittelemaan sovittelutaitoja kaverin kanssa aina tarpeen tullen.

---

## Milloin voi pyytää anteeksi?

Kerro lapsellesi missä tilanteissa on hyvä pyytää anteeksi.

### Anteeksi pyytäminen kannattaa

- jos lapsi on loukannut kaveriaan tai pahoittanut kaverin mielen sanoin tai teoin.
- jos lapsi on rikkonut tai kadottanut esineen tai asian, joka kuuluu kaverille tai on kaverin tekemä.
- jos lapsi on omasta mielestä toiminut kaveria kohtaan jollain muulla tavoin väärin.

Jos lapsi huomaa, että hänen toimintansa on tahattomasti loukannut kaverin tunteita, on hyvä puhua asiasta väärinkäsitysten selvittämiseksi.

Tilannetta voi lähteä ensin kotona purkamaan esimerkiksi omahoito-ohjelman Riitatilanteen jäsentäminen -harjoituksen kautta. Väärinymmärryksen aiheuttamaa pahaa mieltä voi pahoitella ja kertoa, ettei tarkoittanut loukata kaveria.

## Miksi on hyvä pyytää anteeksi?

Kerro lapsellesi anteeksi pyytämisen hyvistä seurauksista.

### Anteeksipyyntö voi

- helpottaa molempien osapuolten oloa.
- auttaa kaveria tuntemaan, että hän on lapsellesi tärkeä.
- parantaa lapsesi ja hänen kaverinsa välistä luottamusta.
- auttaa jättämään erimielisyydet taakse ja pääsemään tilanteista eteenpäin.
- vahvistaa kaverisuhteita ja niiden säilymistä.



## Miten voi pyytää anteeksi?

Kerro lapsellesi, miten osoittaa toiselle olevansa pahoillaan.

### Rohkaise lastasi

- sanomaan anteeksi kaverille.
- osoittamaan eleillä tai ilmeillä, että on aidosti pahoillaan.
- kertomaan kaverille, mitä tapahtui ja miksi.
- huomioimaan kaverin näkökulma ja tunteet.
- auttaa hyvittämään asia, esimerkiksi korjaamaan rikottu hiekkalinna tai etsimään kadonnut lelu.

Jos lapsesi on vaikea pyytää anteeksi, voit auttaa häntä sanoittamalla asiaa hänen puolestaan, kunnes taito vahvistuu. Joskus anteeksi pyytämisen voi sanojen sijaan toteuttaa myös jollain toiminnalla, kuten askartelemalla kortin kaverille.

## Näytä mallia

Näytä lapsellesi hyvää esimerkkiä, miten ristiriitoja sovitellaan rakentavasti. Mallinna lapselle anteeksi pyytämistä arjen tilanteissa aina kun se on tarkoituksenmukaista.

## Anteeksiantaminen

On myös tärkeää opetella antamaan toiselle anteeksi. Sekä anteeksipyytäminen että anteeksiantaminen vaativat usein molemmilta osapuolilta hieman rauhoittumista ja sulatteluaikaa.

Lapselle on hyvä korostaa, että anteeksi pyytäminen ja anteeksi antaminen ovat kaverisuhdetaitojen vahvuuksia.

---