

Ihana, kamala suku

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

Maija Koski: [00:00:09] Hei Hyvät kuulijat. Tervetuloa Ihanat ipanat -podcastin pariin. Ihanat ipanat on jokaviikkoinen kysymys-vastaus podcast 0—3 vuotiaiden lasten ja heidän läheistensä elämästä. Mahtavaa että olet täällä meidän kanssamme oppimassa lisää lasten maailmasta. Minun nimeni on Maija Koski. Olen Meidän perhe- ja Vauva-lehtien päätoimittaja. Olen saanut kunnian tulla tämän jakson vierailevaksi juontajaksi. Kiitos siitä. Itselläni on 7- ja 12-vuotiaat lapset, poika ja tyttö. Tässä vieressäni ovat Väestöliiton huippuasiantuntijat lastenpsykiatri Raisa Cacciatore ja perhesuhteiden asiantuntija Minna Oulasmaa. Hei Raisa ja Minna, miten menee?

Raisa Cacciatore: [00:00:49] Terve, hyvinhän tässä menee. Tuli tuosta mieleen sanoa välillä sekin, että mun lapset ovat jo aika isoja, 29 ja 26, mutta muistan hyvin tämän pikkulapsiajan.

Minna Oulasmaa: [00:00:59] Tervetuloa mun puolesta vierailevaksi juontajaksi. Hauska tutustua, Maija.

Maija Koski: [00:01:04] Samoin. Ihanat ipanat -podcastissahan käydään joka viikko läpi kuulijoiden lähettämiä kysymyksiä, joita olette tälläkin viikolla paljon lähettäneet. Kiitos niistä. Tänään keskitymme aiheeseen ihana kamala suku. Tärkeä aihe ja tähän on ikuisesti puhuttava asia myös Vauvan ja Meidän perheen lukijoiden keskuudessa, joten todella mielenkiinnolla odotan itsekkin tätä keskustelua. Miten Raisa ja Minna, oletteko valmiina ratkomaan tämän jakson kysymyksiä?

Raisa Cacciatore: [00:01:31] Antaa mennä vaan!

[musiikkia]

Maija Koski: [00:01:37] [Lukee kuulijan kysymyksen:] Kiitos Ihanat ipanat podcastista ja mahdollisuudesta esittää teille kysymyksiä. Minulla on kysymys, joka koskee vaimoni sukulaisia. Heillä on tapana antaa aina 3- ja 6-vuotiaille lapsillemme valtavat

määrät karkkeja ja suklaata ja kylävierailujen ateriat ovat pelkkää ranskalaista, hampurilaista, pizzaa, jäätelöä ja vanukkaita. Olin lapsena itse erittäin ylipainoinen ja olen taistellut koko ikäni pysyäkseen nyt aikuisena normaalipainoisena. Hampaani myös reikiintyivät runsaasti lapsena, minkä takia miltei jokainen hampaani on paikattu. Haluaisin suojella lapsiani omalta kohtaloltani. Tämä aiheuttaa meille aina kovan riidan. Vaimoni puolustelee sukulaisiaan ja sanoo, että eihän me nyt niin kauhean usein nähdä, saavat he silloin vähän hemmotella lapsiamme. Lapsemme ovat ainakin vielä normaalipainon rajoissa, mutta olen huolissani siitä, minkälaisia tottumuksia näistä mässäilyistä seuraa ja kuinka haitallisia lapsille ovat nämä meidän riitamme, joissa minä vaikutan aina kaiken kivan kieltävältä tiukkapipolta.

Raisa Cacciatore: [00:02:30] No voi resukkaa. Tämä on aihe, joka puhuttaa nykyään tosi paljon. Paino ja painonhallinta, vanhempien vastuu ja miten siitä voi puhua ja puuttua. Tässä on lisäksi riitely sitten vanhempien välillä. Jos lähdetään siitä ruoasta, rasva ja sokeri ovat sellaisia makuja, joihin useimmilla meistä herää voimakas mielihyvän ja mieltymyksen kokemus automaattisesti. Niihin tulee ikään kuin riippuvuus saman tien, kun niitä maistaa. Sen sijaan moniin muihin makuihin pitää totutella ja opetella pikkuhiljaa, useiden maistelukertojen kautta. Olet ihan oikeassa siinä, että lapsena luodaan makutottumukset ja rutiinit. Nyt niitä rakennetaan juuri teidän perheessänne. Lapsuuden makumaailma muodostaa perustan koko elämän ruokailutottumuksille, mutta tottumusten muuttaminen on toki aina mahdollista, joskin se voi olla tosi työlästä. Eli tavat ja rutiinit on parasta opetella mahdollisimman oikein, mahdollisimman ajoissa. Nyt kuitenkin jo se, että teidän lapsenne tietävät, ettei herkkulinja ole terveellinen eikä suositeltava etkä sinä sitä suosittelle kokoajaksi on jo sinänsä tärkeä ja upea ja hieno juttu. Myös sen, että se ei ole tapa perheenne arjessa on erittäin hyvä. Se erottaa rutiinit juhlahetkistä ja elämässä tarvitaan toki molempia. Joskus ei ole tiukkoja sääntöjä ja joskus on. Yhden päivän herkküöverit eivät maailmaa kaada. Eikä liika tiukkuuskaan ole hyvä. Se ahdistaa tunteita, haastaa tunteita ja tunteet ovat taas ravinnon säätelyssä iso juttu.

Se että tilanne aiheuttaa riitaa ei ole todellakaan kiva. Toivottavasti ette riitele lasten kuullen? Tärkeintä on, että lapsille ei aiheuteta syyllisyyttä siitä, että he haluavat herkkuja, kun niitä on tarjolla. Herkkujen vastustaminen silloin kun niitä tarjotaan tai ehkä jopa tuputetaan on ihan mahdotonta useimmille meistä. Se on todella vaikeaa. Mietin, että voisiko isovanhempien kanssa jutella ihan puhtaasti

terveysnäkökulmasta? Niin että tätä menoa sinun on ihan pakko ajatella, että isovanhemmat näkevät ja hoitavat lapsia vain muutaman tunnin kerrallaan ja harvoin, juuri tämän herkkutupuksen ja sen terveysthaittojen takia.

Mahdollisimman paljon syylistämättä ja saarnaamatta ja toteamalla että "Haluaisin, että lapset olisivat paljon teidän kanssanne ja toisaalta tunnen tämän terveyspuolen ja aikuisten vastuun siinä". Ikään kuin tehdään kimppa isovanhempien kanssa, "Me ollaan nyt se aikuisten joukko, jotka rakentavat lapsille terveyttä ja tulevaisuutta. Meidän vastuullamme on, keksitäänkö yhteistä ratkaisua, että lapset voisivat olla mahdollisimman paljon teidän kanssanne, koska isovanhemmat ovat tärkeitä ja niin on terveyskin". Voisiko tästä lähtökohdasta lähteä miettimään, miten isovanhempien kanssa aiheesta voisi puhua?

Minna Oulasmaa: [00:05:33] Kyllähän tähän liittyy sukupolvien ketju monella aikuisella. Vanhemmalla ja isovanhemmalla on itsellään kokemus siitä, miten on tullut rakastetuksi tai lohdutetuksi ruualla. Tässäkin herää kysymys, että mitä tunteita isovanhemmat haluavat ilmaista herkkujen avulla? Onko muunlainen tunteiden ilmaisu vaikeaa? Mikä on se malli, jonka he ovat itse saaneet omassa lapsuudessa? Tulee jotenkin sellainen tunteiden tukahduttamisen kulttuuri ja kuitenkin halutaan jollain tavalla osoittaa lapsenlapsille rakkautta. Mutta ovatko herkut se oikea tapa?

Niin kuin Raisa tuossa puhuikin, aikuisten täytyy käydä tuo keskustelu, johon ei sotketa lapsia mukaan. Isovanhemmat haluavat huomioida ja hemmotella lapsenlapsia ja se on ilman muuta sallittua ja heitä kannattaa arvostaa ja kehua siitä, että he haluavat osoittaa rakkautta. Mutta heidän kanssaan voisi keskustella keinoista, joilla rakkautta voi osoittaa. Mitä kaikkia terveellisiä herkkuja voisi olla tarjolla? Esimerkiksi isovanhempien luona voikin olla ihania tuoreita marjoja kesäkaudella, herkullisempia harvinaisia hedelmiä, joita ei ole kotona joka päivä ja pähkinöitä ja muuta terveellistä hyvää syötävää. Porkkanoita ja kurkkuja ja muita vihanneksia voidaan leikata jännän muotoisiksi ja dipata vaikka kermaviilikastikkeeseen. On monenlaisia erilaisia keinoja, joita isovanhemmat voivat keksiä.

Raisa Cacciatore: [00:07:11] Joo, kauniit asettelut ja jotain jännää dipattavaa ja tämmöistä söhelleltävää. Se voi olla lapsista tosi palkitsevaa ja kivaa, kun siinä on jotain muuta kuin vaan se sokeri- rasvahuuma joka siitä tulee. Ja vielä painottaisin

aikuisten vastuuta. Painonsäätely on niin valtavan monimutkainen asia, että sitä ei voi lapsilta edellyttää. Joten lapsen syyllistäminen painosta on vain julmuutta. Painonsäätelyyn liittyvät geenit, ravintoaineiden tasapaino, lautasmalli, koko päivää, koko elämää ajatellen lapsen kasvuvauhti sillä hetkellä, tunteet ja tunteiden käsittelytaidot, muun muassa lohtusyöminen, yllättäen tarjotut extraherkut. Joka kymmenen metrin välein, joka kulman takana mainostetaan suklaapalaa tai jäätelötötteröä. Siihen liittyy stressi, stressihormonien määrä. Uni, unettomuus, liikunta, liikunnan määrä. Tämä on aivan liian iso paketti lapsen hallita ja hahmottaa, harva aikuinenkaan siihen pystyy. Näin ollen on aikuisten tehtävä rakentaa lapsen elinympäristö ja tarjolla olevat ruoat ja liikunnat ja tunteiden säätelyt ja uni ja stressi sopivaksi paketiksi juuri tämän lapsen geeneille.

Minna Oulasmaa: [00:08:30] Isovanhemmat voivat myös ottaa lapsenlapsia ikätasonsa mukaisesti mukaan siihen ruoanlaittoon, esimerkiksi viimeksi oman lapsenlapseni kanssa taisin paistaa pinaattilettuja. Hänestä oli hirveän hauska käänellä niitä siinä levyllä avustettuna. Monenlaiseen puuhaan mukaan.

Raisa Cacciatore: [00:08:49] Toden totta. Sitten pitää myös muistaa, että paljonko voit isovanhempia kasvattaa. Kun justinsa kesäjuhlilla istuskelin yhden vanhuksen vieressä ja olin päättänyt, että tällä kertaa ei ole mun kakkupäivä ja join sitten kahvia pelkästään. Ainakin kymmenen kertaa hän hyvää hyvyyttään sanoi, että "katso nyt, kun tuolla on nuo kakut, puolet vasta otettu. Katso nyt, ota nyt, tämä on todella hyvää". Ainakin kymmenen kertaa sanoin, että anna minun tehdä omalla tavallani.

Maija Koski: [00:09:17] On kyllä tosi yleinen ongelma omassakin tuttavapiirissä. Juuri tämä, että isovanhemmat ja sitten omat lapset ja herkut. Oma äitini on hammaslääkäri ja mulla semmoinen tausta lapsena, että meillä oli niin vähän tai mielestäni niin harvoin karkkia. Suunnittelin aina, että kun olen iso joskus, niin ostan ensimmäisellä koko palkalla karkkia. Se taisi unohtua sitten kyllä jossain vaiheessa. Mutta nyt tilanne on se, että meillä on kaksi lasta ja jos he lähtevät hammaslääkäri-äitini luo, joka on jo eläkkeellä, niin siellä niitä herkuja on ihan määrättömästi. Ihana tilanne kyllä, vanhempani hoitavat paljon lapsiani. Esimerkiksi kesällä on saatu järjestettyä kesälomia niin, että lapset saattavat olla siellä viikonkin maalla, mutta tästä on käyty tosi paljon keskustelua. Mikä on sitten se kohtuus varsinkin silloin, kun vietetään pitempiä aikoja. Ja se mitä Minna sanoit tuosta, että voi osoittaa

rakkautta myös niillä vähemmän sokerisilla herkuilla. Se mitä ainakin mun lapset odottavat isovanhemmilta on esimerkiksi, että äitini lukee aina iltasadun sängyssä ja luetaan aina samaa sitä ja tätä kirjaa. Ja ukin kanssa tehtiin tätä ja tuota. He odottavat ihan muita asioita, sitä yhdessäoloa ja tekemistä. Tuntuu, että se on useinkin isovanhemmille itselleen se juttu, että rakkautta osoitetaan herkuilla, kun lapset taas odottavat vaikka jotain yhdessä tekemistä.

Raisa Cacciatore: [00:10:34] Lapsille ei ole niinkään tärkeä asia, kuin niille isovanhemmille. Monimutkainen kysymys.

Minna Oulasmaa: [00:10:39] Lapset kokee sen rakkaudeksi, että heille luetaan ja he odottavat sitä ja se on tärkein asia.

Maija Koski: [00:10:44] Niin. Mutta kyllähän he tottuvat totta kai siihen, että ukin ja mummin luona saa vaikka aina kolme jäätelöä peräkkäin. Mutta eihän he varmaan koe sitä niin, että "voi vitsi miten meitä rakastettiin siellä, kun saatiin kolme jäätelöä".

Minna Oulasmaa: [00:10:58] Nämä ovat semmoisia asioita, joista voi syntyä välirikkoja jopa vuosikymmenien ajaksi. Jos näiltä ei keskustella ja sovita yhteisiä sääntöjä tarpeeksi, niin kertyy erimielisyyttä ja se on jotenkin niin turhaa.

Raisa Cacciatore: [00:11:10] Ja pitää olla armollisia niille vanhuksille. Kuitenkin he antavat sitä lukemista, aikaa, syliä ja rakkautta ja pysähtymistä. Se on niin tärkeitä pienille lapsille saada myös vanhemman sukupolven seuraa, että jos nyt yksi hammas joudutaan paikkaamaan sen takia. Kohtuus kaikessa, mutta puhutaan arvostavasti näille ihanille tärkeille isovanhemmille.

Maija Koski: [00:11:31] Totta kai se on hirveän herkkä asia. Tähän väliin haluaisimme saada kuuntelijoilta vinkkejä tähän asiaan, että miten teillä toimitaan.

Raisa Cacciatore: [00:11:38] Joo, eli miten te hoidatte suhteet isovanhempien ja kolmen sukupolven kesken? Miten ruoka siihen liittyy? Lähetä oma vinkkisi verkkosivuston ihanatipanat.fi kautta meille, niin saat sen jakoon koko kansalle. Muista laittaa myös omat yhteystietosi. Palkinnoksi meillä on jaossa kolme kappaletta

Koko perheen herkut -ruokakirjasta, jossa kokataan koko perheelle ruokaa ja myös vauvalle aina oma annos.

[musiikkia]

Maija Koski: [00:12:13] [Lukee kuulijan kysymyksen:] Minun kysymykseni liittyy huoleni lapsenlapsista. Meillä mummolassa on selkeät rajat ja säännöt, jotka toistuvat johdonmukaisesti aina samanlaisina. Lasten on helppo niitä noudattaa ja ne luovat heille tuttuutta ja turvallisuutta. Ruokailut, pesut ja nukkumaanmenot ovat aina samaan aikaan, iltarituaalit toistuvat samoina. Luen heille molempien valitsemat sadut ja laulamme kaksi laulua. Lapset tulevat aina mielellään mummolaan. Tyttäreni, 2- ja 4-vuotiaiden poikien äiti on hyvin boheemi kasvattaja. Ruoka ja nukkumaanmenoajat ovat epäsäännölliset, samoja vaatteita pidetään päällä monta päivää, joka päivä ei mennä ulkoilemaan ja lapset saivat olla tietokoneella useita tunteja päivässä. Nämä eivät ole mitään lastensuojelullisia huolia. Mutta miten voisin saada tyttäreni äitiyteen vähän enemmän ryhtiä, kun huomaan selkeästi, miten pienet pojat hyötyvät selkeästä hoidosta.

Raisa Cacciatore: [00:13:00] Kuulinko minä pikkuisen närkästystä ja paheksuntaa tuossa kysymyksestä?

Maija Koski: [00:13:05] Siltä se vähän kuulosti.

Raisa Cacciatore: [00:13:07] Se on tietysti vähän, että miten sen lukee. No lapsethan oppivat aika nopeasti, että jokaisessa kodissa ja jopa jokaisella aikuisella saattaa olla ihan omanlaiset säännöt ja tavat elää. Naapurissa voi olla ihan erilainen kielenkäyttö, rutiinit, vaatetus, harrastukset ja tuoksu kuin meidän kodissamme tai mummolassa tai koulussa. Säännöllisyys, rutiinit ja rytmit ovat joillekin ominaisia, se on usein myös persoonakysymys ja temperamenttikysymys. Ja sitten taas luova leijailu tilanteesta toiseen sopii jollekulle toiselle. Lapset ihan varmasti rakastavat luonanne vallitsevaa järjestystä ja sitä, että asiat ovat ennakoitavissa. On ihanaa tankata teiltä sitä tuttuutta ja turvallisuutta. Samalla he kotona tottuvat johonkin ihan muuhun.

Minna Oulasmaa: [00:14:01] Entäpä sitten? Sanoit, että ei ole lastensuojelullista huolta, mutta jotain huolta tunnut kantavan. Onko se huolta lasten kehityksistä tai

terveydestä? Vai häiritseekö enemmän se, että tyttäresi toimii niin eri tavalla vanhempana, kuin sinä olet itse toiminut. Tyttäresi on saanut suvulta oman kasvatuksensa, ja hän on kasvanut oman temperamenttinsa mukaan rytmiltään vaihtelevaksi ja joustavaksi. Samoin käy sinun lapsenlapsillesi, he saavat tässä teidän mainiossa kokoonpanossanne näkökulman moniin erilaisiin tapoihin olla ja elää ja voivat sitten isona taas valita oman tapansa.

Raisa Cacciatore: [00:14:40] Just näin. Haluaisin muistuttaa sallivuudesta, joustavuudesta, irti päästämisestä ja hyväksymisestä. Se on monien isovanhempien haaste. Sukupolvien ketjussa, tavallaan ihan niin kuin parisuhteeseen mennessäkin kumpikin kumppani tuo oman kuvitelmansa ainoasta oikeanlaisesta tavasta olla perhe tai olla vanhempi. Sitten ollaan yllättyneitä ja törmäyskurssilla, kun kumppanilla on ihan erilaiset ajatukset ja odotukset ja tavat. Ennen on oltu aika jäykkiä siitä, miten asiat ovat oikein ja miten väärin, on ollut vähän mustavalkoista. On helposti tuomittu toiset perheet ja toiset tavat. Nykyään tiedetään, että perheet ovat erilaisia, moninaisia ja on monenlaista hyvää vanhemmuutta. Välttämättä eri tapa olla vanhempi kuin sinulla ei ole huono tapa olla vanhempi.

Voidaan keskustella paljonkin mitä tutkimukset sanovat milloinkin. Tärkeintä on turvallisuus ja iloinen yhdessäolo. Muistuttaisin kysyjää, että aika, jolloin sinä kasvatit tyttäresi on nyt ohi. Tytär on nyt aikuinen ja itse vastuussa lastensa elämästä. Suosittelisin ettet lähtisi tässä neuvomaan, ohjaamaan, ainakaan paheksumaan tai komentamaan häntä. Ei liikaa, tai ei ehkä ollenkaan, koska todellista huolta ei ilmeisesti ole. Vähän kuin kysyjä tässä haluaisi meiltä vahvistusta sille, että hän voisi enemmän puuttua. Ehkä antaisin nyt enemmän vahvistusta siihen, että ei kannata puuttua, koska nämä lapset ovat tyttäresi lapsia. Jos tyttäresi hermostuu ja loukkaantuu sinuun ja huomautteluusi hän voi tehdä sellaisia päätöksiä, jotka vaikeuttavat todella suhdettasi lapsenlapsiisi. Eli tärkeintä on sopu, yhteisymmärrys, neuvottelevuus ja sitten se sallivuus, joustavuus irti päästäminen ja hyväksyntä. Kun todellista lastensuojelullista huolta ei ole.

Minna Oulasmaa: [00:16:46] Lapset eivät mene rikki siitä, että eri kodeissa tai eri paikoissa on erilaisia sääntöjä. He tottuvat äkkiä siihen, että mummolassa on erilaiset säännöt kuin äidin luona. He ehkä menevät päiväkotikavereiden kotiin kylään tai sukulaisiin ja toteavat, että sielläkin on erilaiset säännöt. Tämä voi pikemminkin

lisätä lasten temperamentin joustavuutta ja ymmärrystä siitä, että on monta tapaa tehdä oikein.

Maija Koski: [00:17:12] Minusta oli hauskaa, että tämä kysymys oli näin päin, koska olen jotenkin omassa ystäväpiirissä törmännyt ennemminkin siihen, että oman sukupolveni kolme-nelikymppiset äidit on vähän turhankin tarkkoja ja rutiiniorientoituneita ja säättöorientoituneita. Milloin mikäkin on kasvatuksessa oikein. Tuntuu, että meidän sukupolven vanhemmat alkaa näyttää meidän näkökulmasta huithapeleilta. Vanhempani, niin hyvin ja paljon kuin he lapsiani hoitavatkin, niin kyllä se usein olen minä, joka muistuttelen iltarutiineista tai joistain säännöistä. Näinkin päin voi olla.

Minna Oulasmaa: [00:17:46] Isovanhempana ei tarvitse enää pingottaa, etkä ole joka päivä vahtimassa, että ne hampaat harjataan ja muuta. Ehkä on ollut aika tiukka ja määrätietoinen silloin itse vanhempana ja nyt voi olla aika suuri houkutus päästää vähän helpommalla ja tuoda ehkä niitä mukavampia puolia itsestänsä esiin.

Raisa Cacciatore: [00:18:07] Ja samalla komppaisin kyllä Maijaa siinä, että ennen ei oltu niin tarkkoja siitä, miten lapset hoidettiin, valvottiin, vahdittiin tai hampaatkaan pestiin. Luulen että se ei ollut niin tarkkaa. Ei ehkä tiedetty eikä tunnettu niin paljon terveysriskejä ja tutkimuksia.

Maija Koski: [00:18:23] Nykyvanhemmat tietää. Näen tässä myös tosi kivan ajatuksen, kun Vauvassa ja Meidän perheessä seurataan keskustelua tai haastatellaan ihmisiä, tulee paljon esille, että myös nykypäivän isovanhemmat ovat hirveän omistautuneita. He hakevat tietoa ja haluavat parasta lapsenlapsilleen. Ehkä silloin tulee myös tyrkyttäneeksi omia oikeaksi katsomiaan valintoja. Hyväähän tässä tapauksessa on nyt esimerkiksi se, että ei ole ilmeisesti mitään semmoista konfliktia. Lapsenlapset kuitenkin tulevat mielellään kylään ja saavat tulla ja sehän on tärkeintä.

Raisa Cacciatore: [00:19:00] Meillä on 1,1 miljoonaa isovanhempaa, joista valtaosa osallistuu koko ajan lastenlastensa elämään monin tavoin. Valtava resurssi, erittäin tärkeä hoivavara ja apu.

Minna Oulasmaa: [00:19:28] Kokonaislukumäärä yli miljoona isovanhempaa tällä hetkellä meidän maassamme, joista 80% osallistuu kuitenkin lapsiperheen arkeen ja se on hieno ja hyvä asia.

Maija Koski: [00:19:40] Puhuttiin toimituksessa yhtenä päivänä siitä, että kuinka vaikeaa on lapsena sanoa vanhemmalleen uusista kasvatustutuista, tai että nykyään ehkä tehdään näin. Siitä tulee helposti konflikti. Puhuttiin, että miten tärkeintä on se, että löytyy tietoa jostain ja voi vinkata isovanhemmalle, että hei täällä, on muuten kaikki nykylastenhoidosta. Sille on varmasti tosi iso tarve.

Minna Oulasmaa: [00:20:04] Hesarissa oli hyvä artikkeli siitä, että ”Hei isovanhempi, nämä asiat ovat muuttuneet, nämä kasvatuskäytänteet on muuttunut siitä kun sinä olet ollut vanhempi tai lapsi”. Esimerkiksi ei tarvitsisi syödä enää lautasta tyhjäksi.

Raisa Cacciatore: [00:20:17] Tärkeitä asioita voivat sukupolvet siirtää toisilleen ja sitten joitain asioita on syytä päivittää ja uudistaa.

[musiikkia]

Maija Koski: [00:20:30] [Lukee kuulijan kysymyksen:] Hei Ihanat ipanat podcastin väki. Meillä on nyt aikamoinen kriisi päällä parisuhteessamme. Miehelläni ja minulla on aika erilaiset näkemykset riidan aiheuttajasta ja aina, kun siitä puhutaan, saamme aikaiseksi miltei sodan. Mieheni vanhemmat ovat hyvin arvovaltaisia, älykkäitä ja erittäin varakkaita. Itse olen kotoisin hyvin vähävaraisesta perheestä, enkä ole kouluttautunut pitkälle. En ole myöskään tuntenut olevani riittävän hyvä miniä appiukolleni. Aina kun olemme siellä kylässä, hän sanoo miten poikkeuksellisia lapsia hänen toisen poikansa lapset, eli meidän 2-vuotiaan pojan serkut ovat. Meidän poikamme on aika kova sähläämää ja säätämään kaikkea. Hän haluaa leikkiä, eikä jaksa kuunnella kirjaa kovin kauaa. Kaksi- ja nelivuotiaat serkut osaavat jo puhua kahta kieltä ja nelivuotiasta opetetaan kovasti lukemaan. Tuntuu todella kurjalta kuulla aina luento serkkujen ylivertaisuudesta suhteessa meidän lapseemme ja myös toisen miniän hienosta työurasta. Oma mieheni ei kuule asioita lainkaan samalla tavalla. Hänen mielestään hänen isänsä vain kertoo ihan normaalisti veljen perheen kuulumisia. Mitä tässä tilanteessa voisi tehdä?

Raisa Cacciatore: [00:21:34] Miten rankka ja kurja tilanne sinulle. Olipa appiukon puhe miten ylistävää tai vain toteavaa lastesi serkuista, joka tapauksessa sinä koet sen nöyryyttävänä ja vähättelevänä. Sen täytyy tuntua todella kurjalta ja epäoikeudenmukaiselta. Moniin tällaisiin ristiriitoihin kaatuu ihan turhaan hyvät isovanhemmuussuhteet. Tämä tuntuu olevan sinun näkökulmastasi varsin iso asia sinulle ja pojillesi. Isovanhemmat eivät ehkä ollenkaan oivalla, miten herkkien ja isojen asioiden äärellä he ovat, kun vertailevat lastenlasten taitoja, kehitystä, ulkonäköä, painoa tai ihan mitä tahansa ominaisuutta. He todellakin saattavat tarkoittaa hyvää, vaikka tekevät paha. Tarkoitus ei kuitenkaan pyhitä keinoja. He saattavat todella jopa luulla, että sinä et vain tiedä mihin suuntaan lapsia pitää kasvattaa. Ennen ajateltiin, että jokainen lapsi on kuin valkoinen taulu, johon aletaan kirjoittamaan kasvatusta ja kasvatuksen tuloksena kaikista tulee kilttejä reippaita. Että saman kaavan mukaan kaikki lapset toimivat ja muuttuvat samanlaisiksi standardi-aikuisiksi, että jokainen lapsi on tavallaan sama.

Nykyään tiedetään yksilöllisyys, ainutlaatuisuus ja temperamenttiero. Meidän on tarkoituskin suuntautua, kehittyä ja kiinnostua erilaisista asioista ihan pienestä pitäen. Ehkä kaikille isovanhemmille pitäisi järjestää kurssi siitä, että jokainen lapsenlapsi on lahja, ainutlaatuinen, erilainen temperamentti, erilainen persoona, erilainen luonne. Jokainen lapsenlapsesi on sellaisenaan oikeanlainen ja riittävä ja jokaisella lapsenlapsella on vain yhdet oikeat vanhemmat. Ei niitä voi vaihtaa, eikä muuksi muuttaa. Enemmän sitä hyväksyntää, enemmän sallivuutta, enemmän monenlaisuuden ymmärtämistä, värikkyyden näkemistä rikkautena, kuin sitä samaan muottiin ahtamista, jota entisajan kansakoulut ja kodit ehkä olivat täynnä. Jokainen lapsi oppii asioita omassa tahdissaan, on kiinnostunut omista jutuistaan ja varustettu omanlaisella ruumiinrakenteella ja mielenlaadulla, liikunnallisuudella, ei niitäkään voi vaihtaa. Kaikenlainen vertailu on pahasta ja loukkaavaa. Vertailun opettaminen lapsille huonontaa lasten itsetuntoa.

Minna Oulasmaa: [00:24:04] Palaisin vielä tähän kysymyksen alkuun, että parisuhde on kriisiytynyt aika pahasti ja tilanne tuntuu tosi kurjalta. Todella ikävää, miten kysyjä kokee appiukkonsa toiminnan vaikuttaneen parisuhteeseen. Kuulostaa siltä, että koet jääväsi vaille miehesi ymmärrystä tässä tilanteessa ja erityisesti siltä miltä kaikki nämä vertailut tuntuu sinusta. Nehän satuttavat. Miehesi voi olla myös vaikeaa vastustaa isäänsä tai asettautua puolustamaan sinua ja kertoa omalle

isälleen, miten ikävältä tuollaiset vertailut tuntuvat. Miehesi tehtävä on puolustaa sinua ja asettautua puolellesi. Monelle on kuitenkin aika haastavaa vielä aikuisenakin laittaa rajoja omille vanhemmilleen, se ei mikään helppo homma.

Rohkaisisin sinua miettimään asioita myös toiselta kantilta. Mihin vertailu ja sen herättämä arvostelu osuu sinussa? Oletko saanut lapsena osaksesi arvosteluja vertailua sisarusten tai vaikka serkkujen kesken? Onko joku ollut teidän suvussanne lempilapsi? Usein nämä vanhat kokemukset omasta lapsuudesta voivat aktivoitua, kun olemme itse vanhempia, jolloin ne tuntuvat erityisen vaikeilta kestää ja sietää. Ja koska ne ovat olleet niin kivuliaita meille, niin myös mittasuhteet tänä päivänä voivat vähän kasvaa. Tunnistatko, onko tunteissasi mukaan myös hieman kateutta? Hävettävät ja nolotkin tunteet ovat täysin luonnollisia ja ne aktivoituvat erityisesti tällaisissa kuvatuissa vertailutilanteissa. Usein meissä vaikuttaa monta tunnetta yhtä aikaa ja sen takia kokemus voi olla aika ristiriitaisen tuntuinen. Sen takia olo ja tunnetila saattavat olla aika hämmentyneitä ja oma mieli pahoittuu helposti.

Raisa Cacciatore: [00:25:51] Komppaan todellakin Minnaa. Oma pohdinta on erittäin merkittävää. Miksi loukkaannumme? Nythän maailma on sellainen, että loukkauksia tulee. Niitä tulee koko ajan, mutta jotkut menevät ihan ohi, eivätkä tunnu miltään ja jotkut sattuvat todella kipeästi. Ne, jotka sattuvat kipeästi liittyvät usein johonkin vanhaan loukkaantumiseen menneisyydessä. Nyt jälleen voi olla niin, että vanhuksia on vaikea muuttaa ja appiukko saattaa olla hamaan hautaan asti tämä oma ihmeellinen itsensä, eikä muuta käytöstään. Silloin sinun on eletävä jotenkin tilanteen kanssa. Miten saat oman tunneilmastosi, tunnetasapainosi mielenrauhasi, lempeytesi, rakkaudellisuuttasi, vanhemmuutesi säilymään vertailun ja vähättelyn keskellä, mitä koet koko ajan sieltä appiukon puolelta? Suosittelisin kuuntelemaan meidän kymppijaksomme kysymys-vastauksen, missä puhuttiin itseluottamuksesta. Kysymys oli miten rajata pikkulapsiperhekaaosta. Siinä me Minnan kanssa pohditaan, miten voit rauhoittaa rentoutua ja tuntea itseluottamusta, vaikka ympäristö ei aina tue eikä ole rakentava. Tärkeintähän kuitenkin on oma hyvinvointisi, mielenrauhasi, tyytyväisyytesi ja ylpeys lapsestasi, se mitä välität omalle ihanalle rakkaimmallesi.

Minna Oulasmaa: [00:27:21] Entä miten Vauva- ja Meidän perhe -lehdissä? Onko tämä tuttu teema teille?

Maija Koski: [00:27:28] Kyllä tämä on hyvinkin tuttu teema. Toukokuun Meidän Perhe -lehdessä ei käsitelty anoppeja ja appiukkoja, vaan ihan äitisuhdetta. Siellä nousi esiin hyvin paljon se, että kuinka kipeästi voi osua itseensä lapsen arvostelu. Miten se herättää aika primitiivisiä tunteita ja omia kokemuksia ja asioita, mitä ei välttämättä itse ole käsitellyt läpi. Kyllä itsekin tämän tunnistan, eikä varmaan ole mitään asiaa, mikä niin helposti osuisi. Itseasiassa aivan naurettavan hassu asia, appiukkonni. Hän ei mitenkään erityisesti kritisoi minua koskaan, eikä vanhemmuuttanikaan, mutta tuli ihan sivulauseessa kerran sanoneeksi, kun vanhemmalla lapsellani, esikoisellani, oli silloin aika voimakas uhmaikä ja oli joku pieni nahina minulla ja tyttärelläni, niin appiukkonni tokaisee siihen että "No eikös ne äitien tyttärien suhteet aina ole tuollaisia, että yhtä riitelyä", tai joku tällainen, aivan hassu kommentti. Muistan, miten valtavasti se ärsytti. Tuli mieleen, että mitä sinä äitien ja tyttärien suhteista tiedät. Ja ehkä hän vain ajatteli keventää tunnelmaa. Ehkä hän ajatteli oikeasti vain että "Hei, sehän nyt on tuollaista". Mutta minuun sen osui niin, että raivo nousi, että "Mitä sinä tiedät minun ja tyttärenti suhteesta!". Paljon olen miettinyt itse vanhempana, että kyllä minua on helpottanut hirveästi, että olen käsitellyt omia tunteitani ja fiiliksiäni ja itsetuntoasioita. Useinhan sitä reagoi johonkin asiaan semmoiselta primitiivipohjalta.

Minna Oulasmaa: [00:29:07] Hyvä. Ja hyvä esimerkki, kyllä, tosi avaava.

Raisa Cacciatore: [00:29:10] Erittäin. Sanoisin, että olemme Suomessa käsittämättömän hyvällä pohjalla tasa-arvossa siinä, että arvostamme perheen lapsia usein jokaista yksilönä ja tasa-arvoisesti. Se ei ole itsestään selvää. Olen elänyt kahden kulttuurin perheessä ja kun sain toisen lapsen ja mentiin Italiaan, niin siellä naapurit ja tuttavat saattoivat tulla kysymään että "No kumpi on sinun lempilapsesi, kummasta tykkäät enemmän? Kun on kyllä kiltimpi..." Täällä kukaan ei kysy, ei ole vertailua ja arvottamista ja kilpailuttamista ja paremmuusjärjestykseen laittamista. Olin todella ällistynyt, että se oli itsestänselvyys ainakin niissä piireissä. Olen erittäin onnellinen siitä, miten valveutuneita nykypäivän vanhemmat ovat. Mutta edelleenkin enemmän saisi puhua siitä, että kaikki vertaaminen ja vertailu on itsetunnolle vahingollista. Silloin joudut koko ajan punnitsemaan uusien ihmisten ympärillä, että olenko riittävän hyvä sen sijaan, että olisi sisäinen varmuus ja käsitys siitä, että olen riittävän hyvä ja oikeanlainen. Sitä meidän pitää kasvattaa ja sitä me paljon teemme. Se on hieno juttu.

Maija Koski: [00:30:27] Kiitos teille hyvät kuulijat ja tietenkin Raisa ja Minna viisaista vastauksista ja hyvästä keskustelusta. Ensi viikon keskiviikkona taas uusi podcast, mutta tuttu juontaja Hanna. Hienoa jos laitatte taas kysymyksiä tulemaan ja lomake nimettömien kysymysten lähettämistä varten löytyy netistä osoitteesta www.ihanatipanat.fi. Kiitos ja kivaa päivää.

[musiikkia] Ihanat ipanat.