

Säännöt riitelylle

Jokainen tietää, että lukemista, latinaa ja tuuban soittoa voi opettaa ja oppia. Miksi tieto, että myös tunteiden hallintaa voi ja pitää opettaa, käy yhä uutisesta?

ANTTI VANAS TEKSTI, JUSSI VIERIMAA KUVA

On olemassa hyvää ja huonoa riitelyä. Ero on sama kuin tappelun ja painiottelun välillä: hyvällä riitelyllä on sääntönsä.

– Itseen ja toisia ei saa satuttaa, mitään ei saa rikkoa, toisen puheenvuoroa ei saa keskeyttää. Näillä pääsee jo pitkälle, erityisluokanopettaja **Jaana Hintikka** sanoo.

Hintikka tutki väitöksessään lastenpsykiatri **Raisa Cacciatoren** kehittämän Aggression portaat -interventio-ohjelman toimivuutta. Tutkittavana oli sosioemotionaalisten vaikeuksien vuoksi erityis-

opetusta saavien 8–13-vuotiaiden oppilaiden ryhmä. Tulokset olivat rohkaisevia.

Hintikan mukaan Cacciatoren lähestymistapa sopii mainiosti myös tavalliseen koulutyöhön.

– Uhkaavassa tilanteessa tarvitaan tunteiden itsesäätelyn taitoja. Jämäkän ja asiallisen käytöksen opettelu antaa itseluottamusta, joka auttaa selviytymään riitatilanteista. Aggression nousua voi hallita rentoutumalla, ja rentoutumista voidaan opetella yhdessä tekemällä oppitunnilla rentoutumisharjoituksia.

Tunnetaitojen opetus korostuu elokuun alussa voimaan tulevassa uudessa opetussuunnitelmassa. Sieltä uusien painotusten pitäisi löytää tiensä kuntien ja koulujen opseihin ja opettajien lukujärjestyksiin.

– Opettajat tunnistavat tunnetaitojen opetuksen tarpeellisuuden, mutta käytännön tietoa ja taitoa puuttuu. Opettajankoulutuksessa on tärkeää oppia, miten tunnetaitoja opetetaan. Myös täydennyskoulutusta tarvitaan.

Päävastuu tunnetaitojen opetuksesta kuuluu Hintikan mukaan luokanopettajalle.

– Opettajan pysyvyys ja sitoutuminen ovat tunteiden hallintaa harjoittelevalla lapselle tärkeitä asioita. Luokanopettajan tukena on toki hyvä olla muita ammattilaisia, mutta tilanteen vaatima luotamuksellinen suhde syntyy luontevimmin omaan opettajaan. ●

”Uhkaavassa tilanteessa tarvitaan tunteiden itsesäätelyä.”



► Itsehillintää voi Jaana Hintikan mukaan opetella, vaikka olisikin temperamentiltaan impulsiivinen ja lyhytjäntteinen.

Kuka & mitä?

- Jaana Hintikka työskentelee erityisluokanopettajana turkulaisessa Mikaelin erityiskoulussa.
- Väitöksen koeryhmänä oli erityiskoulun 36 oppilaista, joille opetettiin tunne- ja itsesäätelytaitoja Aggression portaat -opetusmateriaalin pohjalta.



Väitös

The development of emotional and self-regulatory skills in maladjusted pupils: Pupils' and teacher's assessment on the Steps of Aggression Intervention. Turun yliopisto 2016.
→ utu.fi