

Mikä on sopiva aika laittaa lapsi päiväkotiin?

[00:00:00] [musiikkia] Ihanat ipanat.

Hanna Westerholm: [00:00:11] Hei ja tervetuloa Ihanat ipanat -podcastin pariin. Jos meillä on käynyt tuuri, voin jopa kutsua osan teistä tervetulleeksi takaisin tänne. Tämä on nimittäin meidän neljäs jaksomme ja palautteen määrän perusteella aika moni kuulija on jo löytänyt tänne. Minä olen Hanna Westerholm, Ihanat ipanat podcastin perustaja ja kahden pienen pojan äiti. Täällä me käsittelemme lasten ja heidän läheistensä asioita joka keskiviikko. Jos sinulla on jotain kysyttävää liittyen omiin tai muiden lapsiin tai omaan elämään 0—3-vuotiaiden lasten seurassa, ole hyvä ja lähetä meille kysymyksiä tulemaan www.ihanatipanat.fi -sivuston kautta. Mukanani on tänään, niin kuin aina, maailman ihanimmat Raisa Cacciatore ja Minna Oulasmaa Väestöliitosta. Raisa on muun muassa lastenpsykiatri ja Minna pari- ja seksuaaliterapeutti. Meille on tullut tosi paljon kysymyksiä. Kiitokset niistä rakkaat kuulijat.

Eikö ole kiva, että ollaan saatu näin paljon kysymyksiä ja on näköjään näin paljon kysyntää tällaiselle ohjelmalle Raisa ja Minna?

Raisa Cacciatore: [00:01:07] Aivan mahtavaa! Kaikki vertaistuki ja yksinäisyyden poistajat ovat älyttömän tärkeitä silloin, kun on pieniä lapsia. Joskus tuntee olevansa ainoa tyhmä, onneton ja avuton vanhempi maailmassa.

Minna Oulasmaa: [00:01:19] Tämä on mahtava tilaisuus, jos voidaan normalisoida näitä asioita, joita moni miettii yksinään ja ajattelee olevansa maailman ainoa tai maailman huonoin.

Raisa Cacciatore: [00:01:27] Ihminenhän syntyy vanhemmaksi sillä hetkellä, kun lapsi tulee, ja on vanhempana sitten ehkä kaksivuotias tai viisivuotias. Eli ei niin kovin vanha.

Hanna Westerholm: [00:01:37] Kyllä näin. Oletteko valmiina. Lähdetään liikkeelle?

Raisa Cacciatore: [00:01:41] Kyllä, kiva.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:01:48] [Lukee kuulijan kysymyksen] Hei minä olen 60-vuotias isoäiti kolmelle pikkupojalle, joista kaksi on tyttäreni ja yksi poikani jälkeläisiä. Olen huomannut, että meillä on aika erilaisia tapoja kasvattaa. Kun pojat ovat minun luonani, mitä tapahtuu ainakin pari kertaa viikossa, niin annan heidän tehdä asioita, mitä he eivät saa kotona tehdä. Annan heidän esimerkiksi syödä miten lapset silloin haluavat ja annan heidän myös katsoa piirrettyjä. Puolustukseksi haluan sanoa, että leikimme myös paljon yhdessä. Itse asiassa varmaan enemmän, kuin mitä heidän vanhempansa ehtivät kiireisen arkensa keskellä. Kysymykseni kuuluu, onko lapselle sekavaa, kun isoäidin luona on eri säännöt kuin kotona.

Minna Oulasmaa: [00:02:24] Voin heti sanoa, että isoäiti sinä olet todella arvokas hoitoapu aikuisille lapsillesi. Sinuun selvästi luotetaan, kun lapset saavat viettää näin paljon aikaa kanssasi. Tosi hienoa että olet läsnä ja leikit lasten kanssa. Lohdutukseksi ehkä siihen, että tuskin kukaan saa järjestettyä täsmälleen samanlaisia sääntöjä sekä lasten omaan, että isovanhemman kotiin. Jäin miettimään, että onko näistä erilaisista säännöistä ollut puhetta lasten vanhempien kanssa? Ovatko ne olleet jotenkin ongelma tai ovatko ne jotenkin hämmentäneet lapsia? Onko lasten kotona tullut sellaisia tilanteita, että lapsi on kiukutellut esimerkiksi syömisen suhteen, kun mummolassa saa syödä mitä haluaa?

Raisa Cacciatore: [00:03:09] Onko tämä itseasiassa ongelma kenellekään? Onko kukaan tuonut esiin, että tässä olisi jotain hankaluutta, vai onko niin että isoäiti miettii itsekseen kysymystä? Kyllä lapsi ymmärtää ja oppii eri toimintatavat eri paikoissa, esimerkiksi että päivähoitopaikassa on erilaiset tavat ja säännöt kuin kotona. Päivähoitopaikassa voi olla kymmeniä lapsia ja kotona ehkä hän on ainoa lapsi ja näin ollen täysin eri säännöt ja eri tavat. Ihan pieni lapsi jopa oppii, että eri aikuisten kanssa puhutaan eri kieltä ja pystyy hyvin omaksumaan monenlaisia toimintamalleja. Ei siis tarvitse pelätä, että se olisi

lapselle sekavaa sinänsä tai että se häiritsisi hänen kehitystään. Se voi enemmän haastaa häntä pohtimaan ja kehittymään ja kyselemään. Jos kukaan ei näe tätä tilannetta ongelmana, siitä ei kannata tehdä ongelmaa. Toki lapsi kysyy toiminnallaan ja sanoilla erilaisia sääntöjä eri paikoissa, ottaa ne puheeksi ja voi sitten kiukutella kotona, kun ei saa tehdä samoja asioita. Mutta tällöin kotona ihan riittää se toteamus että, täällä toimitaan näin ja silti voi isoäidin luona olla erivapauksia.

Minna Oulasmaa: [00:04:30] Toki jos asia askarruttaa mummon mieltä, niin sittenhän voi kysyä lasten vanhemmilta, että onko tullut jotenkin ongelmallisia tilanteita. Jos asiaa kovasti miettii omassa mielessään, niin kysymällä usein asia selviää.

Raisa Cacciatore: [00:04:44] Ehkä sen vielä muistuttaisin, että kun lapset saa syödä mitä haluavat niin sitä sokeria ja karkkia ei kannattasi olla tarjolla hirveästi. Sitä ei ole millään tavalla hyödyllistä opettaa lapsille.

Hanna Westerholm: [00:04:57] Mutta lapsen kannalta ei luo hämmennyksiä, jos on eri toimintamallit kotona ja mummolassa?

Raisa Cacciatore: [00:05:02] Se herättää kysymyksiä, mutta ei se haittaa eikä sekoita.

Hanna Westerholm: [00:05:07] Mitä jos sitten vanhemmat ovat sitä vastaan, että lapset syövät makeita tai jotain sokerinpitoista?

Raisa Cacciatore: [00:05:12] Ruoka on kyllä tosi tavallinen konfliktin paikka. Voi olla iso ristiriita, koska nykyään tiedetään sokerin haitoista yhä enemmän ja sen tarpeettomuudesta normaalilapsen ruokavaliassa. Vanhemmat voivat olla hyvin tarkkoja ja haluta, että lasta ei totuteta sokeriin. Isovanhempien sukupolvi on elänyt sitä aikaa, kun ei tiedetty. Ajateltiin, että sokeri on hyväksi ja lapsi kasvaa, kun saa jäätelöä ja karkkia ja tikkareita ja suklaa on perusruokaa. Ruoalla on rakastettu myös. Joten tästä ehkä tarvitaan aika tiukka keskustelu isovanhempien kanssa. Isovanhemmat eivät saa loukkaantua siitä, että tällainen periaate on, koska se on ihan järkevä. Ja jos lapsi ei

opi makeisiin jugurttihin ja karkkeihin, niin ei lapsi niitä kaipaa, eikä menetä mitään ihanaa elämästään.

Minna Oulasmaa: [00:06:04] Herää kysymys, että minkä takia isovanhempi haluaa näissä tilanteissa toimia vastoin perheelle tärkeitä periaatteita. Etenkin tässä, että kukaan ei loukkaantuisi tai isovanhempi ei loukkaantuisi. Kerrotaan siitä arvokkaasta työstä, että arvostetaan, että sinä hoidat lapsia, mutta ei mentäisi valtataisteluihin aikuisten välillä, koska silloin lasten etu katoaa. Perheiden kannattaa antaa asiallisia perusteluja, minkä takia heidän perheesssänsä toimitaan näin, ihan neutraaleja, asiallisia perusteluita. Näin toimitaan lapsen parhaaksi. Kaikki aikuiset toimivat yhdessä niin, että lapset voivat parhaalla mahdollisella tavalla. Ja ne karkit ja jätskit ja muut voi korvata esimerkiksi marjoilla ja hedelmillä ja muilla terveellisillä. Voi vaikka leikata kurkuista ja porkkanoista ohuita tikkuja, laittaa niitä kuppiin ja vaikka dipata kermaviiliin, jos haluaa jotain tällaisia jälkiruokaa. Lapset ovat tosi tyytyväisiä ja tykkää sellaisesta. Vähän vaivannäköä, vähän jotain erikoisuutta mutta sekin voi olla terveellistä.

Raisa Cacciatore: [00:07:14] Sekä isovanhemmille, että vanhemmille muistutukseksi, lapsi on vanhempiensa lapsi. Vanhempien oikeus on päättää tämä asia ja isovanhempien velvollisuus on kunnioittaa sitä, vaikka he ovat kasvattanut jo omat lapsensa. Nyt eletään tätä päivää ja sillä hyvä.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:07:40] [Lukee kuulijan kysymyksen] Hei! Kysymykseni koskeeko Co-sleepingiä, eli sitä, että antaa lasten nukkua samassa sängyssä vanhempien kanssa. Mitä mieltä olette tästä filosofiasta? Ymmärtääkseni moni lastenpsykologi on sen kannalta ja aikoinaan monet heimot antoivat lasten nukkua vanhempien kanssa. Tämä on katsottu olevan luonnollisin tapa nukkua, kaikki yhdessä. Minusta tuntuu hieman vieraalta, että lapset nukkuisivat pienenä omassa sängyssä ja omassa huoneessaan. Mieheni on tästä valitettavasti hieman eri mieltä. Mitä mieltä olette Raisa ja Minna?

Raisa Cacciatore: [00:08:10] No tästä ollaan montaa eri mieltä ja ehdotonta totuutta on jälleen mahdotonta sanoa. Kuitenkin tutkimusten mukaan tiedetään, että jos aikuisella on joku unihäiriö tai hän käyttää jotain lääkkeitä tai alkoholia, jolloin uni muuttuu, niin silloin missään nimessä lasten vieressä nukuttamista ei voi suosittaa, vaan se on vaarallista. Turvallinen tapa on esimerkiksi, että vauvansänky on aivan vanhempien sängyn vieressä, jolloin lasta voi taputella tai puheella rauhoitella helposti.

Minna Oulasmaa: [00:08:46] Tässä tuli myös esiin, että vanhemmat ovat erimielisiä ja mies ei ole niin innoissaan tästä perhepetiajatuksesta. Silloin vanhempien olisi hyvä keskustella, että mikä olisi semmoinen tapa toimia minkä molemmat voi allekirjoittaa ja mikä tuntuu molemmista hyvältä. Usein tähän keskusteluun liitetään, että miten rakkauselämä sitten hoidetaan niin, että molemmat vanhemmat voi keskittyä ihaniin intiimeihin aikuisten välisiin hetkiinsä. Toistahan voi häiritä suunnattomasti, jos ovet ovat lukossa eikä sillä hetkellä pysty kuulemaan lapsia ja pelkää mitä siellä tapahtuu. Toista voi taas häiritä, että lapset ovat kuulo- tai näköetäisyydellä ja vaikka samassa huoneessa. Vanhempien seksielämä vaatii oman tilansa ja yksityisyytensä.

Raisa Cacciatore: [00:09:39] Näin ollen yksi mahdollisuus on se, että välillä nukutaan kaikki kimpassa ja välillä sitten lapset ovat omassa rauhassa. Tai on jopa lastenhoitaja. Mutta tuohon Minna minkä otit esiin, vanhempien seksielämä, niin suosittelen, että seksi on suunnitelmallista tässä vaiheessa. Ikuisesti ei voida elää siinä nuoruuden parisuhteen hurmassa, että kaikki on spontaania ja hetken hehkua. Näin vaan tulee pikkulapsivaihe, jolloin seksi voi olla erittäin laadukasta ja erittäin hyvää, silloin, kun se on suunnitelmallista. Silloin on mahdollisuus molemmilla parhaaseen mahdolliseen nautintoon ja samalla lapset ovat turvassa. Eli seksi ei välttämättä ole niin spontaania pikkulapsiaikana, mutta voi miettiä niinkin, että jos haluaa juhlapäivällisen järjestää, niin kyllähän siihen tehdään suunnitelmaa ja rekvisiittaa ja menua hyvinkin yksityiskohtaisesti, eikä se sitä nautintoa vähennä. Kaikkea ei aina voi saada ja kompromissit seksissä ja seksielämässä ovat yleensä välttämättömiä silloin, kun lapset ovat olemassa. Ei seksillekään voi olla huippuvaatimuksia, että sen pitää aina olla jotain huikeaa ja huippua että sitä pitää olla usein tai sen pitää olla kiihkeä ja spontaania. Joskus se on vähän toisenlaista ja silti se on sitä yhteistä ja rakastamiseen osoittamista

toinen toiselle. Mutta ehdottomasti, vaikka meistä on tullut perhe, niin lapsen ei tarvitse olla mukana kaikessa. Ei aikuisten hammaslääkärissä eikä aikuisten seksissä.

Minna Oulasmaa: [00:11:12] Hieman palaisin vielä tuohon kohtaan, että mieheni on valitettavasti hieman eri mieltä. Jos perhepedissä nukkuminen on ollut vaikka äidin unelma ja hän on toivonut, että koko perhe voisi nukkua yhdessä. Entä jos isä onkin hyvin herkkäuninen ja häiriintyy siitä, eikä pystykään nukkumaan. Hän pelkää, että litistää lapset tai häiriintyy siitä, kun lapsi potkaisee vaikka unissaan. Onko hänellä lupa olla ei mieltä, vaikka ei olekaan mitään lääkitystä tai alkoholinkäyttöä tai muuta. Onko siis lupa myös aikuisen kieltäytyä, jos ei koe tätä hyväksi vaihtoehdoksi?

Raisa Cacciatore: [00:11:56] Niin, vai täytyykö miehen lähteä sohvalle sen takia, että hänen unelmansa on eri unelma ja hän tarvitsee jotain muuta, kuin lapsen jalat suuhunsa, kun hän yrittää nukkua. Nämä ovat hyvin monimutkaisia kysymyksiä.

Minna Oulasmaa: [00:12:07] Pitää huomioida kaikki perheenjäsenet. Aikuisten uni on niin tärkeä asia, sitä ei voi koskaan riittävästi alleviivata. Ja mikä uupumus ja väsymys tulee jo yhdestä tai kahdesta huonosti nukutusta yöstä.

Raisa Cacciatore: [00:12:21] Ja jälleen jos näistä ei puhuta, niin sitten helposti ollaan kokemassa sitä arkiyksinäisyyttä, eli jompikumpi aikuinen kokee olevansa ihan yksin tilanteessa ja että häntä kohdellaan huonosti ja syrjitään. Siitä tulee ikäviä tilanteita ja tunteita. Eli puhukaa, pohtikaa, kuunnelkaa toisen näkökulmia ja arvostakaa toisen kokemusta, vaikka se on täysin eri kuin omat oletukset ja omat lapsuuden kokemukset nykypäivän unelmat.

Hanna Westerholm: [00:12:51] Sanoit Raisa, että pitäisi miettiä joku kompromissi tässä vaiheessa, että välillä lapsi nukkuu vanhempien kanssa ja välillä hän nukkuu omassa huoneessaan, tai omassa sängyssä. Kun meillä oli se unikoulu ja univalmentaja tässä vähän aikaa sitten, olen taas oppinut, että lapsen kanssa pitää olla tosi johdonmukainen. Pitää toimia aina samalla tavalla, mielellään samoihin aikoihin ja näin pois päin. Miten tämä sitten toimisi, jos lapsi nukkuisi esimerkiksi, vaikka viikon isän ja äidin kanssa.

Sitten viikon omassa sängyssä, että meneekö se lapsi ihan sekaisin siitä tai voisiko sellaista kokeilla.

Raisa Cacciatore: [00:13:24] Lapset ovat tässä myös erilaisia. On aina saman rytmin ja järjestelmällisen systeemin vaativia lapsia. Ja sitten taas hyvin boheemeja, jotka voivat nukkua hyvin vaihdellen sohvalla tai sängyn alla tai mieluummin teltassa joka kolmas yö. Nyt kysyjä puhui lähinnä vanhempien omasta ajatustavasta ja mallista, pohtimatta lapsen tarpeita, enemmän filosofiselta kannalta. Jos on järjestelmällistä systeemiä vaativa lapsi, niin ei kannata ottaa välillä viereen, koska siitä tulee taas viikon vieroitus.

Hanna Westerholm: [00:14:00] Näin on, kiitos.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:14:01] [Lukee kuulijan kysymyksen]. Hei Raisa, Minna ja Hanna! Mieltäni on vaivannut jo aika kauan tämä kysymys. Olen 35-vuotias nainen ja minulla on kahdeksanvuotias lapsi edellisestä suhteesta. Olin jo menettänyt toivoni saada toinen lapsi, kun olin niin kauan yksin tytön kanssa. Sitten tapasin nykyisen kumppanini. Rakastuimme salamavauhtia ja nyt odotamme onnellisina vauvaa. Meillä on kaikki hyvin, uusi kumppanini tulee hyvin toimeen tyttäreni kanssa ja meidän on hyvä asua yhdessä. Asia, joka kalvaa minua on muiden ihmisten suvaitsemattomuus. Mieheni on minua 12 vuotta nuorempi ja ulkomaalaistaustainen. Minun sukulaiseni ja ystäväni eivät voi hyväksyä ratkaisua ja pelkäävät että tulen suhteessa hyväksikäytetyksi. Minun on vaikea ymmärtää, että lähimmäiseni eivät voi iloita siitä, että olen vihdoinkin löytänyt onnen. Huomaan tuntevani jopa häpeää heidän käytöksensä vuoksi. Mieheni sukulaiset ja ystävät ovat päinvastoin ottaneet minut avosylin vastaan. Mielestäni en tarvitse keneltäkään lupaa siihen kenen kanssa olen yhdessä ja onnellinen. Mutta tarkoittaako se, että joudun luopumaan sukulaistani ja ystävistäni? Vauvan laskettu aika koittaa pian. Miten minun kannattaisi toimia tässä tilanteessa?

Minna Oulasmaa: [00:15:18] Onpa hämmentävä tilanne ja kysyjästä varmasti tuntuu epäoikeudenmukaiselta, että hän on joutunut tällaisen valintatilanteen eteen. Miksi

hänen pitäisi nyt valita oman onnensa ja ystäviensä välillä? Mitä ne ystävät mahtavat pelätä, mikä tämän nuoren sulhasen hyötymisyrittäminen tai tarkoitus voisi olla? Pelkäävätkö he, että heidän ystävänsä sydän särkyy, jos suhde päättyy tai että ystävä kärsii taloudellista tappiota? Vai tuntuuko heistä ikäero jotenkin väärältä tai kummalliselta. Tai se ehkä, että mies on ulkomaalaistaustainen.

Raisa Cacciatore: [00:15:53] Mutta tuossa suhteessa on toki niin monta niin ei-tavallista asiaa. Yllätystä, salamavauhdilla tapahtunutta ja on luonnollista, että se voi hämmentää ja herättää kysymyksiä läheisissä ja sukulaisissa.

Minna Oulasmaa: [00:16:06] Kysyjä varmasti on aika pettynyt omiin läheisiinsä, kun ei olekaan saanut toivomaansa tukea heiltä. Vauva on ihan pian syntymässä. Ja varmasti huoli omista tukiverkoista painaa mieltä. Samoin se, että esikoistyttö saattaa tällä tavalla, jos tulee välirikko, jäädä ulkopuolelle omasta tutusta yhteisöllisyydestään. Voisiko tämä kysyjä vielä jutella läheistensä kanssa ja kiittää heitä huolissaan olosta, että se on osoittanut kuinka tärkeä ystävä heille on. Voi kertoa ymmärtävänsä, että ystävät ovat olleet huolissaan ja halunneet hänelle hyvää, mutta tämä kysyjä on nyt valinnut tämän miehen kumppanikseen ja on hänen kanssaan onnellinen. Myös esikoistyttö on ollut tyytyväinen uusperheen elämään. Ystävät ja sukulaiset ovat tervetulleita käymään heillä ja tutustumaan paremmin hänen mieheensä ja tämän sukulaisiin. Kaksi erilaista kulttuuria voi tuntua aika vieraalta ja pelottavilta, mutta usein jos tutustuu paremmin, voidaan hälventää erilaisia ennakkoluuloja. Kysyjä toivoo, että kaikki voisivat tulla toimeen keskenään jo ihan syntyvän lapsen vuoksi.

Raisa Cacciatore: [00:17:16] On varmasti ihan kaikkien etu, että kaikki tulevat hyvin toimeen keskenään. Toisaalta ymmärrän näitä läheisiä ja ystäviäkin. He ovat ehkä huolissaan. He kokevat, että heillä on vastuu varoittaa tätä ystävää tai sukulaista. Vähän nyt on vastakkain se, että pitää olla hienotunteinen ja kunnioittaa tätä ystävää, tätä kysyjää. Ja toisaalta kokee sitä vastuuta varoittaa ja on huolissaan. Täytyy muistaa, että tarkoitus ei pyhitä keinoja. Oma huoli tai pelko täytyy osata ilmaista ilman, että se toinen tuntee olevansa loukattu ja että hänen uusi kumppaninsa on nyt kaikkien epäilyjen ja syytösten kohteena. Ihan syyttä suotta. Toisaalta kysyjän täytyy myös ymmärtää, että

läheiset ovat luonnollisesti huolissaan ja hämmentyneitä. Ystävät ja sukulaiset, jotka eivät tunne vielä ehkä ollenkaan tätä kumppania eikä tilannetta. Ystävien kuuluukin kysyä ja ottaa vastuuta ja olla verkostona ja tukena. Mutta he eivät voi ottaa vastuuta kysyjän elämästä, eikä kysyjän tilanteesta. On ehkä vähän vanhakantainen ajatus ja tapa puuttua vähän liikaakin ja ehkä liian ronskilla varoittelun ja hälyttelyn äänellä. Se pitäisi tehdä näetisti. Varmasti näin kuin Minna sanoit, keskustelut ja tutustuminen. Kaikki tutustuisivat toisiinsa ja voitaisiin puhua asioista. Se selventäisi tilannetta ja ystävät ja sukulaiset, joita tarvitaan verkostona jo esikoislapsen takia, saisivat vastauksia kysymyksiin ja tilanne helpottuu. Mutta tiedetään myös, että joskus ennakkoluulot voivat olla tosi syviä. Ikäeroon tai ulkomaalaistaustaisuuteen tai johonkin. Joskus todellakin on valittava, että onko minun onneni, kumppanini ja perheeni tärkeämpiä, Vai ovatko ystävät ja sukulaiset tärkeät. Ne voivat kyllä vaihtua elämässä monesta syystä. Kysyjän kannattaa kuunnella toki niitä ystäviä ja sukulaisia, mutta eniten omaa ymmärrystä, näkökulmaa, omaa sydäntään ja omia arvojaan ja nauttia tästä uudesta suvusta ja ystäivistä.

Minna Oulasmaa: [00:19:37] Raisa, kun puhuit tuota loppuosaa niin mulle tuli vielä mieleen, että aika moni parisuhde on kuitenkin loppujen lopuksi meille ulkopuolisille mysteeri. Emme voi tietää, mikä paria vetää yhteen ja mikä on se heidän välinen liima. Moni parisuhde tuntuu eriskummalliselta ja ajatellaan, että "Ei nuo millään tavalla voi sopia toisilleen, ihan hassua", mutta pari saattaa itse kokea ihan päinvastoin.

Raisa Cacciatore: [00:20:06] Juuri näin. Ja se parin keskinäinen kunnioitus, arvostus ja ystävällisyys ennustavat parhaiten yhdessä pysymisestä, ei se mitä ulkopuoliset ajattelevat.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:20:23] [Lukee kuulijan kysymyksen] Hei Raisa ja ystävät, kiitos tästä mahdollisuudesta kysyä neuvoa omaan tukalan tilanteeseen. Meillä on avovaimoni kanssa 2-vuotias poika. Olen hoitanut poikaa kotona nyt yli vuoden. Se on ollut isyyttäni vahvistavaa ja mahtavaa aikaa meille molemmille. Olemme hyvin läheiset pojan kanssa

ja hän pitääkin minua ensisijaisena hoitajana. Ongelmaksi koen avovaimoni käyttäytymisen, kun hän tulee töistä. Hän lähtee liikuntaharrastukseen. Hän on sanonut, että hänen on saatava käydä salilla kuusi kertaa viikossa. Treenin jälkeen hän tapaa mielellään ystäviään ja kun hän vihdoin tulee kotiin, jossa odotamme häntä pojan kanssa, hän uppoutuu mieluummin some-maailmaan kuin seurustelisi meidän kanssa. Tuntuu, että kaikki muu kiinnostaa meitä enemmän. Kun yritän kertoa hänelle mitä kaikkea kivaa olemme tehneet päivän aikana hän tuskin korvaansa lotkauttaa. Hänen omat vanhempansa olivat yrittäjiä ja melkein aina töissä. Hän oppi olemaan pienestä pitäen yksin, eikä kokenut vanhempien hoivaa ja huolenpitoa. Minun äitini oli perhepäivähoitaja ja siis aina kotona ja häneltä riitti joka lapselle rakkautta ja huomiota. Meidän lapsuudenkotiemme mallit ovat niin erilaiset. En ollut ajatellut ennen lapsen hankintaa, että meistä tulisi tällainen perhe. Olimme ennen perheellistymistä jo todella hyvät ystävät puolisoni kanssa. Nyt minusta tuntuu, että lapsen myötä luovuin kaikesta entisestä ja hän ei ole muuttanut mitään. Koen tämän aika epäoikeudenmukaisena. Olen pian palaamassa töihin. Minkälaisia neuvoa antaisit, että kotitöiden jakoon ja lapsen hoitamiseen saataisiin tasa-arvoa? Miten voisimme taas lähentyä vaimoni kanssa?

Raisa Cacciatore: [00:21:54] Kiitos tästä kysymyksestä ja on tosi tärkeää, että kysyt tätä. Epäoikeudenmukaisuuden tunne huokuu tästä todella vahvasti ja se tunne katkeroittaa, ellei sitä käsitellä. On erittäin tärkeää pohtia nyt tätä kysyjän pettymystä ja epätasa-arvoa. Lastenpsykiatriana tulee mieleen tällaisessa tilanteessa erittäin tavallinen vaara, että kun toinen vanhempi on katkera ja loukkaantunut toiselle vanhemmalle, niin katkeruuden ja epäoikeudenmukaisuuden tunne välittyy ja välitetään lapseen. Se haittaa lapsen ja vanhemman yhdessäoloa. Katkeroitunut vanhempi alkaa kokea, että ”Sinä lapsi siinä olet koko ajan tarvitseva, et anna minun elää omaa elämääni. Minä en saa harrastaa, koko ajan pitää vaan olla sinun kanssasi ja taas on ilta edessä ja päivä edessä, en halua tätä. En halua, että elämä on näin epäoikeudenmukaista.” Kannattaa selvittää nämä asiat ennen kuin alkaa osoittaa vihaa ehkä kiertotietä viattomalle lapselle.

Minna Oulasmaa: [00:23:01] Ajattelisin, että tämä on hyvä hetki, jolloin kysyjä alkaa miettiä tätä oikein toden teolla. Varmaan on omassa mielessään miettinyt jo jonkun aikaa. Tässä muutostilanteessa hän lähtee nyt aktiivisesti hakemaan uutta

vastuunjakomallia perheeseensä. Näin ei voi jatkua, tämä on epäoikeudenmukaista. Mutta toisaalta lapsen äiti voi myös yhtä lailla tuntea huonommuutta siitä, että hän on jäänyt tässä perhesysteemissä ulkopuolelle. On jotenkin paljon epätyypillisempää, että äiti ei ole niin vahvassa roolissa vaan ulkopuolisena. Ehkä hänellä ei ole ollut oikeanlaisia keinoja päästä lähemmäs miestänsä ja lastaan. Ehkä hän on toiminut lapsuudestaan tutuksi havaitsemallaan mallilla, ottamalla aina lisää etäisyyttä, kun olo on tuntunut ahdistavalta ja käyttämällä kaiken aikansa toimintaan.

Vaikuttaa, että hän pakenee monenlaisiin erilaisiin toimintoihin, eikä pääse jotenkin liittymään siihen perheeseen. Äiti ei ole löytänyt omaa luontaista paikkaansa ja roolia ja kokee vanhemmuuden vieraaksi itselleen. Näiden vanhempien pitäisi päästä nyt rakentamaan keskusteluyhteyteen siitä, miten jatkossa toimitaan ja millä tavalla perheen äiti voisi tulla enemmän läsnä olevammaksi perheessään. Minkälaiset muutokset auttaisivat häntä? Voisiko äiti ottaa vastuulleen vaikkapa aina aamupalat ja päiväkotiin viemiset tai hakemiset, olla ensisijainen kotiin lähtevä vanhempi, kun päiväkodista soitetaan, että pitäisi hakea sairas lapsi? Tai jäädä kotiin hoitamaan sairasta lasta? Voisiko äiti ottaa pojan nukutukset iltapesut tai nukkumaan laitot vastuulleen? Jotain tällaisia, kun äiti on kuitenkin semmoinen toiminnan ihminen. Jotain hyvin selkeitä osa-alueita, millä hän pääsisi vahvistamaan omaa äitiyyttään ja mihin hän voisi sitoutua.

Raisa Cacciatore: [00:24:53] Kuulostaa tosi hyvältä. Joku tällainen konkreettinen tehtävä, joka on aina sitten äidin vastuulla, jonka äiti voi oppia ja opetella ja ottaa. Samalla jään vielä miettimään, että mitä äiti todellakin tuntee ja ajattelee. Hänellä on tuo yrittäjäperheen malli, mutta mitä hän kokee me emme tiedä, koska kysyjä on tässä isä. On myös se mahdollisuus, että asiat ovat aivan hyvin äidin kannalta. Tai että etääntyminen ei lainkaan haittaa äitiä. Miten hän todellisuudessa näkee tilanteen, selviää vain kysymällä ja kuuntelemalla.

Kannattaa keskustella ennen kuin on kertynyt kaunaa ja katkeruutta. Kuitenkin on todella tavallista, että tällaista katkeruutta kiihdyttää ja sitä tulee mieleen. Voisiko siitä puhua ystävän kanssa? Voisiko saada apua ja tukea jostain verkostosta ja keinoja, miten puhua kumppanin kanssa? Me tiedetään myös, että jos vanhempi kokee olevansa kotona

vankilassa pienen lasten kanssa, hän alkaa etsiä pakotietä ja se pakotie voi olla some tai tissuttelu. Nämä ovat äärettömän tavallisia nykypäivän vanhemmilla, kun kokee epäoikeudenmukaisuutta tai on ahdistunut semmoisesta vankilafiiliksestä.

Minna Oulasmaa: [00:26:13] Se on totta. Kuitenkin ehkä vielä lähtisin miettimään, miten äitiä saataisiin liitettyä tähän perheeseen mukaan, koska isä kysyy, että miten saataisiin tasa-arvoa ja miten voisimme taas lähentyä vaimoni kanssa. Tällä isällä on kuitenkin toiveita saada perhe toimimaan. Ajattelen, että jos äitiä lähtee kovasti syyllistämään, niin sitten hän on puolustuskannalla, eikä ehkä suostu mihinkään yrityksiin alkaa löytää sitä roolia. Ehkä hän enemmänkin tarvitsee kannustusta ja vahvistusta, että voisi kasvaa vähän suurempaan rooliin perheessä. Mies toivoo, että he voisivat lähentyä uudelleen vaimon kanssa, koska taustalla on kuitenkin vahva ystävyys. Siihen voisi auttaa, että he alkaisivat tehdä yhdessä niitä asioita, joista molemmat tykkäävät. Ja jos omat keinot eivät auta, parin kannattaa hakeutua pariterapiaan. Jos jompikumpi ei halua ulkopuolista apua niin apua voi myös hakea ihan yksin ja itselleen. Jos tilanteeseen ei tule minkäänlaisia muutoksia, miehen kannattaa miettiä minkälaisessa suhteessa hänen on hyvä olla ja lapsen kasvaa.

Raisa Cacciatore: [00:27:26] Juuri näin. Jälleen olemme tilanteessa, että neuvottelutaidot ja riitelytaidot punnitaan ja näitä taitoja harvalla on omasta historiastaan kovin rakentavina. Joten olen samaa mieltä kuin Minna, herkästi ulkopuolinen apu tässä tilanteessa. Rakentava riitely tarkoittaa herkkää kuuntelemista ja pyrkimystä rakentavaan ratkaisuun niin, että ei lähdetä sotaan, jossa yritetään tuhota ketään vaan lähdetään kuunnellen, kysyen, oppien tarkoituksena, että molemmat lähennymme ja arvostamme toinen toisiamme entistä enemmän tämän välienselvittelyn jälkeen. Niin kuin vanha sanonta sanoo, tarkoitus ei ole olla oikeassa vaan onnellinen.

Minna Oulasmaa: [00:28:10] Tässä haetaan selkeästi muutosta tähän tilanteeseen ja se harvemmin tulee syyllistämällä tai pakottamisella tai sillä, että tämä äiti saa sen tunteen, että hän on ollut hirveän vääränlainen ja hänet pitäisi kokonaan muuttaa. Ajattelen, että isä on myös mahdollistanut tämän kaiken tapahtuvan. Se on se kohta, mistä hänen pitää ottaa vastuu.

Raisa Cacciatore: [00:28:33] Toinen on ehkä kovin kiltti tai pelkää riitaa ja ottaa asioita esiin ja toinen taas on toiminnallinen ja ei niin tottunut keskustelemaan. Tällaisiin tilanteisiin helposti ajaudutaan. Kummallekin kasvun paikka. Onnea vaan matkaan!

Hanna Westerholm: [00:28:47] Kuulostaa siltä, että jos ei auta, että he puhuvat keskenään, niin perheneuvola tai vastaavaa olisi varmaan paikallaan.

Raisa Cacciatore: [00:28:54] Juuri näin.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:29:00] [Lukee kuulijan kysymyksen] Hei ihanat Ipanat tiimi. Meillä on 15 kuukautinen ihana pikkupoika. Olen raskaana ja laskettu aika on neljän kuukauden päästä. Kun saimme tietää, että olen raskaana, päätimme hakea pojallemme päivähoitopaikkaa, missä hän olisi puolikkaita päiviä. Ajattelimme että olisi hyvä, että aloittaisi päiväkodin ennen kuin uusi lapsi syntyy ja että hänellä olisi elämässä muutakin sisältöä kuin isä ja äiti. Haluaisimme välttää sitä, että esikoisemme tuntisi uuden vauvan työntäneen hänet pois luotamme. Poikamme on hyvin aktiivinen ja vaatii tosi paljon ulkoilua sekä liikuntaa päivisin. Vatsani on jo aika iso ja minua väsyttää tietenkin paljon. Väsymys ei ole tosin täysin raskauden aiheuttamaa. Poikamme herää jatkuvasti öisin, jopa neljästä viiteen kertaa yössä. Toivoin siis päivähoiton antavan minulle myös hengähdystauon, jotta jaksan olla hyvä äiti pian kahdelle lapselle. Meillä oli YT-neuvottelut työpaikallani, joten en ole tällä hetkellä töissä, mutta olen aloittanut opiskelut. Poikani olisi päiväkodissa kymmenestä kahteen ja he nukkuvat siellä klo 12—14 välisenä aikana. Mitä mieltä te olette tästä? Koen nimittäin hieman huonoa omatuntoa siitä, että jättäisin näin pienen poikamme päivähoitoon.

Raisa Cacciatore: [00:30:11] Tekee kyllä mieli sanoa, että lapset ovat hyvin kestäviä ja sopeutuvia. Tilannetta pitää katsoa koko perheen hyvinvoinnin kannalta. Useinkin aktiivinen lapsi nauttii leikkikavereista ja voi jopa kokea vauvan kanssa kotona olon tylsäksi. Kun kotona on uupunut, ehkä ärtynyt, huonosti nukkunut vanhempi ja pieni

vauva, joka vaatii jatkuvaa huolenpitoa, niin mustasukkaisuus voi leimahtaa helposti. Muutama tunti päivittäin ei haittaa mitään. Ainakin sitä kannattaa kokeilla. Tärkeintä on, että äiti saa myös lepoa ja tietää että lapsi on turvassa.

Minna Oulasmaa: [00:30:51] Äiti puhuu myös lapsen yöheräilyistä jotka uuvuttaa väsyttää häntä. Minkälaiset mahdollisuudet isällä olisi hoitaa esikoista öisin ja saada öitä rauhoitettua? Herää myös kysymys, onko teillä mahdollisesti isovanhempia, sisarusia, kummeja tai ystäviä, jotka voisivat tulla auttamaan? Myös öisin, jotta esikoinen saadaan nukkumaan ja koko perhe saa tuiki tärkeää lepoa.

Olisi hyvä luoda yhteisöllisyyttä, ei ennenkään ole tarvinnut pärjätä yksin. Jos satut itse olemaan siinä tilanteessa, että sulla menee jo paremmin omien lasten kanssa, etkä ole uupunut, auta ja ehdota apua uupuneille perheille. Tarjoa tukeasi. Hae vaikka perheen esikoinen reippaalle ulkoilulle ja etenkin sitten, kun pikkunen vauva syntyy, auta äitiä.

Raisa Cacciatore: [00:31:46] Juuri näin. Ulkopuolinen yörauhottelija voi olla hyvä nukkumisen opettamiskuuri esikoiselle, joka vielä valvoo ja heräilee jatkuvasti. Jos vanhemmat eivät itse saa lasta rauhoitettua ja totutettua pitempiin päiväuniin. Toki tässäkin esikoinen on vielä tosi pieni ja samalla haluan tälle kysyjälle vielä painottaa, että laadukkaan päivähoidon ei tutkimusten mukaan ole todettu olevan lapselle mitenkään haitallista, joten asiasta ei kannata potea turhaa syyllisyyttä.

Minna Oulasmaa: [00:32:18] Ja vielä sitä tuli mieleen Raisan ja mun entinen työkaveri, joka oli silloin itse lapseton, niin antoi tutuille lapsiperheille lahjakortteja, joissa hän antoi omaa aikaansa lahjaksi. Hänellä oli erilaisia, oli lahjakortti, missä hän vei jonkun perheen lapsen eläintarhaan tai tuli yöksi auttamaan. Hän antoi tällaisia lahjoja, jotka olivat minusta aivan mahtavia.

Raisa Cacciatore: [00:32:42] Ja vielä yksi esimerkki. Kuulin juuri viikonloppuna, yksi vaariksi tullut tuttava kertoi, kun hänen lapsensa oli saanut lapsen ja hän meni käymään siellä kotona, niin siellä isä ja äiti saivat olla lasten kanssa kaksi viikkoa ilman, että heidän tarvitsi mennä kummankaan edes kauppaan. Kaverit toivat ruokaa ja hoitivat

kaiken. Todella hienoa ja rohkeaa suunnittelua ja yhteisöllisyyttä. Sitä on, jos me vaan päätämme ja rohkeasti lähdetään sille tielle.

Hanna Westerholm: [00:33:14] Nimenomaan tuo yhteisöllisyys kuulostaa tosi kivalta. Sitä tarvitaan kyllä enemmän tänäkin päivänä.

Raisa Cacciatore: [00:33:21] Joo ei meidän tarvitse päteä ja olla niin täydellisiä ja yksin jaksaa kaikkea. Yhdessä jaksetaan paremmin.

Hanna Westerholm: [00:33:27] Teidän vastauksenne oli mulle tosi iso helpotus, koska olen myös laittanut meidän esikoisemme aika nuorena päiväkotiin. Ihana kuulla, että he voivat hyvin ja näin on ihan ok tehdä. Huomasinkin, että hän viihtyi siellä tosi hyvin.

Kiitoksia hyvistä vastauksista molemmat Raisa ja Minna. Tämä oli meidän neljäs jaksomme. Tarvitsemme jatkuvasti lisää kysymyksiä, jos sinulla on jotain mitä haluaisit kysyä Raisalta ja Minnalta, niin ole hyvä ja laita meille postia tulemaan ihanatipanat.fi-sivuston kautta.

Raisa Cacciatore: [00:33:56] Näistä kysymyksistä tulee semmoinen tunne, että teistä on varmaan kiva kysyä ja kuunnella toisten perheiden ongelmatilanteita ja meidän pohdintoja. Ja meistä on ihan tosi kiva pohtia ja vastata näihin teidän kysymyksiinne.

Hanna Westerholm: [00:34:10] Näin on, Raisa. Kiitos paljon kaikki kuulijat, kun olitte mukana ja kuullaan taas viikon päästä keskiviikkona. Moi!

[musiikkia] Ihanat ipanat