



VANHEMPIEN
AKATEMIA®



LAPSEN ITSETUNNON SEKÄ VANHEMMAN JA LAPSEN VÄLISEN VUOROVAIKUTUSSUHTEEN VAHVISTAMINEN

Elina Penger

Lapsiperhetyön ja kasvatopsykologian asiantuntija, KM



VANHEMPIEN AKATEMIAN® TOIMINTA

Vanhempien Pysäkki
Vanhempien mentorointi

Ihmeelliset vuodet -ryhmät
Parisuhteen huoltokurssi
Solmuja parisuhteessa -kurssi
Tunnekeskeinen parisuhdekurssi
Eroseminaari
Perheteatteri
Teemaliikuntakurssi

Vuorovaikutteiset vanhempienillat
Vertaistuetut illat eronneille ja eroa pohtiville
Perhetapahtumat ja -retket
Vierailevat luennoitsijat



ILLAN AIHEITA

- Digitaalisuuden vaikutus lapsiperheen arkeen
- Mitä lapsi tarvitsee kukoistaakseen?
- Vanhemman ja lapsen välinen luottamus
- Itsetunto kasvaa kannustavassa ja myönteisessä vuorovaikutuksessa



HETKEN POHDINTA

Mieti hetki seuraavia kysymyksiä:

1. Millainen itsetunto sinulla oli lapsesi ikäisenä?
2. Mistä asioista sait kehuja tai myönteistä huomiota?
3. Keneltä hait myönteistä huomiota?
4. Millainen tunne sinulle tuli, kun sait myönteistä huomiota?
5. Miten kehut tai niiden puute on sinuun vaikuttanut?



DIGITAALISUUDEN VAIKUTUS PERHEISSÄ

- 85% perheistä tietokoneella ja tabletilla sekä kännyköillä oleminen korvannut sitä aikaa, joka ennen käytetty ulkoiluun yhdessä
- Noin 70% lapsista kokee, että heidän vanhempansa käyttävät liikaa aikaa digitaalisten laitteiden kanssa
- 40% lapsista kertoo viestivänsä vanhemmalleen digitaalisesti silloinkin, kun vanhempi on viereisessä huoneessa
- 60% vanhemmista on sitä mieltä, että he viettäisivät enemmän aikaa perheenä, ellei kaikki näpräisi jatkuvasti omia älylaitteitaan → puolet heistä käyttäisi oman arvionsa mukaan ajan tällöin satujen lukemiseen ja vajaa puolet tarinoiden kertomiseen
- 75% vanhemmista myöntää, että heillä olisi mukavampaa lasten kanssa yhdessä leikkiessä ja että he olisivat tuolloin onnellisempia ja tyytyväisempiä



LASTEN ITSESÄÄTELYKYVYN TUKEMINEN


- MILLAISTA OHJAUSTA JA TUKEA JUURI SINUN LAPSESI TARVITSEE?
Itsesäätelykyvyn kehitys alkaa kehittyä vasta 3-4 vuoden iässä
- MITÄ SISÄLTÖÄ LAPSESI KATSOO? Huomio **MEDIAN SISÄLTÖÖN & YHTEISEEN AIKAAN** sekä **VUOROVAIKUTUKSEEN**, ei vain ruutuaikaan
- LAPSI ON MEDIASSA KUIN PIHALLA TAI KOULUMATKALLA TAI IHAN VIERAASSA TAI PELOTTAVASSA YMPÄRISTÖSSÄ → KUKA HÄNET SINNE SAATTELEE?

VASTUU ON AINA VANHEMMALLA!





MILLAINEN MALLI
OLEN LAPSELLENI
MEDIAN
KÄYTTÄJÄNÄ?

- MILLOIN käytän mediaa?
 - MINKÄ VERRAN käytän mediaa?
 - MILLAISTA mediaa käytän?
- 

Mitä kaikki lapset tarvitsevat kukoistaakseen?

(Lumijärvi 2014, Mäkelä 2016)

Lapsella perustarve

- Kokea olonsa turvalliseksi -> tarpeisiin vastataan ja ne tyydytetään ennustettavasti
- Saada hoivaa, huolenpitoa ja kokea itsensä rakastetuksi
- Toteuttaa itseään vahvuuksien ja ikätason mukaisesti
- Liittyä toisiin ihmisiin ja olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa
- Saada arvostusta ja kannustusta
- Kokea turvalliset ja selkeät rajat
- Kokea oikeudenmukaisuutta
- Kokea iloa
- **Tulla kokonaisvaltaisesti nähdyksi, kuulluksi ja kohdatuksi**



MYÖNTEINEN VUOROVAIKUTUS

LEIKKI,
KESKUSTELU JA
LÄSNÄOLO
LAPSEN KANSSA
PÄIVITTÄIN

MYÖNTEINEN
HUOMIO JA
KANNUSTAVA
PALKITSEMINEN

LAPSI TIETÄÄ,
MISSÄ RAJAT
MENEVÄT JA
MIKSI SEKÄ MITÄ
NIIDEN
RIKKOMISESTA
SEURAA

LAPSEN
ITSENÄISTYMI-
S-HALUN JA
ITSEILMAISUN
TARPEEN
YMMÄRTÄ-
MINEN

KEINOT
TUNTEIDEN
SÄÄTELYYN JA
ITSENSÄ
RAUHOITTA-
MISEEN

MYÖNTEISET KASVATUS- MENETELMÄT

Vanhempien Akatemia®
Ihmeelliset vuodet (Incredible
Years®)



LAPSEN ITSETUNNON VAHVISTAMINEN

- Minäkäsitys kehittyy vuorovaikutuksessa **sisäiseksi puheeksi**
 - Mitä sanoja lapsi kuulee itseensä liitettävän?
 - Miten lapsesta ja muista kotona tai lähipiirissä puhutaan?
 - Miten vanhemmat puhuvat itsestään, toisistaan ja lapsestaan?
- Eroperheen lapsen tärkeä nähdä itsensä ainutlaatuisena yhdistelmänä molempien vanhempiensa parhaita puolia



KEINOJA LAPSEN ITSETUNNON VAHVISTAMISEEN

ANNA AIKAA LAPSELLESI

HERKISTY LAPSEN VIESTEILLE

ASETA LAPSELLE SOPIVIA TAVOITTEITA

KUVAILE LAPSEN VAHVUUKSIA

ANNA MALLI VUOROVAIKUTUKSESTA

ANNA LAPSEN OIVALTAA ITSE

OLE LAPSELLE KIITOLLINEN YLEISÖ

PIDÄ HAUSKAA LAPSESI KANSSA





MISTÄ SINUN LAPSESI TIETÄÄ OLEVANSA SINULLE RAKAS?

Kysy lapseltasi, missä hän kokee olevansa hyvä ja mitkä asiat hänessä itsessä ovat ihania. Jos kysymys on lapselle vaikea, muistuta häntä päivittäin jostakin myönteisestä asiasta hänessä tai jostain hänen taidostaan. Jos lapsen on helppo vastata, vahvista hänen itsetuntoaan edelleen muistuttamalla häntä usein siitä, mitä hänessä rakastat.



KIITOS!

*”VANHEMMUUS ON SIITÄ
ARMOLLISTA, ETTÄ JOKAINEN
PÄIVÄ ON UUSI MAHDOLLISUUS.”*

(Raisa Cacciatore 2014)

