



# Harjoitus: Miten ottaa koulupoissaolot puheeksi lapsen kanssa?

---

## Miksi?

Puheeksi ottaminen on tärkeää. Lapselle tieto vanhemman huolesta sekä ymmärryksestä ja tuesta on tärkeää. Keskustelu ja tieto voi auttaa löytämään keinoja tilanteen ratkaisemiseksi.

## Miten?

On tärkeää, että lapselle puhutaan tilanteesta avoimesti ja suoraan. Voit kertoa, että olet huomannut lapsesi voinnissa ja olemisessa muutoksia.

On tärkeää kuunnella ja keskittyä lapsen vastaukseen. Kerro myös, että pohdit kuulemaasi. Lapsi ei välttämättä odota suoraa toimintaa, vastausta tai ohjetta eteenpäin.

- Luo arkeen tilanteita, joissa on luontevaa puhua lapsen kanssa. Hyvä hetki on esimerkiksi jonkin tekemisen lomassa, autotallilla tai ruokaillessa.
- Kerro, millaisia havaintoja olet tehnyt. Näitä voivat olla esimerkiksi väsymys, poissaolevuus, ylivirittyneisyys, keskittymisen vaikeudet ja kouluakäymättömyys.
- Ole läsnä ja pysähdy kuuntelemaan lasta. Kun kysyt asiasta suoraan, kuuntele, mitä lapsesi vastaa.
- Vanhempi voi puhua huolestaan toisen aikuisen kanssa. Toisinaan myös lapsen on helpompi jutella muille aikuisille kuin vanhemmille.
- Lapselta voi kysyä voinnista ja koulunkäynnistä suoraan ja avoimesti. Ei kannata lannistua, vaikka keskustelu olisi vaikeaa. Kysyminen madaltaa lapsen kynnystä kertoa huolistaan sopivana hetkenä. Voinnista kysyminen on viesti siitä, että välität.
- Voit ilmaista huolesi ja harmistuksesi asiasta, mutta syyllistäminen, moittiminen ja suuttuminen vaikeuttavat keskustelua. Huomio, että tunteesi saattavat kuulua puheessasi sekä näkyä eleissäsi ja olemuksessasi.
- Vanhemmalla ei tarvitse olla ratkaisuja. Riittää, että kuuntelee. Jo tilanteesta keskusteleminen voi auttaa sekä lasta että vanhempaa ymmärtämään ja tilanne saattaa helpottua.

## Esimerkkejä keskustelun aloittamiseen

- Mitä kuuluu? Miten menee? Onko sinulla huolia?
- Painaako tai harmittaako jokin asia? Haluaisitko kertoa siitä?
- Musta tuntuu, että olet väsyneen oloinen. Miten voit? Saatko nukuttua?
- Sain koulusta viestiä, että sinulla on poissaoloja. Mihin ne poissaolot liittyvät?
- Arvosanasi ja koenumerosi ovat laskeneet. Haittaako jokin asia opiskelua?
- Olen huomannut, että olet aika paljon yksin, etkä halua olla muiden kanssa iltapäivisin tai viikonloppuisin. Haluaisitko jutella siitä?
- Jokin muu aloitus, mikä? Voit kirjoittaa seuraavan sivun laatikkoon omia esimerkkejäsi.



**Omia ideoita keskustelun aloittamiseen**

A large, empty rectangular box with a black border, intended for the user to write their own ideas for starting a discussion.