

VANHEMPIEN TUKEMINEN

Pirjo Lahtinen

Keinot tukea vanhempia ovat moninaiset

Lapsi muuttaa elämää. Lapsi, jolla on erityistarpeita muuttaa ja laajentaa elämän piiriä. Ihmettelyn ja ilon kokemisen kautta alkaa tutustuminen uuteen perheenjäseneen.

Kun kaikki ei sujukaan tavanomaista reittiä, alkaa vanhempien kuormitus usein kasvaa. Jääkö silloin tilaa rakentaa turvallista ja rakastavaa kiintymyssuhdetta omaan lapseen? Vanhemmilta vaaditaan resilienssiä eli kykyä selvitä vaikeista tilanteista. Se on psyykinen ominaisuus ja auttaa selviytymään haastavistakin tilanteista. Resilienssikyky on erilainen eri ihmisillä. Vaarana on huolten kasvaminen liian suureksi taakaksi heikentäen lapsen, sisarusten ja vanhempien välistä hyvää vuorovaikutussuhdetta.

Mielenlukutaito eli mentalisaatiokyky auttaa vanhempia jaksamaan kantaa lasten tunteita ja vastata heidän tarpeisiinsa. Taito syntyy varhaisessa vuorovaikutussuhteessa. Vanhempien tuen tulisi olla riittävää, jotta lapsi itse ei ryhdy kantamaan aikuisen huolta. Näin aikuisille jäisi voimaa iloita omasta lapsesta, löytää ja auttaa häntä löytämään omia voimavarojansa sekä löytämään oma ainutlaatuisuutensa. Myöhemmin vanhemmat ymmärtävät, että tämän kokemuksen myötä elämä on laajentunut ja avannut portin uuteen maailmaan.

Verkostot ja vertaisryhmät tukena

Vanhemmat tahtomattaankin joutuvat kohtaamaan pirstaleisen palvelujärjestelmän. Sen ääressä voi tuntea avuttomuutta ja yksinäisyyttä, eikä löydä heti oikeita reittejä palvelujen saamiseksi. Moni on joutunut taistelemaan palveluista omalle lapselleen. Tästä syystä vanhempien ja huoltajien tukena olisi hyvä olla rinnalla kulkija. Työntekijä voi löytyä kuuloalan järjestöistä, sairaaloista, koulusta tai sosiaalitoimistoista. Pääasia on, että on olemassa sellainen henkilö, joka yhdessä perheen kanssa rakentaa moniammatillista verkostoa ja toimii sillanrakentajana.

Hyvin toimivassa verkostossa kuullaan ja nähdään lapsen ikä- ja kehitystason mukainen osallisuus sekä huomioidaan huoltajien ääni. Verkostossa rakennetaan ilmapiiriä, joka on turvallinen ja

tasavertainen kaikkien kesken sekä avoin ja jokaista kunnioittava. Perheen tulee tietää työntekijöiden vastuutehtävät ja minkä tehtävän kukin hoitaa eteenpäin. Vanhempien luvalla tiedonsiirto voi kulkea työntekijöiden välillä niin, että perhe tietää asioiden etenevän. Verkostokokouksessa saa olla ristiriitoja, jotka pystytään siinä kohtaamaan. Yhteisenä tavoitteena on lapselle tarkoituksenmukaisten palvelujen järjestäminen vanhempien kanssa. Verkostossa on hyvä olla toimijoina viranomaisia ja tarpeen mukaan myös järjestöjen edustajia.

Vanhempien tukemiseksi on hyvä etsiä ja löytää heti alusta asti vertaistukea, jos perhe sitä kaipaa. Vertaistukena voi olla muita perheitä, joissa on samankaltainen elämäntilanne. Sosiaalisen median aikakausi on luonut uudet mahdollisuudet verkostoitumiseen ja yhteydenpitoon. Näiden avulla on hyvä rakentaa myös vertaistukiryhmiä. Lisäksi on hyvä muistaa matalan kynnyksen palvelut, joita ovat esimerkiksi sairaaloiden kuntoutusohjaajat ja Kuurojen liiton aluetyöntekijät ja muiden järjestöjen työntekijät sekä seurakuntien diakoniatyöntekijät, jotka ovat erikoistuneet kuulon asioihin. Niistä saa apua ja niissä voi toimia suomen kielellä ja/tai viittomakielellä. On tärkeää kuulla vanhempien toiveet ja keskustella siitä, millaisten kysymysten ääressä he kulkevat. Esimerkkinä perheiden kieli- ja kasvatuskysymykset. Näiden osalta voidaan käydä läpi erilaisia kasvatustyyliä ja pohtia omaa tyyliä kasvattajana.

Kasvatustyyli tukemaan lapsen kehitystä

Kasvatustyyleistä olisi hyvä löytyä tyyli, jossa on *riittävästi rakkautta ja rajoja*. Tämä edesauttaa lapsen hyvän itsetunnon kehittymistä, erilaisten tunteiden tunnistamista ja hyväksymistä, sekä kykyä myös mielipahan kestämiseen. Näin turvallisuuden tunne kasvaa. Muita kasvatustyyliä on *ei rakkautta, ei rajoja*, joka johtaa helposti laiminlyönteihin kasvatuksessa. Joskus voi olla *rakkautta, ei rajoja*, joka on hemmotteleva, vapaa kasvatustyyli. Tässä kasvatustyyliässä lapsi saa päättää asioista. Joskus tällainen tyyli voi syntyä, kun on ollut paljon haastetta ja vastoinkäymisiä pikkulapsivaiheessa. Kasvatustyyli, jossa on *rajoja, ei rakkautta*, aikuinen komentaa ja määrää, jolloin lapsen omanarvontunto ja luottamus toisiin ihmisiin laskee.

Vanhempana on tärkeää ehdoitta rakastaminen, itsensä rakastaminen, itsensä hyväksyminen puutteineen ja tunteineen. Vanhemman on tärkeää etsiä hyvää lapsestansa ja antaa hänelle positiivista palautetta. Näin lapsi oppii hyväksymään itsensä ja erityisyytensä, sekä pääsee rakentamaan itselleen hyvää itsetuntoa.

Vanhemmuus kehittyy lapsen kasvun myötä

Vanhemmuuden yksi vaativimmista tehtävistä on rajojen asettaminen ja niistä johdonmukaisesti kiinni pitäminen sekä omien negatiivisten tunteiden sietäminen. Aikuisuuden kantaminen on haastavaa, joten on tärkeää, ettei vanhempi kaada omia negatiivisia tunteitaan lapsen niskaan. Välittämistä osoitetaan lapselle jutellen (yhteinen kieli on välttämätön), yhdessä olemalla sekä lohduttaen ja suojellen. Tänä päivänä harjoitellaan monissa perheissä läsnäolemisen taitoa. Vanhemman tulee uskaltaa päästää lapsestaan irti kehitysvaiheiden mukaisesti sekä jaksaa antaa nuoren harjoitella asioita ja luottaa siihen, että hän onnistuu omilla kyvyillään.

Juhana Salonen käsittelee kirjassaan *Viiton – olen olemassa* identiteetin syntymistä ja rakentumista. Kun on kaksikielinen lapsi, voi hänen identiteetti nuoruusiässä muuttua kuulevien maailmasta viittovien maailmaan. Tätä identiteetin rakentumisen murrosvaihetta tulee vanhemmuudessa tukea.

Vanhemmat tarvitsevat tukea sekä kasvatustehtävässä että heidän omien tunteiden kohtaamisessa ja läpikäymisessä. Toiveena olisi, että tukea saa helposti erilaisissa ryhmissä, joissa vetäjänä olisi ammattilainen. Riittävän turvallisessa ryhmässä on lupa kaikkiin tunteisiin. Kaikki tunteet ovat oikeita, eikä niitä voi arvottaa. Ryhmässä voi saada ymmärrystä omalle käyttäytymiselle, hyväksymistä itseänsä kohtaan sekä vertaistukea.

Lisäksi vanhempien tulee saada tukea pari- tai perheterapiassa tai tukikeskusteluissa omalla äidinkielellään jo siinä vaiheessa, kun uupumus tai muut haasteet eivät ole liian suuria. Viranomaiset voivat myös tarvita tukea, konsultaatiota ja ohjausta. Yksittäisiä ohjauskäyntejä on tehty päiväkoteihin ja kouluihin, joita tarjoaa esimerkiksi Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri, jossa olen töissä.

VALTERI FAKTABOKSI

Valteri - yhdessä tehden yhteiseen kouluun

Valteri on Opetushallituksen alaisuuteen kuuluva oppimis- ja ohjauskeskus, joka tukee tuen tarpeessa olevien lasten ja nuorten koulunkäyntiä lähikouluissa sekä vahvistaa alan ammattilaisten osaamista. Toiminta perustuu moniammatilliseen yhteistyöhön ja innovatiivisiin toimintatapoihin. Tavoitteena on, että mahdollisimman moni oppilas voi opiskella oman kotikuntansa lähikoulussa.

- kuusi toimipistettä, joiden kunkin yhteydessä toimii Valteri-koulu

- työntekijöinä yli 550 opetus-, sosiaali- ja terveysalan ammattilaista
- palveluiden piirissä noin 2500 oppilasta valtakunnallisesti
- koulutus- ja tutkimusyhteistyötä noin 40 eri kumppanin kanssa

