

3-vuotias



Lehtinen on päivitetty versio
vuonna 2007 ilmestyneestä lehtisestä.

Sisältöä ovat kommentoineet:

Katri Kanninen, VET psykoterapeutti, PsT
Mirjami Mäntymaa, lastenpsykiatri, LT
Saara Salo, psykoterapeutti, PsT
MLL:n asiantuntijat

Alkuperäinen käsikirjoitus:

Arja Häggman-Laitila, dosentti, TtT

Asiantuntijat:

Tuovi Keränen, psykologi, PsM
Anu Lius, kätilö
Nina Melamies, erityisluokanopettaja, KM
Kirsi Otronen, terveydenhoitaja
Kaija Puura, lastenpsykiatri, LT
Markus Torkkeli, luokanopettaja, KT

Julkaisija

Mannerheimin Lastensuojeluliitto
Toinen linja 17, 00530 Helsinki
p. 075 324 51
mll@mll.fi
www.mll.fi

Tilaukset

www.mll.fi/kauppa
tilauspalvelu@mll.fi
p. 075 324 5480
tilausnumero 30096

Ulkoasu: Hahmo

Taitto: Virma/Minna Laatikainen

Kuvat: Keksi/Suvi-Tuuli Kankaanpää

Kirjapaino: ESA Print Oy 10 2013



Sisältö

Matkalla minuuteen s. 5
Vanhemmat ovat tärkeitä s. 5
Äidin poika ja isän tyttö s. 6
Vauhdikas vekara s. 8
Omia taitoja on jo monia s. 9
Tutut päivärutiinit s. 13
Papupata porisee s. 13
Totta vai tarua s. 14
Tunteiden kanssa tulee toimeen s. 15
Turvalliset rajat s. 16
Pettymyksiä kohtaaminen s. 16
Kiukun kanssa pärjää s. 17
Myötätunto kehittyy s. 18
Roolileikit kiinnostavat s. 19
Kaksin on kivempaa s. 20
Sukupolvien ketjussa s. 22

Lukijalle

Kolmivuotias lapsi on usein oikea puuhapakkaus. Hän saattaa muuttua aikaisempaa villimmäksi vipeltäjäksi. Leikit voivat olla rajuja, ja lapsi pyrkii niissä ennätysiin. Hänen mielikuvituksensa on vilkas. Vanhempien haasteena on auttaa lasta sietämään pettymyksiä ja epäonnistumisia. Vanhempien tehtävänä on asettaa lapselleen rajoja, kestää hänen kiukutteluaan ja toisinaan rauhoittaa leikkiä.

Jokainen lapsi kehittyy yksilöllisesti omaan tahtiinsa. Tässä lehtisessä kerrotut kehitysvaiheet ovat viitteellisiä. Lapsen kehitysvaiheet ja hänen persoonallisuutensa kasvattavat vanhemmuuteen. Vanhemmat tuntevat itsensä ja lapsensa parhaiten. He tietävät, mikä on heille hyväksi ja milloin omat voimat eivät riitä. Kaikilla on pulmia ja ongelmia. Niihin kannattaa hakea rohkeasti tukea ja neuvoja: mitä varhemmin, sitä parempi. Toisen ihmisen tuki auttaa vanhempaa jaksamaan.



Matkalla minuuteen

Lapsi on entistä kiinnostuneempi muista ihmisistä. Häntä kiinnostaa, miltä toiset ihmiset näyttävät, mitä he tekevät ja millainen hän on itse toisiin verrattuna.

Lapsi on avoin kertoessaan itsestään ja perheestään muille. Hän on myös hyvin utelias ja kysyy rohkeasti asioita vierailta ihmisiltä. Lapsi voi kysyä kaupanmyyjältä, onko hänellä lapsia tai udella pyörätuolissa istuvalta vanhukseksi, mihin tämä tarvitsee pyörätuolia. Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että hänen uteliaisuuteensa ja vilkkauteensa suhtaudutaan ymmärtäväisesti. Se rohkaisee häntä esittämään omia näkemyksiään ja tekemään aloitteita ympäristössään.

Tämänikäinen pahoittaa mielensä herkästi, eikä hänen kustannuksellaan saa leikkiä. Lapsi haluaa kokea, että isä ja äiti ovat tilanteessa kuin tilanteessa hänen puolellaan. Lapsi oppii näkemään itsensä sellaisena kuin hänelle tärkeät ihmiset hänet näkevät. Toisten ihmisten mieliteet lapsesta vaikuttavat hänen itsetuntoonsa.

Lapsi pystyy puhumaan itsestään ja tekemisistään myönteisemmin, jos hän on kuullut perheenjäsenten puhuvan

i Tukea vanhemmuuteen

MLL:n Vanhempainpuhelin

0600 12277

Vanhempainnetti

www.mll.fi/vanhempainnetti

toisistaan samaan sävyyn. Kehuminen ja rohkaiseminen tukevat lapsen itsetunnon kehitystä. Lapsen onnistumisista ja halusta auttaa on hyvä kertoa muille niin, että lapsi itsekin kuulee keuhut.

Lapselle on tärkeää, että hän tuntee olevansa rakastettu ja hyväksytty. Lapsi on ajatuksissaan ja puheissaan jo ”iso”, mutta toisaalta hän haluaa välillä olla ”pikkuvauva.” Hän kaipaa ja tarvitsee vielä pitkään huomiota, kosketusta ja syliä.

Vanhemmat ovat tärkeitä

Lapsi tarvitsee turvaa ja rauhallista yhdessäoloa vanhempiensa kanssa. Hän kaipaa rinnalleen aikuista, joka iloitsee hänestä ja on kiinnostunut hänen tekemisistään ja sanomisistaan ja joka haluaa keskittyä juuri häneen. Yhteiset hetket vanhempien kanssa ovat pienen lapsen päivän kohokohtia. Vanhemmat ovat lapselle maailman tärkeimmät ihmiset.

Vanhempien kannattaa varata kahdenkeskistä aikaa kullekin lapselleen erikseen. Kahdenkeskinen hetki voi olla vaikka retki uimahalliin, kiireetön kauppamatka, auton tai kodin siivousta – mitä tahansa, jossa lapsi voi olla mukana. Työstä kotiin palavan vanhemman olisi hyvä varata hetki lapselle ennen kotitöihin ryhtymistä. Rauhallinen hetki ja huomion antaminen lapselle tuntien erossa olon jälkeen vähentää usein lapsen kiukuttelua.

Lapsi seuraa tarkkaan perheenjäsentensä käyttäytymistä eri tilanteissa ja jäljittelee sitä. Hän ihailee kovasti vanhempiaan, ovathan he hänelle ihmisenä olemisen esikuvia. Lapsi oppii perheenjäseniltään

esimerkiksi puhetyylin, käytöstapoja, suhtautumisen toisiin sekä taidon osoittaa hellyyttä ja tunteita. Ei ihme, että vanhemmat näkevät tämänikäisessä lapsessa usein omia piirteitään.

Lapsi itse osoittaa ihailunsa läheisilleen mahtipontisesti. Hänen halauksensa ovat rajuja ja kehunsa valtavia: ”Isä, sinä olet ihana. Ostan sinulle lahjaksi koko maailman!” Hän myös toivoo, että muut huomaavat hänessä ihailtavia asioita ja mainitsevat niistä. Hän saattaa kehaista ”minullapa on uudet hiussoljet” ja ilahtua siitä, kun hänelle vastataan ”ovatpa ne kauniit ja sopivat sinulle tosi hyvin”.

Lapsi pystyy jo eroamaan vanhemmistaan, kunhan ero ei ole pitkä ja ympäristö on tuttu. Hyvä nyrkkisääntö on se, että lapsi voi olla erossa vanhemmistaan yhtä monta yötä kuin hänellä on ikävuosia. Yksilölliset erot täytyy kuitenkin huomioida. Lasta pitää valmistaa tulevaan eroon ja selittää sen syy. Muuten lapsi voi luulla, että eron syy on hänessä, eivätkä van-

i Erohetkien varalle

Vanhemmistaan erossa olevan lapsen on saatava olla päivittäin yhteydessä rakkaimpiinsa vaikka puhelimitse. Lapselle voi jättää eron ajaksi mukavan, lohduttavan muiston tai tehtävän, jota tehdessä lapsi kokee olevansa vanhempiensa mielessä. Valokuvat, vanhempien vaatteet tai vaikka sopimus kaikkien nukkumaanmenohetkellä laulettavasta tutusta iltalaulusta helpottavat sietämään eroa.

hemmat halua olla hänen kanssaan. Lapsi kokee erossa oloajan pitempänä kuin aikuinen.

Äidin poika, isän tyttö

Viimeistään nyt poika tajuaa olevansa poika ja tyttö olevansa tyttö. Lapsi haluaa matkia itsensä kanssa samaa sukupuolta olevia aikuisia. Hän ihailee vastakkaista sukupuolta. Aikuiset auttavat lapsen myönteistä kehitystä mieheksi ja naiseksi puhumalla arvostavasti vastakkaisesta sukupuolesta sekä itsestään miehenä ja naisena. Aikuisen asenteet vaikuttavat siihen, millaiseksi lapsen käsitys eri sukupuolista muodostuu. Jos poika näkee vain äidin laittavan ruokaa ja hoitavan lapsia, hän uskoo kotitöiden kuuluvan vain naisille.

Lapsi kiinnostuu vauvojen alkuperästä, sukupuolieroista ja omista sukuelimistään. Hän haluaa tietää, mistä hän on tullut ja kuinka vauva pääsee äidin vatsaan. Lapsen kysymyksiin kannattaa vastata yksinkertaisesti. Vastakysymyksellä ”Mitä itse ajattelet?” aikuinen voi tarkistaa, mitä lapsi todella haluaa tietää ja millaista vastausta hän kaipaa. Lapselle riittää, kun hän saa vastauksen esittämiinsä kysymyksiin, hän ei tarvitse laajaa selvitystä asiasta.

Lapselle on jo kehittynyt kaavamaisia käsityksiä tyttöjen ja poikien eroista. Monet kolmevuotiaat ajattelevat, että tytöt ovat poikia parempia laittamaan ruokaa ja pojat osaavat rakentaa tyttöjä paremmin. Vanhempien tehtävänä on kannustaa lasta kehittymään yksilönä, sukupuoleen katsomatta.



Lapselle on tärkeää, että hän tuntee olevansa rakastettu ja hyväksytty.

Lapsen temperamentti on sukupuolta tärkeämpi. Seikkailunhaluinen tyttö tarvitsee kannustusta siinä kuin poikakin. Jokaisen pojan ei tarvitse pelata jalkapalloa tai jääkiekkoa. Onneksi maailmaan mahtuu lukuisia muita tapoja itsensä toteuttamiseen. Lapsi saattaa tarvita kannustusta sellaisiin asioihin, jotka eivät ole hänen luonteelleen helppoja.

Vauhdikas vekara

Lapsi hallitsee liikkeensä aiempaa paremmin. Hän oppii potkimaan ja heittämään palloa sekä kävelemään portaat vuoroaskelin. Lapsen liikkeissä on voimaa, usein enemmän kuin tilanne vaatii. Hän on innokas opettelemaan ja esittämään tempuja. Lapsi käyttää pääsääntöisesti joko oikeaa tai vasenta kättään.

Tämänikäinen osaa ja haluaa luoda käsillään kaikenlaista. Hän tarvitsee mahdollisuuksia ja välineitä piirtämiseen, muovailuun ja askarteluun. Käsillä tekeminen on kehittäväntä silloin, kun aloite siihen on lapsen ja ideat hänen omiaan. Aikuinen ohjaa ja valvoo lasta, mutta antaa muutoin lapsen puuhata vapaasti.

Tärkeintä on, että aikuinen on kiinnostunut lapsen tekemisistä. Tekeminen on tulosta tärkeämpää ja siksi lapsen työn jälkeä ei pidä korjailla, ei edes sanoin. Osa lapsista ei vielä piirrä selvästi ymmärrettäviä kuvia. Lapsen kuva ihmisestä voi muistuttaa perunaa, josta lähtee neljä viivaa eri suuntiin. Luomistyö on sottaista, siisteyden liiallinen korostaminen tappaa kuitenkin tekemisen ilon.

Tämänikäiselle lapselle voi tarjota moni-

Erlaisia temperamentteja

Lapsen synnynnäinen temperamentti vaikuttaa siihen, kuinka hän toimii ja on vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Vanhemman ja lapsen hyvin erilaiset temperamentit voivat aiheuttaa pulmia. Vanhemman voi olla vaikea ymmärtää lasta ja hänen tarpeitaan. Esimerkiksi ujoita lapselta saatetaan odottaa rohkeutta isossa lapsiryhmässä. Parasta olisi, että vanhempi oppisi huomioimaan lapsensa erityispiirteet ja muistamaan, että kaikkien lasten kanssa ei voi toimia samalla tavalla. Ujoa ja arkaa lasta voi auttaa liittymään muiden seuraan omassa tahdissa.

puolisesti erilaisia mediasisältöjä, kuten kirjoja, lastenohjelmia, musiikkia, digitaalisia pelejä. Lapsi saa niistä elämyksiä. Aikuisen tehtävänä on varmistaa, että sisällöt sopivat lapsen ikätasolle ja ettei lapsi vietä niiden parissa liian kauan aikaa.

Vaikka lapsi osaaakin jo toimia median parissa melko itsenäisesti, hänelle olisi parasta, jos vanhemmat pelaisivat pelejä ja katsoisivat ohjelmia hänen kanssaan. Vanhemmalle tällaiset hetket tarjoavat mahdollisuuden tutustua lapsen mediakokemuksiin ja ymmärtää, millaisia tunteita ja ajatuksia media lapsessa herättää. Myös koko perheen katselutottumuksiin kannattaa kiinnittää huomiota. Kuinka



paljon televisio on auki ja onko se auki huoneessa, jossa lapsi viettää suurimman osan ajastaan?

Omia taitoja on jo monia

Lapsi pukeutuu itse. Kengät menevät kuitenkin vielä väärään jalkaan ja nauhojen solmiminen ei onnistu. Lapsi osaa hakea puhtaat vaatteet, jos hän tietää niiden säilytyspaikan. Hänen pukeutumistaan helpottaa, kun vaatteet on asetettu hänen eteensä oikein päin ja valmiiksi pukemis-

i Ikärajat velvoittavat

Kuvaohjelmille asetetut ikärajat kertovat lapsen ikätasolle haitallisista sisällöistä. Ikärajat eivät ole suosituksia, vaan sitovia. Lapsi saa katsoa vain kaikille sallittuja kuvaohjelmia tai pelata kaikille sallittuja pelejä. Ne on merkitty kirjaimella S.

järjestykseen, alusvaatteet pinon päällimmäisiksi. Pukeutuminen sujuu, kun vaatteet ovat helposti päälle puettavia ja lapsella on siihen riittävästi aikaa. Riisuminenkin onnistuu itsenäisesti. Riisutut vaatteet jäävät lapselta usein mykkyrälle lattialle.

Tämänikäinen voi olla välillä laiska käyttämään taitojaan eikä viitsi pukeutua, vaikka osaisi. Hän voi myös kiukutella vaatteistaan, ne voivat olla vääränväriset tai -näköiset. Kiukuttelu vähenee, jos lapsi saa itse valita vaatteensa parista vaihtoehdosta. Valintojen tekeminen lisää lapsen tunnetta itsensä ja arjen hallinnasta. Hän kokee, että hänen mielipiteillään on merkitystä. Valinta ei tapahdu kuitenkaan hetkessä, sillä lapsella ei ole samanlaista ajantajua kuin aikuisella. Hän ei koe kiirettäkään samalla tavoin kuin aikuinen.

Lapsi osaa jo monta asiaa, esimerkiksi syödä, hakea juotavaa, käydä itsenäisesti vessassa. Hampaiden harjauksessa ja peseytymisessä tämänikäinen tarvitsee kuitenkin vielä apua.

Kolme-neljävuotias osaa syödä, hakea juotavaa ja käydä itse vessassa. Hän tarvitsee vielä aikuista peseytyessään ja hampaita harjattaessaan. Lapsi ei juuri kastele housujaan eikä tuhri, mutta vahinkoja voi vielä sattua. Jokainen oppii siistiksi ajallaan, toiset hitaammin, toiset nopeammin.

Vanhempien rento asenne siisteyskasvatukseen on tärkeää. Liika yrittäminen synnyttää lapsessa epäonnistumisen tunteita. Kun lapsi onnistuu, hän tarvitsee kehuja. Sotkuista ei kannata suuttua, ne kuuluvat totuttelukauteen. Kuivaksi oppineellekin sattuu vahinkoja. Jos vahingot toistuvat jatkuvasti, asiasta kannattaa kertoa neuvolassa.

Moni tarvitsee vielä yövaippaa. Kolmi- vuotiaista joka neljäs kastelee öisin. Lapsi ei kastele sänkyään tahallaan, joten häntä ei saa torua. Vaikka lapsi osaisi mennä itse vessaan, hän tarvitsee apua pyyhkimisessä, myöhemmin sen opettelussa.

Lasta kiinnostaa kaikki, mitä aikuiset tekevät. Hän auttaa mielellään kotitöissä. Into niihin säilyy, kun lapselle annetaan omia, pieniä tehtäviä, joista hän selviytyy itse loppuun saakka. Oman huoneen siistinä pitäminen ei onnistu tämänikäiseltä. Mutta hän voi kerätä yhdessä vanhemman kanssa tavaroita lattialta. Lapsi tarvitsee kehittyäkseen tehtäviä, jotka saavat hänet kokemaan itsensä isoksi ja osaavaksi. Hän kaipaa kehuja ja kiitosta myös siitä, että yrittää! Kun kaikki ei suju suunnitelmien mukaan, lasta on ohjattava ja rohkaistava uusiin yrityksiin.





”Älä tule paha kakku, tule hyvä kakku!” Lorut, hokemat, sadut ja tarinat tukevat lapsen puheen kehitystä.

Tutut päivärutiinit

Lapsi tarvitsee suurin piirtein samana toistuvan päiväjärjestyksen. Se auttaa häntä yhdistämään ajan ja tapahtumat toisiinsa. Tutuus vahvistaa lapsen turvallisuuden tunnetta. Lapset ovat usein itsekkin tosi tarkkoja siitä, että asiat toistuvat totutulla tavalla. Tutusta rytmistä poikkeaminen tuntuu juhralta vain silloin, jos arki toistuu riittävän samanlaisena. Jos viikonlopun erilainen rytmi tekee maanantaista viikon kamalimman päivän, arkirytmisiä kannattaa pitää viikonloppuinakin.

Lapselle on hyvä kertoa päivärytmissä tapahtuvista muutoksista ajoissa. Tällöin lapselle jää aikaa valmistautua tulevaan, ja hän kokee olonsa turvallisemmaksi. Lapsi pystyy siirtymään tekemisestä toiseen helposti aikuisen ohjaamana. Hänen muistinsa on jo niin kehittynyt, että hän tietää itsekkin, mitä esimerkiksi ulkoilun jälkeen tapahtuu. Hän on myös oppinut erottamaan tämän päivän huomisesta. Häntä voi valmistaa vaikka tulevaan hammaslääkärikäyntiin kertomalla siitä tapahtumaa edeltävänä päivänä.

Nukkumaanmenorutiineista kannattaa pitää kiinni. Kiireettömät, säännöllisenä toistuvat iltapuuhut ja oma sänky rauhoittavat lapsen. Nukkumaan menemisestäkin kannattaa puhua lapselle ajoissa. Leikeistä suoraan sänkyyn hypääjältä jää väliin rauhallinen seurustelu vanhemman kanssa. Unilelut ja iltarituaalit tekevät nukkumaanmenosta turvallisen, hyvinmielentäyteisen hetken.

Vanhempien on tärkeää ymmärtää lapsen jaksamista ja auttaa häntä tunnistamaan sen vaihteluita. Kun vanhemmat

opettavat lastaan tunnistamaan esimerkiksi väsymyksen merkkejä ja kertovat hänelle, milloin hän on väsynyt, lapsi oppii yhdistämään olotilansa väsymykseen. Samalla hän oppii, että väsyneenä levätään tai mennään nukkumaan.

Lapsi oppii varomaan ja välttämään vaarallisia tilanteita, kunhan aikuinen ohjaa ja opastaa. Silti hän ei pärjää vielä yksin, ilman aikuista pihalla.

Papupata porisee

Lapsi puhuu jo sujuvasti ja ymmärrettävästi. Hän oppii uusia sanoja päivittäin. Kolmevuotias käyttää kolme–viisisanaisia lauseita ja hallitsee lukumäärät yhdestä kolmeen. Nelivuotiaan lauseissa on jo viidestä kuuteen sanaa. Sanavarasto on runsas, noin tuhat sanaa. Lapsenomaisen ääntäminen häviää vähitellen, mutta yksittäisten äänteiden, kuten r, s, l, lausumisessa hänellä voi vielä olla vaikeuksia.

Lapsen puheen oppimista voi tukea monella tavalla esimerkiksi arkipuuhiin yhteydessä. Lasta voi tutustuttaa erilaisiin käsitteisiin, kuten ”minun” ja ”sinun”, ”eteen” ja ”taakse”, ”oikea” ja ”vasen” käyttämällä näitä käsitteitä kehotuksissa ja pyynnöissä. Häntä voi pyytää vaikkapa kattamaan pöytään lautasen taakse sinisen lusikan, pukemaan päälleen puseron alimmaiselta hyllyltä ja laittamaan oikeaan jalkaan oikean jalan kengän.

Sanaseikkailua

Lapsesta on mukava käyttää uusia, vaikeita sanoja, kuten ”sitä paitsi” ja ”valitettavasti”. Erilaiset hokemat kuuluvat tähän ikään.

Lapsi puhuu paljon, myös yksin ollessaan. Kun lapsi suuttuu, hän ei sanojaan säästele. Hän käyttää voimakkaita ja liioiteltuja ilmaisuja: asia voi olla tapahtunut ”ainaskin tuhat kertaa”.

Lapsi nauttii, kun hänellä on vanhempiensa kanssa oma, yhteinen salakieli. Hassunhellit meidän perheen omat sanat kertovat siitä, kuinka paljon perheen jäsenet toisistaan välittävät. Hellittelykielen säilymistä kannattaa vaalia.

Tämänikäiseltä eivät kysymykset lopu. Vanhemmat saavat vastata kerran jos toisenkin miksi-alkuisiin kysymyksiin. Lapsi uskoo, että kaikella on tarkoituksensa. Hän haluaa tietää, miksi punainen on punainen tai kastuvatko ihmisen luut uudessa. Annetut selitykset kiinnostavat häntä, samoin se, kuinka hyvin selitys täsmää hänen omien ajatustensa kanssa. Kysymysten ja vastausten kautta lapsi oppii tuntemaan maailmaa ympärillään. Kun lapsen uteliaisuuteen suhtaudutaan ymmärtäväisesti, hänen kysymyksiinsä vastataan ja niitä pohditaan yhdessä, oppiminen alkaa tuntua hänestä mukavalta.

Kolme–neljävuotias on kertomusten keksijä. Hän kykenee näkemään ja tulkit-

semaan toisten tekemisiä ikään kuin niillä olisi juoni. Lapsen tarinoissa ihmiset haluavat monenlaisia asioita ja heidän tekemisillään on päämäärä. Lasta kannattaa kannustaa tarinointiin. Niiden sepittäminen ja kertominen kehittävät hänen ajatteluaan, itseilmaisuaan ja kykyään jäsentää maailmaa.

Lapsi ei kyllästy mielisatuihinsa. Hän osaa ne usein ulkoa. Lapselle on tärkeää, että satu päättyy onnellisesti. Hänestä on ihanaa kuunnella aikuisten keksimiä tarinoita omasta lapsuudestaan. Sadut, kirjat ja erilaiset äänitteet vahvistavat lapsen kielenkäyttöä, muistia ja keskittymiskykyä.

Totta vai tarua

Toden ja mielikuvituksen ero on vaikea. Toisten kertomat jutut ja omat, itselle tapahtuneet asiat sekoittuvat lapsen puheessa. Tämän vuoksi hänen puheensa ei ole aina totta. Lapsi ei silti valehtele tietoisesti. Vanhempien tehtävänä onkin kertoa hänelle mikä on totta, mikä kuviteltua.

Nukkumaanmenohetki ja herääminen kesken unien ovat usein hetkiä, jolloin totuus ja kuvittelu menevät lapsen mielessä sekaisin. Hän voi uskoa, että sängyn alla asuu krokotiili, ja mörkö lymyilee komerossa. Tutut huonekalutkin näyttävät pimeässä pelottavilta. Jotta pelko ei veisi unta pienen silmästä, jännittävät sadut kannattaa lukea päivällä.

Lapsella voi olla mielikuvitusystäviä. Hän saattaa pitää niitä parhaimpina ystävinään. Mielikuvakavereiden avulla lapsi käsittelee tunteitaan, hyviä ja huonoja puoliaan ja elämää muiden ihmisten kans-



*”Äidin pikku murmeli.”
Perheen omaa hellittelykieltä
kannattaa vaalia.*

sa. Ne kertovat lapsen luovuudesta ja ajattelun joustavuudesta. Lapsi tietää itsekin, etteivät mielikuvitusystävät ole todellisia.

Tunteiden kanssa tulee toimeen

Lapsen tunteet ovat eriytyneet iloksi, suruksi, tyytyväisyydeksi, kiukuksi, pettymykseksi, häpeäksi, peloksi ja hämmästykseksi. Lapsen tunne-elämän kehittymiselle on tärkeää, että vanhempi tunnistaa tunteen, jonka vallassa lapsi kulloinkin on. Lapsi tarvitsee vanhempiensa apua var-

sinkin ikävien tunteiden tunnistamisessa. On tärkeää, että vanhemmat koettavat tavoittaa lapsen tunnetiloja ja nimeävät niitä ja että he iloitsevat yhdessä lapsensa kanssa ja lohduttavat tarvittaessa. Lapselle voi sanoa esimerkiksi, että ”olet selvästi kiukkuinen, kerro, mikä sinua kiukuttaa”. Lapsen pitäisi saada kokea, että vanhemmat hyväksyvät kaikenlaiset tunteet ja auttavat häntä selviämään niistä. Lapsi tarvitsee aikuisen apua oppiakseen, että erilaisten tunteiden kanssa pärjää.

Tämänikäinen lapsi alkaa itsekin käyttää sanoja tunteidensa ilmaisuun. Vanhemman on tärkeä pukea sanoiksi myös omia tunteitaan. Omien tunteiden nimeäminen rauhoittaa vanhempaa ja lisää itsetuntemusta.

Lapsi jäljittelee vanhempiaan liki kaikessa, myös tunteiden osoittamisessa. Hän toimii kuten vanhempansa, ei niin kuin he sanovat toimivansa. Hän oppii vanhempiansa esimerkistä muun muassa pyytämään anteeksi.

Turvalliset rajat

Tämänikäinen on omastakin mielestään yksilö oikeuksineen. Hänen pitää antaa tehdä valintoja ja hänen mielipiteitään ja toiveitaan tulee kunnioittaa tiettyyn rajaan asti. Aikuinen tekee kuitenkin päätökset ja luo säännöt ja rajat. Ne suojelevat lasta vaaroilta, totuttavat häntä yhteiselämän pelisääntöihin ja opettavat tulemaan toimeen itsensä kanssa. Ne tuo-

i Esimerkkejä erilaisista säännöistä

- **Vaarasäännöt** suojelevat lasta tapaturmilta: kadulle ei mennä leikkimään.
- **Yhteiset pelisäännöt** totuttavat yhteiselämään: ei saa vahingoittaa eikä loukata toista.
- **Mukavuussäännöt** saavat elämän sujumaan: kuinka kauan kaverit saavat olla sisällä leikkimässä, kuinka pitkään televisiota saa katsoa.

vat turvallisuuden tunnetta ja kasvattavat lapsessa kärsivällisyyttä ja joustavuutta.

Kun lapsella on selkeät säännöt, hän tietää mitä häneltä odotetaan ja millaisia seurauksia hänen käyttäytymisellään on. Elämä on tällöin ennustettavampaa. Lapsen lähipiiriin kuuluvilla aikuisilla olisi hyvä olla yhdenmukaiset kasvatusperiaatteet ja -tavat.

Lapsi haluaa sopeutua sääntöihin. Hän ponnistelee oppiakseen ne ja ymmärtääkseen kiellot. Joskus lapsi tarvitsee sääntöjen oppimiseen ja noudattamiseen paljon tukea, harjoitusta ja vanhempien kannustusta.

Yleensä lapsi testaa jokaisen säännön sanomalla ensin vastaan. Hän pystyy hallitsemaan vain muutamia erilaisia sääntöjä. Jos lapsi ei noudata ohjeita, samaa asiaa ei kannata toistaa montaa kertaa. Hän ymmärtää paremmin, jos sanallisen ohjeen ohella näytetään mallia. Hän ei kuuntele eikä kykene omaksumaan jatkuvaa ohjeiden tulvaa. Alituiset kiellot ja ohjeet voivat nostattaa vastarintaa. Periaatteessa lapsi jo tietää, mitkä asiat ovat kiellettyjä. Muisti on vielä lyhyt, ja lapsi unohtaa kiellot helposti varsinkin, jos kielletty kiinnostaa kovasti. Kehu ja kannusta lasta silloin, kun hän noudattaa ohjetta.

Pettymyksen kohtaaminen

Rajojen asettaminen lapselle ei ole helpoa. Lapsi pettyy ja vanhempien on opittava kestämään lapsen pettymyksiä ja sietämään kiukuttelua. Kun vanhemmat pysyvät rauhallisina, mutta lujina ja pitävät kiinni päätöksistään, lapsen elämä on

selkeämpää. Kielto on kielto, vaikka lapsi kiukuttelisikin. Jos vanhempi antaa periksi, lapsi oppii, että hän saa kumottua kiellon kiukuttelulla.

Pettymykset kuuluvat elämään. Ne vievät lapsen kehitystä eteenpäin. Vanhempien tehtävänä on arvioida, milloin, miten ja minkälaisen pettymyksen kanssa lapsi pystyy tulemaan toimeen. Arvioiminen on vaikeaa, koska tilanne on aina erilainen. Useimmiten vanhemmat kuitenkin ymmärtävät, milloin pettymyksen tuottaminen lapselle on kohtuullista. Arviointivirheet voi onneksi aina korjata. Aikuisen turvallinen läheisyys kiukun keskellä kertoo lapselle, että pettymyksistä selvitään. Lapsen luottamus elämään ja ihmisiä kohtaan vahvistuu.

Lapsi ei nielaise kieltoa helposti. Hän neuvottelee, vetoaa, hymyilee, marisee tai laittaa koko vetovoimansa peliin saadakseen, mitä haluaa. Hän voi kommentaa vanhempansa olemaan hiljaa. Tällöin aikuisen kannattaa rauhoittaa lasta ja perustella hänelle kielto. Kielto ja kielletyn asian seuraus pitää selittää lapselle niin,

i Sääntöoppia kodin ulkopuolelta

Kodin ulkopuolella olevissa erilaisissa tilaisuuksissa lapsi oppii, että joka paikassa on omat käyttäytymissääntönsä. Vanhempiin ja muihin seuraamalla lapsi oppii, että ravintolassa syödään ja lastenkonsertissa kuunnellaan musiikkia, puistossa juustaan ja peuhataan – eikä toisin päin.



että hän ne ymmärtää. Lapselle voi esimerkiksi sanoa, ettei hän saa lyödä äitiä, koska äidille tulee siitä paha mieli, ja se sattuu. Lapsi ymmärtää kiellot ja ohjeet paremmin, kun vanhempi katsoo puhuesaan lasta.

Kiukun kanssa pärjää

Kiukku kuuluu jokaisen elämään. Syli rauhoittaa osan lapsista, toiset tarvitsevat rauhoittuakseen yksinoloa. Kiukkunsa kanssa rauhoittumaan menevälle lapselle on hyvä kertoa, että vanhempi on viereisessä huoneessa ja lapsi voi tulla vanhemman luokse heti, kun siltä tuntuu. Asiasta on kuitenkin puhuttava lapsen kanssa yksinäisen hetken jälkeen. Lasta ei muutenkaan saa jättää yksin selvittämään pettymyksiään ja tuntemuksiaan eikä hänen

kokemustaan saa mitätöidä. Hän voi kokea sen merkkinä siitä, että vanhemmat pelkäävät kiukkuista lastaan. Ajatus siitä saa lapsen pelkäämään omia tunteitaan ja pitämään niitä hallitsemattomina.

Vanhempien tehtävänä on opettaa lasta selviämään tunnemyrskystään. Kiukutteleva ja raivoava lapsi ei pysty hillitsemään itseään, jos huudat hänelle. Uhkailu ja lyöminen vaarantavat lapsen turvallisuudentunteen. Ruumiillinen kuritus on laissa kielletty. Vaikka kuinka kiukuttaisi, lapsi ei saa vahingoittaa itseään eikä muita eikä rikkoa esineitä.

Lapsi rauhoittuu nopeammin, kun hän huomaa, että pystyt hallitsemaan ikävät-kin kokemukset. Kun lapsi kiukuttelee,

yritä puhua hänelle rauhallisesti. Vakuuta, että asiat ovat pian hyvin. Pettynyt, mielensä pahoittanut ja kiukkuinen lapsi kaipaa lohdutusta ja ymmärtävää syyliä. Turvallisessa syllissä hän oppii rauhoittumisen taidon. Syllissä hän ymmärtää, että ikävätkin tunteet ovat sallittuja ja hän on kiukuttelustaan huolimatta rakas.

Kun kiukku on kesyynyt, juttele lapsen kanssa hänen käytöksestään. Selitä, mikset hyväksy hänen käytöstään. Kerro, ettet aio antaa periksi, vaikka lapsi kiukuttelisi kuinka. Muista, että voit moittia lapsen tekoja, mutta et lasta etkä hänen persoonallisuuttaan.

Myötätunto kehittyy

Moraalin kehitykselle on tärkeää, että lapsi oppii kaikkien tunteiden ja niiden näyttämisen olevan sallittua. Lapsen on hyvä tietää, että hän saa olla väsynyt. Kenenkään ei tarvitse jaksaa ikuisesti. Hän oppii näkemään, että hänellä on oikeus saada hoitoa ja hellyyttä. Jos lapsen tarpeisiin vastataan, hän oppii, että hän ja hänen mielipiteensä ovat tärkeitä. Hänestä tuntuu, että hän pystyy vaikuttamaan ympäristöönsä. Kun lapsi toimii oikein, häntä kannattaa kehua ja rohkaita. Se vahvistaa lapsen halua ja kykyä toimia yhteistyössä toisten kanssa. Kun lapsi saa vanhemmiltaan läheisyyttä ja myötätuntoa hän oppii osoittamaan niitä muille. Hän osaa osoittaa huolestumisensa, kun toinen itkee ja osaa lohduttaa itkävää. Hän rohkaistuu hakemaan lohdutusta vaikeissa tilanteissa, jos hän on saanut sitä aikaisemmin.



Roolileikit kiinnostavat

Tämänikäinen leikkii mielellään koti- ja roolileikkejä, rakentaa majaa ja legoja, tekee yli kymmenen palan palapelejä ja esittää nukkeketeatteria. Tietokirjat ja tietokonepelit alkavat kiinnostaa. Lapsi pukeutuu mielellään roolivaatteisiin, esimerkiksi vanhempien vanhoihin vaatteisiin. Kuvitteluleikit ovat lempileikkejä.

Leikki opettaa lapselle tärkeitä yhdessä elämisen taitoja. Hän oppii leikkiessään jakamaan, odottamaan vuoroaan, ilmai-

semaan omia toivomuksiaan ja huomioimaan toisten toivomukset. Leikki kasvattaa omatoimisuuteen ja kehittää oikeudenmukaisuuden tajua. Roolileikeissä esille tulevat tunteet opettavat lasta eläytymään toisen asemaan.

Lapsen leikille pitää varata aikaa, tilaa ja rauha. Aikuisen ei kannata puuttua leikkiin muulloin kuin silloin, jos se uhkaa muodostua vaaralliseksi. Lapsi ei tarvitse aikuista ideoimaan, hän keksii yleensä leikkinsä itse.

Leikkiminen on usein äänekkästä ja sotkua syntyy. Toisinaan leikki keskeytyy, ja lelut jäävät lattialle hujan hajan. Vaikka aikuista leikin aiheuttama meteli ja sekaisuus voi joskus häiritä, lapsen pitäisi antaa leikkiä. Leikkiä ja sen aiheuttamaa iloa ei voi korvata millään muulla toiminnalla.

Jotta leikkimisen ilo säilyisi, leikin on hyvä antaa pysyä leikkinä. Asiana, josta lapsi saa iloita ilman minkäänlaisia tavoitteita ja suorituspaineita.

Kaksin on kivempaa

Lapsi leikkii sopuisasti kahden tai kolmen lapsen ryhmässä. Leikkijät eivät enää yritä vahingoittaa toisiaan ollessaan asioista

Sisaruskateus on tavallista. Korosta siksi jokaiselle lapselle hänen omia hyviä puoliaan ja niitä asioita, joissa juuri hän on taitava. ”Pikkuveli on onnenpekka, kun hänellä on noin kekseliäs ja ystävällinen isosisko.”

eri mieltä, mutta sanat lentelevät entistä kiivaammin. Lapsi osaa jonkin verran neuvotella ja hieroa vaihtokauppaa toisen kanssa. Kun leikki ei suju hänen toivonsa mukaan, hän saattaa yrittää muuttaa sen sääntöjä itselleen sopivimmiksi tai väittää muiden leikkivän väärin.

Tämänikäisen on vaikea hävitä ja kestää epäonnistumisia. Hän tarvitsee vanhempensa apua häviön hetkellä. Häviämiseen voi liittyä myös kateutta. Lapsi selviää hankalasta tilanteesta paremmin, jos vanhempi kertoo hänelle tuolloin hänen hyvistä ominaisuuksistaan: ”Mikko oli nyt hyvä pelissä, mutta sinä olet oikein hyvä rakentamaan legoilla. Torni, jonka teit eilen, oli upea.”

Lapselle kannattaa korostaa sitä, ettei aina tarvitse voittaa eikä itsellä voi eikä tarvitse olla kaikkea, mitä toisella on. Hyvä olisi, että lapsi oppisi arvostamaan toisen seuraa eikä näkemään kaveria kilpailijana.

Jos lapsi haluaa olla jossakin asiassa hyvä, hänelle voi kertoa harjoittelemisen merkityksestä. Esimerkit kannattaa ottaa lapsen omasta elämästä, esimerkiksi vanhemman leipurin taitoja ihailevalle lapselle voi kertoa, että vanhempi on leiponut jo vuosia. Lapsen edistyminen taidoissaan pitää huomioida ja antaa hänelle siitä kehuja.

Eri tilanteisiin tarkoitetut käyttäytymissäännöt eivät ole lapselle itsestäänselvyksiä. Hän ei välttämättä hoksaa, että toisia tervehditään joukkoon liityttäessä ja lähtiessä hyvästellään. Vanhempien tehtävänä on opettaa lapselleen käytöstavat ja harjoitella niitä lapsen kanssa. Käytöstapojen noudattamista pitää valvoa yhtä

Sisarussuhde kasvattaa

Sisarussuhde on yksi läheisimmistä ja pisimpään elämässä kestävästä ihmissuhteista. Sisarukset oppivat yhdessä olemissa, kilpailemisesta, neuvottelusta, toisen tukemisesta, oman puolensa pitämisestä ja periksi antamisesta. Sisarukset saavat toisiltaan tunnustusta omista taidoistaan ja kehittävää palautetta. Sisarusten väliset suhteet eivät voi koskaan olla täysin ristiriidattomia.

Sisarusten välinen kateus on lapsiperheissä tavallista. Kerro jokaiselle lapsellesi, että rakastat heistä jokaista omana itsenään. ”Olen ylpeä ja iloinen lapsistani, jokaisesta. Sinä olet oma Saarani, hyvä mielen tuoja ja ilopilleri. Sinun kertomuksesi ovat omanlaisiaan, ja ne saavat minut

aina hyvälle tuulelle.” Huomioimalla jokaisen lapsen persoonallisuuden ja erityistarpeet viestität lapselle hänen tärkeyttään. Kuopus kaipaa yhtä lailla uusien taitojensa ihailua kuin esiköidenkin aikanaan.

Vältä lasten vertailemista keskenään, se ruokkii sisaruskateutta entisestään. Kerro mieluummin lapsille, mistä huomaat heidän rakastavan ja ihailevan toisiaan. Kannusta heitä yhteisiin leikkeihin. Yleensä sisaruskateus vähenee, kun lapset huomaavat sisaruksen kivaksi leikkikaveriksi. Kun lapset riitelevät keskenään, älä etsi syyllistä. Puhukaa yhdessä riidan aiheuttamista tunteista ja miettikää, kuinka riidan aiheuttanut pulma ratkaistaan.



lailla kuin rajojenkin. Lapsen on ymmärrettävä, ettei toista ihmistä nimitellä tai kiusata eikä hänen heikkouksiaan osoitella.

Kaveripiirissä lapsi oppii yhteistoiminnan alkeita ja tunteiden osoittamista ja säätelyä. Hän harjaantuu kuuntelemaan muita ja opettelee tasapuoliseksi. Lasten keskinäiset riidat ratkeavat yleensä itseltään. Riitojen ratkaisemista voi myös opetella. Aikuinen ja lapsi voivat harjoitella keskenään toisen asemaan eläytymistä ja miettiä, miltä kaverista riitatilanteessa tuntuu. Lapsi ei vielä välttämättä ymmärrä oman käytöksensä vaikutusta toisiin. Lapsen kanssa kannattaa miettiä sopivia toimintatapoja esimerkiksi suuttumuksen hetkelle ja miettiä, miten hän voi ilmaista suuttumustaan.

Kaverit ovat lapselle tärkeitä. Hyvä olisi, jos keskenään leikkivien lasten vanhemmat tutustuisivat toisiinsa – samalla vanhempienkin tuttavapiiri laajenee. Kaikki lapset eivät kaipaa kaveria, toiset viihtyvät hyvin yksin. Lasta ei saisi pakottaa ystävyssuhteisiin. Vanhemmat eivät myöskään saisi määrätä, kuka sopii lapselle kaveriksi. Ujoa ja arkaa lasta voi tuki neuvoo, kuinka toisia lapsia lähestytään.

Sukupolvien ketjussa

Suhde isovanhempiin on tärkeä. Kaikilla lapsilla ei kuitenkaan ole isovanhempia tai kaikki isovanhemmat eivät esimerkiksi työnsä, matkustelunsa tai muun syyn vuoksi ole lapsen arjessa läsnä. Silloin jostakin muusta perheelle läheisestä aikuisesta voi tulla lapselle tärkeä.

Isovanhempien tarinat kiehtovat lasta. Lapsi on kiinnostunut isovanhemmistaan ja osoittaa ihailuaan. Hän innostuu helposti yhteisistä puuhista. Lapsi saa isovanhemmistaan rinnalleen kiinnostuneen kuulijan ja kärsivällisen keskustelijan.

Lasten ja isovanhempien ikäero on suuri. Isovanhemmat tarjoavat lapselle erilaisia ihmisenä olemisen malleja. Lapset tarkkailevat ja jäljittelevät heitä mielellään. Lapsen kannalta on hyvä, jos vanhemmilla ja isovanhemmilla on yhdenmukaiset kasvatuseriaatteen ja -tavat. Yhdessä vietetty aika ja jaetut kokemukset vahvistavat lapsen ja isovanhemman suhdetta.

Eliniän pidentyessä sukupolvet elävät samanaikaisesti pidempään. Isovanhemmilla voi olla aiempaa enemmän aikaa ja mahdollisuuksia tukea omia lapsiaan vanhemmuudessa ja seurata lastenlastensa elämää. Isovanhemmat voivat olla tärkeä voimavara perhekokojen pienentyessä. Heidän tukensa kannattaa ottaa vastaan. Elämänviisaus luo turvaa epävarmuuden hetkinä.



Lapsi eri ikävuosina -sarja kertoo lasten hoidosta, kasvusta ja kehityksestä sekä lapsen ja vanhemman välisestä vuorovaikutuksesta syntymästä kouluikään. Käytännön vinkit rohkaisevat vanhempia kuuntelemaan ja kannustamaan lasta.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on kansalaisjärjestö, joka edistää lapsen oikeutta hyvään ja onnelliseen lapsuuteen.