

Miten puhun lapselle änkytyksestä?

Olipa lapsi alkanut änkyttää vasta äskettäin tai jo aiemmin, moni miettii, voiko asiasta puhua lapsen kanssa. Joidenkin mielestä änkytys voi tuntua kielletyiltä aiheelta, vaikka kaikki huomaavatkin sen. Voi ollakin yllättävää, ettei änkytyksestä puhuminen ole ainoastaan sallittua, vaan se on myös hyödyllistä. Puhumiseen liittyvien vaikeuksien huomioiminen ja tunteiden sanoittaminen voi auttaa. Avoimuuden ja hyväksynnän ilmapiiri tukee lapsen rohkeaa ja iloista viestintää – änkytyksen kanssa tai ilman sitä. Tässä muutamia ehdotuksia:

VINKKI:	ESIMERKKILAUSE:
Nimeä lapsen tunteita, jotta hän oppii tunnesanastoa. Jo pelkkä tunteiden sanominen ääneen voi auttaa.	“Huomaan, että olet surullinen.” tai “Näytät turhautuneelta.”
Auta lasta oppimaan tunnetaitoja. Nimeä tunteita, piirrä niitä, lue tarinoita tunteista, näytä omia tunteitasi ja selviytymiskeinojasi.	“Minua harmittaa, joten menen hetkeksi rauhoittumaan toiseen huoneeseen ja sitten voidaan taas jutella.” tai “Tarinan lapsi oli niin innoissaan syntymäpäivästään, ettei meinannut pysyä paikallaan! Ja hän oli surullinen, kun juhlat loppuivat.”
Kun lapsi tulee luoksesi vahvojen tunteiden vallassa, anna hänen ilmaista itseään. Lapsen täytyy oppia, etteivät tunteet ole vaarallisia, ja että niiden käsittelyyn voi saada tukea.	Älä sano: “Ei se lapsi varmaan tarkoittanut mitään pahaa.” tai “Älä turhaan itke.”, vaan: “Kuulostaa siltä, että sinulla on paha mieli. Kerro lisää.”
Luo kotiin ilmapiiri, jossa kaikkien erilaisuutta juhlistaan. Voitte vaikka tehdä kirjan, johon jokainen piirtää omat erityispiirteensä. Tällainen kirja voi auttaa lasta näkemään änkytyksen vain yhtenä piirteenä.	“Äidillä on aksentti, Sannilla on änkytys, isä on pitkä, Emmalla on paljon pisamia. Äiti on hyvä matikassa, isä ruoanlaitossa. Sanni tanssii hienosti ja Emma rakastaa voimistelua. Sanni on ystävällinen ja pyytää muita lapsia leikkimään.”
Huomioi änkytys silloin tällöin tai jos lapsi itse huomioi sen.	“Hyvin pidit katsekontaktin sen pomppivan sanan aikana.” tai “Se oli vähän hankala kohta, mutta jatkoit puhumista, hienoa!”
Kerro lapselle, että änkytys on sallittua. Se on yksi hänen ominaisuuksistaan, ja se on ok.	“On ihan ok änkyttää. Sun ajatukset on kertomisen arvoisia.”
Kun muut kysyvät lapsen änkytyksestä, näytä mallia, miten siitä voi kertoa: - Nimeä se änkytykseksi. - Tee änkytyksestä arkinen asia. - Kerro kuulijalle, miten suhtautua änkytykseen.	“Kyllä, hän änkyttää, joten puheessa voi olla lukkoja tai toistoja, mutta hän tietää kyllä tarkalleen, mitä haluaa sanoa. Anna hänelle aikaa puhua. Änkytys on vain yksi hänen piirteistään.”
Kun lapselle sopii, tutustukaa yhdessä muihin änkyttäviin ihmisiin. Suomessakin on esimerkiksi vertaistukea tarjolla.	“Tavataanko muitakin lapsia, joilla on änkytystä? Olisi kiva oppia yhdessä lisää änkytyksestä.”

ENTÄ JOS LASTA KIUSATAAN?



- Selitä, ettei lapsi ole tehnyt mitään väärää.
 - Kiusaajat kiusaavat usein siksi, että ovat itse epävarmoja eivätkä ymmärrä erilaisuutta.
- Muistuta, että lapsen sanomisilla on merkitystä – hänen mielipiteensä on tärkeä.
- Harjoitelkaa roolileikin avulla, miten tilanteessa voisi toimia.
 - Voitte vuorotella kiusatun ja kiusaajan rooleissa ja kokeilla erilaisia reaktioita, kuten poistumista paikalta tai erilaisia vastauksia.
 - Keksikää yhdessä monia vaihtoehtoja ja keskustelkaa niiden hyvistä ja huonoista puolista.
- Pyydä opettajaa tai muuta aikuista seuraamaan tilannetta, jos kiusaaja on paikalla.
- Älä korosta änkytyksen "piilottamista" tai "kontrollointia" kiusaamisen estämiseksi – vastuu on kiusaajalla, ei lapsella.
 - Vanhemman ja muiden aikuisten tehtävänä on kulkea lapsen rinnalla vaikeiden tunteiden aikana, ei poistaa niitä kokonaan.

