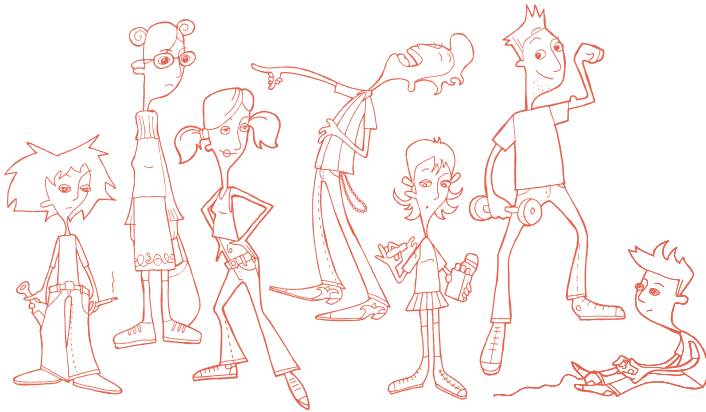


Epätäydellisten vanhempien lapset



MLL 
MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Onni löytyy arjesta.



Tämä työkirja on osa Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhempainnetti -aineistoa. Työkirjan on tuottanut MLL:n Vanhemmat ja itsenäistyvä nuori -projekti, joka toteutettiin Raha-automaattiyhdistyksen rahoituksella vuosina 2007–2009.



Julkaisija

Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Toinen Linja 17, 00530 Helsinki

p. 075 324 51

mll@mll.fi

www.mll.fi

Käsikirjoitus

Saara Kinnunen, FM, YTM, sosiaalipsykologi, erityistason perheterapeutti

Anne Kinturi, TM

Tatjana Pajamäki-Alasara, VTM, sosiaalipsykologi

Muu työryhmä

Anna Puusniekka, KM, YTM, sosiaalipsykologi

Satu Tallgren, KM

Toimitus

Virve Järvinen

Ulkoasu ja kuvitus

Tarja Petrell

Työkirjan tekstin, kuvien ja tehtävien kopioiminen, muuttaminen ja käyttäminen muuhun kuin alkuperäiseen tarkoitukseen ilman tekijöiden lupaa on kielletty. Kunnioita tekijänoikeuslakia.

Saatteeksi

Ei ole olemassa täydellisiä äitejä eikä isiä. Me emme ole sellaisia, eivätkä vanhempamme olleet.

Olemme lastemme vanhempia ja vanhempiemme lapsia. Sukupolvien ketju vaikuttaa siihen, millaisia olemme vanhempina. Vanhemmuuden malli ei silti ole lajioimaisuus, joka siirtyisi geeneissä. Omien vanhempiemme kasvatus-tyyli on kuitenkin monesti ainut, jonka tunnemme perinpohjaisesti. Tämän vuoksi se vaikuttaa toimintaamme äiteinä ja isinä, halusimme tai emme.

Kenelläkään meistä ei ole ollut täydellistä lapsuutta ja nuoruutta. Lapsuuden ja nuoruuden ikävät kokemukset eivät sellaisinaan tuo onnea tai ongelmia aikuisena. Kipeät kokemukset eivät siirry automaattisesti seuraavalle sukupolvelle: kielteisen kehityksen kehä on mahdollista katkaista. Jos vanhempi uskaltaa käydä läpi tunteidensa ja toimintamalliensa taustalla vaikuttavia kokemuksia ajatuksineen, hän pystyy muuttamaan käyttäytymistään ja käsikirjoitustaan vanhemmuudesta. Omakohtaisen kipeän kokemuksen muistelu auttaa osaltaan eläytymään oman nuoren maailmaan.

Tämän työkirjan tavoitteena on erotella kolme sukupolvea (lapsi, vanhempi, isovanhemmat) ja antaa jokaiselle lupa luoda omanlaisensa silmukka sukupolvien ketjuun. Vaikka historia sitoo silmukoita yhteen, jokainen yksittäinen silmukka on itsenäinen. Aina on mahdollisuus tehdä asioita toisin ja luoda uudenlainen suhde seuraavaan silmukkaan.

Menneisyys ja nykyhetki kohtaavat

Äiti istuu keittiönpöydän ääressä ja selailee lehteä. Kaisa, 16, tulee pöydän ääreen ja keskeyttää äidin ajatukset: ”Mä en mene huomenna äidinkielen tunnille”, Kaisa sanoo haastavasti. ”Mulla on esitelmä ja mua jännittää niin paljon, etten pysty.”

”Höpö, höpö”, sanoo äiti ärtyneesti.

Kaisa korottaa ääntään, ja ääni muuttuu itkuiseksi: ”En varmasti mene, mä en halua esiintyä luokan edessä. Mä en pysty siihen. Kaikki huomaa, kun mä jännitän.”

Äiti näkee, että Kaisa tarvitsisi lohdutusta ja apua. Äidin mielessä nousevat tunteet viestivät toisin: ”Miksei se pärjää ja uskalla? Ärsyttävää. Mitä olen tehnyt väärin, että siitä on tullut noin epävarma ja pelokas?”

Äiti muuttuu entistä ärtyisemmäksi ja tiuskaisee vihaisesti: ”Jos et mene tunnille huomenna, et pääse mihinkään koko viikonloppuna!”

Kaisa lopettaa keskustelun, paiskaa huoneen ovensa kiinni ja sulkeutuu sinne loppuillaksi.

Pohdi

- Mitä äidin ja Kaisan välillä oikein tapahtui?
- Mikä saattoi olla syynä äidin käytökseen?
- Mitä tilanteessa olisi voinut tehdä?
- Miten äiti voisi korjata tilanteen?

Vaikka äidin olisi pitänyt keskittyä Kaisaan ja hänen tunteeseensa, äidin omat kokemukset sekä epävarmuuden ja avuttomuuden tunteet heräsivät henkiin. Oma nuori sai hänet muistamaan ikävästi oman heikkoutensa vastaavassa iässä.

Jos äidillä ei ole ollut mahdollisuutta näyttää aikanaan omille vanhemmilleen epävarmuuden tunteita tai ne on pitänyt tukahduttaa, hänen voi olla vaikea sietää niitä omassa lapsessaan. Ellei äitiä ole nuorena kannustettu ja lohdutettu vaikeissa tilanteissa, hän ei osaa käyttäytyä niissä. Vaikka huomio pitäisi kiinnittää Kaisaan, äiti jää kiinni omiin kielteisiin ajatuksiinsa: olen epäonnistunut kasvattamaan tyttärestäni rohkean ja ulospäin suuntautuneen. Ajatuskulku saa äidin tarrautumaan tilanteen ratkaisun kannalta epäolennaiseen ja unohtamaan tärkeimmän: Kaisan kokemuksen, tunteen vastaanottamisen ja hyväksymisen ja ratkaisun pohtimisen.

Kaisa voi tulkita äidin torjuvan ja ärtyisän käytöksen kolmella eri tapaa:

1. Äiti ei ole kiinnostunut tyttärensä asioista tai mitätöi ne.
2. Äiti pitää Kaisaa huonona ja onnettomana tapauksena.
3. Epävarmuuden tunne on huono eikä sitä sovi näyttää.

Palauta mieleesi vastaava tilanne – tilanne, joka viritti siihen sopimattomia tunteita ja sai sinut toimimaan toisin kuin jälkeenpäin ajatellen olisit halunnut. Keksitkö syyn, miksi niin kävi?

Muistatko nuoruudestasi kokemuksia, joissa äitisi tai isäsi on suhtautunut sinuun tilanteeseen sopimattomalla tavalla tai epäreilusti? Miksi näin on käynyt?

Paluu omaan murrosikään – aikamatka

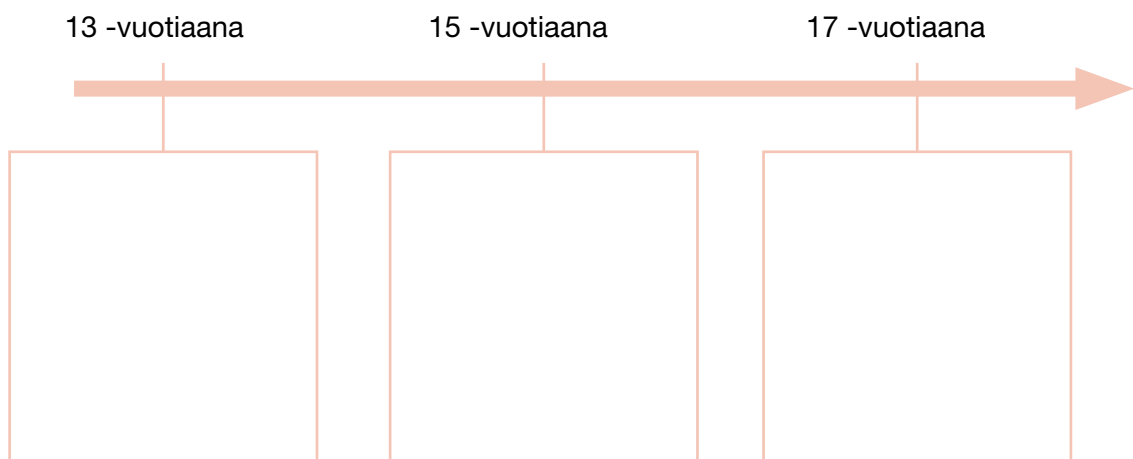
Herkkyyks omille kokemuksille ja muistoille saattaa auttaa kohtaamaan oman lapsen aidosti. Tämän vuoksi on tärkeää muistaa ja muistella omaa menneisyyttään – tehdä aikamatka omaan nuoruuteen. Jotta aikamatka olisi tuloksekas, on maltettava pysähtyä jokaisen kysymyksen äärelle, muistella ja pohtia. Vanhat valokuvat, päiväkirjat, vaatteet ja kirjeet auttavat virittäytymään muistitehtäviin.

Millainen nuori sinä olit?

- Mitkä alla olevista sanoista kuvaavat sinua parhaiten 13-vuotiaana? Ympyröi itseesi sopivimmat sanat.

iloinen, hauska, onneton, tylsä, ikävä, ujo, rauhaton, levoton,
kaunis, iso, ruma, keijumainen, itsevarma, tyyliön, pieni,
mahtaileva, innostunut, vilkas, itsepäinen, voimakas, vihainen,
tyhmä, viisas, kuriton, inhottava, viehättävä, eloisa, äänekäs,
hiljainen, luova, ärsyttävä, innostunut, mahtaileva, huomionkipeä,
kiltti, rauhallinen, epävarma

- Kirjaa oheiselle janalle nuoruutesi merkittävimmät tapahtumat



- Mikä on onnellisin nuoruusmuistosi?
- Mikä on surullisin nuoruusmuistosi?

Millainen suhde sinulla oli vanhempisi?

Muistele ja kirjaa nuoruuttasi

- Kuka oli sinulle perheesi aikuisista läheisin?

- Kuka perheen ulkopuolisista aikuisista oli sinulle läheisin?

- Pystyitkö jakamaan huolesi jonkun perheen jäsenen kanssa? Kenen?

- Minkälaisissa asioissa sait tukea vanhemmiltasi?

- Minkälaisissa asioissa olisit kaivannut enemmän tukea?

Millaista kotona oli?

- Mitkä sanat kuvaavat parhaiten tunnelmaa, joka oli kotonanne arkisin? Ympyröi sopivimmat sanat.

jännittynyt, rauhaisa, levollinen, kireä, vihamielinen, riitaisa, sopuisa, ahdistava, surullinen, aggressiivinen, tukahduttava, iloinen, riehakas, onnellinen

- Mitkä sanat kuvaavat parhaiten tunnelmaa, joka oli kotonanne viikonloppuisin ja vapaapäivinä? Ympyröi sopivimmat sanat.

jännittynyt, rauhaisa, levollinen, kireä, vihamielinen, riitaisa, sopuisa, ahdistava, surullinen, aggressiivinen, tukahduttava, iloinen, riehakas, onnellinen

- Kuvaisiko jokin muu sana tunnelmaa paremmin?
-

Tarkastele vastauksiasi

- Minkälaisia tunteita vastauksesi herättävät sinussa tällä hetkellä? Yllättikö niistä jokin sinut?
- Millainen nuori vastaustesi perusteella olit?
- Miltä nuoruuden kotisi ja suhteesi vanhempiisi vaikuttavat?

Minkälainen äiti ja isä sinulla oli?

- Ympyröi seuraavista parhaiten äitiäsi kuvaavat sanat

lämmin, voimakas, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen, aggressiivinen, epäluotettava, älykäs, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä, syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva, järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen, etäinen, itsekäs, lapsellinen, energinen, turvaton, kiltti

- Kuvaisiko jokin muu sana paremmin äitiä?

- Ympyröi isääsi parhaiten kuvaavimmat sanat

lämmin, voimakas, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen, aggressiivinen, epäluotettava, älykäs, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä, syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva, järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen, etäinen, itsekäs, lapsellinen, energinen, turvaton, kiltti

- Kuvaisiko jokin muu sana paremmin isää?

Tarkastele vastauksiasi

- Minkälaisia muistikuvia sait omista vanhemmistasi?
- Yllättikö jokin muisto sinut?
- Onko sinussa vanhempana samoja piirteitä kuin omissa vanhemmissasi? Mitä yhteistä löydät, missä olette erilaisia? Miksi?
- Minkälaisen naisen/miehen mallin sinä sait kotoasi?

Enemmän ja vähemmän hyvää

Lyhyen aikamatkailun aikana kävit läpi omaa nuoruuttasi, perheesi tunnelmaa ja vanhempiesi olemusta. Muistit ehkä asioita tai yhden onnellisen hetken, joka herätti onnellisen olon. Muistit, kuinka sinut kohdattiin sellaisena kuin olet. Muistit, kun sinut huomattiin. Muistit, kun sait olla vihainen, surullinen tai iloinen. Muistit hetken, jolloin sinulle annettiin aikaa.

Sen kentän laidalla isä seisoj ja kannusti joukkuettamme.

Äidinkielen opettaja kehui minua äidilleni. Kirjoitin kuulemma hyvin aineita. Äitini oli hyvin ylpeä, kun hän kertoi tätä tarinaa perheelle.

Kaikilla meistä ei ole muistissa isoja tai pieniä hetkiä, joista tulisi hyvä olo. Onnellisia muistoja ei vain valu mieleen. Niitä saattaa tulla, mutta vasta mustien muistojen jälkeen.

Miksi juuri meidän perheessä kävi niin? Miksi kukaan ei huomannut?

On vaikea uskoa, että nainen ja mies voisivat ikinä olla yhdessä onnellisia, kun katseli vuosikausia meidän perheen arkea.

Muistikuvat omasta yläaste-ikästä ovat hataria ja ahdistavia. Päällimmäisenä tulevat mieleen vain pitkät viikonloppuyöt. Pelkäsin, mitä niiden aikana tulee tapahtumaan.

Perhesalaisuuksien listalla on monenlaisia asioita. Joissakin perheissä sen jäseniä on lyöty, petetty, laiminlyöty tai hylätty. Perheenjäsenistä on erottu tai heidät on erotettu toisistaan. Uskonnollinen kuri on ollut tiukkaa ja poliittinen näkemys vanhempien mielestä ainoa oikea. Kotona on juotu liikaa tai rikottu lakia. Lapsi on pakotettu pitämään suunsa kiinni tai jätetty yksin materiaalsen hyvän keskelle: lapsen onnen vuoksi vanhempien on pitänyt tehdä paljon työtä.

Vanhempiemme käytökseen on tuskin yhtä ainoaa syytä. Erilainen aikakausi, vaikea elämäntilanne, puhdas tietämättömyys, omat vaikeat kokemukset, vanhemman fyysinen tai psyykinen sairaus – kaikki nämä ovat voineet saada vanhempamme käyttäytymään meidän kannaltamme ikävällä tavalla.

Kuinka elää oman menneisyyden kanssa?

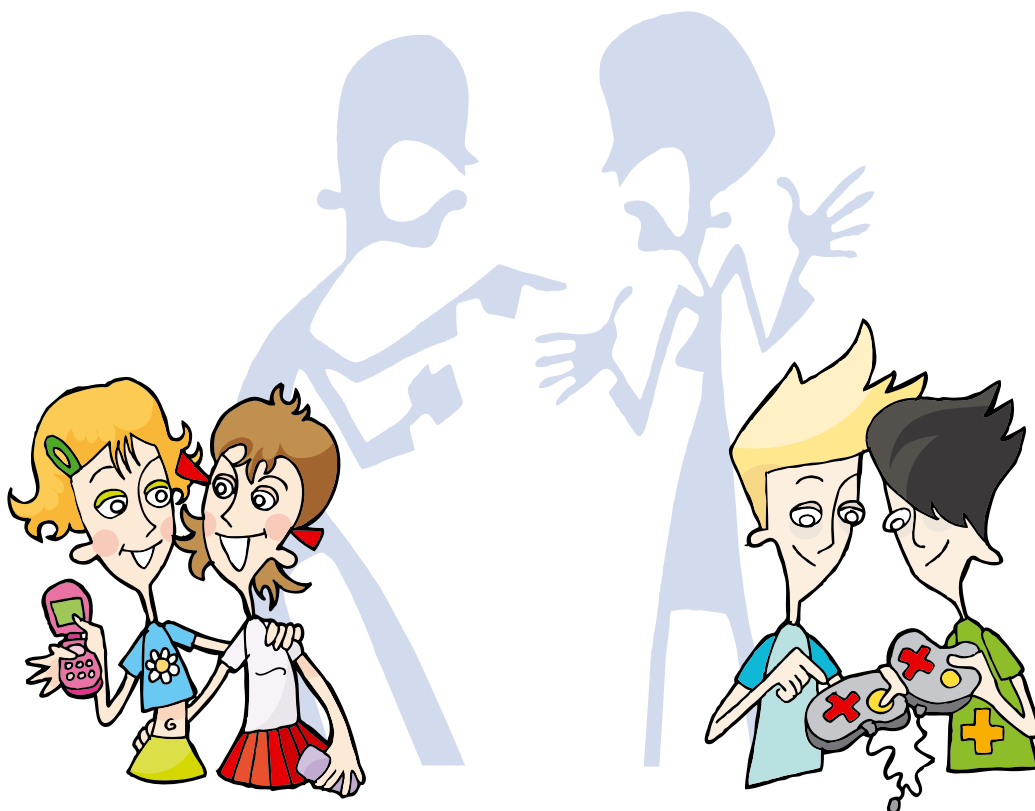
Oma historia saattaa raivostuttaa ja vihastuttaa: Miksi minä?

Oman menneisyyden voi myös kieltää: En halua olla missään tekemisissä koko jutun kanssa. Kaikki oli kuitenkin paremmin kuin monella muulla siihen aikaan.

Oma tarina saattaa itkettää ja surettaa pitkään – ihan luvallisesti. Kaikki tunteet ovat sallittuja.

Muistojen mieleen palauttaminen vaatii uskallusta. Jos uskaltaa puhua muistoista, voi oppia elämään niiden kanssa. Rauhallinen olotila odottaa usein sitä, joka uskaltaa tuntea muistojen aiheuttamat ikävyydet. Hän pystyy toteamaan: ”Minulle kävi näin. Minulla on tällainen tarina. Monella muullakin voi olla samankaltaisia tarinoita, mutta kenenkään muun tarina ei ole minun voimavarani. Minun tarinani voi parhaimmillaan opettaa minua.”

Jos ajatukset tai kielteiset tunteet vanhempiasi kohtaan hallitsevat jokaista päivääsi tai menneisyytesi ryöpsähtää tahtomattasi käytöksessäsi esiin, keskustele asiasta ammattilaisen kanssa. Toisinaan kirjeen kirjoittaminen ”näkymättömälle vanhemmalle” auttaa. Kirjeeseen voi vapaasti listata vanhempien tekemisissä mietityttäneet, kenties vihaa aiheuttaneet asiat. Kirjettä ei kuitenkaan kannata lähettää sellaisenaan.



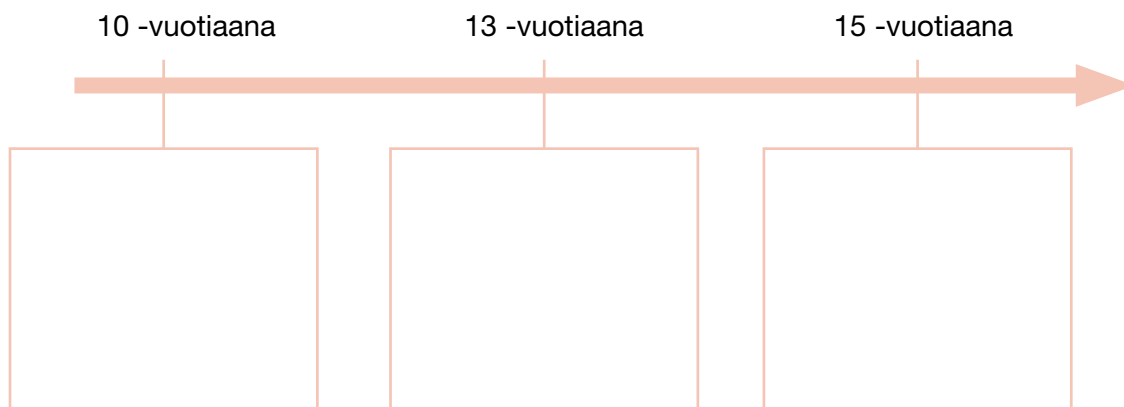
Pohdi yhdessä oman nuoresi kanssa

Pyydä omaa nuortasi vastaamaan alla oleviin tehtäviin. Jos tämä ei ole mahdollista, kuvittele, miten hän vastaisi niihin. Kunnioita nuoren mahdollista halua kertoa vain osa muistoistaan. Voit rohkaista nuorta kertomalla hänelle jonkin oman nuoruutesi salaisuuden.

- Mitkä alla olevista sanoista kuvaavat sinua parhaiten?

iloinen, hauska, onneton, tylsä, ikävä, ujo, rauhaton, levoton, kaunis, iso, ruma, keijumainen, itsevarma, tyyliön, pieni, mahtaileva, innostunut, vilkas, itsepäinen, voimakas, vihainen, tyhmä, viisas, kuriton, inhottava, viehättävä, eloisa, äänekäs, hiljainen, luova., ärsyttävä, innostunut, mahtaileva, huomionkipeä, kiltti, rauhallinen, epävarma

- Kirjaa oheiselle janalle merkittävimmät tapahtumasi



- Mikä on surullisin muistosi?
- Mikä on onnellisin muistosi?

Pyydä nuortasi ympyröimään oma käsityksensä ja näkemyksensä sinusta ja kotinne ilmapiiristä.

- Tunnelma kotona on yleensä

jännittynyt, rauhaisa, levollinen, kireä, vihamielinen, riitaisa, sopuisa, ahdistava, surullinen, aggressiivinen, tukahduttava, iloinen, riehakas, onnellinen

- Vai millainen?

- Äiti on

lämmin, voimakas, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen, aggressiivinen, epäluotettava, älykäs, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä, syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva, järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen, etäinen, itsekäs, lapsellinen, energinen, turvaton, kiltti

- Isä on

lämmin, voimakas, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen, aggressiivinen, epäluotettava, älykäs, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä, syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva, järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen, etäinen, itsekäs, lapsellinen, energinen, turvaton, kiltti

- Miltä nuoresi vastaukset sinusta tuntuvat?
- Vastaako oma käsityksesi itsestäsi nuoresi käsitystä?
- Mitä myönteisiä piirteitä sinuun liitetään?
- Oletteko kielteisistä asioista yhtä mieltä?
- Mitä olisit toivonut aikanaan omalta isältäsi?
- Mitä olisit toivonut äidiltäsi?
- Mikä esti sen, että toiveesi eivät toteutuneet?
- Mitä nuoresi toivoisi sinulta?
- Haluaisitko, että nuoresi voisi kokea jotakin, joka sinulta jäi aikanaan kokematta? Mitä ja miten se toteutuisi?

Tutkaile käytöstäsi. Kenties huomaat, että teet ja toimit toisin kuin haluaisit. Toimit lapsesi kanssa samoin kuin vanhempasi aikoinaan sinun kanssasi – huolimatta vakaasta päätöksestäsi toistaa näitä tapoja oman lapsesi kanssa. Kenties et pysty toimimaan toisin, vaikka haluaisitkin. Ongelman tunnistaminen on jo uuden alku, sillä tällöin asialle voi tehdä jotakin. Pohdi, mitä tilanteessa oikein tapahtui. Mitä tunsit? Mikä tilanteessa oli tuttua?

Omalle lapselle parempaa kuin itselle

Ei ole helppoa antaa toiselle sellaista, mitä vaille on itse jäänyt. Vaikka järki sanoisi toista, aina ei kykene eikä edes halua toimia toisin. Oma nuori herättää monenlaisia tunteita: iloa, onnea, raivoa, vihaa, ärtyisyyttäkin. Kokemamme tunteet voivat estää meitä käyttäytymästä kuten haluaisimme ja toivoisimme.

Joskus vanhempi voi tuntea kateutta omaa nuorta kohtaan. Kateus paljastaa meille sen, mitä kaipaamme tai olisimme kaivanneet.

Pysähdy rohkeasti nimeämään asia, josta olet nuorellesi kateellinen. Kysy itseltäsi, miksi juuri tuo asia herättää sinussa kateutta. Onko nuorellasi jotain sellaista, mitä itse olisit nuoruudessasi kaivannut? Ehkäpä olet kaiken aikaa yrittänyt antaa nuorellesi juuri sitä, mistä itse jäit paitsi omassa nuoruudessasi.

Uskalla kohdata totuus: nuoreni saa jotain, mitä en itse saanut.

Uskalla kohdata ja käsitellä myös totuuden aiheuttamat tunteet: riipaiseva kateus, suru, jopa viha.

Kun uskallat ja pystyt näihin kohtaamisiin, voit erottaa oman tarinasi ja lapsesi tarinan: onnenpotkunne ja surunaiheenne ovat erilaisia.

Tutkimusten mukaan parhaat suhteet lapsiinsa on vanhemmilla, joilla on ollut hyvät suhteet omaan vanhempiansa. Suhde vanhempiin on hyvä myös niillä, jotka tunnistavat, millä tavalla heidän vanhempansa ovat toimineet ymmärtämättömästi. Tunnistaminen on ensimmäinen askel oman vanhemmuuden muutokseen. Muutos tapahtuu hitaasti ja vaatii vaivaa, mutta se kannattaa.



Muutos käytännössä

Tapa toimia eri tilanteissa nuoren kanssa ei aina tule luonnostaan. Tapoja voi kuitenkin opetella. Esimerkiksi halaus ja nuoren lohduttaminen eivät välttämättä suju spontaanisti. Ne saattavat onnistua helpommin, kun tietää, että nuori yksinkertaisesti tarvitsee tällaista läheisyyttä.

Saatat toisinaan huomata, että pystyt toimimaan toisella tavalla kuin omat vanhempasi. Tieto lapsen ja nuoren tarpeista on saanut sinut toimimaan toisin. Aivan kuten muillakin elämän alueilla myös lasten ja nuorten kanssa uuden tiedon omaksuminen auttaa muuttamaan toimintatapoja.

Mieti, millaisen muutoksen haluaisit tehdä. Mitä se vaatii sinulta? Tee itsellesi selvä kirjallinen inventaario asioista, joissa haluat olla toisenlainen kuin vanhempasi aikanaan. Mieti jokaisen havaitsemasi asian kohdalla, millä tapaa toisin haluat toimia. Jaksaa pohtia, mikä aikanaan estä toiveidesi toteutumisen. Kun vastaat rehellisesti, olet taas askeleen pidemmällä tutkimusmatkalla omaan itseesi.

Esimerkkejä muutostoiveista

Haluan, että nuoreni varmasti tietää, että välitän hänestä.

→

Varaan aikaa, jotta voin osoittaa kiinnostusta nuoren asioihin. Yritän opetella sanomaan nuorelle, että rakastan häntä.

En halua nimitellä nuortani ikävästi.

→

Hillitsen itseni suutuspäissänikin. Poistun vaikka huoneesta, jos suustani uhkaa tulla pelkkiä haukkuja.



Hyvän jakamista voi opetella. Mieti, mitkä hyvät kokemuksesi haluaisit siirtää nuoresi elämään. Onko perheellänne esimerkiksi juhlien viettoon liittyviä tapoja, joiden säilyminen sukupolvelta toiselle olisi arvokasta? Pystyisitkö antamaan nuorellesi hyvää palautetta joistakin arkisista asioista? Voit listata kaikki ne hyvät asiat, jotka sait omilta vanhemmiltasi ja jotka haluat nyt siirtää omalle nuorellesi.

Vanhempi on nuoren tärkein aikuinen

Vanhemmat ovat nuoren tärkeimmät aikuiset ja tärkein malli aikuisuudesta – aina ja ikuisesti, ystäväistä ja koko ajan laajentuvasta elämänpiiristä huolimatta. Joskus on hyvä päivittää itselle tärkeiden asioiden listaa ja miettiä, millaista käytöstä arvostaa ja vaatii itseltään sekä läheisiltään – millaisen mallin haluaa nuorelleen antaa.

Pohdi

- Mikä omassa vanhemmuudessasi on sinulle tärkeintä? Ympyröi viisi sinulle tärkeintä asiaa nuoresi elämässä.

Tärkeää on, että lapsi ja nuori

1. menestyy elämässään
 2. saa hyvän koulutuksen
 3. kasvaa onnelliseksi
 4. saa olla oma itsensä
 5. perustaa perheen, johon sitoutuu
 6. tuo vanhemmilleen kunniaa
 7. pystyy toteuttamaan niitä asioita, joita ilman itse jäin
 8. muodostaa itsenäisesti omat kiinnostuksen kohteensa
 9. käyttäytyy sopuisasti ja hyvin
 10. uskaltaa ilmaista mielipiteitään
 11. osaa pitää puolensa
 12. tottelee aikuisia kyseenalaistamatta
 13. on luova ja ratkaisuihmissaan rohkea
 14. ei käytä päihkeitä
 15. kunnioittaa tasa-arvoa miesten ja naisten välillä
 16. uskaltaa ilmaista tunteitaan
 17. kunnioittaa muita ihmisiä
- Pohdi, mitkä valitsemistasi asioista ovat kaikkein tärkeimpiä?
 - Miten nämä näkyvät jokapäiväisessä elämässäsi? Ajankäytössäsi? Suhteessasi lapseesi ja nuoreesi?
 - Mitä nuoresi toinen vanhempi vastaa?
 - Pyydä lastasi ja nuortasi lukemaan oheinen lista ja valitsemaan sieltä viisi omasta mielestään tärkeintä asiaa. Eroavatko näkemyksenne toisistaan?
 - Sopikaa koko perhe yhdessä, mistä hyvistä asioista haluatte pitää jatkossakin kiinni. Entä millaisia muutoksia haluatte? Mitä se vaatii teiltä?

Lopuksi

Toivottavasti tämä työkirja on virittänyt tunteita, muistoja ja ajatuksia. Olet onnekas, jos sait palautettua mieleesi paljon onnellisia hetkiä omasta nuoruudestasi. Olet myös onnekas, jos puolestasi jonain päivänä pystyt sanomaan:
Kokemukseni teki minusta juuri tällaisen.

Näin pitää ollakin. Kokemuksesi ovat sinun eväitäsi vanhempana.

Sinä olet sukupolvien ketjussa nyt aikuisten työvuorossa. Tehtävänäsi on huolehtia vuorostasi lapsista ja nuorista. Aikuisen vastuu on laaja: oman nuoren lisäksi lähipiirissä on nuoria, joilla on oikeus odottaa aikuiselta myönteistä huomiota. Huomionosoitukset nuoren ystäville, seurustelukumppaneille, serkuille ja omille kummilapsille voivat olla omalle nuorelle ylpeyden aiheita siten myöhemmin elämässä.

Meidän isä jaksoi aina viedä meidät molemmat Kallen kanssa lätkäreeneihin ja koukata Kallen kodin kautta paluumatkalla.

Millaisia muistoja haluat lapsesi ja nuoresi muistelevan itse vuosien kuluttua?
Mitä meidän äiti teki tai mitä meidän isä sanoi?

Lähteet

- Aalberg, V. & Siimes, A. 2007. **Lapsesta aikuiseksi: nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi.** Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Cambell, R. 1994. **Rakkaudesta murkkuun.** Karas-Sana.
- Dunderfelt, T. 2006. **Elämänkaaripsykologia.** Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 9–13. painos, WSOY.
- Erkkilä, J. ym. 2003. **Surevan lapsen kanssa.** Suomen mielenterveysseura.
- Fenwick, E. & Smith, T. 1994. **Murrosiästä aikuisuuteen.** Weilin & Göös.
- Huttunen, J. 2001. **Isänä olemisen uudet suunnat.** PS-kustannus.
- Innanen, M. 2001. **Isyys ja äitiys nuorten kertomana – lukiolaisten tyttöjen ja poikien kirjoituksia.** Jyväskylä: LIKES Research Reports on Sport and Health, 130.
- Jallinoja, R. 2000. **Perheen aika.** Otava.
- Kankkonen, M. & Suutarla, A. 2005. **Vanhemman työkirja.** Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Keltinkangas-Järvinen, L. 2000. **Hyvä itsetunto.** WSOY.
- Kinnunen, S. **Murrosikäinen perheessä.** Helsinki: Karas-Sana (1991)
- Kinnunen, S. 1992. **Keskilapsuuden tärkeät vuodet.** Karas-Sana.
- Kinnunen, S. 2001. **Tytöt, pojat ja seksi.** Kirjapaja.
- Kinnunen, S. 2003. **Anna mun olla lapsi.** Kirjapaja.
- Kuurre, T. (toim.) 2001. **Aikuistumisen pullonkaulat.** Nuorten elinolot-vuosikirja. Nuorisotutkimusseura.
- Laukkanen, E., Marttunen, M., Miettinen, S. & Pietikäinen, M. 2006. **Nuorten psyykkisten ongelmien kohtaaminen.** Duodecim
- Lyytinen, P., Korkiakangas, M., Lyytinen, H. (toim.) 1995. **Näkökulmia kehityspsykologiaan - kehitys kontekstissaan.** WSOY.
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (toim.) 2006. **Ihmisen psykologinen kehitys.** WSOY.
- Ryhänen, A. & Kankkonen, M. 2006. **Lasten ja nuorten puhelimen ja netin vuosiraportti 2006.**
- Räsänen, E., Moilanen, I., Tamminen, T. & Almqvist, F. (toim.) 1996. **Lasten- ja nuortensykeiatria.** Duodecim.

MLL 
MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Onni löytyy arjesta.

