



# Harjoitus: Ohjaa selkeästi

---

## Miksi?

Opit ohjaamaan lasta selkeästi. Lapsesi pystyy toimimaan entistä paremmin ohjeiden mukaisesti.

## Miten?

Lisää jokaiseen päivään hetkiä, joissa päätät noudattaa selkeän ohjaamisen periaatteita. Arvioi viikon kuluttua, onko ohjaamisesi muuttunut selkeämmäksi.

Määrittele tavoite, mitä ja miten haluat arjen tilanteessa tapahtuvan. Esimerkiksi ”lähtö leikkihuoneesta kotiin onnistuu ilman riitelyä”.

### Käytä seuraavia keinoja:

#### Varmista, että olet saanut lapsen huomion

Mene lapsen lähelle, ota katsekontakti ja kosketa tai kutsu lasta nimeltä.

#### Anna selkeä ohje

- Älä ohjaa kysymyksen muodossa. Sen sijaan että sanoisit ”Lähdetäänkö kotiin”, sano ”Laske vielä kaksi kertaa mäkeä. Sen jälkeen lähdetään kotiin”.
- Vältä kieltämistä. Sen sijaan, että sanoisit ”älä huuda” sano ”puhu hiljempaa, kiitos.”
- Vältä epäselvää viestintää. Lapselle ei vielä kerro, mitä haluat hänen tekevän, mikäli toteat ”Taas sinä pompit sohvalla”. Sano mieluummin, ”Lopeta sohvalla hyppiminen ja istu alas.”

#### Anna lapselle aikaa toimia

Kerro, milloin odotat lapsen toimivan: ”Viiden minuutin päästä mennään hampaiden pesulle”.

#### Kiellä napakasti ja lyhyesti, kun se on tarpeen

- Vältä turhia selityksiä kieltötilanteessa.
- Vältä jankuttamista.
- Älä koskaan rankaise lasta fyysisesti.
- Älä kiellä turhaan. Toistettaessa kieltämisen teho heikkenee.

#### Pidä kiinni tavoitteista ja rajoista

Mieti, mikä on asian ydin, ja mistä voit joustaa tarvittaessa.

#### Kehu lasta välittömästi onnistumisesta

Vahvista kehua näyttämällä peukkua tai muulla itsellesi sopivalla tavalla.

---