

Ura + perhe = mahdollista?

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

Hanna Westerholm: [00:00:10] [musiikkia] Ihanat ipanat. Hei rakkaat kuulijat. Tervetuloa ihanat ipanat podcastin pariin. Ihanat ipanat on jokaviikkoinen kysymys-vastaus podcast 0—3 vuotiaiden lasten ja heidän läheistensä elämästä. Ihanaa jakaa tämä inspiroiva hetki juuri sinun kanssasi. Jokaisessa jaksossa käymme läpi kuuntelijoiden kysymyksiä. Tänään keskitymme erityisesti uran ja perheen yhteen saattamisen haasteisiin. Nämä kaksi kun helposti lähtevät vetämään meitä vastakkaisiin suuntiin ja jonkinlainen balanssi olisi tärkeää säilyttää. Minä olen Hanna Westerholm ja vieressäni hymyilevät Väestöliiton huippuasiantuntijat, lastenpsykiatria Raisa Cacciatore ja perhesuhteiden asiantuntija Minna Oulasmaa. Hei Raisa ja Minna.

Raisa Cacciatore: [00:00:54] Terve! Kuuluuhan hymy äänestä?

Hanna Westerholm: [00:00:57] Kuuluu. Te olette molemmat menestyneet urallanne erityisen hyvin ja olette samalla niin sanotusti perhe-eksperttejä. Onko aamukahvini jotenkin erityisen vahvaa, vai miten te olette tänään taas niin energisinä paikalla?

Raisa Cacciatore: [00:01:08] Aihe on ihana, koska muistaa itse sen ajan. Mikä palapeli, mikä mahdottomuus, mikä syyllisyyden ja tunteiden mylläkkä oli pienten lasten ja työn yhteensovittaminen. Mutta se menee jollain tavalla.

Minna Oulasmaa: [00:01:08] Minä sain opiskeluaikana ensimmäisen lapseni. Se oli vielä omanlaisensa kombinaatio. Kaikki sympatiat kysyjille!

Raisa Cacciatore: [00:01:08] Se on iso kysymys, ei ollenkaan helppoa aina.

Hanna Westerholm: [00:01:31] Tänään kuullaan muutama esimerkki siitä, millaista voi olla yrittää saada tätä palapeliä toimimaan.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:01:42] [Lukee kuulijan kysymyksen:] Hei Raisa ja Minna. Kuulin tästä podcastista Mothers in Business -nimisessä Facebook-ryhmässä, missä vietän jonkin verran aikaa. Olen pitkään miettinyt yhtä asiaa ja minua kiinnostaisi tietää, mitä mieltä olette. Luin jostain artikkelin, että mitä enemmän lapsia naisella on, sitä tehokkaampi työntekijä hän on. Meillä on kaksi lasta, 4- ja 2-vuotiaat. Olemme mieheni kanssa molemmat tosi tyytyväisiä siihen, miten olemme saaneet arkemme sujumaan. Lapset ovat täyspäiväisesti päiväkodissa ja meillä on kolme kertaa viikossa ulkopuolista apua lasten hakemisen kanssa, jotta ehditään tehdä työt työpaikalla pois ja kotona voi keskittyä perheeseen. Mieheni on puhunut jo jonkin aikaa kolmannesta lapsesta. Hänellä on itsellään kaksi sisarusta, joten asia tuntuu luonnolliselta. Minä en oikein tiedä mitä haluan. Olen tosi tyytyväinen tähän set-up:iin ja minua vähän pelottaa, miten pärjäisimme kolmen kanssa. Lapsemme nukkuvat nykyään läpi yön ja minulla riittää taas energiaa sekä perheeseen että työhön. Työni on minulle hyvin tärkeä asia, joka vahvistaa minua muuna ihmisenä kuin äitinä. Olen vähän haaveillut siitä, että pystyisin pian toteuttamaan unelmani yrittäjänä ja että aika joskus riittäisi myös harrastuksiin. Onko teillä antaa jotain neuvoa, kannattaako meidän mieltä kolmatta lasta vai jatkaa elämämme näin kuin nyt on. Kiitollinen vastauksista.

Minna Oulasmaa: [00:02:54] Kiitos tästä tärkeistä kysymyksistä. Parisuhteessa on kysymyksiä, joista on ihan pakko välttämättä puhua kumppanin kanssa ja lapsiluku on semmoinen kysymys. Jos keskustelua ei käydä niin ei tiedetä minkälaisia unelmia ja toiveita kummallakin on tämän toivotun lapsilukumäärän suhteen. Onnea teille siitä, että olette saaneet arjen rullaamaan todella taidokkaasti. Se on iso haaste ja tuntuu, että arki soljuu todella mallikkaasti ja suunnitellusti. Onnea myös siitä, että olette onnistunut käyttämään ulkopuolista apua tosi hienosti arkea helpottamaan. Tärkeitä isoja asioita, jotka ovat mahdollistaneet varmasti nämä kaikki asiat, jotka sujuvat ja toimivat tänä päivänä niin mukavasti. Kuulostaa siltä, että tällä hetkellä pystytte keskittymään täysipainoisesti sekä työ, että perhe elämään. Mikä tekee siitä pikkulapsivaiheesta tosi nautittavaa. Kun kaikki rullaa noin mukavasti kuin teillä nyt, on ihan ymmärrettävää, että jompikumpi vanhemmista ei välttämättä halua juuri nyt palata sinne

vaipparumbaan ja raskausaikaan vaan nauttia siitä, että elämä on nyt vähän helpompaa. Kumpi vain vanhemmista voi haluta enemmän vielä yhtä lasta. Keskustelu ja odotus siitä, mikä lapsilukumäärä on ja milloin esimerkiksi uutta lasta aletaan taas toivoa, ovat tosi tärkeän keskustelun paikkoja. Joissain perheissä lapsia ei niinkään suunnitella, vaan lapsia saa tulla, kun on tullakseen. Jotkut taas haluavat suunnitella vähän tarkemmin.

Raisa Cacciatore: [00:02:54] Todella iso ja tärkeä kysymys. On todellakin hyvin henkilökohtainen näkemys, näkökulmakysymys ja unelmakysymys mitä omalta elämältään haluaa. Kolmas lapsi on ihana uusi haaste ja lahja ja samalla uusi muiden jatkona, en usko ollenkaan. Kuinka paljon riskien arviointia pitää ja voi etukäteen tehdä? Kuka lapsiluvusta päättää ja millä perusteilla siitä päätetään? Isoja kysymyksiä, yksilöllisiä kysymyksiä. Uuden lapsen tullessa kukaan ei voi sanoa, miten se vaikuttaa teidän elämäänne parisuhteeseen, töihin, jaksamiseen, unelmiin ja harrastuksiin. Näistä kaikista asioista teidän kannattaa keskustella syvällisesti ja huolellisesti etenkin keskenänne. Miten lapsi vaikuttaa talouteen? Entä jos alarkin odottaa kaksosia? Entä jos lapsella on jokin erityishaaste? Toisaalta tiedätte itse parhaiten, miten lapsiperhe-elämä on kohdallanne sujunut. Miten sen koitte? Miten raskaus? Eikä lasten saamista voi ottaa liian vakavastikaan ja aina lähteä pelottelun ja varomisen kautta.

Hanna Westerholm: [00:02:54] Palaisin vielä tähän artikkeliin, koska mielestäni kuulosti vähän suorituskeskeiseltä, että mitä enemmän naisella on lapsia, sitä tehokkaampi työntekijä hän on. En ihan hirveästi usko, että lapsiluku olisi suoraan verrannollinen tehokkuuteen. Ja miten sitä ylipäätään voidaan aukottomasti mitatakaan, kun huomioidaan kaikki erilaiset muuttujat. En antaisi tällaisten artikkeleiden tai muiden ihmisten mielipiteiden vaikuttaa perheen sisäiseen päätökseen lapsiluvusta.

Raisa Cacciatore: [00:02:54] Tosi samaa mieltä. Kaikenlaista hömppää kirjoitetaan ja milloin mikäkin yhdistetään mihinkin. Mutta se, kuinka paljon nainen synnyttää, ei merkitse mitään hänen tehokkuudelleen ja temperamentilleen.

Hanna Westerholm: [00:02:54] Tässä on vielä kysymys siitä, onko oikeus myös terveellä tavalla itsekkyyteen, kun elämä onkin vähän helpompaa. Et haluakaan vaan olla

sataprosenttisesti koko ajan äiti, vaan sulla on muitakin tärkeitä osa-alueita elämässäsi. Onko sulla lupa siihen?

Raisa Cacciatore: [00:06:59] Tosi tärkeä kysymys ja lisälapsiluvun toivoja voi joskus olla joku isovanhempi tai yhteisö, kuka milloinkin. On oikeus elää itsenäisesti omaa elämää ja tehdä päätöksiä myös oman hyvinvoinnin ja pärjäämisen ja jaksamisen kautta.

Minna Oulasmaa: [00:06:59] Tässä kohtaa tulee myös meidän lapsuudenperheemme kuvioihin. Kysyjän miehellä on kaksi sisarusta eli hänellä on ikään kuin ehkä malli ja normi siitä, että perheessä on kolme lasta. Se voi myös tuoda kaipauksen, että voi kun meilläkin olisi nyt tässä kolme lasta.

Raisa Cacciatore: [00:07:30] Niin ja sitten myös etenkin naisella biologinen kello tikittää. Tulee niitä vauvakuumevaiheita ja ajattelee, miten ihana tuoksuva vauva onkaan. Ja samalla muistaa taas valvotut yöt ja niin pois päin. Jossain vaiheessa on sekin suru käytävä, että tässä ne lapset nyt oli. Enempää ei tule ja se voi olla erittäin järkevä päätös kaikkien kannalta. Mutta ulkopuolisen on mahdoton sanoa.

Minna Oulasmaa: [00:07:57] Vielä palaan tähän, että ”Olen haaveillut, että pystyisin toteuttamaan unelmaani”. Niinpä. Eikö jokaisella ole oikeus ajatella näin?

Hanna Westerholm: [00:08:07] Tulee mieleen, että on tosi tärkeää nähdä omat rajoituksensa ja miten paljon itse jaksaa. Koska niin kuin sanoit Raisa, yhteisö ehkä vaatii jotain perheeltä tai ihmiseltä ja sitten on helppo ehkä olla sitä mieltä, että ”Kyllä mä jaksan. Jaksan, että mulla on kolme lasta ja vaativa työ”. Kuulostaa siltä, että kysyjä nauttii työstään ja haluaa olla hyvä siinä. Sitten vielä parisuhdekin ja varmaan kavereitakin ja mitä kaikkea siinä on. Joskus on tosi hyvä miettiä mitä kestän ja miten paljon voin ottaa itselleni ja hyväksyä, että mun rajat menee tässä.

Raisa Cacciatore: [00:08:39] Just näin.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:08:40] [Lukee kuulijan kysymyksen:] Hei Hanna ja Väestöliiton porukka. Olen yrittäjäisiä ja kysyisin hieman neuvoa. Kaksi- ja kolme-vuotiaat poikani ovat tietenkin kovin kiintyneitä äitiinsä, joka on ollut enemmän kotona. Itse en joudu esimerkiksi matkustamaan työni puolesta kovin paljoa, mutta työni vastapainoksi olen pitänyt harrastuksistani kiinni, jotka vievät noin yhden illan viikosta. Iän myötä pojat ovat myös alkaneet kaipaamaan isänsä huomioita ja mietinkin, olenko tarpeeksi läsnä heidän elämässään. Itse kasvoin yksinhuoltajaäitini kanssa, enkä siis yksinkertaisesti tiedä, kuinka paljon isän tulee olla paikalla. Mietin myös, mikä on isäsuhteen kannalta tärkein ajanjakso, nyt vai myöhemmin? Vai onko sellaista? Tämän kysymyksen sanoja on vaikea asetella niin, etteivät ne kuulostaisi kovin vanhanaikaisilta, mutta koen, että olemme melkoisen moderni perhe. Ehkä ymmärtänette.

Raisa Cacciatore: [00:09:32] Todella tärkeitä kysymyksiä. Kerrot itse kasvaneesi ilmeisesti isättä. Näin ollen omakohtainen kokemus isän merkityksestä ja läsnäolosta puuttuu. Mikä on riittävä määrä isän aikaa lapselle? Entä minimi tai maksimi? Riittääkö kuusi iltaa viikossa ja mitä tarkoittaa ilta? Onko se kello 16—21 yhteistä aktiivista puuhaamista, vaiko hetkinen samaan aikaan hereillä samojen seinien sisällä? Todellista vastausta kysymykseen ei tietenkään ole, eikä asiaa voi oikein kaksoissokkokeella tutkiakaan. Vanhempi on lapsen ainoa vanhempi ja lapsi tyytyy osaansa, paljonko saa vanhemman huomiota ja aikaa. Samalla tiedetään, että iloiset yhteiset hetket, jolloin lapsi tuntee, että vanhempi nauttii hänen kanssaan olosta, ovat kullannarvoisia lapsen itsetunnolle ja hyvinvoinnille. Yhdessä iloitseminen. Samoin ne kohtaamiset joissa vanhempi osoittaa ihailua, kiinnostusta ja kiintymystä lapseensa.

Lapselle on tärkeää, että oma vanhempi on kiinnostunut lapsen asioista ja kuulumisista ja osoittaa tämän teoillaan. Että yhdessä tehdään kummallekin kivoja tai arkisia asioita ja opetellaan elämään ja ymmärtämään elämää. Ehkä enemmän kuin miehen ja naisen rooleja pohtisin, mitä vanhemman läsnäolo lapselle merkitsee. Miten lapsi kokee turvaa ja tuttuutta, rentoutta ja kiintymystä? Saako hän apua, rakkautta ja turvallista ohjausta vanhemmiltaan silloin kuin tarvitsee? Eli se lupsakkka, turvallinen koti-ilmapiiiri ja vanhemmuus rakentavat parhaiten lapsen itseluottamusta, joustavuutta ja pärjäämistä.

Isän ja äidin merkitys on suuri, en kilpailuttaisi heitä tässä. Kahden vanhemman perheessä lapsella on kuitenkin enemmän vaihtoehtoja keneltä hakea turvaa ja ymmärrystä eri tilanteissa, kaksi eri temperamenttia, näkökulmaa ja ajattelutapaa, kuin yhden vanhemman perheessä. Onneksi pojallanne on siis kaksi vanhempaa.

Raisa Cacciatore: [00:11:45] Pojalle toki miehen ja erityisesti oman perheen miehen läsnäolo on arvokasta, koska poika saa mallin miehenä olemisesta, miehen elämästä ja kokemuksen, että myös pienenä ja avuttomana poikasena hän on miehelle hyväksytty. Äiti ei ihan samaa kokemusta voi pojalle koskaan tarjota, sellaista tuttuutta olla miesten kanssa ja ylpeyttä, että kelpaa puuhaamaan miesten kesken. Toki miehen malleja voi olla paljon muitakin kuin oma isä, missäpä iässä tämä kokemus ei olisi tärkeää. Kuitenkin 3–6-vuotias on kovin ylpeä omasta kehostaan ja sukupuolestaan ja vertaa itseään mielellään aikuisiin ja ikätovereihin. Isän vastaukset tarjoavat oman näkökulman näihin kysymyksiin ja äidin vastaukset ihan toisen. Sanoisin, että sinun elämäsi ja näkökulmasi on ihan ikiomasi, mutta ole läsnä silloin kun voit, niin paljon kuin voit ja jaksat. Se tukee yhtä lailla poikasi, kumppanisi kuin omaakin hyvinvointiasi.

Minna Oulasmaa: [00:12:55] Yrittäjässä pohtii kysymystä, jonka kanssa moni yrittäjä painii. Miten yhdistää yrittäjäyys ja perhe-elämä? Niin kuin Raisa sanoikin, ei ole olemassa mitään oikeita tai vääriä tuntimääriä riittävälle ajalliselle läsnäololle lapsilleen. Ehkä vielä mieltäisin sitä, että yhdessä vietettyä määrällistä isä-lapsiaikaa tärkeämpää on se läsnäolon laatu. Minkälaista se on ja ollaanko oikeasti läsnä. Tarjoaako isä lapsille sellaista läsnäoloa, jossa hän on oikeasti mukana lapsen äärellä, lapsen tunteiden äärelle virittyneenä, ilman mihinkään mobiileihin tai tabletteihin vilkuilua, tukena ja turvana. Hän on lasten käytettävissä, lapset saavat helposti isän huomioon ja isä on kontaktissa lasten kanssa. Mielestäni kaikki ajanjaksot lapsen elämässä ovat tärkeitä isä-lapsi -suhteen kannalta. Vaikea arvottaa, mikä olisi tärkeämpi tai vähemmän tärkeä kuin toinen.

Kysyjällä itsellään ei ole mallia isyydestä. Hän joutuu rakentamaan sen itse alusta alkaen. Jokaisen isän kannattaa olla isänä omana itsenään, eikä pyrkiä toteuttamaan jotain ehkä hänelle langetettavaa roolia. Näen tässä vaaranpaikan silloin, jos lasten äidin

oma isä on ollut hyvin voimakas, ihailtu ja osallistuva, jolloin hän voi odottaa, että oma kumppani toteuttaa äidin isän kaltaista isyyttä. Minusta on tosi tärkeää, että sinä Yrittäjässä pidät kiinni myös oman ajan tarpeestasi ja saat siitä vastapainoa työllesi. Yksi harrastus viikossa ei kuulosta mitenkään kohtuuttomalta, päinvastoin. Onhan kotona lapsia hoitavalla äidillä myös samanlainen mahdollisuus virkistäytymiseen? Kun isä miettii omanlaistaan isyyttä, pohdinnan tueksi hän voi lukea vaikka erilaisia isäkirjoja. Niitä löytyy paljon kirjastosta. Lukiessa ja muiden isien kanssa jutellessa voi miettiä myös, mitä haluaa omassa isyydessään toteuttaa ja mitä ehkä ei. Mikä tuntuu itselle luontevalta ja itselle sopivalta?

Hanna Westerholm: [00:15:20] Eli läsnäolo on tosi tärkeä asia. Silloin kun on lasten kanssa, vaikka olisi päivätyötä tai yrittäjä tai mikä onkaan, niin silloin kun on lasten kanssa pitää olla läsnä. Siihenhän voisi miettiä jonkun Kännykkä kielletty -vyöhykkeen, että ei ottaisi kännykkää mukaan kun on iltaisin lasten kanssa, että pystyisi keskittymään heihin ja kuuntelemaan ja tekemään heidän kanssaan asioita.

Minna Oulasmaa: [00:15:41] Omanlainen isyys, joka ei ole kenenkään toisen odotusten mukainen tai ettei pakota itsensä johonkin sellaiseen muottiin, minkä vaikka se kumppani valaa sulle valmiiksi.

Hanna Westerholm: [00:15:55] On hyvä, että on jotain omia juttuja mitä voi tehdä. Sehän on vain kotiinpäin, jos saa vähän virkistystä kodin ulkopuolelta ja sitten taas jaksaa olla perheen ja lasten kanssa kotona. Ja se läsnäolo on tosi tärkeää.

Minna Oulasmaa: [00:16:06] Kyllä, uskon että sieltä harrastuksesta palaa taas entistä parempi isä lapsilleen.

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:16:17] [Lukee kuulijan kysymyksen] Hei Ihanat ipanat -porukka. Meillä on 2,5-vuotias tyttö, joka on ollut jo 1-vuotiaasta asti päiväkodissa neljä päivää viikossa, nykyään 5 päivää viikossa. Menin silloin takaisin töihin ja olen vieläkin

siitä ratkaisusta hyvin tyytyväinen, sillä sekä minä että tyttöni viihdytään hyvin töissä ja päiväkodissa. Nyt kun tyttöni puhuu aika paljon, niin hän on ruvennut sanomaan, että ei halua päiväkotiin. Hän itkee paljon aamuisin, kun olemme lähdössä kotoa ja iltapäivällä kun haen hänet hän on tosi tyytyväinen, että pääsee kotiin. Olen puhunut tästä tietenkin päiväkodin henkilökunnan kanssa sekä neuvolatätimme kanssa. Valitettavasti he eivät kuitenkaan ota selkeää kantaa asiaan. Olen tietenkin itse huolestunut. Minua kiinnostaisi todella paljon kuulla teidän mielipiteenne. Kiitos paljon.

Minna Oulasmaa: [00:16:59] Kiitos tärkeästä kysymyksestä. Kerrot, että tyttö on alkanut sanomaan, ettei halua päiväkotiin, vaikka on aiemmin viihtynyt siellä hyvin. Myös vaikeat aamut ja eroitkut ovat ilmeisesti uusi asia. Tämä 2,5-vuotta on ikä, jolloin lapsi yleensä muuttuu entistäkin sosiaalisemmaksi. Eroahdistus helpottaa ja lapsi alkaa kaivata entistä enemmän ikätovereiden seuraa ja ryhmässä tapahtuvia leikkejä. Joten kyllä tässä herää kysymys ja huoli, mistä on kysymys. Mieleen tulee myös, onko elämässä ollut jotain muita muutoksia, kuin tämä ajallinen lisäys päivähoidossa? Onko jotain tapahtunut samaan aikaan? Muutto, parisuhdekriisi, onko isovanhempi kuollut tai onko tapahtunut joku säikähdys? Vaikka vain, että lapsi on säikähtynyt koiraa tai jotain muuta. Onko tapahtunut jotain, mikä on järkyttänyt lapsen turvallisuutta ja perusluottamusta? Lapsi saattaa oireilla tosi monella eri tavalla stressiin ja muutokseen. Aina me aikuiset ja vanhemmat ei huomata ja tajuta jotain sellaista, mitä lapsen elämässä on hyvin merkityksellistä ja vaikuttavaa. Omasta kehitysvaiheesta taantumisen on tällöin erittäin tavallista, samoin takertuminen. Puhutaan niin pienestä lapsesta, että hänen kuuluukin olla takertuva ja pelätä helposti monia asioita. Lapsen oireita kannattaakin kuulla ja kunnioittaa ja pyrkiä palauttamaan hänen turvallisuuden kokemuksensa.

Raisa Cacciatore: [00:16:59] Juuri kuten Minna sanoo. Jos lapsi kerran muuttuu tarvitsevammaksi ja tavallaan pienemmän oloiseksi, niin kaikki rutiinit ja ehkä läsnäolon ja hoivan lisääminen ovat tärkeitä, jotta lapsi saa tankata turvallisuutta. Sitten tulee mieleen ihan päiväkotiin liittyvät tekijät. Sanoitkin, että olet puhunut työntekijöiden kanssa, mutta suosittelisin, että kun tilanne on näin voimakkaasti muuttunut, niin pyydä ihan kunnollinen keskustelu-aika tästä aiheesta. Ovenraossa

puhuttu asiat jäävät helposti vaille riittävää huomiota ja pohdintaa. Kiusataanko lasta päiväkodissa? Onko siellä tapahtunut jotakin, pelkääkö hän jotakin? Onko siellä tapahtunut henkilömuutoksia tai jotain muuta erityistä? Toki on tosi yleistä, että lapsella tulee jossain vaiheessa kausia, jolloin ei vain huvita lähteä päiväkotiin. Usein se liittyy myös siihen, jos on tulossa perheenisäystä tai pienempi sisarus. Joillain lapsilla tällaiset vaiheet menevät ohi ihan itsestään, mutta jos ne pitkittyvät niin kyllä se vaatii tarkempaa selvitystä.

Minna Oulasmaa: [00:16:59] Miten on Raisa, jos tarkempi selvittely päivähoiton kanssa ja keskustelu-aika ei tuo mitään selvitystä, niin voisitko vaikka antaa neuvoksi validoinnin näihin aamuihin?

Raisa Cacciatore: [00:19:58] Joo hyvä ajatus. Kun lapsi on ärtynyt tai kiukkuinen tai valittaa, niin yksi mahdollisuus on vastaanottaa kunnioittavasti lapsen valitus ja huoli, toistamalla rauhallisella äänellä se, mitä lapsi sanoi. Hämmäntymättä, huolestumatta, alkamatta väittelemään, toistaa vaan rauhallisella äänellä "Et halua lähteä päiväkotiin". "No en, en, en!" "Et halua". Kun tätä toistamista tekee ja toimii ikään kuin kaikuna lapselleen ja hänen huolelleen, kiukulleen, ärtymykselleen ja väsymykselleen niin lapsi tuntee, että hänet on otettu vakavasti ja alkaakin rauhoittua. Tämä on joka tilanteeseen sopiva kunnioittava ja helppo tapa, kun on itse ymmällään vanhempana, miten voi reagoida lapsen kiukkuun ärtyisyyteen tai huoleen. Ihan toistaa vaan se, mitä lapsi sanoo, kiistelemättä, selvittämättä, puuttumatta siihen sen enempää ja se saattaa jo olla ihan riittävä keino rauhoittaa lapsi.

Hanna Westerholm: [00:21:05] Voin todistaa, että tämä toimii. Raisa kertoi mulle tämän vinkin jo aikaisemmin ja me ollaan otettu se käyttöön. Olin tosi yllätynyt siitä, että se oikeasti toimii.

Raisa Cacciatore: [00:21:14] Kiva kuulla!

[musiikkia]

Hanna Westerholm: [00:21:20] [Lukee kuulijan kysymyksen:] Hei. Olen ollut tyttäreni kanssa kohta kolme vuotta kotona, mutta silti tehnyt projektiluonteisia työjuttuja jatkuvasti. Olen yrittänyt tehdä töitä, kun tyttöni nukkuu päiväunet, mutta aika ei ole koskaan riittänyt ja olen jatkanut töiden tekoa myös hänen ollessaan hereillä. Olen noin vuoden pystynyt lahjomaan häntä iPadilla ja se on toiminut kannaltani hyvin, eli olen voinut jatkaa työntekoa rauhassa vielä muutaman hetken. Tämä tuntuu kuitenkin väärältä ja syy, miksi hän ei ole vielä päiväkodissa on tarkoitus oli viettää tytön kanssa laatu-aikaa. Laatu-aika ei ole nyt tullut vietettyä niin paljon kuin suunnittelin. Sen sijaan tunnen paljon stressiä siitä, että en saa töitä tehtyä kunnolla. Tyttö joutuu viettämään paljon aikaa yksin ja on jo tottunut siihen, että äiti on aina kiinni tietokoneessa tai puhelimesta. Olenko teidän mielestänne toiminut väärin? Myönnän että nykyinen järjestely on omiaan ainakin aiheuttamaan minulle riittämättömyyden tunnetta.

Minna Oulasmaa: [00:22:11] Kiitos kysymyksistä. Tämä on varmaan semmoinen, joka koskettaa suurinta osaa, aina olet väärässä paikassa. Kun olet kotona, sinusta tuntuu, että työelämä karkaa käsistäsi ja töissä ollessa murehdit, että pitäisi olla kotona lapsen kanssa. Kysyjä on yrittänyt tehdä parhaansa sovittaakseen nämä asiat yhteen, että pystyisi tekemään töitä ja olemaan läsnä lapsen kanssa. Tässä on todella hyvää tarkoittava lähtökohta. Mutta silti tuntuu, että kun lapsi on kasvanut, eikä ole enää mikään pikkuvauva, joka nukkuu suuren osan vuorokaudesta, nykyinen järjestely aiheuttaa kysyjälle kohtuutonta stressiä ja syyllisyyttä ja vaikeuttaa keskittymistä niin työntekoon kuin äitiyteenkin niin keskittyneesti kuin hän itse toivoisi. Voi tuntua, että kaikki mitä tekee, on jotenkin vähän puolinaista, ei tee kunnolla töitä, ei ole kunnolla oikein läsnä olevasti äiti. Lapsi saattaa herätä aina vähän liian aikaisin, jolloin työt jäävät kesken ja juuri kun inspiraatio olisi päällä ja työt kärsivät. Samoin lapsi voi tuntea, että äiti ei ole henkisesti läsnä hänelle, vaan äidin ajatukset ovat muualla, vaikka äiti onkin siinä hahmona paikalla. Äiti kärsii huonoa omatuntoa siitä, että tyttö joutuu viettämään nyt aika paljon aikaa yksin. Järjestely ei tunnu oikein mukavalta kummankaan osalta. Olisiko äidin mahdollista hakea esimerkiksi puoli päiväistä hoitopaikka lapselle, jolloin äiti saisi hyvällä omallatunnolla keskittyä töihin sen ajan ja sitten kun hän hakee lapsen, voi keskittyä lapsen kanssa oloon paljon täysipainoisemmin. Tässä kysymyksessä on ehkä vähän luvan pyytämisen makuakin.

Raisa Cacciatore: [00:23:57] Joo niin varmaan on. Olet tosi oleellisen asian ytimessä, kun nostat esiin vanhemman kokemat riittämättömyyden tunteet. Mikä on riittävää vanhemmuutta? Kuka tulee sanomaan kenellekään meistä vanhempana, että nyt olet ollut riittävä ja tämä on hyvää vanhemmuutta, että tosi hyvä vanhempi olet minulle ollut tänään. Ei ne lapset sitä sano, ei kukaan kiitä oikeasti.

Kuinka paljon hoivaa, leikkiä, seurustelua, kohtaamista ja laatu-aikaa lapsi tarvitsee tai on oikeutettu saamaan? Mikä on hyvää vanhemmuutta ja riittävän hyvää? Minkälainen on paras mahdollinen kehitysympäristö lapselle? Nämä ovat isoja kysymyksiä, joiden kanssa vanhemmat kamppailevat ihan jatkuvasti. Lapsesi on kohta kolmevuotias ja jos oikein laskin, hän on ollut koko elämänsä kotona äidin kanssa. Kuulostaa hyvin turvalliselta tilanteelta. Et myöskään kerro, että lapsellasi olisi ollut mitään oireiluja. Mikä on siis sitä oikeaa laatu-aikaa ja täyttykö lapsella olla koko ajan viihdykettä ja aikuisen huomio? Vai onko lapsi ehkä saanutkin todella paljon kaikkea mitä hän tarvitsee? Nykyaikanahan on onnellinen mahdollisuus, että vanhemmat voivat tehdä monia töitä myös kotoa käsin ja esimerkiksi työmatkat ja aikaiset aamut voi silloin usein unohtaa rasittamasta ja viemästä aikaa. Myös lapsesi saa tässä koko ajan mahdollisuuden oppia, että äidillä on oma intohimo ja palava halu tehdä hänelle tärkeitä asioita elämässään, ei se ole mikään huono naisen malli.

Kuitenkin jos tilanne on nyt toimimaton, mieti, kuten Minna sanoi, voisiko lapsi olla päiväkodissa lapsiryhmässä ainakin osan päivää? Sekin voi olla laatu-aikaa tämän ikäiselle lapselle. Ja silloin ehkä sekä vanhempi että lapsi saavat välillä myös ikävöidä toisiaan ja jälleennäkemisen riemu ja kohtaamisen ja yhdessäolon ilo on suurempaa. Näin yhteiset hetket tuntuvat taas täysiltä ja arvokkailta molempien mielestä.

Hanna Westerholm: [00:26:07] Kiitos tosi paljon hyvistä vastauksista! Tämä on varman sellainen kysymys, joka koskee aika monia meidän elämäntilanteessamme olevia ihmisiä, jotka ovat osittain kotona, osittain töissä ja on lapsia sekä kotona, että osittain päivähoidossa. Niin kuin sanoit Minna, olisiko tässä ehkä vähän sellainen maku, että hän pyytää lupaa lapsen päiväkodin aloittamiseen? Ehkä me annamme sen luvan hänelle.

Raisa Cacciatore: [00:26:31] Yksi iso asia, joka kysymyksessä on myös, on ipad, jolla lasta lahjotaan ja sitten äiti, joka on kännykällä ja tietokoneella. Onhan siinä aika iso malli myös siitä, että paljonko maailma tapahtuu koneiden kanssa ja paljonko läsnä. Tähän on tässä ehkä vähän haastavaa paneutua. Vaikea tietää, mikä on todellisuus ja mikä aiheuttaa syyllisyyttä ja mikä on nykypäivänä normaalia.

Hanna Westerholm: [00:26:56] Olet Raisa joskus neuvonut minua, että voi laittaa lapsen kuuntelemaan äänikirjoja.

Raisa Cacciatore: [00:27:01] Se on yksi hyvä keino, jolloin lapsi tuntee olevansa kuitenkin tavallaan vuorovaikutuksessa ja saa kuunnella oikean ihmisen oikeaa tarinaa, jonka ihminen haluaa kertoa. Se on kiehtova tapa.

Hanna Westerholm: [00:27:16] Se on meillä toiminut ihan hyvin. Kiitos jälleen kerran teille rakkaat kuulijat ja tietenkin Raisa ja Minna rohkaisevista vastauksista. Todetaan siis, että on inhimillistä olla ihminen ja omat rajat on tärkeää tuntea. Ensi viikon keskiviikkona jatkamme taas eteenpäin, joten olkaa ystävällisiä ja laittakaa kysymyksiä tulemaan. Lomake anonyymien kysymysten lähettämistä varten löytyy ihanatipanat.fi sivustolta. Tsemppiä ja kuullaan taas ensi viikon keskiviikkona, moi, moi!

[musiikkia] Ihanat ipanat.