



# Harjoitus: Tehokas ongelmanratkaisu

---

## Tavoite

Opite ratkaisemaan ongelmia monipuolisesti ja tehokkaasti murehtimisen sijaan.

## Ohje

Valitkaa jokin lapsesi mieltä painava ongelma. Harjoitelkaa yhdessä tehokasta ongelmanratkaisua seuraavien kohtien avulla.

### 1. Ongelman määrittely

Mistä on kyse?

### 2. Tavoitteen määrittely

Miten haluatte asian ratkeavan?

### 3. Ratkaisuvaihtoehtojen listaaminen

Listatkaa kaikki mieleen tulevat ratkaisuvaihtoehdot. Vielä ei pohdita, ovatko ne hyviä tai toimivia.

### 4. Parhaan ratkaisun valitseminen

Karsikaa edellisessä kohdassa tehtyä listaa siten, että toimivat ideat jäävät jäljelle. Valitkaa niistä paras.

### 5. Toteutuksen suunnittelu

Miten, missä ja milloin ratkaisu toteutetaan?

### 6. Toteutuksen arvio

Palatkaa toteutuksen jälkeen arvioimaan, miten ratkaisu onnistui.

## Esimerkki

Ongelma: Ensi viikon hammaslääkäriaika pelottaa. Aiemmat käynnit ovat olleet vaikeita.

Tavoite: Käynti sujuisi helpommin.

Ratkaisuvaihtoehdot:

- Jätetään käynti väliin.
- Käydään hammaslääkärikäynnin kulku läpi etukäteen.
- Otetaan unilelu turvaksi.
- Vanhempi tulee mukaan.
- Kerrotaan lääkärille, että jännittää.
- Vanhempi ei mene töihin, niin ei tule aamulla kiire.
- Lapsi saa palkinnon käynnin suorittamisesta.
- Vuokrataan auto, että päästään helposti perille.

Ratkaisu: Käydään hammaslääkärikäynnin kulku läpi edellisenä päivänä. Unilelu ja vanhempi tulevat mukaan käynnille. Lapsi kertoo lääkärille, että jännittää. Käynnin jälkeen mennään yhdessä ostoksille.



Toteutus: Tehdään tarvittavat järjestelyt, että ratkaisu onnistuu.

Arvio: Asiasta keskusteleminen etukäteen auttoi. Käynnille meneminen jännitti paljon, mutta äiti auttoi rauhoittumaan. Kun lääkäri tiesi jännityksestä, varmisti hän monta kertaa, että kaikki on hyvin. Käynti meni odotettua paremmin, vaikka piti porata.

### 1. Ongelman määrittely

### 2. Tavoitteen määrittely

### 3. Ratkaisuvaihtoehtojen listaaminen

### 4. Parhaan ratkaisun valitseminen

### 5. Toteutuksen suunnittelu

### 6. Toteutuksen arvio. Muistakaa arvioida kokemuksen jälkeen, miten sujui.