



JOS SAIS KOLME TOIVOMUSTA

– Työkirja päihdeasioista
varhaiskasvatuksen työntekijöille



SISÄLLYS

Alkusanat	3
Huomioitavaa	4
Keskustelukuvia tunteista	5
Tehtäviä	6
Tarinoita	8
Itsearviointi- ja tunneharjoituksia	12
Leikkejä	13
Päivähoidon sisälle lasten vertaisryhmä	17
Lopuksi	17
Kirjallisuusluettelo	18

KUVALIITTEET

- | | |
|------------------------------|-------------------------|
| 1. Ruokailutilanne | 9. Pupu ja säkki |
| 2. Päiväkotipiha | 10. Naamari |
| 3. Terassi | 11. Tyhjät tuolit |
| 4. Roskia päiväkotipihalla | 12. Mielialamittarimato |
| 5. Mopokolari | 13. Tunnekortit |
| 6. Isä ja äiti riitelevät | 14. Laatikot |
| 7. Aikuinen suuttuu lapselle | 15. Puu |
| 8. Pullot | 16. Hyvä haltija |

TEKSTI

Tarja Miikki (perheneuvoja, psykoterapeutti)
Sirkku Niemelä (lasten ja nuorten psykologi, PsL)
Annikka Taitto (VTM, lastentarhanopettaja)

TOIMITTANEET

Minna Magnusson ja Minna Ilva, A-klinikkasäätiö

PAINOPAIKKA

Nykypaino Oy, Helsinki

KUVITUS

Leila Pyykkö

TAITTO

Kirnauskis 2.0

Lasten seurassa -ohjelma 2011

Alkusanat

Lapset näkevät jokapäiväisessä elämässään liiallista alkoholin käyttöä. Tutkimuksen mukaan joka neljännen suomalaisen kodissa on käytetty lapsen näkökulmasta liikaa päihteitä. Vaikka kotona ei olisi alkoholin liikakäyttöä, lapsi voi kohdata sitä myös muualla ympäristössään.

Lähes jokainen lapsi on viimeistään esikouluikäisenä varhaiskasvatuksen piirissä. Perinteisesti varhaiskasvatuksen henkilökunnan koulutukseen ei ole Suomessa kuulunut vanhempien alkoholinkäyttöön ja siitä lapselle aiheutuviin haittoihin liittyvää opetusta – puhumattakaan siitä, mitä näiden ongelmien kanssa voitaisiin varhaiskasvatuksessa tehdä. Tiedon ja työmenetelmien puute on ongelma jo monessa varhaiskasvatuksen yksikössä. Yritämme tämän kirjan avulla vastata ammattilaisten tarpeisiin ja toiveisiin.

Syksyllä 2010 ilmestyi kirja ”Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö. Opas varhaiskasvatuksen työntekijöille.” Tämä kädessäsi oleva kirja on konkreettinen lisäys ko. oppaaseen. Jokainen tämän kirjan tekijä on työskennellyt vuosia perheiden parissa, joissa on liiallista alkoholin käyttöä. Esiteltävät työskentelymenetelmät ovat syntyneet pitkälti työkokemusten ja käytännön tuloksena.

Kirja on tarkoitettu varhaiskasvatukseen eli alle kouluikäisten parissa toimivien työkaluksi. Se on sovellettavissa myös vanhempien lasten kanssa toimivien käyttöön. Materiaali on ensisijaisesti tarkoitettu lapsiryhmille, joissa on sekä alkoholia liikaa juovien vanhempien lapsia että lapsia, joilla ei ole kokemusta alkoholin liikakäytöstä lähipiirissään. Kirjaa suositellaan käytettäväksi yhdessä syksyllä 2010 ilmestyneen oppaan kanssa käytännön työkaluna.

Käytettäessä kirjaa koko lapsiryhmän tai pienryhmän kanssa kaikkien vanhempien/huoltajien tietoisuus asiasta on erittäin tärkeää. Lasten vanhemmille kerrotaan siitä jo toimintakauden alussa esimerkiksi vanhempainillassa ja/tai kaikkiin koteihin menevässä kirjeessä. Myös koko työyhteisön tulee perehtyä aiheeseen esimerkiksi koulutustilaisuudessa. Esimiesten tuki on välttämätöntä.

Kirjan tehtäviä saa kopioida ja muokata tarpeen mukaan. Tehtävistä voidaan valita lapsiryhmälle ja käsiteltävälle aiheelle sopivimmat joko sellaisenaan tai sovellettuina. Kuvia ja tehtäviä on mahdollista käyttää myös vanhempien kanssa. Lasten tekemät tehtävät voi koota kansioon, joka annetaan kotiin esimerkiksi sen jälkeen, kun ryhmän opettaja on keskustellut yhdessä vanhempien ja lapsen kanssa aiheeseen liittyvistä kysymyksistä ja lapsen tekemistä töistä lapsen luvalla. Mikäli nousee aiheita puuttua vanhempien alkoholin käyttöön, kansioista saa lisätukea havainnoille. Puuttumisesta on lisää ohjeita aiemmassa kirjassa.

Kirjan harjoituksissa, tarinoissa ja tehtävissä toistuu puputeema; pupu havainnoi, tuntee ja kokee erilaisia asioita. Tehtäväkuvissa alkoholiteema ei kohdistu välttämättä lapsen omaan lähipiiriin, vaan ”joku muu” juo alkoholia liikaa. Autamme lasta itse ymmärtämään, että ongelma voi koskea myös hänen omaa perhettään ja että apua voi saada. Alkoholiin liittyy monenlaisia asenteita ja tunteita. Asenteet alkoholiin myös siirtyvät herkästi sukupolvelta toiselle. Perhe voi suhtautua hyvinkin kielteisesti alkoholiongelman paljastumiseen. Kuvien ja tehtävien kautta tuodaan esille erilaisia alkoholin käyttöön liittyviä tilanteita, mitä kuka tahansa lapsi voi joutua kokemaan tai näkemään.

Lapselle annetaan mahdollisuus puhua ympärillään näkemistään vaikeista asioista ja niihin liittyvistä tunteista. Lasta tuetaan käsittelemään ja hyväksymään kaikenlaisia tunteitaan. Tavoitteena on myös alkoholiin liittyvien salaisuuksien purkaminen. Lasta rohkaistaan luottamaan lähellään oleviin ihmisiin, mutta myös vaistoamaan riskitilanteita ja suojelemaan itseään.

Lapsi ei puhu kotiasioistaan mielellään, varsinkin jos häntä on kielletty niistä puhumasta. Lapsen on helpointa avautua tutulle ihmiselle, joka on hänen kanssaan päivittäin – esimerkiksi varhaiskasvatuksen ammattilaiselle. Myös tunnettyö lapsen kanssa on helpompaa, kun tuntee lapsen hyvin ja tapaa häntä toistuvasti. Varhaiskasvatus on siten erityis- asemassa juuri näiden lasten kanssa tehtävässä työssä.

Tämä kirja tarjoaa monipuolisesti erilaisia ohjeita, joita voi käyttää ja soveltaa lapsen ja lapsiryhmien kanssa työskentelyyn. Kuhunkin tehtävään liittyvät kuvat on sijoitettu numeroituna kirjan loppuun, josta niitä on helppo kopioida. Ensinnä yleisten aihepiiriin liittyvien huomioiden jälkeen kirjassa kuvataan tilanteita, joista voi keskustella lasten kanssa niihin liittyvien kuvien avulla. Seuraavaksi on listattu erilaisia tehtäviä, joiden avulla vanhempien ja yleensä aikuisten alkoholinkäyttöä voi käsitellä lasten kanssa. Kolmantena työkirjassa on tarinoita, joita voi käyttää monin eri keinoin vaikkapa nukketatterin muodossa tai kehoittamalla lapsia kuvittamaan niitä. Neljänneksi kirjassa tarjotaan virikkeitä lapsen itsearviointiin ja tunteiden käsittelyyn sekä lopuksi vielä ideoita erilaisiin leikkeihin ja peleihin. Kirjan sivuille on kerätty lauseita lasten suusta. Niitä voi myös käyttää hyödyksi lasten kanssa asiaa käsiteltäessä. Kirjan loppuun on listattu kirjallisuutta ja muuta aiheeseen liittyvää materiaalia.

Huomioitavaa

Tähän on koottu lapsiryhmän työntekijöille erityisiä ohjeita, jotka liittyvät alkoholiin ja sen ongelmalliseen käyttöön. Monelle seuraavat ohjeet voivat olla osittain tuttuja.

- Puhu lapselle vaikeista asioista – myös alkoholista – niiden oikeilla nimillä, mutta vain sen verran, mitä lapsi ymmärtää ja mikä riittää lapsen ikä- ja kehitystasolle. Ei liikaa liian varhain.
- Tutustu syksyllä 2010 ilmestyneeseen kirjaan: "Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö". Siinä on kuvattu vanhempien alkoholinkäytön vaikutuksia lapseen. Alkoholista liikaa juovien vanhempien lasta ei voi kuitenkaan kuvata tietynlaiseksi. Kuitenkin useat ulospäin näkyvät asiat ja merkit lapsen käyttäytymisessä voivat antaa viitteitä siitä, että lapsen elämään voi liittyä läheisten aikuisten alkoholinkäyttöä. Nämä lapset ovat myös hyvin herkkiä vaistoamaan toisten asenteita itseään kohtaan.
- Lapsi voi syyttää itseään kodin tapahtumista. Pyri poistamaan lapsen kokema syällisyys aikuisten tekemistä asioista. Aikuinen vastaa aina omasta käytöksestään.

*"Se aina auttaa,
kun voi puhua kaverien
ja aikuisten kanssa.
Pehmolelut ja lemmikit
kans aina näyttää
siltä, että aivan kuin
ne ymmärtäis..."*

- Usein alkoholia liikaa juovien vanhempien lapsi on kiusaamisen kohde tai itse kiusaaja. Kasvattajan merkitys on suuri juuri lasten välisten tilanteiden selvittelyssä.
- Lapsi on aina lojaali vanhemmilleen. Myös alkoholia liikaa juovien vanhempien lapsi rakastaa vanhempiaan ja toivoo, että perheen alkoholin käytöstä aiheutuneet tilanteet selviävät ja vanhempi alkaa osoittaa huomiota ja rakkautta lasta kohtaan. Lapsi myös usein toimii kaikin mahdollisin keinoin, jotta vaikeat tilanteet kotona selviäisivät.
- Lapset eivät yleensä pidä siitä, että ikävistä ja surullisista asioista puhutaan. He haluaisivat, että kaikki olisi niin kuin aina ennenkin. Hämmennys onkin lasten päällimmäisin tunne vanhempien alkoholin liikakäytössä. Lapset saattavat tuntea samanaikaisesti monia eri asioita, hyviä ja huonoja, iloisia ja surullisia sekä myös pettymystä ja vihaa.

*"Humalassa isi
käyttää kovaa ääntä."*

Keskustelukuvia tunteista

Seuraavat tilanteet löytyvät kuvina sivulta 20 alkaen.

Kuva 1. Ruokailutilanne – hyviä ystäviä kylässä, lapset mukana. Pullo pöydällä, aikuiset maistelevat viiniä. Iloinen tilanne.

Kuva 2. Päiväkotipiha – lapset leikkivät, opettaja auttaa kaatunutta lasta. Opettaja ei huomaa, kun joku lapsista kiusaa toista. Lapsi on yksin – muut kerääntyvät ympärille ja nauravat.

Kuva 3. Lapsi on kaupungilla kävelemässä vanhempien kanssa. Terassilla on humalassa hoiper-televia aikuisia. Jotkut tappelevat. Lapsi katselee vanhempiensa kanssa.

Kuva 4. Päiväkotipiha – pihalta lapset löytävät pulloja, tupakan tumppeja yms. Lapset ihmettelevät niitä. Aidalle tulee humalainen, jonka kaverit kännäävät puistossa. Yksi on sammunut.

Kuva 5. Rattijuoppo mopoilija on ajanut kävelijän päälle. Poliisi on puhalluttamassa. Lapsi ihmettelee tien vieressä isän kanssa tapahtunutta.

Kuva 6. Isä ja äiti riitelevät. Perheen lapset reagoivat eri tavalla.

Kuva 7. Aikuinen suuttuu lapselle. Pahat sanat satuttavat.

Kuvia käytetään yksittäisten lasten tai lapsiryhmän kanssa keskustelun aloittajina alkoholista. Keskustellaan kaikenlaisista tunteista ja kokemuksista, joita kuvat herättävät. Poimi seuraavista omalle ryhmällesi sopivia keskusteluaiheita:

- Mitä on tapahtunut tässä kuvassa? Mitä tapahtuu kuvassa tästä eteenpäin?
- Kuvissa on puhekuplat ja ajatuskuplat – pyydä lapsia kertomaan, mitä ne sisältävät. Tarvitta-

essa keskustele kuvasta lapsen kanssa kahden kesken.

- Miten alkoholi vaikuttaa ihmiseen? Alkoholia liikaa juonut aikuinen voi luvata asioita, joita ei myöhemmin muista luvanneensa. Miltä lapselta voi tuntua, jos vanhempi unohtaa lupauksensa? Miksi ihmiset juovat alkoholia? Humalata ja humalassa hölmöily eivät ole naurun asioita.
- Alkoholin nauttiminen ei ole väärin. Alkoholin juoja ei ole paha ihminen. Alkoholin liiallisella juomisella voi kuitenkin olla ikäviä seurauksia juojalle itselleen sekä hänen läheisilleen. Miltä alkoholin juoja näyttää? Ihminen, joka juo liikaa ja liian usein, voi olla riippuvainen alkoholista.
- Suomessa laki kieltää alkoholin antamisen alaikäisille. Laki kieltää myös väkivallan ja lapsen laiminlyönnin.
- Jos päiväkodin pihalta tai puistosta löytyy pulloja, neuloja yms., pitää opettaja tai joku aikuinen pyytää paikalle keräämään ne pois. Lapset eivät saa koskea niihin.
- Aikuiselle pitää kertoa, jos on huolia tai vaaraa. Kaikki ihmiset, myös lapset, saavat puolustaa itseään. Mitään ei saa ottaa vieraalta eikä kenenkään vieraan mukaan saa lähteä.
- Kaikki aikuiset riitelevät joskus. Omien vanhempien riitely pelottaa lapsia. Tästäkin lapsi saa puhua vanhemmilleen tai jollekin toiselle luotettavalle aikuiselle.
- Televisiosta tulee paljon ohjelmia, joita lapsi ei saa katsoa yksin. Lapsella on oikeus kysyä ja jutella huolta aiheuttavista asioista aikuisen kanssa. Myös pelien ja internetin maailma voi olla pelottava.
- Monen lapsen kotona alkoholiasiat ovat salaisuuksia. Lasta tulee kuitenkin rohkaista, että hän voi kertoa omista huolista turvalliselle aikuiselle, vaikka vanhemmat kieltäisivät sen.

Lapselle voi selittää aikuisten alkoholinkäyttöä ja alkoholiongelmaa esimerkiksi seuraavin tavoin:

1. Vain aikuinen voi juoda alkoholia. Alkoholien juominen voi aiheuttaa sen, että ihminen haluaa sitä aina vain lisää. Jos juo liikaa alkoholia, voi tulla vaikeuksia – ihminen unohtaa asioita, ei tiedä, missä on, tai tekee asioita, mitä ei muuten tekisi.

2. Alkoholien juonnista voi tulla aikuiselle ongelma, jos sitä ei osaa lopettaa. Aikuinen ei myöskään aina voi itse sille mitään, että hänen täytyy juoda. Tällöin aikuinen voi joutua hakemaan itselleen apua. Lapsen ei tarvitse koettaa hoitaa aikuista tai saada tätä lopettamaan juomista. Tämä on vanhemman itsensä ja toisten aikuisten tehtävä.

Tehtäviä

Ryhmässä lapsilla voi olla vaikea ilmaista itseään puhumalla. Piirtäminen on yksi lasten kannalta helppo tapa ilmaista ajatuksia ja tunteita. Piirtäminen on lapsen tapa puhua. Lapsen piirustukseen liittyy aina vuorovaikutuksellinen näkökulma. Lapsi luo piirustuksen kautta yhteyksiä. Jos lapsen piirustusta ei huomioida, niin vuorovaikutuskanava voi sulkeutua. Keskusteltaessa lapsen kanssa hänen piirustuksestaan on hyvä huomioida viisi eri näkökulmaa:

1. Asetelma (mitä kuva esittää),
2. Toiminta (mitä kuvassa tapahtuu),
3. Vuorovaikutus (erilaiset suhteet),
4. Aikamuodot (mitä ennen, mitä sitten tapahtuu),
5. Aistit (esim. haju, tunto) Lähtökohtana on aina se, että lapsi on piirustuksensa asiantuntija. Lasten piirustuksia ei saa tulkita. On hyvä keskittyä siihen "miltä tuntui tehdä kuvaa", ei niinkään itse tuotokseen.

*"Silloin pelottaa,
jos isi lähtee kavereille,
ja me jäädyään yksin."*

Perhe/perhepotretti

Tässä tehtävässä lapset piirtävät oman perheensä. He tekevät sen omalla tavallaan ja sen mukaan, keitä katsovat perheeseensä kuuluvan.

Lapset haluavat aina kuulua johonkin perheeseen. Perheen määrittäminen on heille tärkeää. Piirtämisessä tulevat hyvin esiin ihmisten suhteet toisiinsa ja niiden merkitys lapselle. Tehtävän tarkoituksena on auttaa lapsia saamaan käsitys siitä, mikä perhe on, ja tajuta, että on olemassa erilaisia perheitä. Perhekuvaa voidaan käyttää myös keskustelun pohjana. Piirtämisen jälkeen lapset esittelevät kuvansa ryhmälle ja aikuinen voi tehdä lisäkysymyksiä syventäen ja laajentaen lapsen piirustusta.

Esimerkkejä kysymyksistä:

Keitä perheeseesi kuuluu? Kerro sisaruksistasi. Kuuluvatko isovanhemmat, tädit, sedät, enot ja serkut perheeseesi? Mitä teet heidän kanssaan? Voivatko ihmiset olla perhe, vaikka asuvat eri paikoissa? Mitä juhlia perheessänne vietetään? Ketkä näihin osallistuvat? Mikä sinusta on mukavaa kotona? Mitä muuta voisit kertoa perheestäsi?

Oma metsä

Lapsi piirtää suurelle paperille kuvan metsästä. Jotta se tuntuisi omalta ja siellä olisi mahdollisimman hyvä olla, lapsi miettii, mitä hän ottaisi mukaan sinne ja keitä ihmisiä siellä olisi. Lapsi piirtää (leikkaa kuvia lehdistä) haluamansa asiat, ihmiset ja tavarat paperille. Paperin laitaan tai toi-

selle puolelle paperia lapsi voi piirtää niitä asioita, ihmisiä ja tavaroita, joita hän ei missään tapauksessa ottaisi mukaan omaan metsään. Tehtävässä ei tarvitse ajatella, mikä on oikeasti mahdollista, vaan lapsi piirtää omia ajatuksia, toiveitaan ja unelmiaan.

Jatkokertomus

Jokaiselle lapselle jaetaan paperi, johon on liimattu "alkukuva", josta lapsi lähtee jatkamaan piirtäen kertomusta eteenpäin. Tehtävä voidaan toteuttaa myös ryhmäkertomuksena. Lapset piirtävät vuorollaan kertomukseen jatkoa.

Käsitekartta

Aikuinen piirtää suuren paperin keskelle kuvan, jota haluaa lähteä työstämään joko koko ryhmän kanssa tai pienemmällä porukalla. Lapset kertovat ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tunteitaan siitä, mitä kuva heissä herättää. Aikuinen toimii kirjurina. Tehtävä voidaan toteuttaa myös yksilötyönä piirtäen tai leikaten kuvia lehdistä. Kuvan aiheina voivat olla kalja/viinapullo, humalainen, juhlat, sauna, riitelyä, kiusaamista, päiväkotia, koulu, puisto jne.

Pullot (kuva 8)

Lapsi värittää kuvan kokemuksiansa mukaan. Tehtävää jatketaan keskustelemalla, mitä ihmiset tekevät pullolla/tölkillä ja mitä sitten tapahtuu.

Pupu ja säkki (kuva 9)

Tehtävässä lapset miettivät, mitkä tunteet tuntuvat hyvälle tai mitkä satuttavat. Kuvassa pupu raahaa painavaa säkkiä. Kipeää tuottavat tunteet mielellään peitetään, niitä ei haluta näyttää ulospäin. Hyvälle tuntuvat tunteet voidaan lennättää yläilmoihin kaikkien nähtäväksi. Lapset piirtävät tai liimaavat tunnekortti -symboleja (kuva 13) kuvaan. Ne tunteet, joita he näyttävät helposti toisille, laitetaan ilmapalloihin. Ne tunteet, joita ei näytetä toisille, kuvataan säkin sisälle piiloon.

Kuva itsestä naamarin takaa (kuva 10)

Lasten kanssa tarkastellaan kuvaa. Miltä tuntuu, jos ulospäin näyttää vain iloista ilmettä, vaikka sisällä on paha ja surullinen olo? Voiko hymyillä, jos on vihainen? Voiko nauraa, jos on surullinen? Miten tunteet näkyvät ulos? Voiko tätä kuvaa muuttaa ja miten muuttaisit sitä? Tehtävää voidaan jatkaa askartelemalla jokaiselle oma naamari.

Tunnenoppa

Tehtävään tarvitaan nopan muotoisia puupalikoita. Lapset voivat itse sahata ja hioa nopan kulmat sileiksi. Jokaisen nopan sivulle lapsi piirtää erilaisen tunnetta kuvaavan symbolin tai tehtävään voidaan käyttää valmiita tunnekortteja (ks. kuva 13). Ensin aikuinen sanoo jonkun tapahtuman. Esimerkiksi: Kotona sinulle järjestetään juhlat, kukaan ei leiki sinun kanssasi, kaadut pyörällä, humalainen istuu puistonpenkillä, mummo kuoli tai huomenna mennään uimaan. Lapsi heittää tunnenoppaa niin kauan, kunnes löytyy tapahtumalle oikea tunne.

Tyhjä tuoli (kuva 11)

Jokaisella lapsella on lähellään tärkeitä ihmisiä. Kuvassa on erilaisia tuoleja. Lapsi piirtää tuoleille ne henkilöt, jotka ovat hänelle tärkeitä ja joihin hän luottaa.

Mielialamittarimato (kuva 12)

Tässä kuvassa on mielialamittarimato. Tehtävän avulla voi lapsia pyytää arvioimaan tehtäviä, tarinoita tai kuvia ja niistä seuranneita tunteita. Pyydä lasta valitsemaan ensin väri, mikä hänen mielestään sopii iloiselle pupulle, sitten väri surullista pupua varten jne. Sitten voit pyytää lasta valitsemaan värin myös sellaiselle pupulle, joka ei halua, ei osaa tai ei saa kertoa omista asioistaan. Lapsi voi värittää mielialamittarimadosta niin paljon halumillaan väreillä, kuin mitä hän asiasta ajattelee. Niinpä samaan matoon voi tulla eri värejä.

Tarinoita

Seuraavia pikkutarinoita voi käyttää tarinoina, nukketatterin tai draaman pohjana tai tarinan kertomisen jälkeen voi piirtää aiheesta tai tehdä muita harjoituksia. Nukketatteriesityksen tai tarinan lukemisen jälkeen lapsiryhmän kanssa keskustellaan aiheeseen liittyvistä asioista (ks. kuvien keskusteluaiheita).

Kummallinen juoma

Pikkupupu Peukalolla on mukava koti. Siellä isä ja äiti sekä pikkusiskopupu Rilli saavat Peukalon elämän tuntumaan hyvältä ja turvalliselta. Joskus se haluaa leikkiä lähimetsässä pupuystäviensä kanssa. Siellä ne pelaavat palloa, ovat piilosta ja leikkivät hippaa puitten välissä. Joskus naapurimetsän puput saapuvat porukalla leikkimään ja yhdessä on vielä mukavampaa.

Kerran puput lähtivät porukalla tutkimaan ympäristöä. Hienoja piilopaikkoja, upeita kiipeilykallioita ja pomppimisniittyjä löytyikin. Yhtäkkiä alkoi metsikön laidalta kuulua kummallista ääriä. Päätettiin mennä katsomaan, mikä sellaista ääntä piti. Ääni koveni ja koveni. Peukaloa alkoi jo vähän pelottaa. Se ei ollut koskaan kuullut sellaisia örinöitä. Kummallinen ääni tuli juurakon alla olevasta kolosta. Kaverusten ihmetellessä kolosta ilmestyi omituinen otus, jonka korvat riippuivat, viikset roikkuivat ja tassut vinksottivat sinne sun tänne. Omituinen jänis hoippui metsäpolun laidasta laitaan, kaatuili ja puhui ihan sekavia. Tassussa roikkui pullo, jossa oli vähän jotain nestettä. Siitä pullosta se otti vähän päästä hörppyjä. Jänis haisikin ihan kauheasti. Tarkemmin mietittyään Peukalo oli melko varma, että jänis olikin tuttu Putti-jänis. Mutta jotenkin se oli nyt aivan erilainen kuin ennen.

Ystävykset lähtivät seuraamaan jänistä. Kohta ne näkivät toisen, yhtä hoipertelevaisen jäniksen. Kun nämä isot jänikset kohtasivat, tapahtui jotain aivan kauheaa. Ne kävivät toistensa kimppuun, raapivat toisiaan ja repivät korvista. Toinen otti pullon toiselta ja siitäkös alkoi hirmuinen riita. Ystävykset eivät uskaltaneet jäädä katselemaan,

vaan pinkoivat kiireesti karkuun minkä kypälistä pääsivät.

Mitähän kummaa siinä juomassa oli, kun se sai aikaan noin kaamean tappelun? Ja miten jänikset olivat niin kummallisia? Peukalo päätti kysyä asiaa illalla isäpupulta.

Salaisuus

Peukalo tunsu itsensä yksinäiseksi. Kesäloma oli juuri alkanut Sysimetsän päiväkodissa. Kaikki kaverit olivat lähteneet mökeille tai lomamatkalle. Metsästä ei kuulunut yhtään pikkuisten pupujen leikkien ääniä. Peukalo lähti yksikseen ja ikävissään metsään potkiskellen kiviä ja heitellen käpyjä – kun ei ollut muutakaan tekemistä. Tylsää! Mikään ei huvittanut.

Naapurimetsän pikkupupu Tillikka sattui kurkistamaan kallion takaa. "Hei, kivaa, että on edes yksi kaveri tallella". "Mitä tehtäisi?" kysyi Peukalo. "Mennäänkö ostarille?" kysyi Tillikka. "No mennään vaan", sanoi Peukalo. Ostari oli metsän suuri ostoskeskus. Sieltä sai ostaa jos jotain herkkuja – aina porkkanaleivoksista kaalipurilaisiin. Nam! Tillikan olisi tehnyt kovasti mieli porkkanakarkkia, mutta kun ei ollut yhtään rahaa. "Otetaanko vähän salaa, ei sitä kukaan huomaa", ehdotti Tillikka. "Eihän mitään saa ottaa, jos sitä ei maksa", sanoi siihen Peukalo. "Niin äiti on opettanut." "Mutta ei voida maksaa, kun ei sitä rahaa ole", sanoi Tillikka ja pisti karkkipussin taskuunsa. Pojat menivät muina miehinä kassan ohitse. Vähän kuitenkin Peukaloa pelotti – se tiesi, että nyt tehtiin jotain väärää. Karkki maistui hyvältä ulkona puskan suojassa ja asia unohtui leikkien tiimellyksessä.

Tuli ilta. Peukalo oli jo kotona ja äiti kehotti hammaspesulle. Pupujenkin pitää pestä iltaisin hampaat, niillä kun on niin komeat etuhampaat. Sängyssä Peukalo alkoi ajatella päivän tapahtumia. Uni ei tullut millään, kun oli niin paha olo. Peukalo pyöri sängyssään ja lopulta huusi isäpupun sängyn viereen. Se kertoi päivän tapahtumat isäpupulle ja heti tuli parempi olo. Eihän isäpupu ollut kovin iloinen, kun kuuli asian. "Teitte väärin, kun varastitte karkkia kaupasta – kyllähän sinä sen tiesit", sanoi isä. "Mutta olen iloinen, kun

uskalsit kertoa minulle. Mennään huomenna selvittämään asia kauppaan". "Voisitko mennä sinne yksin – minua ei oikein huvita tulla mukaan", sanoi Peukalo häpeissään. "Ei käy. Me oikeastaan voitaisiin hakea Tillikkakin mukaan selvittämään asia – niin ja maksamaan karkit". sanoi isäpupu.

Maistelua

Pikkupupu Peukalolla on monta kaveria – hyviä ja vähemmän hyviä – sellaisia moikka –tuttuja vaan. Yksi moikka –tuttu on sellainen kova menijä nimeltään Rellu. Rellu-pupu on tosi nopea. Se juoksee kaikkein nopeimmin lähimetsän olympialais-sakin. Rellu on voittanut kultamitalin. Se haluaisi aina vain juosta ja hyppiä. Se hyppisi koko ajan, mutta toisista voi olla hankalaa, kun kaveri hyppii aina. Peukalon omat jalat eivät millään jaksaisi hyppiä niin kauaa ja niin korkealle kuin Rellu.

Kerran Rellu oli löytänyt jostain pullon. Siellä oli sisällä jotain ruskeaa – taisi olla kaljaa. Niin Rellu ainakin sanoi, että se on kaljaa. Se tietää, koska Rellun isä on juonut monta pulloa sitä ruskeaa ja sameaa nestettä. "Maistetaan", sanoi Rellu. "Se on hyvää. Isä on kotona antanut maistaa", se lisäsi. Rellu hörppäsi kaljaa ja ojensi pulloa Peukalollekin. "En halua", sanoi Peukalo. Rellu joi kaljaa lisää – ja nyripisti samalla nenäänsä. "Ei se tainnut ollakaan niin hyvää", ajatteli Peukalo. Äitipupu oli kieltänyt maistamasta mitään sellaista, mitä ei tiennyt. Ja tätä kaljaa Peukalo ei tiennyt. Olihan Peukalon isäkin juonut joskus kaljaa, mutta Peukalolle sitä ei annettu. "Mennään kysymään äitipupulta, saanko minäkin maistaa", sanoi Peukalo. "No ei varmasti mennä", sanoi Rellu. "Sitten me ei ainakaan saada maistaa". "No sitten minä kaadan sen maahan", sanoi Peukalo. "Et kaada!" "Kaadanpas!" Pojat ottelivat siitä, kumpi saa pullon. Lopulta kaljapullo kaatui poikien vaatteille. Yök, miten pahalta pojat haisivat.

Peukalo hiippaili kotiin haisevaisena. Isäpupu tuli ihmetellen vastaan. "Me ei enää olla kavereita Rellun kanssa", sanoi Peukalo. "Vaikka eihän me ennenkään oltu hyviä kavereita". Sitten Peukalo kertoi koko tarinan isäpupulle. Isäpupu oli hiljaa pitkän aikaa ja mietti asiaa. "Nyt on pakko mennä selvittämään asiaa Rellun kotiin", sanoi isä. "Voi olla, että Rellun isä suuttuu, eikä minullakaan

enää ole sitä kaverina. Se ei olisi saanut antaa Rellulle kaljaa. Rellu on vielä pieni pupu". Peukalo ja isäpupu saapuivat Rellun kotiovelle. Isäpupu jutteli kahdestaan Rellun isän kanssa. Rellun isä oli vähän kummallisen näköinen – jotenkin nolo. Lopulta kuitenkin isäpuput puristivat toistensa tassuja. Päätettiin, että seuraavana päivänä mennään kaikki yhdessä takaniitylle juoksemaan ja pomppimaan. Ja Rellu on varmaan taas kaikkein nopein.

Varaäiti

Peukalolla on myös hyvä puputyttökaveri – Söpö nimeltään. Söpö asuu naapuripuun onkalossa perheensä kanssa. Joskus Peukalo ja Söpö istuskelevat pitkät ajat puun alla ja miettivät kaikenlaisia maailman asioita – kuten esimerkiksi sitä, miten pitkälle maailma ylettyy. Peukalo on sitä mieltä, että ainakin ison perunapellon toiselle puolelle. Söpön mielestä taas varmasti lammelle saakka.

Söpön kanssa on mukavaa jutella. Kerran Söpö muuttui vähän kummalliseksi, kun oli aika lähteä kotiin. Se oli levoton ja huolissaan jostain. "Onkohan äitipupu varmasti kotona", Söpö mainitsi. Kaverukset pomppivat nurmikentän poikki suoraan Söpön kotikololle. Peukalo seurasi Söpöä sen kotiin. Äitipupu ei tainnut olla kotona, eikä isäpupukaan. Pikkupupuset huusivat: "Ruokaa, antakaa meille ruokaa. On nälkä". Söpö alkoi heti valmistella iltapalaa. Se syötti pikkusisaruksensa, laittoi yöpparit päälle, pesi niiden hampaat ja lauloi unilaulunkin. Aika tomera tyttö tämä Söpö. Peukalo ihan ihmetteli, miten se osasikin. Vähän väsyneeltä Söpö kuitenkin näytti. Olihan se aika raskasta hoitaa viisi pientä ja vilkasta puputenavaa nukkumaan.

"Mielestäni aikuiset tekevät tykkäämisasiansa aivan liian vaikeiksi ja monimutkaisiksi."

Mutta nepä eivät nukkuneet. "Ei meitä väsyttä yhtään. Me tahdotaan äidin luo", ne huusivat. Söpö alkoi jo hermostua. "Mutta kun äiti ei ole vielä kotona. Ei täällä ole ketään muita. Nyt on vain nukuttava", sanoi Söpö. "Ei nukuta", pienet jatkoivat. Söpöä alkoi itkettää.

Nyt Peukalo päätti auttaa Söpöä. "Me lähdetään nyt kaikki meille. Minun äitipupuni laittaa teidät nukkumaan. Meille kyllä mahtuu", sanoi Peukalo. Kiitollisena Söpö auttoi pienet jalkeille ja koko porukan naapurikoloon. Siellä Peukalon äiti tuuditti pikkuiset syvään ja rauhalliseen uneen.

Yöllä Söpön kotikolon luota alkoi kulua kovaa huutoa: "Kuka on vienyt poikaseni? Kamalaa! Missä kaikki ovat?", ääni jatkoi. Se oli Söpön äiti, joka oli lähtenyt isäpupun kanssa illalla metsän baariin. Nyt Söpön äiti oli huolissaan lapsistaan. Peukalon äiti meni hakemaan Söpön äidin heille. "Älä hätäile, täällä lapsesi ovat. Mutta et saa jättää lapsiasi enää yksin. Se voi olla poikasillesi pelottavaa. Söpökään ei jaksa niitä hoitaa. Huoli ja vastuu ovat liian suuria pienelle Söpö-pupulle", sanoi Peukalon äiti. "Missä isäpupu on?" se kysyi. "No, se jäi vielä baariin. Tulee varmasti kohta", sanoi Söpön äiti. "Hui, kun minua pelotti, kun huomasin, että kotipesä oli ihan tyhjä", jatkoi Söpön äiti. "En koskaan enää jätä pikkuisia yksin". "Niin, jos joskus haluat mennä lasten isän kanssa vaikkapa kävelemään, pyydä minut lapsenlikaksi. Sitten joskus sinä voit tulla meille hoitamaan meidän pieniä", lisäsi Peukalon äiti. "No, sehän kuulostaa hyvältä", sanoi Söpön äiti. "Sitten lapset ovat turvassa ja hyvässä hoidossa. Ja Söpökin saa leikkiä rauhassa", sanoi hän.

Päikkärissä

Peukalo ja pikkusisko Rilli ovat joskus Sysimetsän päiväkodissa hoidossa sillä aikaa, kun isä- ja äitipupu etsivät lapsilleen ruokaa, auttavat yhteisen kyläpesän rakentamisessa tai siivoavat pesäkoloa. Päikkärissä on Peukalon ja Rillin mielestä tosi mukavaa. Paljon kavereita, kivaa tekemistä ja tietysti hyvää porkkanapuuroa. Nam!

Päikkärissä on kyllä yksi tyttöpupu Nöpö, joka on usein tosi väsynyt ja nälkäinen, varsinkin aamuisin. Sen silmät lupsahtelevat kiinni ja kerran

kävi niin, että siltä puuttui kokonaan paita! Se oli varmaan unohtunut kotiin. Ja monta kertaa Nöpö puhuu sellaisia asioita, joita muut puput eivät ymmärrä, kuten viina, känni tai krapula. Ja joskus Nöpö kaatuilee tahallaan, hoipertelee ja muka juo jotain pullosta. Ruoka-aikaan Nöpö huutaa usein: "Kippis". Mitähän se tarkoittaa? Silloin päikkärin ope vie Nöpön toiseen huoneeseen. Kukaan ei tiedä, mitä ne siellä juttelevat ja miksi Nöpön äitikin joskus tulee päikkäriin juttelemaan. Peukalo on huomannut, että muut puput eivät joskus halua ottaa Nöpöä leikkeihinsä. Se tuntuu Peukalosta ikävältä. "Kaikkien kanssa pitää leikkiä", on äitipupu opettanut. Nöpöstä on varmaan kurjaa, kun se jää yksin. Siksi Nöpö kiusaakin usein muita pupuja – se varmaan haluaisi tulla mukaan.

Peukalo päätti, että se ainakin itse on Nöpön kanssa. Heti seuraavana aamuna se pyysi Nöpöä leikkimään piilosta kanssaan päikkärin pihalla. Voi hurja, kun Nöpö olikin taitava menemään piiloon. Ja muutenkin Nöpö oli niin kiva, kun siihen vähän tutustui paremmin leikkien lomassa. Muutkin puput huomasivat, että Nöpö on tosi mukava tyttöpupu.

Surullinen Tassu

Sysimetsän päikkärissä on Peukalolla monta hyvää kaveria, joiden kanssa voi nauttia hienoista pihaleikeistä. Varsinkin piiloleikki varaston takana on jännittävää. Peukalolla on siellä sellaisia piilopaikkoja, joista se on löydetty ihan viimeisenä. Se piilo oli onton puunrungon sisällä (ethän kerro kenellekään).

Varsinkin yksi Tassu-pupu oli tosi hauska kaveri. Aina kun oli tapahtunut jotain ikävää, vaikeaa tai kun ei ollut mitään tekemistä, Tassu keksi parhaimmat temput ja jutut. Kaikki muut puput nauuraa hekottivat Tassun jutuille. Sisällä päikkärissä ope joskus hermostui, kun Tassu keksi hurjimmat jutut juuri silloin, kun piti olla vakava ja kuunnella, kun ope puhui tai kun piti opetella tärkeitä asioita, vaikkapa porkkanan kuorimista. Ja kaikki puput tietysti nauroivat Tassun jutuille. Paitsi ope. Se tuli ihan punaiseksi.

Illalla omassa sängyssä Peukalo mietti Tassua. Jotenkin Peukalosta tuntui siltä, että Tassun silmät

oikeastaan oli aika surulliset, vaikka Tassu vitsaili koko ajan. Tassulla itsellään ei tainnutkaan olla hauskaa, vaikka se halusi olla hauska. Peukalo päätti puhua seuraavana päivänä Tassun kanssa.

Seuraavana päivänä Peukalo ja Tassu menivät kahdestaan päikkärin takapihalle hyppelemään. Hikihyppelyjen jälkeen pupupojat levähtivät nurmikolla ja juttelivat. Peukalo sanoi: "Tassu, minusta sinun kanssa on tosi kiva leikkiä. Joskus voitaisiin lähteä vaikka onkimaan päikkärin jälkeen". "En minä tiedä, voinko minä lähteä, kun minun on oltava kotona vahtimassa", sanoi Tassu. "Mitä sinä vahdit?", kysyi Peukalo. "No, jos isäpupu suuttuu äitipupulle, minun pitää olla kotona vahtimassa, ettei se tee äitipupulle pahaa", vastasi Tassu. "Mitä sinä voit tehdä, kun isäpupu on niin suuri ja sinä olet pieni?", kysyi Peukalo. "No, silloin minä kerron hyviä juttuja ja nauratan isäpupua. Sitten se unohtaa kokonaan suuttumisen", vastasi Tassu.

Peukalo halusi auttaa kaveriaan. "Mennään juttelemaan opelle", sanoi Peukalo. "En minä voi, kun isäpupu saa sitten tietää, että olen puhunut meidän asioista", sanoi Tassu. "Mutta pitäähän sinun päästä onkimaan, kun kaikki muutkin puput pääsevät. Ei pienten tarvitse vahtia isää ja äitiä, ei se ole pienten tehtävä", sanoi Peukalo. "No ei niin", vastasi Tassu, "mutta...". "Nyt mennään puhumaan opelle. Se osaa jutella sinun isäpupun ja äitipupun kanssa, niin että ne ymmärtää. Luota vain opeen", sanoi Peukalo.

Juhlitaan

Sysimetsän jalkapallojoukkue on hyvin taitava joukkue. Peukalon isäkin pelaa joukkueessa. Joskus koko perhe pääsee mukaan jalkapallootteluihin, myös silloin kun peli on kaukana. Ja nyt SPK (tarkoittaa Sysimetsän jalkapallokerhoa) on voittanut Suomen mestaruuden! Kaikki metsän puput ovat aivan innoissaan, kun katselevat televisiosta loppupelejä. Peukalokin näki, kun oma isä nosti joukkuepokaalin ja koko kenttä riemuitsi ja hurrasi. Niin Peukalokin kotona äitipupun ja pikkuisen Rillisiskon kanssa. Peukalo oli aivan haljeta ylpeydestä, kun se lähti pomppimaan aukiolle. Sen oma isä oli voittajajoukkueessa!

"On tosi kurja kuunnella, kun toinen vanhempi luettelee toisesta vain huonoja puolia."

SPK-joukkue saapui Sysimetsään, jonne oli järjestetty hienot vastaanottajaiset. Kaikki metsän asukkaat olivat tulleet juhlistamaan tilaisuutta. Laulu ja soitto soivat, puheita pidettiin ja hurrattiin. Sysimetsän johtaja oli myös saapunut paikalle. Hän oli kaikkein suurin pupuherra ja sillä oli oikein kultavitjat pullukan vatsan päällä. "ÖHM. Arvoisat sankarit, hyvät naiset ja herrat. Minulla on suuri kunnia olla vastaanottamassa Sysimetsän sankareita kotiin. Olette tehneet metsällemme uroteon, joka ei unohtu. Kohottakaamme kolminkertainen ELÄKÖÖN-huuto pelaajille! Eläköön, eläköön, eläköön! Nyt pyydän kaikkia nostamaan maljan sankareittemme kunniaksi. Onneksi olkoon!" Jokainen juhlassa oli nosti kuohuviinilasinsankareiden kunniaksi ja maisteli lasistaan. Aikuisilla oli oikeaa kuohuviiniä, lapsilla oli heille sopivaa mehua. Mutta kaikilla oli todella mukavaa.

Peukalo oli ylpeä vielä silloin, kun isäpupu palasi voitonjuhlista kotiin. Oli jo yö ja Peukalo vähän havahtui unesta, kun kuuli isäpupun tulevan kotiin ja suorastaan kaatuvan sänkyyn. Niin väsynyt se oli. Peukalo meni aamulla isäpupun sängyn viereen ja antoi isäkullan vielä nukkua. He ehtivät juttelemaan myöhemmin, kun isä heräisi. Myöhemmin sankari -isä kertoi kaiken juhlaillasta ja sen tapahtumista. Juhlat olivat olleet upeat sitten metsäjuhlan jälkeenkin. Päivällä koko perhe juhlisti yhdessä isän joukkueen voittoa kutsumalla naapuripupuperheen syömään herkkuaterian, johon kuului porkkana-leikettä, kaalihöystä, juurisalaattia ja jälkiruokana tietysti vadelmajäädykettä. Se on Peukalokin mielestä kaikkein parasta. Ja juomaksi isä ja äitipupu joivat vieraiden aikuisten kanssa punaista viiniä. Ja kaikilla oli todella iloinen ja hyvä olo. Yhdessä laulettiin, tanssittiin ja naurettiin.

*"Silloin, kun isi joi,
oli vaikeinta olla iloinen."*

Peukalon mielestä isäpupu oli kaikkein taitavin isäpupu koko Sysimetsässä. Se haluaisi itsekin tulla juuri sellaiseksi taituripupuksi sitten isona. Niin ja hyväksi isäpupuksi myös.

Oma turvapaikka

Pikkupupu Peukalo on onnellinen. Kesä on edessä ja nyt alkaa loma. Isäpupu on suunnitellut hauskan lomamatkan kesälomalle. Oikein naapurivaa-
ran laelle saakka. Sieltä varmaan paljastuu upeat maisemat koko Sysimetsään. Äitipupu lupasi ottaa mukaan hyvät eväät.

Kesälomaksi on Peukalolla muitakin suunnitelmia. Se aikoo tutkia ihan itsekseen lähialueen metsiä. Nyt Peukalo on jo niin iso, että äitipupu antoi luvan.

Ja sitten yhtenä aamuna Peukalo pakkaa reppuunsa viisi porkkanaa ja viltin. Sitten matkaan! Voi, miten kauniita lehtometsiä! Ylös ja alas mäkien rinteitä. Hyppyjä purojen ylitse. Hurjan pitkiä loikkauksia kiveltä toiselle. Sitten koivujen katveessa Peukalo vähän lepäilee matkallaan. Kohta se kuitenkin jatkaa tutkimusmatkaansa. Tuollapa alkaa lämpöisen näköinen kuusikko. Yhden kuusen oksat kääntyvät maata kohden. Sinne oksien alle on muodostunut pieni pesä, jota oksisto suojaa turvallisesti joka puolelta. Pesään pääsee sisälle vain yhdestä kohtaa. Tänne Peukalo haluaa tehdä oman pesän – sellaisen pesän, jota ei tiedä kukaan muu, kuin se itse. Peukalo levittää kuusenpesäkolonsa alustaksi sammaleita. Niiden päälle pehmeä viltti ja sitten vähän käpyjä, naavaa ja kukkia koristukseksi. Voi miten kaunista ja kodikasta! Peukalo painautuu makamaan sammalmättäälle. On mukavaa narskutella porkkanaa omalla mätässängyllä! Auringon lämpöiset säteet siivilöityvät oksien lomasta. Omassa pe-

sässä on turvallista ja hyvä olla. Tänne Peukalo tulisi aina, kun se haluaa olla itsekseen. Täällä pesässä voi ajatella omia asioitaan ja nauttia metsän lintujen kurruksesta ja pikkuoravien vilkutuksesta. Tätä pesää ei tiedä muut. Tämä on Peukalon oma turvapaikka!

Itsearviointi- ja tunneharjoituksia

Jo pienillä lapsilla on kehittynyt mekanismeja, joiden avulla he voivat välttää kohtamasta monia tunteitaan. Tämä voi vaikeuttaa tunteiden näyttämistä ja käsittelyä varsinkin ryhmässä. Tunnetyöskentelyssä kannattaa muistaa, että tunteet eivät ole hyviä tai pahoja, ne vain ovat. On tärkeämpää oppia tapoja, joilla lapsi tunnistaa ja ilmaisee erilaisia tunteitaan rakentavalla tavalla kuin vaan puhua tunteista. Tunteita käsiteltäessä on aikuisten oltava herkkiä ryhmän suhteen hyödyntäen spontaanit ilmaisut, mutta myös muistaen, että väkisin ei kannatta käsitellä tunteita. Lasten kanssa tunteita on parasta lähteä lähestymään käytännön tilanteiden ja esimerkkien avulla.

Tunnekortit (kuva 13)

Lapsi valitsee pupukortin kuvatakseen sen hetkistä omaa tunnetilaansa. Jokainen kertoo vuorollaan, miksi valitsi juuri sen kuvan. Samanlaisia kuvia kannattaa olla riittävästi, koska jokaisella voi olla yhtä aikaa vaikka iloinen olo. Lapset voivat piirtää itse myös lisää tunnekortteja.

Tunteen väri ja koko (kuva 14)

Lapsen on usein helpompi lähestyä vaikeaa asiaa visuaalisesti, ei niinkään puhuen. Pöydälle on laitettu erikokoisia ja erivärisiä paperipaloja. Aikuisen kertoo jonkun tilanteen ja lapsi valitsee hänen mielestään parhaiten tilannetta kuvaavan paperipalasen. Esimerkkejä tilanteista löytyy esimerkiksi peleistä (s.15) ja kirjan puhekuplista.

Tunteet piirtäen

Lapset voivat piirtää tai maalata tunteitaan. Tehtävään voidaan myös yhdistää lapsen kokemuksia. Lapsille jaetaan paperi, johon he piirtävät kokemuksen, joka on tehnyt surulliseksi, iloiseksi, vihaiseksi tai joka on pelottanut.

Symbolit

Aikuinen laittaa pöydälle erilaisia pikkutavaroita. Jokainen ottaa vuorollaan 2–3 tavaraa, jotka kertovat hänestä itsestään. Ne voivat olla asioita, joista pitää, tai asioita, jotka ovat muuten tärkeitä. Toisella kierroksella lapsi valitsee tavaran, joka liittyy tulevaisuuden unelmiin ja haaveisiin.

Minä itse

Lapsesta piirretään oikean kokoinen kuva suurelle paperille. Tämän jälkeen jokainen piirtää itseänsä esittävään kuvaan vaatteet, kasvot, hiukset ym. Apuna voi käyttää peiliä. Tarkoituksena on, että lapsi hahmottaa itsensä kokonaisuutena ihmisenä, sellaisena kuin hän on. Tähän kokonaisuuteen kuuluvat myös tunteet. Lapsen tehtävä on kiinnittää pupu-tunnekortit niille paikoille omassa kehossa, jossa ne hänen mielestään tuntuvat. Kuvat kiinnitetään seinälle ja jokaisen lapsen kanssa keskustellaan kuvasta.

Toiveet, haaveet

Lapsi piirtää/maalaa paperille mielikuvia tämän hetken elämästä. Kuvan ei tarvitse esittää mitään konkreettista, vaan omat mielikuvat voidaan tuoda esiin värein ja muodoin. Toiselle paperille lapsi piirtää/maalaa omia toiveitaan ja haaveitaan tulevas-ta. Työskentely vaatii lapselta keskittymistä omaan työhön. Tätä voidaan helpottaa musiikilla. Maalaukset käydään läpi joko ryhmässä tai jokaisen lapsen kanssa henkilökohtaisesti.

Puu – ilo, suru, huoli, pelko, viha, onni (kuva 15)

Jokaisella meistä niin aikuisella kuin lapsella on asioita, jotka huolestuttavat. Joskus huoli on pienen-

pieni, joskus todella suuri. Samoin on muidenkin tunteiden kanssa. Niidenkin koko vaihtelee. Niitä tulee ja menee. Lapsi nimeää puun "huolipuuksi", "ilopuuksi", "surupuuksi" jne. tehtävänannon mukaan. Lapsi piirtää puuhun asioita, jotka saavat hänet huolestuneeksi, surulliseksi, iloiseksi jne. aina sen hetkisen tilanteen mukaan. Valmiit kuvat käydään läpi henkilökohtaisesti lapsen kanssa. Tehtävää kannattaa toistaa lukuvuoden aikana. Miten tilanne on kehittynyt, esimerkiksi onko joku huoli kasvanut tai onko tullut uusia ilon aiheita?

Leikkejä

Tärkeät ihmiset

Pyöreään pelilautaan on piirretty kehiä. Jokainen lapsi laittaa vuorollaan itseään esittävän nukan (nukkekotinuket, legonuket) keskelle lautaa. Lapsi valitsee muita nukkeja, jotka esittävät hänelle tärkeitä ihmisiä. Hän sijoittaa nuket laudalle sitä lähemmäs häntä esittävää nukkea, mitä tärkeämpiä nämä ihmiset hänelle ovat. Kun kaikki on valmiina laudalla, verkostoa tarkastellaan yhdessä. Sen jälkeen otetaan esille "taikasauva" ja lapsi voi siirtää nukkeja laudalla toiveittensa mukaan.

"Meidän isä ja äiti riitelevät joskus kamalasti. Mä kerroin opelle. Se sanoi, että onpa surullista, mutta jatkoi vielä: "Kyllä sinä siitä huolimatta täällä eskarissa voit elää ihan tavallista eskarilaisen elämää."

"Eräänä iltana vanhemmat istuivat sohvalla vierekkäin ja puhuivat ihan ystävällisesti toisilleen. Toivoin, että jospa he sittenkin vielä muuttaisivat mielensä ja lopettaisivat riitansa ja juomisensa."

Tunnepallo

Koko ryhmä on asettunut ympyrään. Aikuinen heittää pallon jokaiselle lapselle vuorollaan ja tekee kysymyksiä. Esimerkiksi "Miltä sinusta tuntuu, kun loma alkaa? Miltä sinusta tuntuu, kun äiti ja isä riitelevät? Miltä sinusta tuntuu, kun näet humalaisen miehen kotikadullasi?" Lasten opittua leikin, onnistuu pallonheitto myös lapselta lapselle.

Peili – tunteet

Peilin avulla lapsi voi tutustua omiin ilmeisiinsä. Miltä näyttää, kun on iloinen, pelottaa, hävettää tai kun suututtaa. Lapset miettivät pienessä ryhmässä tai pareittain erilaisia tunteita ja niiden ilmene-
mismuotoja. He esittävät vuorollaan niitä muulle ryhmälle. Toiset lapset arvaavat, mikä tunne on kysymyksessä. Tämän jälkeen lapset voivat tuoda tunteitaan esille liikkumalla. Tähän voidaan liittää erilaisia matkimisleikkejä. Lapsen elämässä on jatkuvasti tunteita herättäviä tilanteita, joita voidaan käyttää apuna leikeissä. Esimerkiksi: kun toiset kiusaavat, kun saa uuden lelun, kun on tehnyt jotain pahaa tai kun humalainen kävelee vastaan.

Väittämiä

Väittämillä voi kertoa itsestään ja oppia uusia asioita kavereista. Näin löydetään samankaltaisuutta ja erilaisuutta. Alussa väittämät voivat olla helppoja. Huone jaetaan kahteen osaan – samaa mieltä ja eri mieltä olevat. Joka väittämän jälkeen lapsi menee sille puolelle huonetta, jonka kokee oikeaksi. Esimerkiksi: tykkään kissoista, lempivärini on punainen, olen nähnyt ihmisen, joka on juonut liikaa viinaa, minun äiti/isä/mummi/ukki/naapuri on ollut humalassa, viinasta ei saa puhua tai pelkään humalaisia.

Hyvä haltija (kuva 16)

Leikissä voi tapahtua mitä vain! Hyvä haltija täyttää lapsen kolme toivomusta. Ainakin yhden toivomuksesta on oltava sellainen, mikä ei ole tavara tai ihminen. Lapset piirtävät kuvaan kolme toivomusta.

"Erään pojan isä ja äiti ottivat aika paljon kaljaa viikonloppuisin. Kyllä hän oli siitä itse asiassa tosi vihainen heille."

Tunnepeli

Kopioi alla oleva ruudukko. Leikkaa kortit irti toisistaan. Kortit laitetaan nurinpäin lattialle. Lapset valitsevat vuorollaan yhden kortin. Aikuinen lukee tekstin. Lapsi joko vastaa suullisesti tai valitsee vastaukseksi yhden tunnekortin (kuva 13).



**Miltä sinusta tuntuu,
kun koira tulee
vastaan?**

**Menet perheesi
kanssa saunaan.
Isäsi juo saunakaljaa.
Miltä sinusta tuntuu?**

**Miltä sinusta tuntuu,
jos kukaan ei leiki
sinun kanssasi?**

**Ope ei huomannut,
kun sinua kiusattiin.
Miltä sinusta tuntui?**

**Miltä sinusta tuntuu,
kun saat auttaa
toisia?**

**Sinut pyydetään
synttäreille. Miltä
sinusta tuntuu?**

**Lähdet äidin kanssa
kahdestaan retkelle.
Muut jäävät kotiin.
Miltä sinusta tuntuu?**

**Vanhemmat
lupasivat, että
kesällä menette
Linnanmäelle. Miltä
sinusta tuntuu?**

**Miltä sinusta
tuntui, kun toiset
huomasivat, että
sinulla on rikkinäiset
housut jalassa?**

**Menit eilen yksin
pimeässä ulos.
Miltä sinusta tuntui?**

**Miltä sinusta tuntui,
kun sinua vastaan
tuleva humalainen
nainen yritti halata?**

**Miltä sinusta
tuntui, kun kerran
telkkarissa joku
humalainen kaatui
ja toiset nauroi?**

Selviytymispeli

Kopioi alla oleva ruudukko. Leikkaa kortit irti toisistaan. Kortit laitetaan nurinpäin lattialle. Lapset valitsevat vuorollaan yhden kortin. Aikuinen lukee tekstin. Lapsi joko vastaa suullisesti tai valitsee vastaukseksi yhden tunnekortin (kuva 13).

Mummo antaa sinulle rahaa. Mitä teet?

Mitä teet, kun joku vieras yrittää halata sinua?

Mitä teet, kun joku kaveri kiusaa sinua?

Mitä teet, jos parasta kaveriasi kiusataan?

Joku vieras ihminen tarjoaa sinulle karkkia. Mitä teet?

Olet pihalla. Vieras auto pysähtyy viereesi ja sinua pyydetään kyytiin. Mitä teet?

Kaikki muut on pyydetty kaverisi synttäreille, paitsi ei sinua. Mitä teet?

Mitä teet, kun sinulla on oikein paha mieli?

Pihalta löytyy kaljapullo, jossa on kaljaa. Kaverit kehottavat maistamaan. Mitä teet?

Sinua huolestuttaa viina-asia. Yksi täti sanoi, että siitä ei saa puhua. Mitä teet?

Kaverisi kotona juodaan liikaa viinaa. Kenen kanssa voit puhua asiasta?

Isäsi ja äitisi riitelevät. Mitä teet?



Päivähoidon sisälle lasten vertaisryhmä

Päivähoitoon on mahdollista perustaa myös sellaisten lasten ryhmä, jolla on lähipiirissään kokemuksia aikuisten liiallisesta alkoholinkäytöstä. Tällaisen ryhmän perustamiseen tarvitaan luonnollisesti kaikkien siihen osallistuvien lasten vanhemmilta lupa.

Lasten vertaisryhmän voi perustaa siten, että kerää useammasta lapsiryhmästä yhteen vaikkapa kerran viikossa ne lapset, joilla on kokemusta omien vanhempien liiallisesta alkoholinkäytöstä. Ryhmä voisi kokoontua normaalina toiminta-aikana. Muilla lapsilla olisi tänä aikana muuta toimintaa. Toisille lapsille kerrotaan lasten menevän esim. "Marjan ryhmään". Ryhmässä käsitellään alkoholin käyttöön liittyviä asioita eritellymmin ja käydään läpi lasten kokemuksia sekä niihin liittyviä tunteita.

Lasten vertaisryhmästä lapset voivat saada tukea toisiltaan. Tuki voi auttaa lapsia ymmärtämään, että he eivät ole ainoita, jotka joutuvat kokemaan alkoholin liiallista käyttöä lähipiirissään. Lasten vertaisryhmästä hoitopäivän aikana saatu tuki kohdistuu erityisesti niihin lapsiin, joiden vanhemmat eivät olisi myötämielisiä viemään lastaan vastaavaan ryhmään ilta-aikana.

Lasten vertaisryhmän perustamiseksi päivähoidon sisälle saa tarkempaa informaatiota "Huomaa lapsi – päihdeongelma perheessä" -kirjasta. Ryhmän vetäjänä voi toimia joku varhaiskasvatuksen ammattilaisista. Myös vanhemmille voi perustaa oman vertaisryhmän iltaisin.

Lopuksi

Varhaiskasvatuksen henkilökunta on ammatillisesti osaavaa ja hyvin koulutettua. Huoli lapsesta, jonka vanhempi tai vanhemmat juovat liikaa alkoholia, on kuitenkin lisääntyvää todellisuutta jokaisessa lapsia hoitavassa yksikössä. Huoli lapsen hyvinvoinnista ja tulevaisuudesta voi olla riski myös vastuulliselle työntekijälle, jonka ajatuksissa tällainen lapsi voi olla myös vapaa-aikana. Jotta

työntekijän huoli vähenisi, on tärkeää tehdä jotain lapsen hyvinvoinnin eteen.

Perheen tilanteeseen tulee puuttua, lapsen elämäntilanne tulee vakiinnuttaa sekä lasta itseään tulee kuulla ja auttaa kaikin mahdollisin keinoin. Tähän päästään harvoin toimimalla yksin, vaan lastensuojelun sosiaalityöntekijän sekä muiden perheen kanssa toimivien tahojen on löydettävä yhteiset toimintamuodot. Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö -kirjassa olemme kuvanneet toimintamenetelmiä koko perheen, myös lapsen auttamiseksi. Tässä kädessäsi olevassa kirjasessa olemme tulleet vielä lähemmäksi ja konkretisoineet avun eri muotoja siten, että lapsi tulee kuulluksi ja ymmärretyksi niillä keinoilla, jotka ovat lapselle läheisiä ja tuttuja.

Toivomme, että keinoja käytetään aktiivisesti siitäkin huolimatta, että alkoholiasiat ovat hankalia käsitellä ja herättävät voimakkaita tunteita. Parempi kuitenkin on tehdä jotain kuin jättää tekemättä. Tästä hyötyy etenkin lapsi, joka voi saada tulevaisuudessa paremmat mahdollisuudet hyvään elämään.

"Isää joskus väsyttää kamalasti ja se aina sanoo, että se väsymys on sellaista ettei se mene nukkumalla ohi. Aikuisilla voi olla sellaistaikin, kun ne on elänyt kauemmin."

Kirjallisuutta

Tietokirjoja

Ala-Rautalahti Miia: *Pieniä polkuja. Tukea päihdeperheiden lasten kanssa työskentelyyn.* Perhepolku-hanke. Jyväskylän katulähetys ry, 2010.

Cacciatore Raisa, Korttesniemi-Poikela Erja & Huovinen Maarit: *Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa.* WSOY, 2008.

Cacciatore Raisa (Hurme Vuokko toim.): *Aggressiokasvattajan käsikirja - vauvasta kouluikään.* VL-Markkinointi Oy, 2008.

Eriksson Esa & Arnkil Tom: *Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista.* Stakes oppaita 60. Saarijärvi, 2005.

Heinämäki Liisa: *Varhaista tukea lapselle.* Stakes, 2005.

Holmberg Tiina: *Lapset ja vanhempien päihdeongelma. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 48.* Lasten Keskus. Helsinki, 2003.

Itäpuisto Maritta: *Pullon pohjimmaiset. Lapsi, perhe ja alkoholi.* Kirjapaja. Helsinki, 2008.

Oliver Gary & Wright Norman (Toimittaan suomentaneet Heli Kivimäki ja Riitta Oittinen): *Lapsen tunteet.* Kirjatoimi. Tampere, 1998.

Roine Mira, Ilva Minna & Takala Janne (toim.): *Lapsuus päihteiden varjossa. Vanhempien päihteidenkäytöstä kärsivät lapset tutkimuksessa ja käytännön työssä. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 57.* Helsinki, 2009.

Roine Mira & Magnusson Minna (toim.): *Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö. Opas varhaiskasvatuksen työntekijöille.* Lasten seurassa -ohjelma. Helsinki, 2010.

Solantaus Tytti: *Miten huolehdin lapsistani? Käsikirja vanhemmille, joita oma päihteidenkäyttö askarruttaa.* Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 2010.

Taitto Annikka: *Päihdeongelma perheessä. Huomaa lapsi. Lasten vertaisryhmien vetäjille.* Lasten Keskus Oy. Helsinki, 2002.

Utoslahti Kirsi & Peltoniemi Teuvo (toim.): *Pikku-aikuisia. Kirjoituskilpailun kertomuksia ja tutkimustietoa Lasinen Lapsuus -hankkeesta. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 42.* Helsinki, 2003.

Kuvakirjoja lapsille

Furman Ben: *Ollin painajainen.* Ratkaisutarinoita 1. Lyhytterapiainstituutti ja Lasten Parhaat Kirjat. Helsinki, 2000. (Lapsen pelot.)

Jansson Tove: *Kuka lohduttaisi Nytyitä?* WSOY, 1997.

Jansson Tove: *Näkymätön lapsi.* WSOY, 2010.

Laiho Saara: *Urhea pikku-nalle.* Lasten Keskus Oy. Helsinki, 2000.

Laiho Saara: *Et ole yksin Pikku-Kurre.* Lasten Keskus Oy. Helsinki, 2003.

Niemelä Sirkku & Pennola Tiuku: *Pienilläkin padoilla on korvat - miten lapsi ymmärtää mielen sairaudet?* Suomen kasvatus- ja perheneuvolaliitto. Helsinki, 2000.

Oliver Gary & Wright Norman: *Hannes Hirvi ja entäjossit.* Kirjatoimi. Tampere, 1998. (Lapsen huolten käsittelyä kuvakirjan avulla.)

Oliver Gary & Wright Norman: *Otso Onninen ja hymy hukassa.* Kirjatoimi. Tampere, 1998. (Lapsen surullisuus.)

"Suru on ikävä asia.
Suru tuntuu sydämessä."

Oliver Gary & Wright Norman: *Peten ja Paten rohkeus löytyy*. Kirjatoimi. Tampere, 1998. (Lapsen pelot)

Oliver Gary & Wright Norman: *Jesse Jänis ja purnaiset korvat*. Kirjatoimi. Tampere, 1998. (Lapsen suuttumus)

Weitze Monika & Battut Eric: *Kuinka pikku elefantti parani suuresta surustaan?* Lasten Keskus Oy. Helsinki, 1999.

White Kathryn & Wright Cliff: *Hyvä päivä, paha päivä*. Lasten Keskus Oy. Helsinki, 2000.

Ylönen Hilikka & Airola Sari: *Satuviitta*. Ensi- ja turvakotienliitto 2008.

Harjoituksia

Airaksinen Raija & Okkonen Seija: *Teatteria tenaville. Lapsi teatterin kokijana*. Tammi. Helsinki, 2006.

Belknap Martha: *Lohikäärmeiden kesyttäminen*. Suomen Työväen Urheiluliitto TUL ry, Kuntopalvelut. 1993.

Hyppönen Merja & Linnossuo Outi (toim.): *Zip, zap ja boing. Leikkejä ja muita toiminnallisia menetelmiä*. Lasten Keskus Oy. Helsinki, 2002.

Juvonen Aila: *Skidikantti -lapsen tie objektista subjektiksi*. Lastensuojelun Keskusliitto. Helsinki, 1994.

Karlsson Liisa: *Sadutus. Avain osallistavaan toimintakulttuuriin*. Opetus 2000 –sarja. PS-kustannus. Juva, 2003, korjattu toinen painos 2005.

Leinonen Aija (toim.): *Hiljainen hyönteinen kirja + cd-levy*. Oppimateriaalikeskus Opike ja Tuletar Oy, 2003.

Linnossuo Outi (toim.): *Hyvä, paha ja hauska. Tehtäviä ja ryhmäharjoituksia lasten ja nuorten kasvutyoşkentelyyn*. Lasten Keskus Oy. Helsinki, 1997.

Peltonen Anne & Kullberg-Piilola Tarja: *Tunnetuksi. Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille*. Lasten keskus Oy. Helsinki, 2005.

Vannasmaa Päivi & Luukkainen Maija: *Maharumpu. Lauluja, loruja ja sävelmiä arjen hetkiin*. Opike, Kehitysvammaliitto, 2008.

Kortteja ja pelejä

Lasten vahvuuskortit. Pesäpuu ry, Jyväskylä.

Nallekortit. Pesäpuu ry, Jyväskylä.

Perhepolku-peli. Peli on tarkoitettu lapsen ja vanhemman välisen keskustelun tueksi, kun kotona juodaan liikaa. Sininauhaliitto.

Tilannekuvat korttisarja. Kuvakorttisarja päihdeperheen arjesta. Sininauhaliitto.

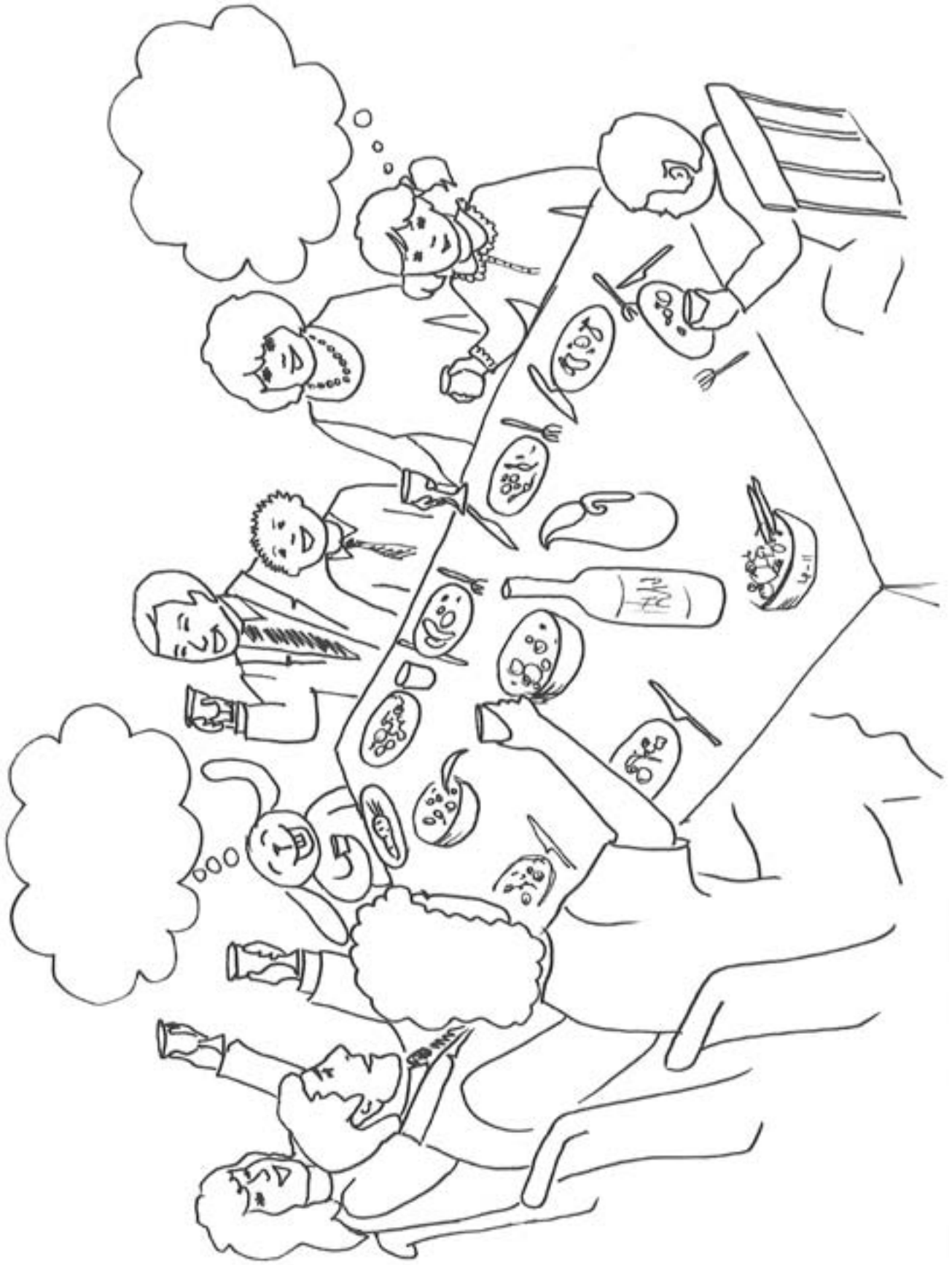
Nettisivuja

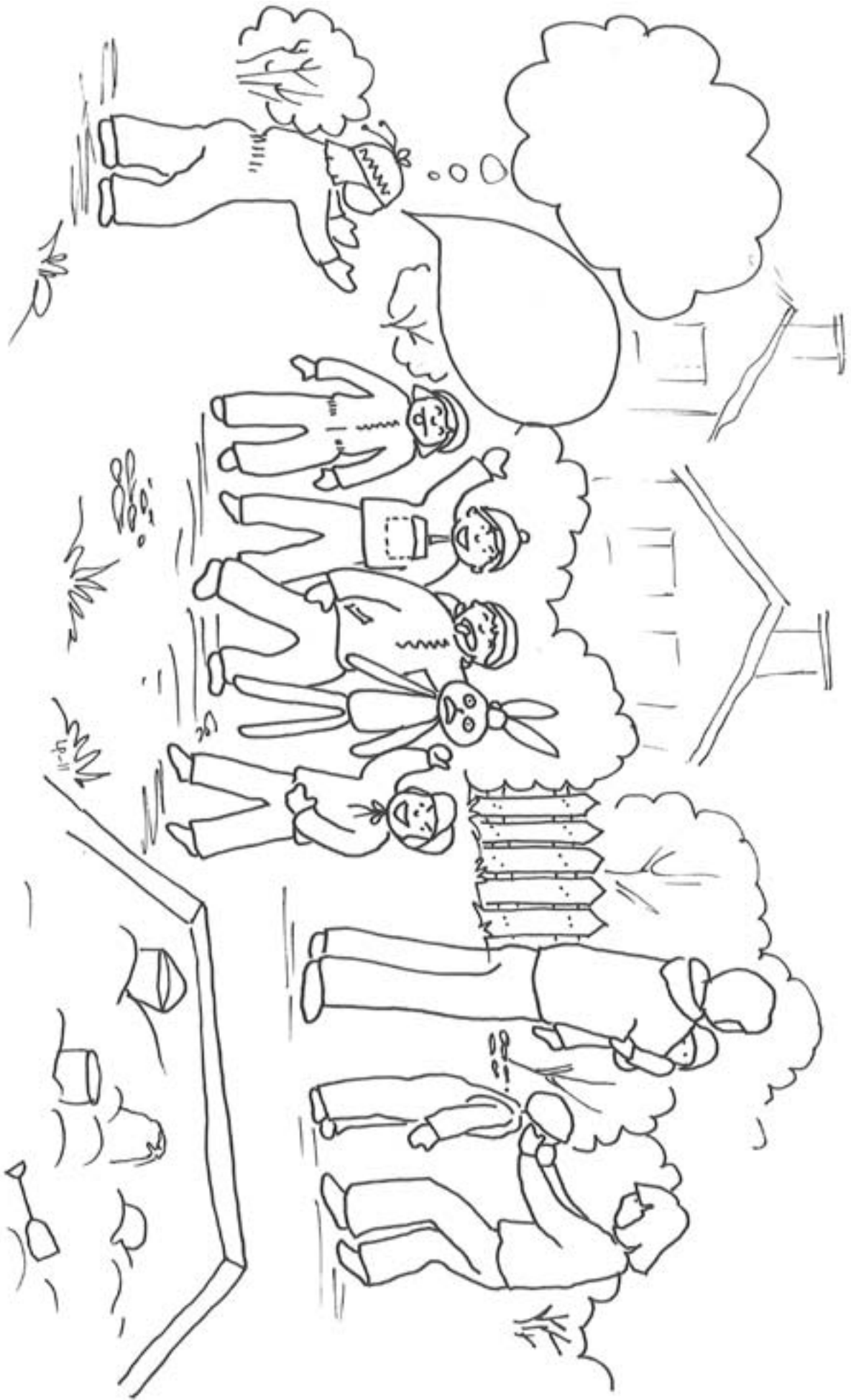
www.lasinenlapsuus.fi

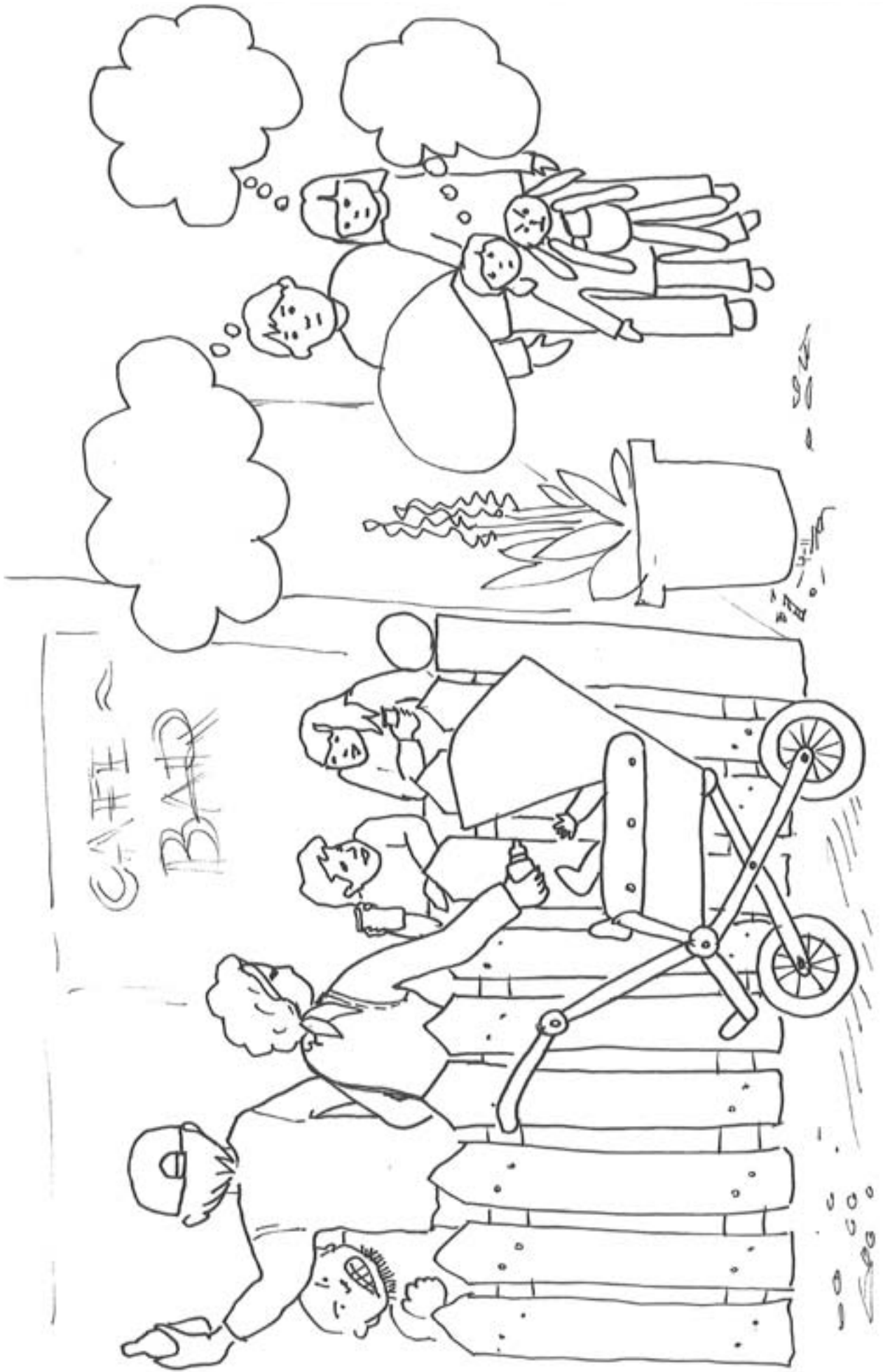
www.paihdelinkki.fi

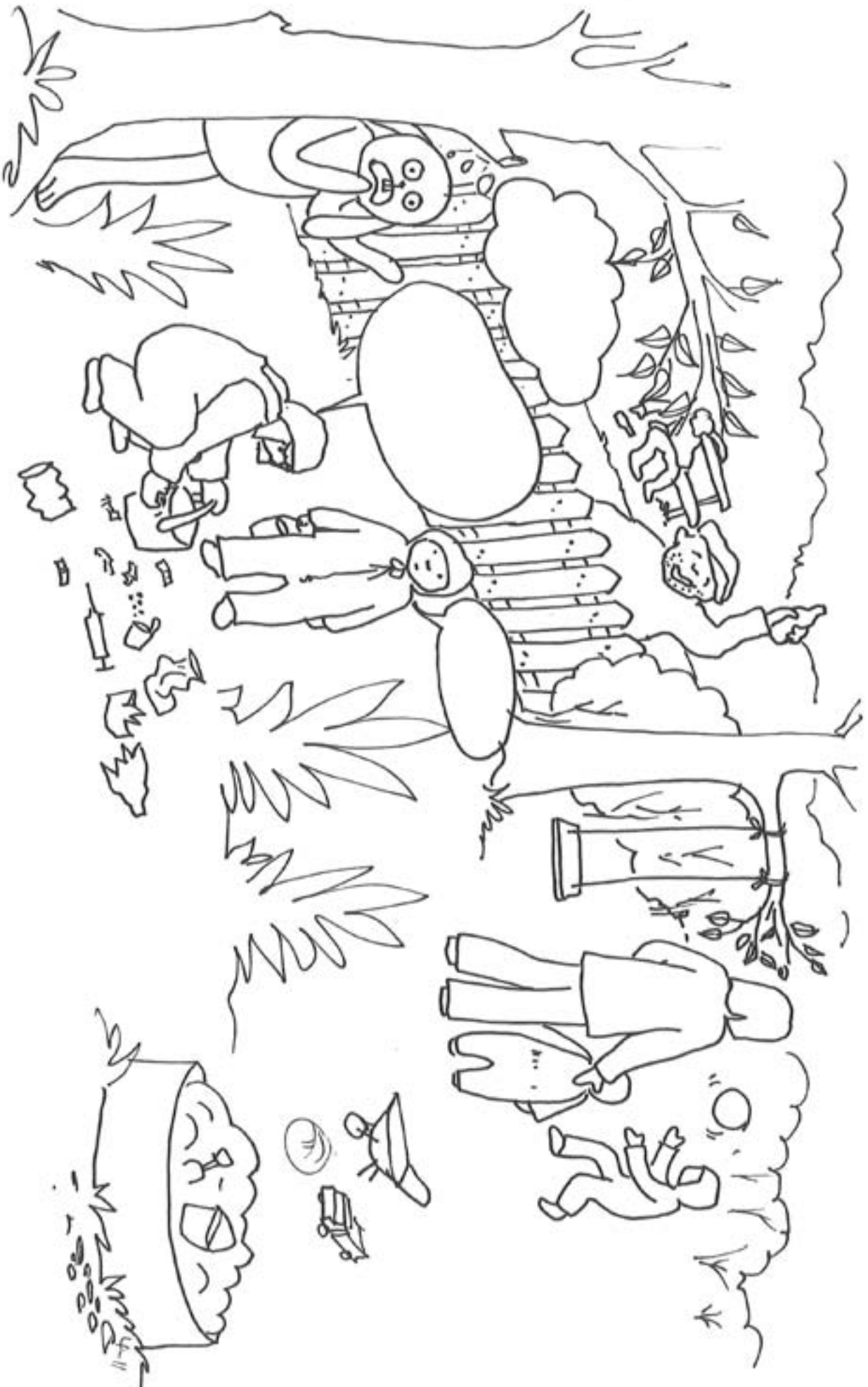
www.lastenseurassa.fi

"Minulle tulee äitiä ikävä, jos se on töissä ja isi juo."

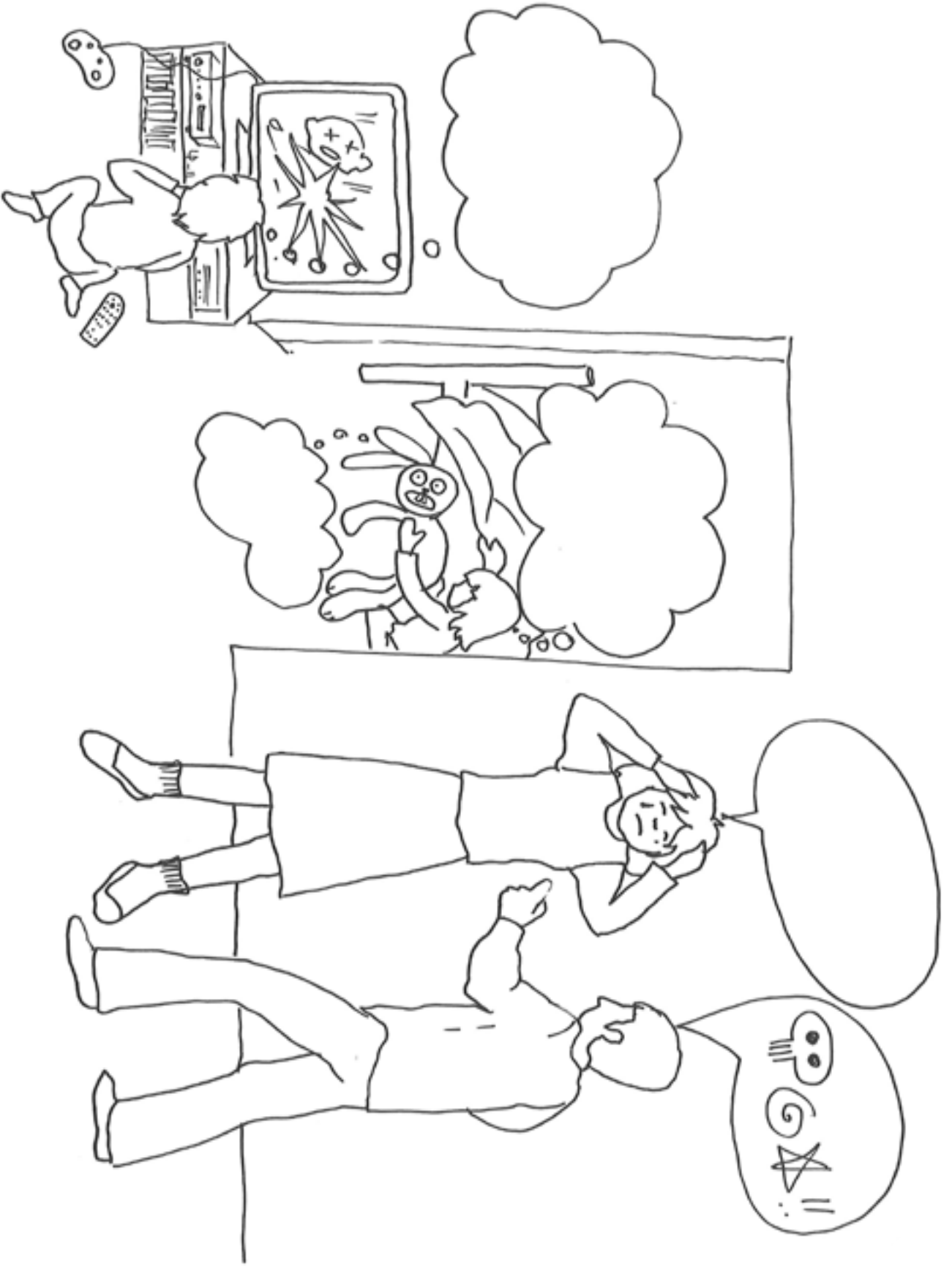




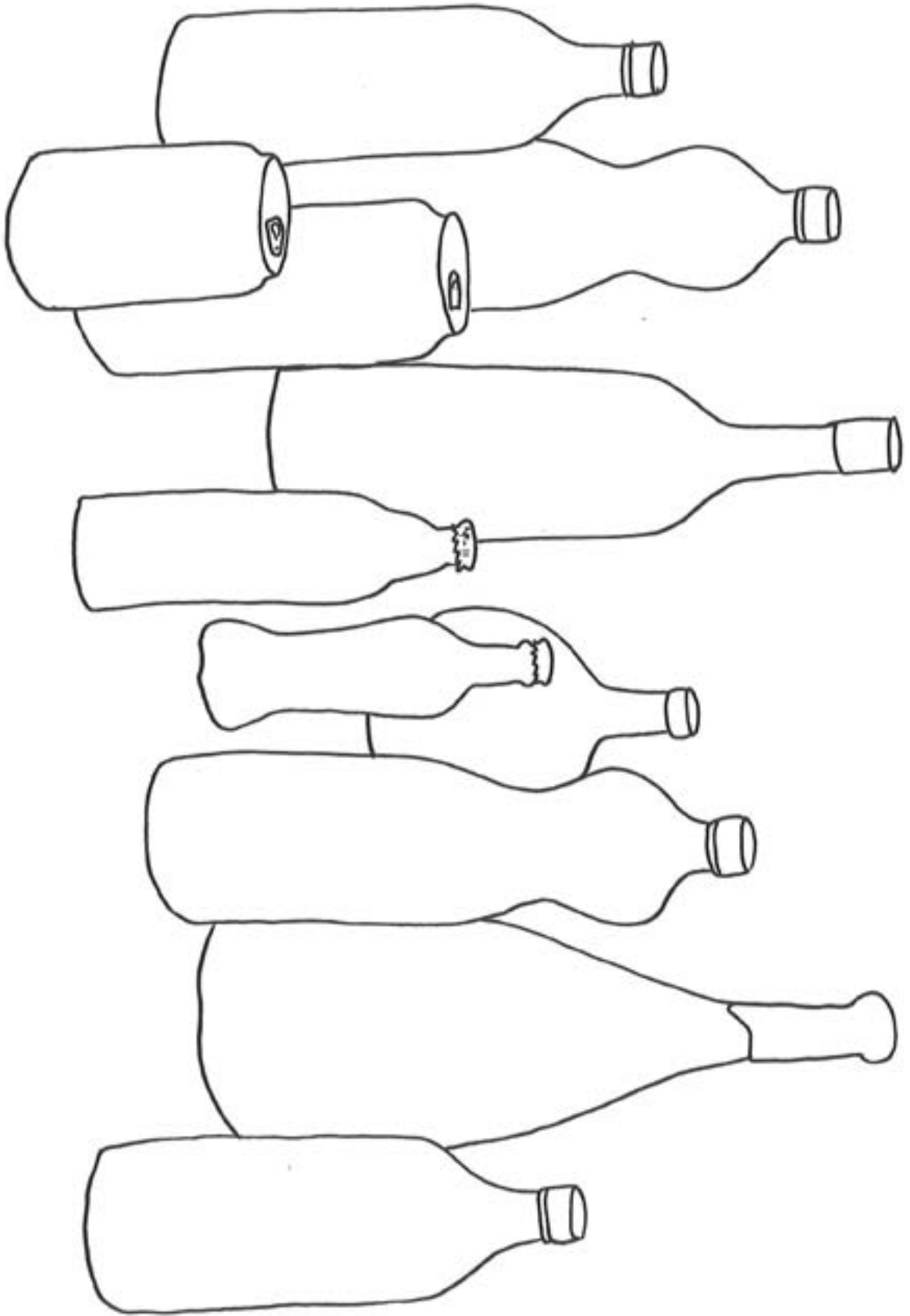




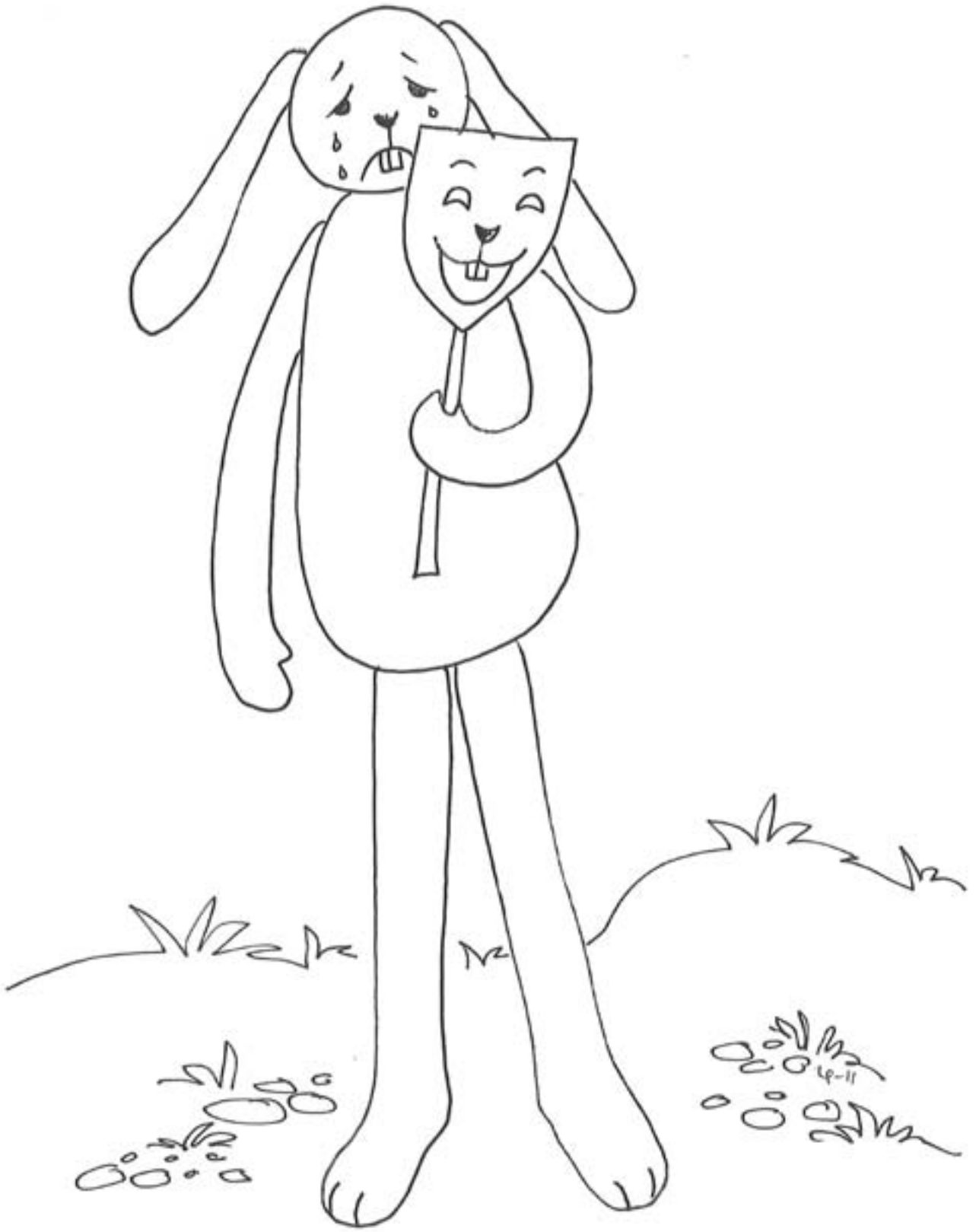


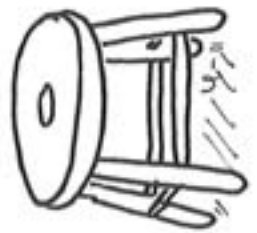
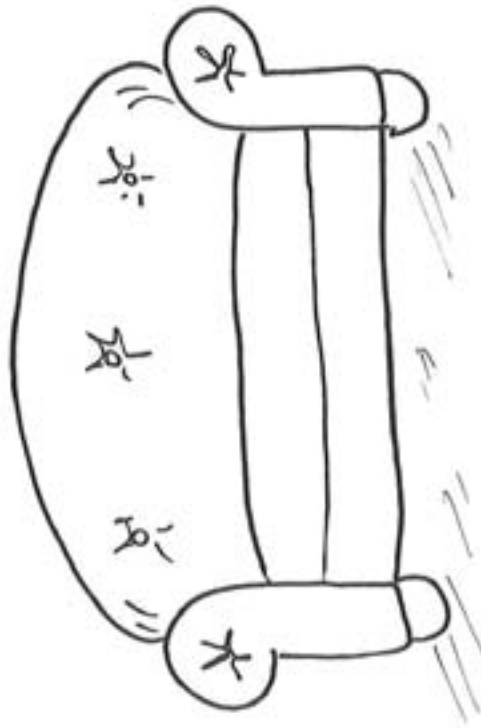
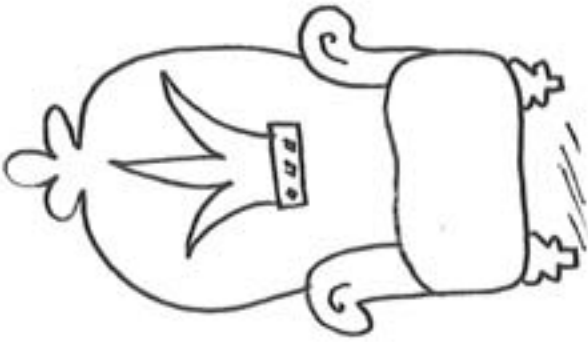


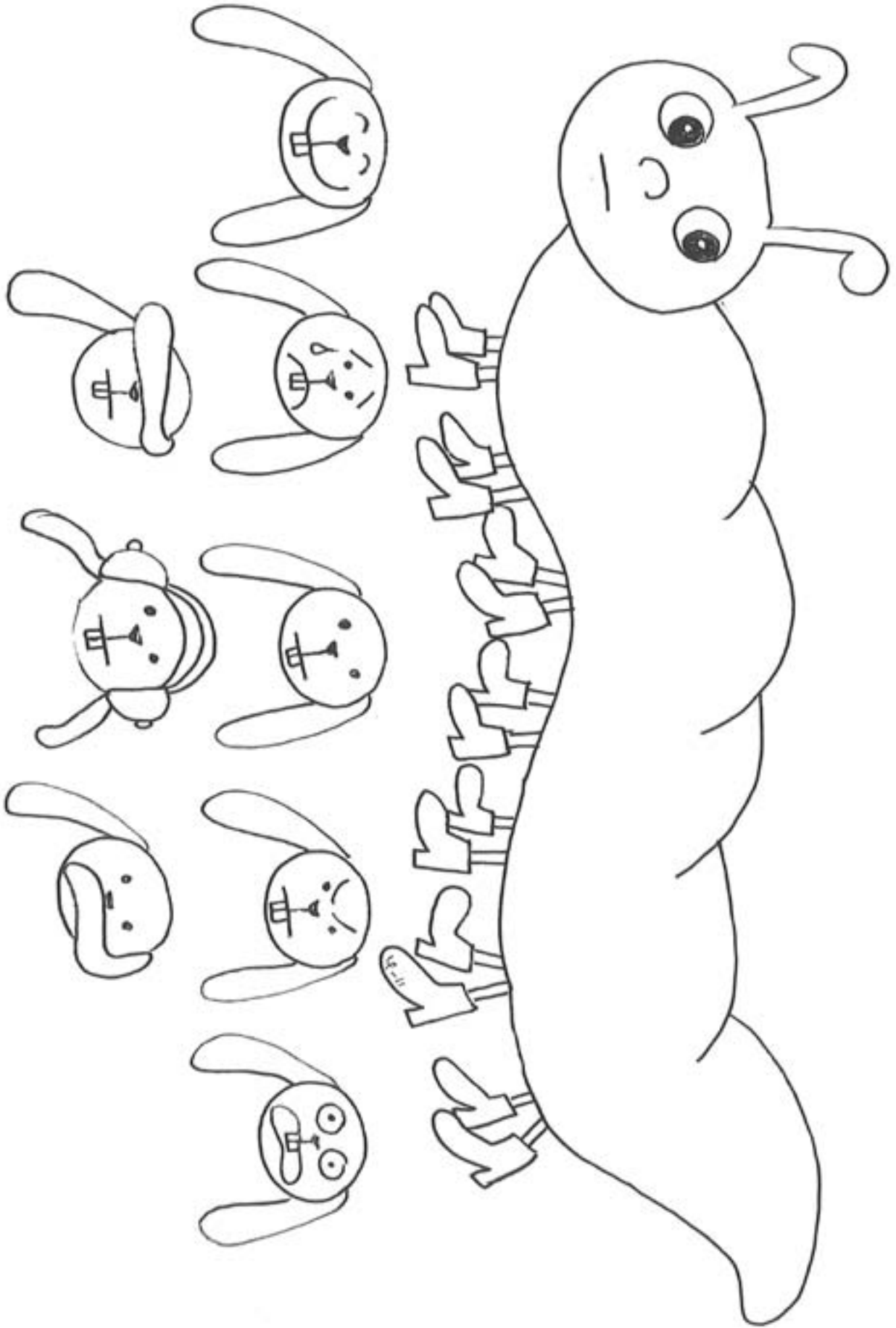


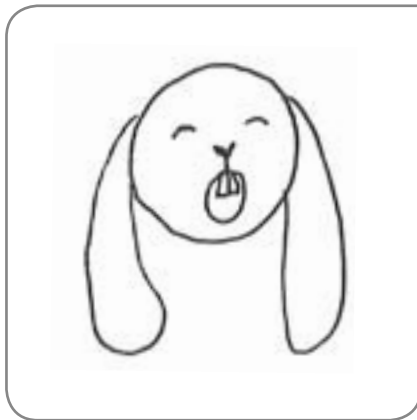
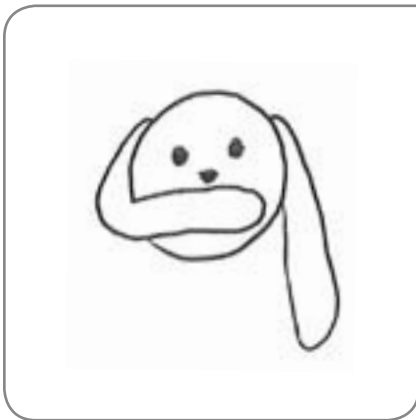
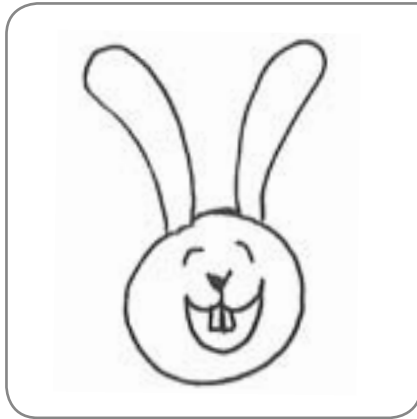
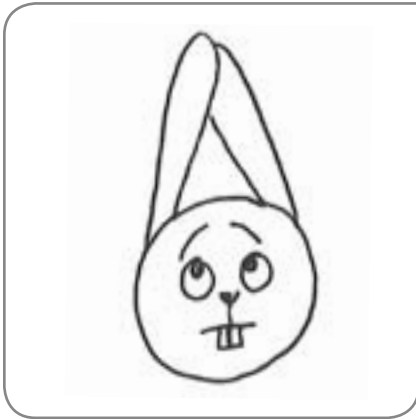
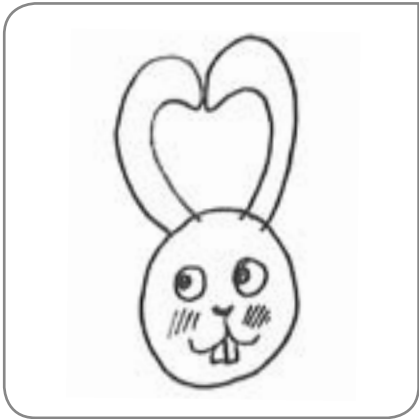
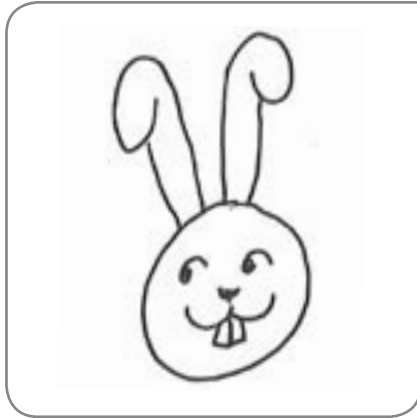
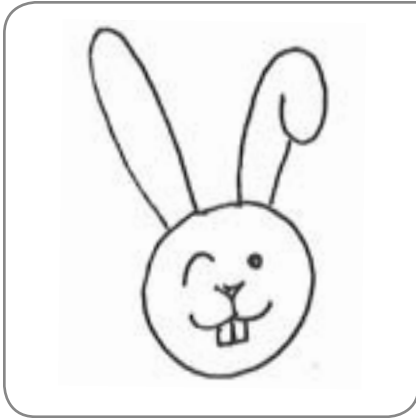
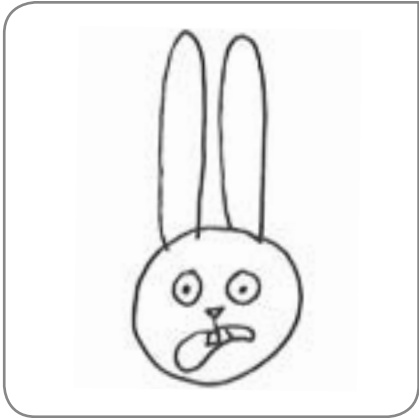
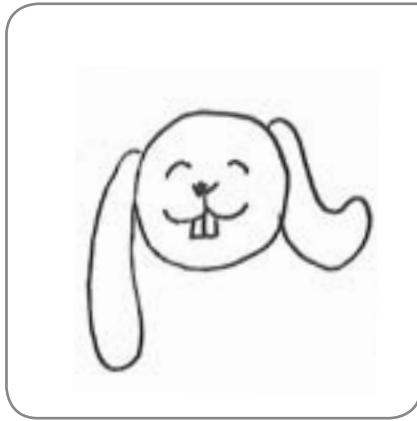
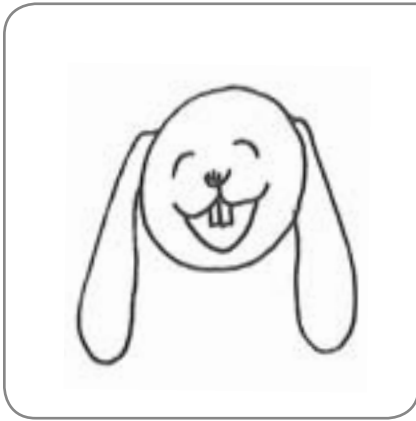
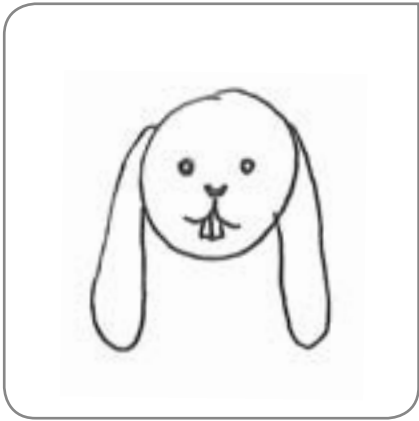


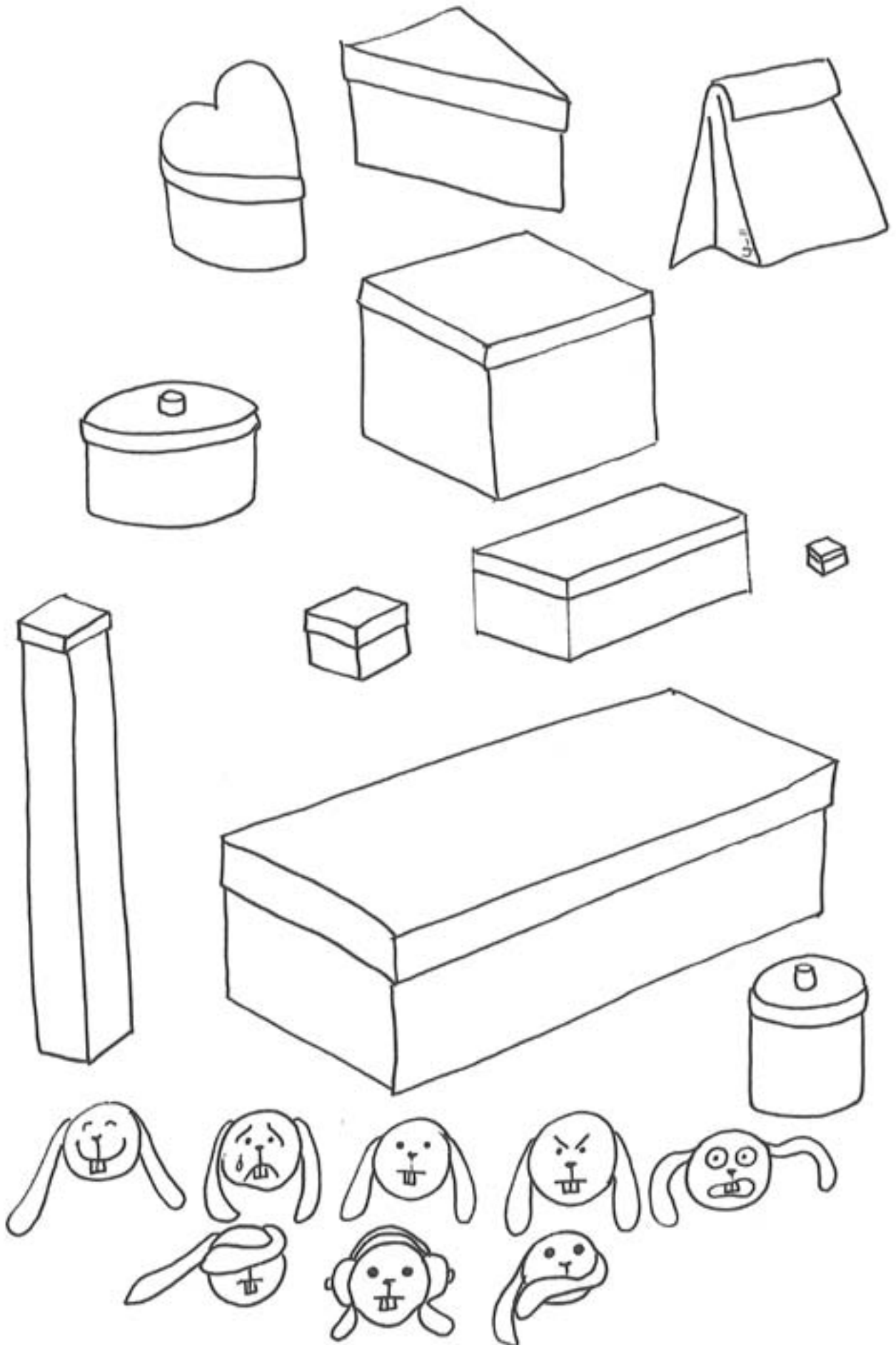


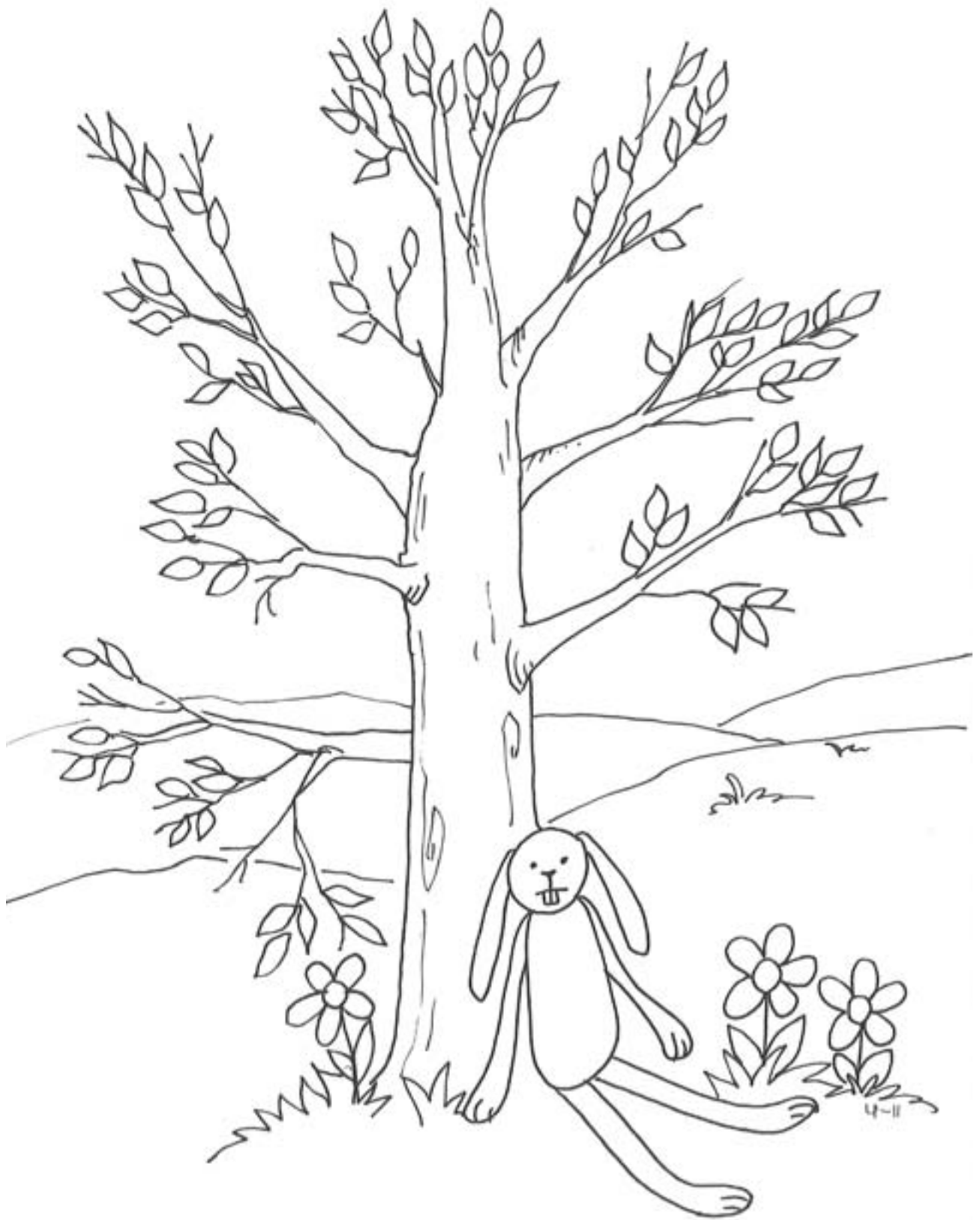






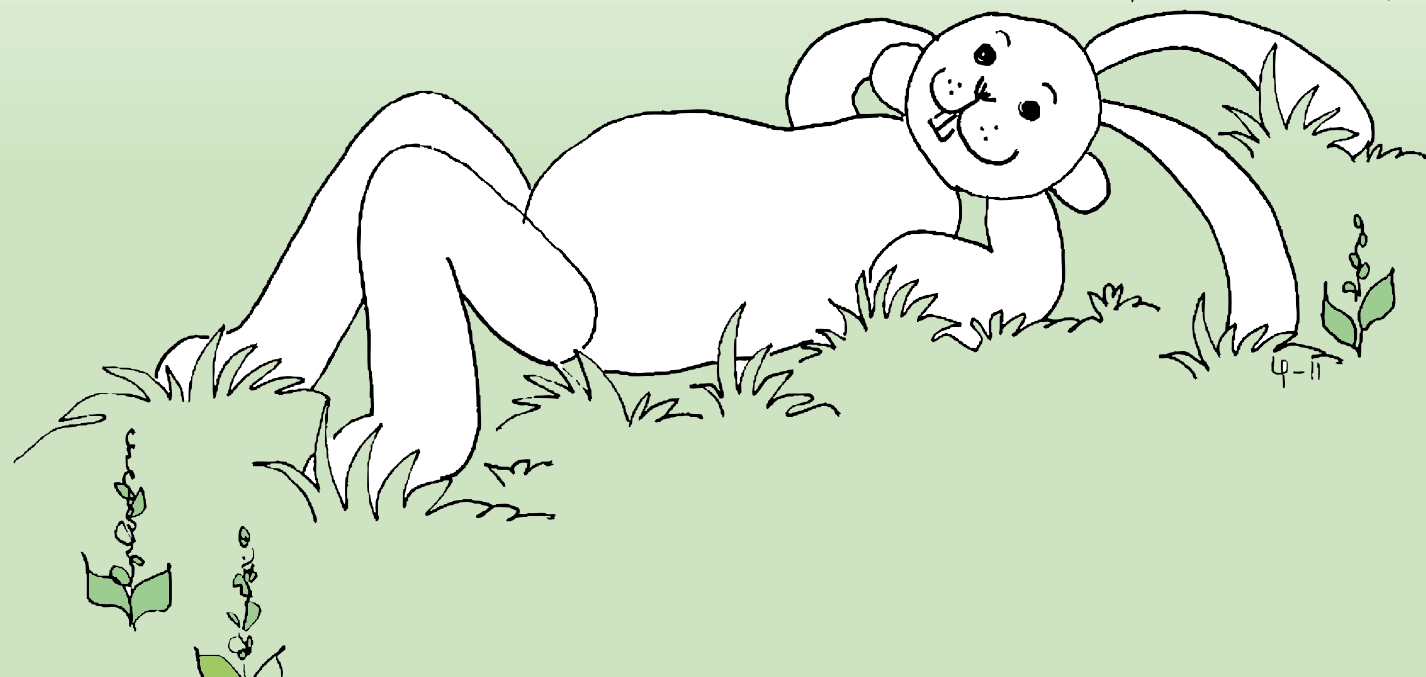
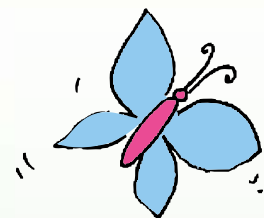








Tämä aikuisten alkoholinkäyttöä ja siitä lapselle aiheutuvia haittoja käsittelevä kirja tarjoaa kaivattuja työkaluja lasten kanssa toimiville ammattilaisille. Erilaisten tehtävien, pelien ja leikkien avulla lapselle tarjoutuu mahdollisuus puhua ympärillään näkemistä vaikeista asioista ja niihin liittyvistä tunteista. Työkirja on jatkoa julkaisulle "Lapsi ja vanhempien alkoholinkäyttö. Opas varhaiskasvatuksen työntekijöille."



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO



TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS

