



Rajat on rakkautta-

Kuinka kohtaan vanhempana lapsen uhman ja tuen häntä itsesäätelytaitojen kehittämisessä

Oppimis- ja ohjauskeskus Valteri

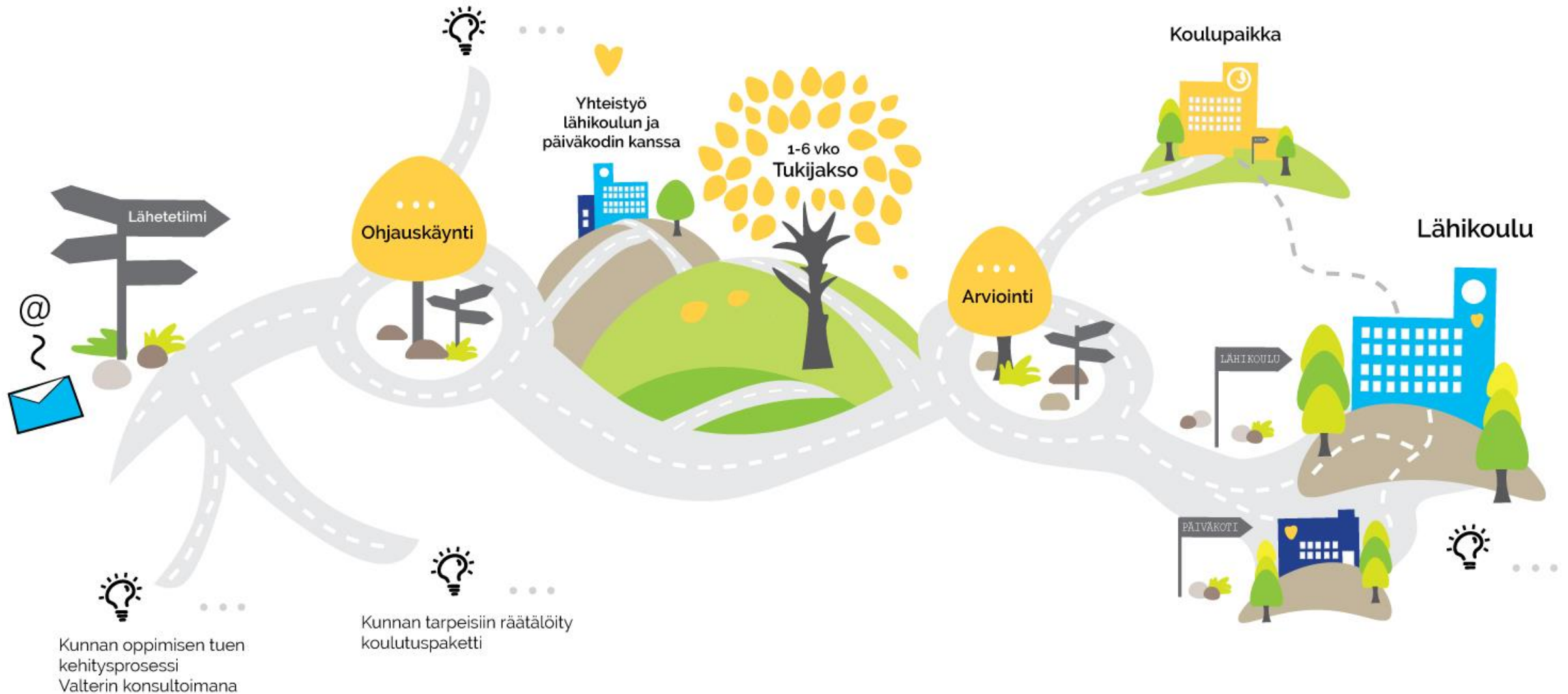
Ohjaava kuntouttaja Ilona Lepistö

Ohjaava opettaja Sari Granroth-Nalkki

20.3.2025

Sari Granroth-Nalkki ja Ilona Lepistö

Yhdessä tehden yhteiseen kouluun



Ketkä äänessä?

- [Ilona Lepistö](#)

- ohjaava kuntouttaja, sairaanhoitaja AMK, ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmentaja, Mapa©-kouluttaja
- Ilonalla on pitkä, 15 vuoden työkokemus lastenpsykiatrisesta ja lastenneurologisesta hoitotyöstä sekä verkostotyöstä, niin lasten kuin nuorten parissa. Ihmissuhdetyötä hoito- kuntoutus- ja kasvatusalalta takana jo 30 vuoden ajalta.
- Valterissa hän on toiminut aikaisemmin sairaanhoitajan tehtävässä ja nyt jo viidettä vuotta kuntakentällä ohjauspalveluissa. Ilonan osaamisalueeseen kuuluvat mm. neuropsykiatristen asiakkaiden valmennukset ja tukikeskustelut.
- Työnkuvan keskeisinä tehtävinä ovat lisäksi verkostoyhteistyö, kouluttaminen, ohjauskäynnit, sekä konsultointi.

- [Sari Granroth-Nalkki](#)

- ohjaava opettaja, KM, erityisopettaja, luokanopettaja
- Sari on toteuttanut työssään useita vuosia yhteisopettajuutta ja pystyy käytännönläheisesti avaamaan opettajien osaamiset yhdistävän mallin hyödyt ja haasteet niin opettajan kuin oppilaan kannalta. Hän on taitava kertomaan joustavista tuen muotojen käytänteistä sekä hyvinvointitaitojen opettamisesta, jotka luovat perustan kukoistavalle koululle.
- Sari tuntee hyvin niin käytännössä kuin teoriassa, kuinka positiivinen pedagogiikka toimii



VALTERI

Sari Granroth-Nalkki ja Ilona Lepistö



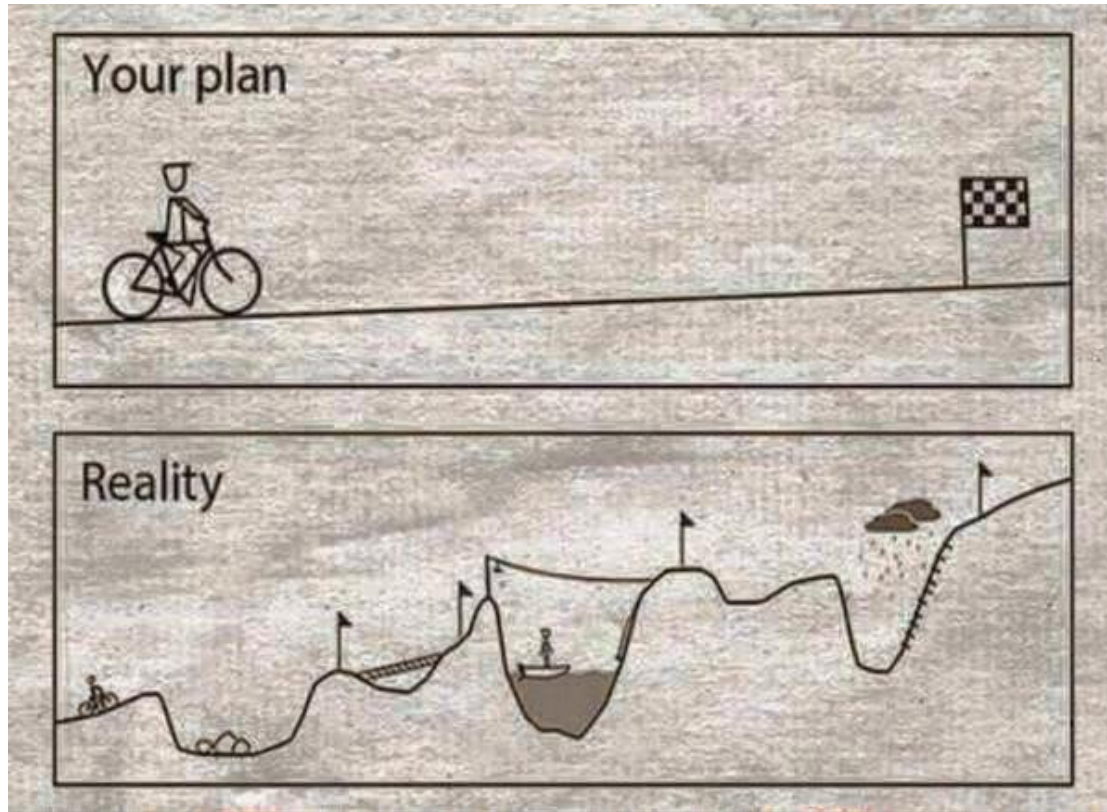
Kuvat: Jussi Koskela

Mistä tänään puhutaan?

- Kehitysvaiheista
- Vanhemmuudesta ja vanhempana jaksamisesta
- Rajoista ja rakkaudesta



”Vanhemmuus elämän mittainen seikkailu.”



Omat lapsuuden kokemukset - kasvatustallit
Terveys
Ympäröivät ihmissuhteet
Sattuma
Ajattelumallit, resilienssi
Yhteiskunnan tilanne
Vastuut ja velvollisuudet...

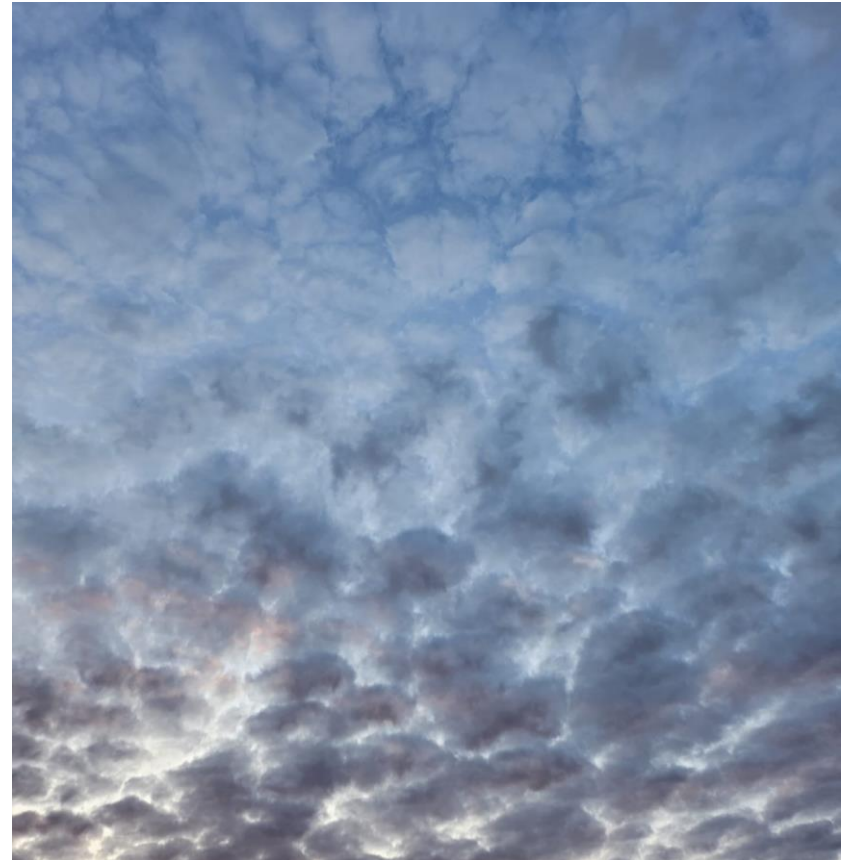
TOIVEIKKUUS!

Kaikista muuttujista huolimatta meillä on aito halu ja tarkoitus kasvattaa lapsistamme parhaita mahdollisia, onnellisia tulevaisuuden aikuisia omista edellytyksistään käsin.

Lapsuusiän ja nuoruuden kehitystehtävät

- **Symbioottisesta äitisuhteesta kahdenkeskeisyyteen ja eriytymiseen (ikävuodet 0-3)**
- **Kiintymyssuhteen muodostuminen ensimmäisten elinkuukausien aikana:**
- Elämän ensimmäisen elinvuoden keskeisin kehitystehtävä on turvallisen kiintymyssuhteen muodostuminen. Tämä luo pohjan perusluottamukselle eli kokemukselle siitä, että toiselta ihmiseltä saa lohtua, turvaa ja hoivaa. Lapsi oppii saamaan ja antamaan. Ensimmäisen vuoden aikana lapsen yksilöllistyminen alkaa ja itseluottamus lähtee rakentumaan. Syntyy toivo ja luottamus ihmiseen ja maailmaan
- Lapsen **ymmärrys omasta erillisyydestä** suhteessa vanhempiin syvenee, ja hän harjoittelee irrottautumaan heistä. Kehitykseen kuuluvat ajoittaiset voimakkaammat takertumiset hoivaajiin ja **turvan tankkaus**. Tästä johtuen taapero saattaa olla hyvin **mustasukkainen** vanhemman muille perheen lapsille jakamasta huomiosta.
- 2–3-vuotiaan lapsen kehitykseen kuuluu olennaisesti **uhmaaminen** ja rajojen testaaminen, oman tahdon etsiminen. Epäonnistumiset ja omat vielä puolinaiset taidot saattavat aiheuttaa voimakasta turhautumista, suuttumusta ja pettymystä. Lapsi voi turhautuessaan lyödä, purra, heitellä tavaroita ja kiskoa muita hiuksista. Voimakkaita reaktioita ei tarvitse pelätä, sillä kiukku katkeaa useimmiten aikuisen turvalliseen syliin. **Lohdutus, asian yksinkertainen selitys ja turvalliset rajat riittävät.** Lapsen oman käytöksen ja tunteiden säätelyn taidot sekä keskittymiskyky, oman toiminnan ohjaus ja sääntöjen noudattaminen ovat vielä vaillinaisia. Hän tarvitsee aikuisen apua, ohjeistusta ja ratkaisumalleja.

• Lähde: Terveyskirjasto Duodecim <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>



Kuva: Ilona Lepistö©

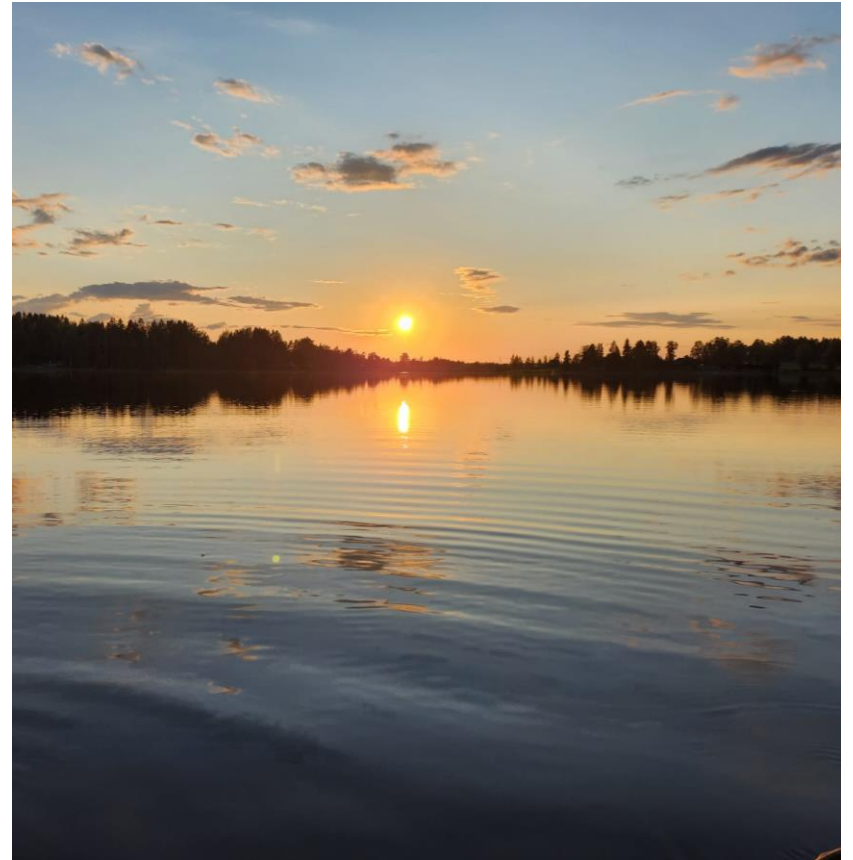
Lapsuusiän ja nuoruuden kehitystehtävät

- **Oidipaalivaihe, jossa lapsi oivaltaa kolmannenkin osapuolen olevan olemassa (3-6v)**
- Leikki-ikäiset lapset ovat tyypillisesti vilkkaita, uteliaita ja aloitekykyisiä touhuajia. 3–4 vuoden ikään mennessä lapset ovat yleensä päässeet eroon vaipoista, ja liikkuminen on riehakasta ja uhkarohkeaa. Toimintaa leimaa *lisääntyvä tarkoituksellisuus ja omatoimisuus*. Mielikuvitus kehittyy vauhdilla, ja leikkiin tulee enenevässä määrin symboliikkaa. Rinnakkaiset leikit muuttuvat yhteisleikeiksi, ja pysyvämpiä kaverisuhteita alkaa muodostua.
- Leikki-ikäisen lapsen kehittyvät sosiaaliset taidot näyttäytyvät parempana kykynä ottaa toiset huomioon. Omien tunteiden ja käytöksen säätelyn taidot kypsyvät, mikä auttaa oman vuoron odottelussa, keskittymiskyvyssä ja ohjeiden seuraamisessa. Pahin uhma jää yleensä taakse, ja lapsi oppii tekemään valintoja.
- Leikki-ikäinen **nauttii omista taidoistaan** ja niiden esittelystä muille. Kiitos, huomio ja kehuminen kasvattavat lapsen itsetuntoa ja kannustavat häntä uusien taitojen oppimiseen. Toisaalta leikki-ikäinen **pahoittaa helposti mielensä** ja tarvitsee **aikuisen lohdutusta ja turvaa** vaikeiden tunteiden käsittelemiseksi ja niiden ylipääsemiseksi. Lapsen kyky huomata erot omassa ja muiden taidoissa on kehittynyt. Pärjäämisen vaikeus suhteessa ikätovereihin voi aiheuttaa huonommuuden tunnetta, mikä voi näkyä esimerkiksi käytöksen ongelmina tai alakulona.
- Vilkas mielikuvitus voi ilmetä ajoittaisina pelkoina, ja lapsella saattaa olla mielikuvituskavereita. Totuuden ja toiveiden välinen ero on vielä liukuva. Toisaalta leikki-ikäinen **alkaa jo sisäistää yhteisiä pelisääntöjä** ja tekee tarkkoja havaintoja sääntöjä rikkovasta käytöksestä. Lapsi ymmärtää hyvän ja pahan, oikean ja väärän väliset erot. Hän kykenee vanhemman avustuksella miettimään **tekojen seurauksia**, vaikka onkin vielä pitkälti sitoutunut omaan näkökulmaansa.



Lapsuusiän ja nuoruuden kehitystehtävät

- Tätä seuraa latenssivaihe, jossa lapsi turvautuu ikätoveriensa seuraan (7-12v)
 - Tekemistä, oppimista, innostusta, yhdessäoloa, onnistumisia – minuuden vahvistumista
 - Esikouluun mentäessä lapsen maailma alkaa suuntautua kodista ja vanhemmista kavereihin ja kodin ulkopuoliseen maailmaan. **Esikouluvaiheessa** tulee usein **ohimenevä uhmakkuus- ja levottomuuskausi**. Lapsi voi olla ristiriitainen, aiempaa ailahtelevaisempi ja takertua vanhempaan. Hänellä voi olla pelkoja epäonnistumisesta, eroon joutumisesta, kuolemasta ja sairastumisesta. Pelkojen vuoksi lapsen voi myös olla vaikea nukkua yksin.
 - Alakoululainen on useimmiten **tasapainoinen, kiinnostunut ja aktiivinen**. Itsensä kokeminen tarpeellisena ja luottamuksen arvoisena on tärkeää, ja epäonnistumiset voivat aiheuttaa alemmuuden tunnetta. Lasta kiinnostavat monet asiat, ja kaverisuhteet ja harrastukset ovat keskeisellä sijalla. Pojat ja tytöt kulkevat useimmiten eri porukoissa. Sosiaalisuuden rinnalla lapsella on myös tarve puuhastella omassa rauhassa.
- **Esimurrosikä**
- Murrosikä fyysisine ja psyykkisine muutoksineen käynnistyy lapsesta riippuen noin 9–12 vuoden iässä. Murrosikää edeltävästi aiemmin seesteisestä lapsesta voi tulla uhmakkaampi, kömpelömpi ja hajamielisempi. **Esimurrosikäisen tunteet** saattavat myös ailahdella aiempaa enemmän.

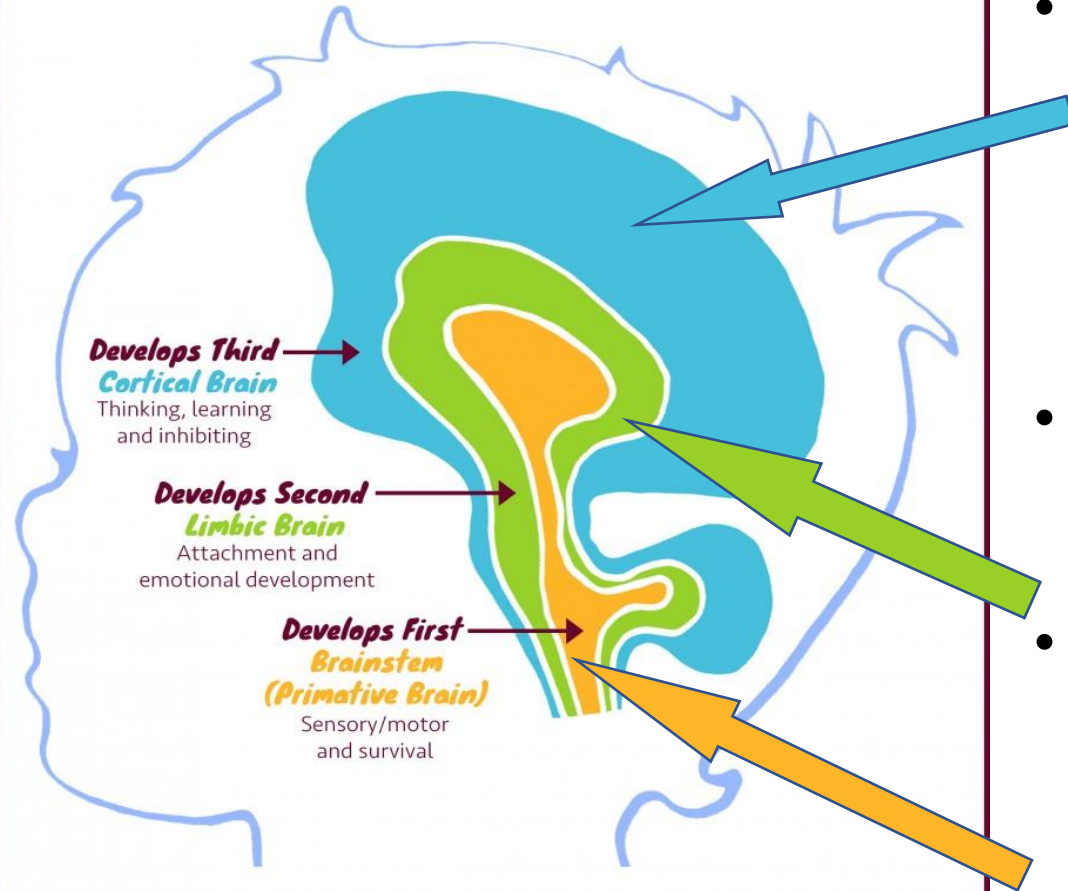




Nuoruuden kehitystehtävät

- Nuoruusiässä (n. 13-22-28v) ("Toinen mahdollisuus", eli em. varhaislapsuuden teemat "uudessa valossa")
- Nuoruudessa kaverisuhteilla on suuri merkitys. Kavereiden avulla toisaalta irrottaudutaan vanhemmista ja toisaalta pystytään peilaamaan muiden hyväksyntää. Oma **identiteettiä etsitään**, mikä voi näkyä ajoittaisena hämmennyksenä ja mielialojen vaihteluna, **erilaisina kokeiluina ja jyrkinä mielipiteinä**. Identiteetin löytymisen kautta nuori kykenee olemaan omana itsenään muiden joukossa. Hänelle on muodostunut elämän ihanteet, kyky läheisyyteen, uskollisuuteen ja solidaarisuuteen. Epäonnistuminen identiteetin rakentamisessa voi näkyä esimerkiksi eristäytymisenä tai epätoivona.
- Nuoruus on kaiken myllerryksen vuoksi toisaalta mahdollisuus, toisaalta riskialtis elämänvaihe. Kuohunnan kautta lapsella on uusi mahdollisuus itsensä, toimintamallinsa ja sosiaalisten suhteidensa määrittelyyn. Toisaalta *monet mielenterveyden ongelmat alkavat* puberteettikehityksen käynnistyessä. Unihäiriöt ja vuorokausi-rytmin ongelmat ovat yleisiä. Mieliala- ja ahdistuneisuusongelmia on entistä enemmän, ja nuorella voi olla epäsosiaalista käytöstä sekä päihteiden kokeilua ja käyttöä. Osa nuorista hakee hyväksyntää erilaisista jengeistä, kun taas toiset vetäytyvät sosiaalisista kontakteista.
 - Seksualisoituva, muuttuva keho ja mieli (hyvästit lapsuudelle - surutyö)
 - Kehityksellinen taantuma mahdollistaa muuttaa lapsenomaista kokemusmaailmaa ja irtautua siitä (varhaiset säännöt, normistot ja ehdollistuneet toimintamallit höllentyvät)
 - Irtautuminen vanhemmista ja vahva liittyminen ikätovereihin (oma identiteetti ja autonomia – ilo uusista mahdollisuuksista)
 - Seurustelusuhteet, ihmissuhdeverkostot
 - Opiskelu ja tulevaisuuden tavoitteet
 - Oma paikka elämässä, merkityksellisyys aikuisen elämässä

• Lähde: Terveyskirjasto Duodecim <https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018>

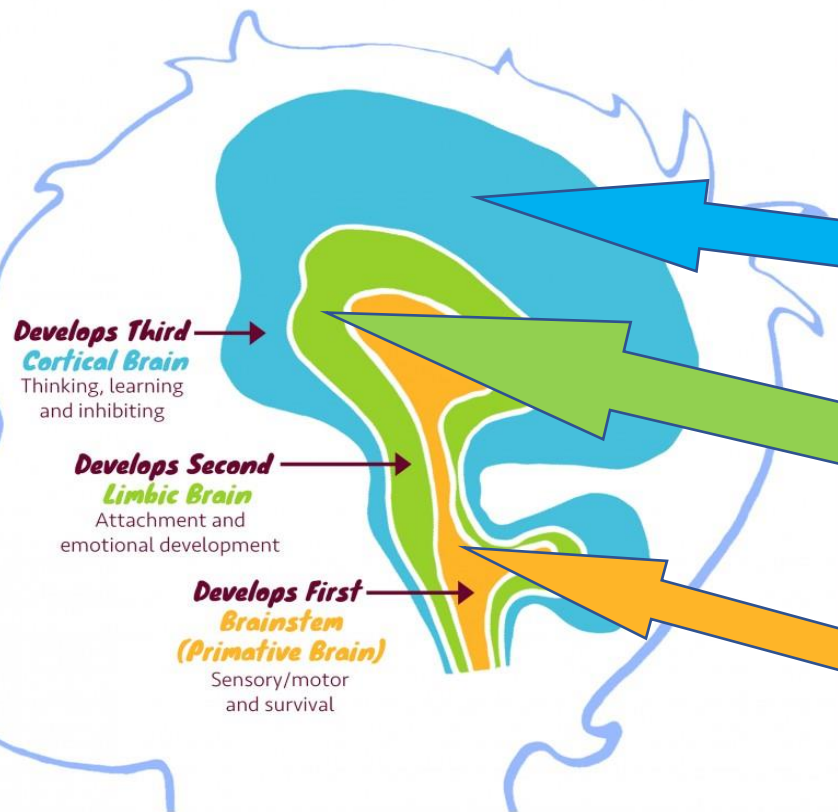


↑ Children's brains develop from the bottom up. ↑

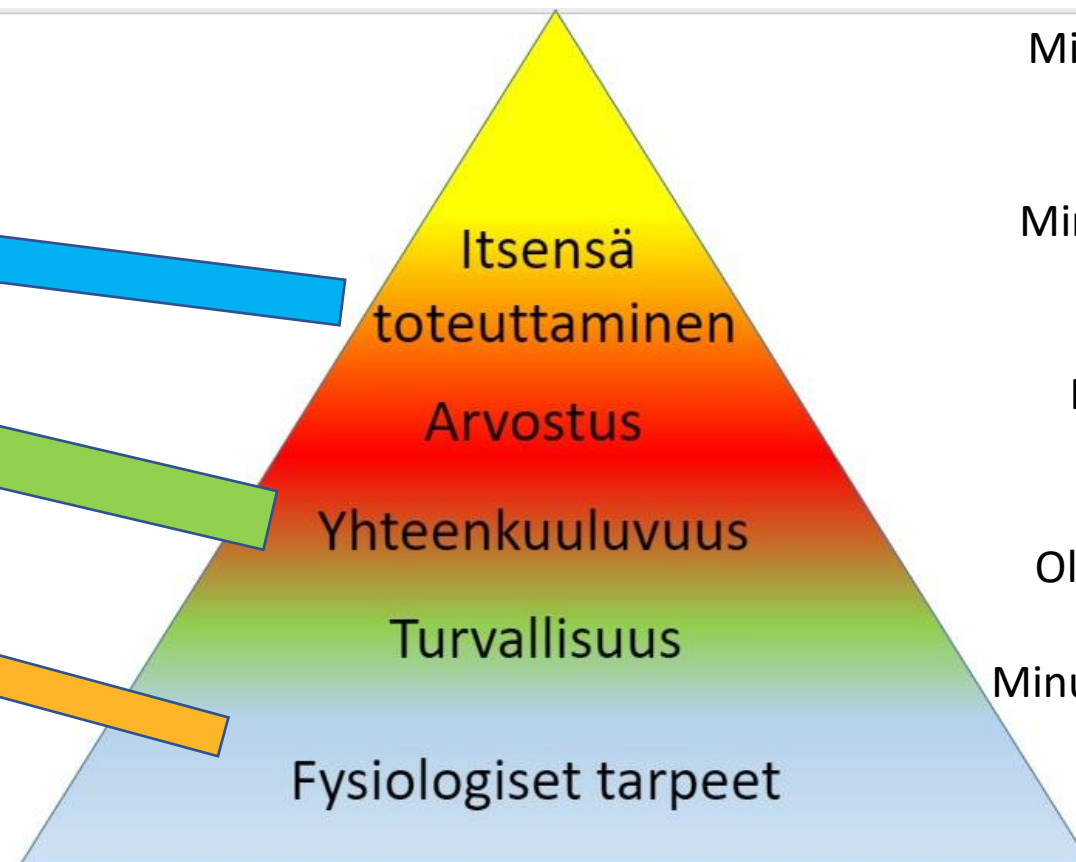
Aivojen kolme tasoa

- Isoaivojen kuorikerros
 - Ajattelu ja suunnittelu, oppiminen ja luovuus, MIELIKUVAT - jotka muodostuvat toistuvista aikaisemmista kokemuksistamme
 - Etuotsalohko ja muut alueet säätelevät alempia aivoalueita !!!
- Limbinen järjestelmä - ”nisäkäsaivot”
 - Tunteet ja motivaatio, kiintymys/rakkaus, kokeminen ja muistot - SOSIAALISEN LIITTYMISEN JÄRJESTELMÄ
- Aivorunko - ”liskoaiivot”
 - Kehon sisäinen TILA, peruselintoiminnot, vietit/PERUSEMOOTIOT, aistimukset, nautinto/mielipaha, reagointi

Ihmisen tarvehierarkia ja eri aivotasot - mahdollisuus kukoistaa?



↑ Children's brains develop from the bottom up. ↑



Minä pystyn ylittämään itseni

Minulla on tavoitteita ja minä osaan toimia

Minun ajatuksillani ja tunteillani on väliä

Olen osa tätä porukkaa

Minulla on turvallista olla täällä

Maslow, 1943

VALTERI

CIRCLE OF SECURITY

PARENT ATTENDING TO THE CHILD'S NEEDS

Hoivan tarve tyydytetty - Tarve tutkia ja leikkiä

YHTEENKUULUVUUS

"Lämpö": Hoiva,
Huolenpito, Läheisyys

AUTONOMIA

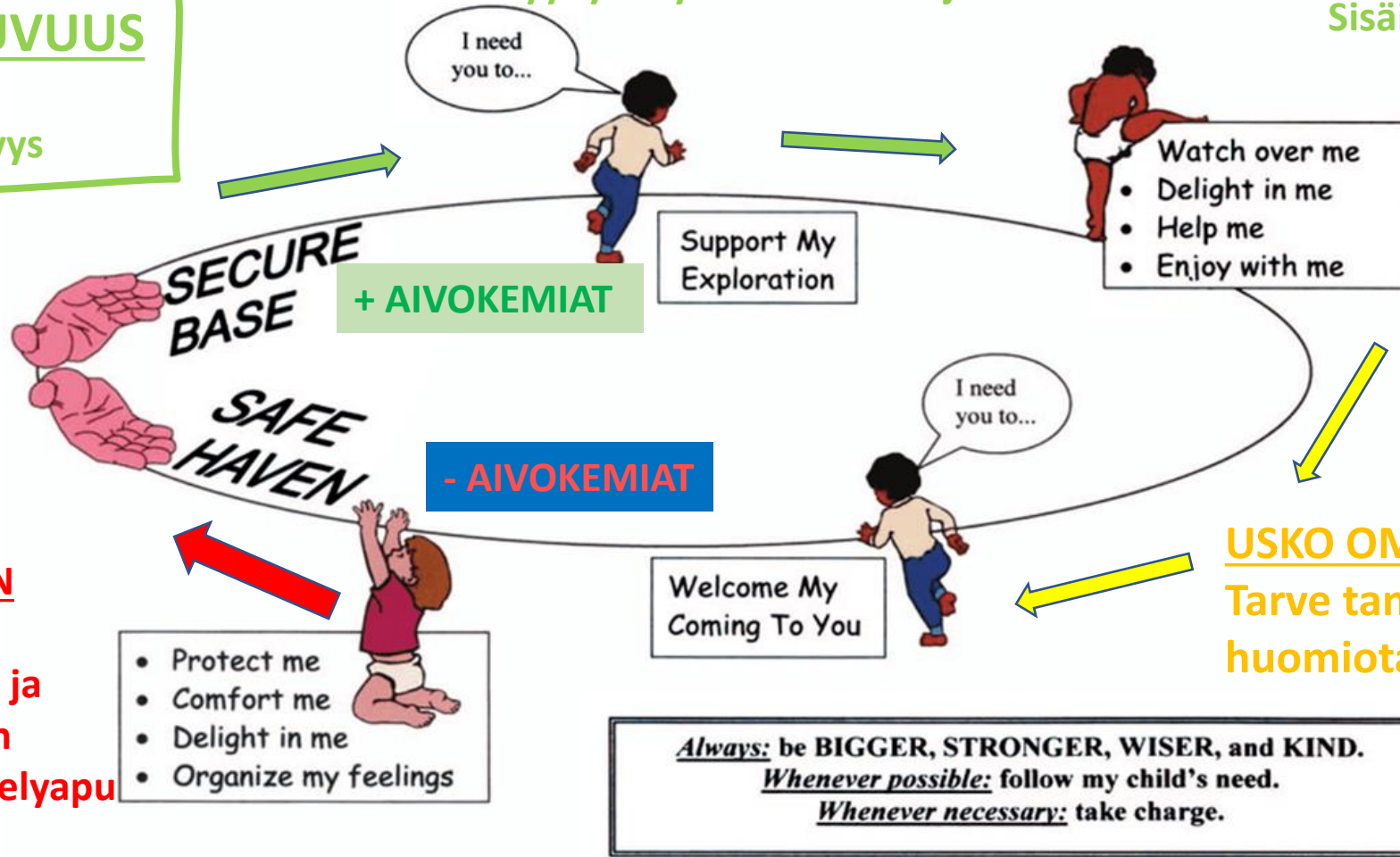
Valinnanvapaudet,
turvalliset rajat, jaetut ilot -
Sisäinen motivaatio

KYVYKKYYS

Sopivat haasteet,
osaamiskokemukset
ja toiminnasta
nauttiminen

USKO OMIIN KYKYIHIN HORJUU

Tarve tankata hoivaa, saada
huomiota (!) ja lohdutusta



AIKUISEN HUOMIO & SOPIVA VASTE LAPSEN TARPEISIIN

Huutava tarve - Hoiva ja
huolenpito! Tunteiden
sanoittaminen ja säätelyapu



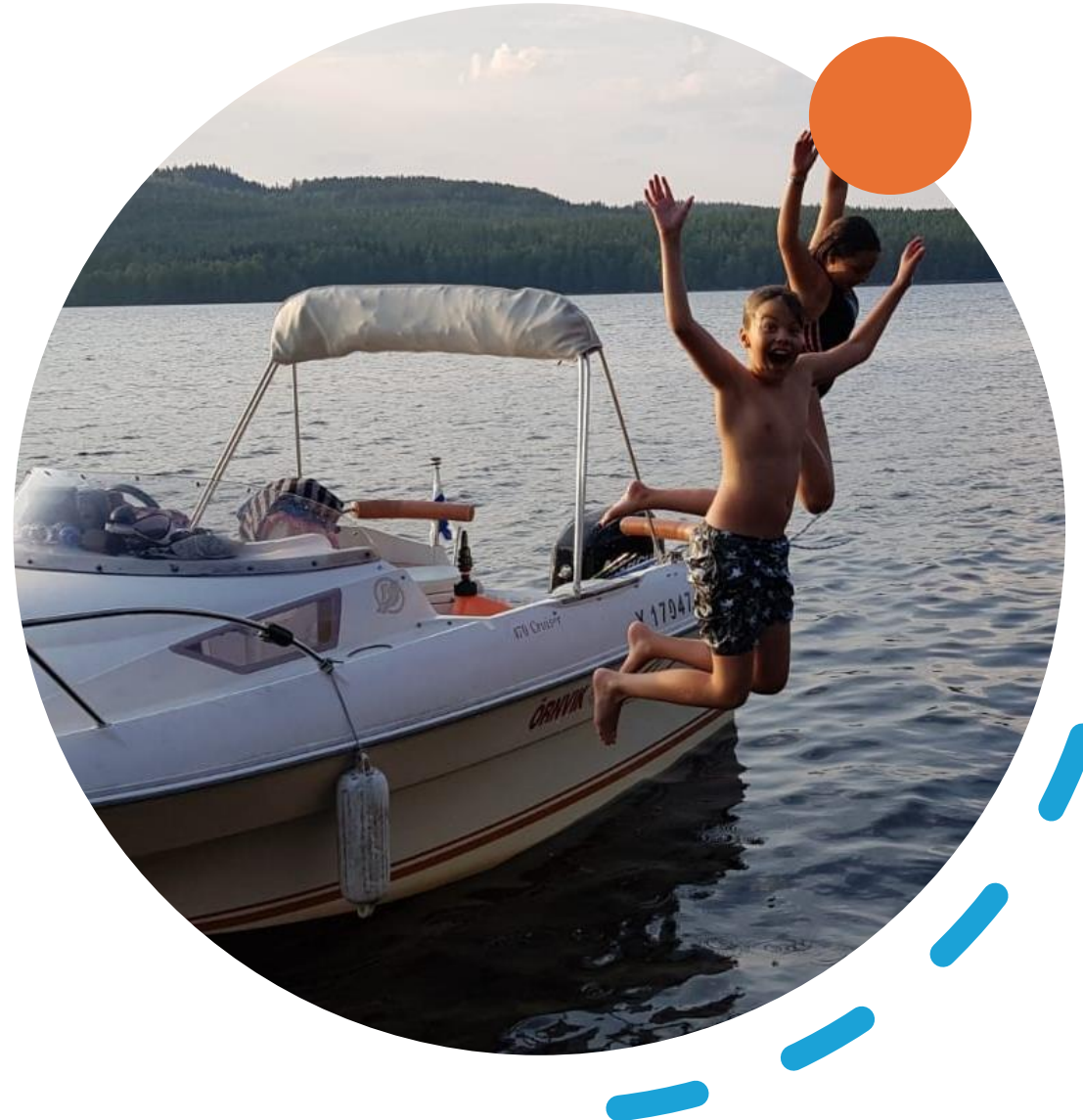


OLEMME KAIKKI
JONKUN LAPSIA



Mihin lapsi tarvitsee aikuista?

- Lapsen turvan tuojana on aikuisen kannatteleva mieli
 - Mentalisaatiokyvyn merkitys vanhemmuudessa, mitä se tarkoittaa arjessa?
- Lapsen aivot ovat vielä kehittymässä ja hän tarvitsee rinnalleen aikuisen kanssasäätelyä ja ennen kaikkea opettamaan elämää
 - Sanoita maailmaa, tunteita ja kaikkea mitä arjessa tapahtuu!
- Lapsi ei ole vielä kykenevä päättämään asioistaan, vaan tarvitsee aikuista luomaan nämä rajat ja sitä kautta turvan elämässään
 - Rajattomasta lapsesta kasvaa pelokas ja uhmakas aikuinen
- Olisi hyvä erottaa toisistaan, mitä lapsi **haluaa** ja mihin lapsi **kykenee**!



Rajoista ja rakkaudesta

1. Ei rajoja, ei rakkautta
 - Laiminlyövä kasvatustyyli
2. Rakkautta, ei rajoja
 - Hemmotteleva, vapaa kasvatustyyli
 - Lapsi päättää, syyllisyydentunto lisääntyy
3. Rajoja, ei rakkautta
 - Aikuinen komentaa ja määrää aina
 - Oman arvontunto ja luottamus toisiin ihmisiin laskee
4. Rakkautta ja rajoja
 - **Kehittää lapsen turvallisuuden tuntoa, hyvää itsetuntoa, erilaisten tunteiden tunnistamisen ja hyväksymisen kykyä, myös mielipahan kestämistä**

Sari Granroth-Nalkki ja Ilona Lepistö



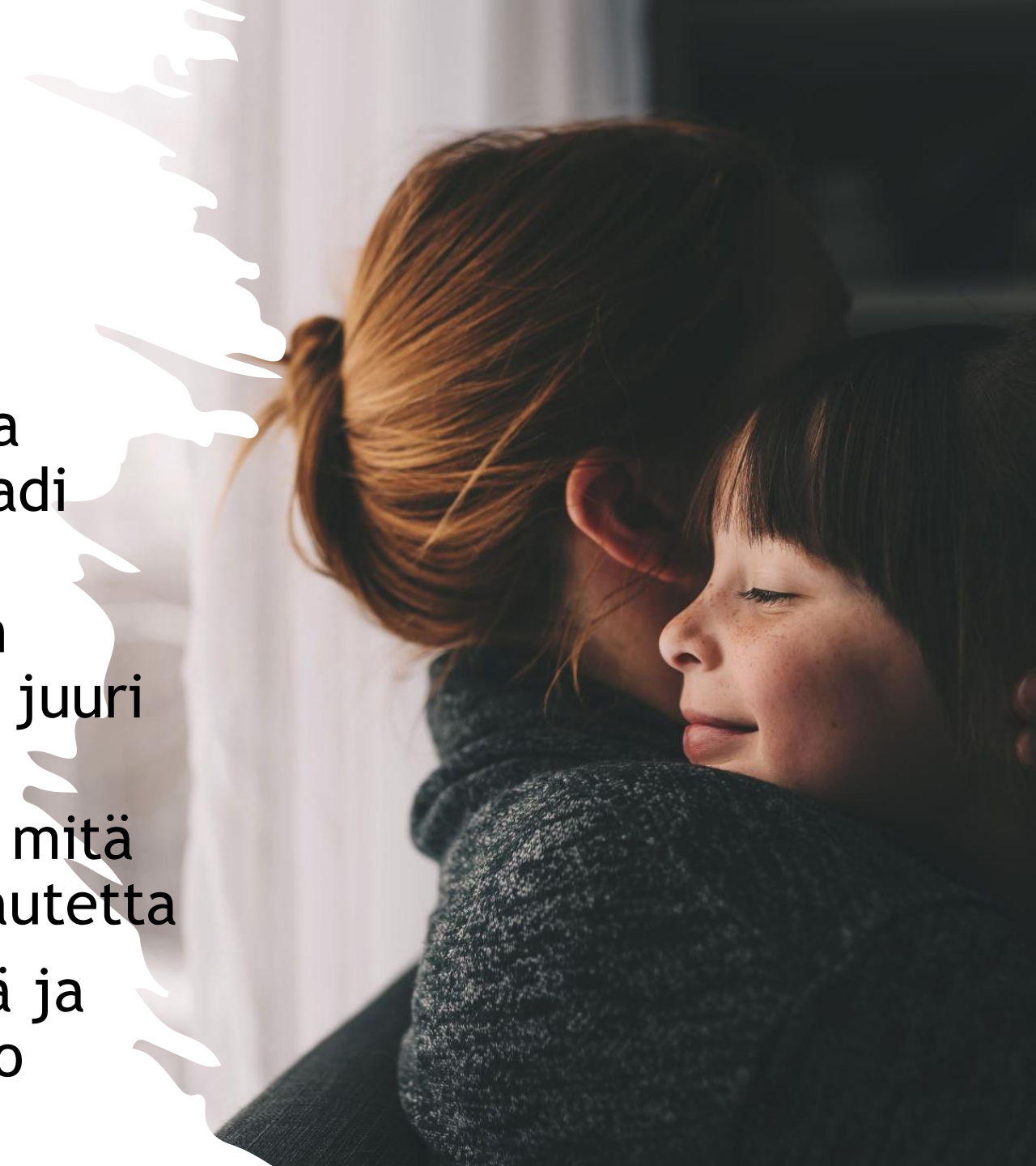
Rakkaudesta

Rakastan *itseäni*, hyväksyn itseni puutteineni ja kurjine tunteineni

→ Hyväksyn lapseni puutteineen ja erityisyyksineen. Rakkauteni ei vaadi suorituksia.

- Sanon sen lapselleni ”rakastan sinua”, ”olet maailman ihanin juuri tuollaisena”
- Etsin hyvää lapsestani, kerron mitä löydän, annan positiivista palautetta

→ Lapsi oppii hyväksymään itsensä ja ainutlaatuisuutensa, hyvä itsetunto



Rakkauden tekoja, välittämistä

- Yhteyden vaaliminen - vuorovaikutusta
- Yhteisiä, yhdistäviä juttuja ja asioita
- Lohduttaminen - miten lohdutan?
- Myötäeläminen (myötätunto ja myötäinto)
- Suojeleminen ja turvallisuus
- Toiveikkuus
- Arvostaminen
- Lempeys ja luottamus
- Hyvän huomaaminen ja sen ilmaiseminen...



Arkirytmi kaiken perustana

- RUIS 😊 =
- Ruoka
 - Monipuolista ja säännöllistä, aikuisjohtoista toimintaa
- Uni
 - Vain riittävällä ja säännöllisellä unella voidaan taata lapsen kasvu ja kehitys
- Ilo
 - Lapsen työtä on leikki ja elämästä huolettomana iloitseminen
- Sosiaaliset suhteet
 - Kaikki kasvu ja oppiminen tapahtuvat vuorovaikutuksessa ympäröivän maailman ja ihmisten välillä!



VALTERI

Vanhemman tehtävä

Tärkein tehtävänäni vanhempana
on tuottaa lapselle
pettymyksiä,
sekä opettaa,
tukea ja kannustaa,
kuinka niistä selvitään
eteenpäin!



VALTERI

Rajoista

- Yksi vanhemmuuden vaikeista tehtävistä
- Lapsi kokee rajattomuuden välinpitämättömyytenä ja turvattomuutena
- Oleellista ei ole, missä raja menee. Oleellista on, että rajat on.
- Lapsen kuuluu protestoida rajoja. Aikuisen kuuluu pitää kiinni rajoista ja kestää seuraukset.
- Kulmakiviä:

Unirytm: nukkumaanmeno- ja heräämisajoista kiinni pitäminen

Ruokailut: milloin syödään, mitä syödään/juodaan, missä syödään

Tietokonepelit, kännykkä(some), media: mitä ja milloin, kuinka paljon?

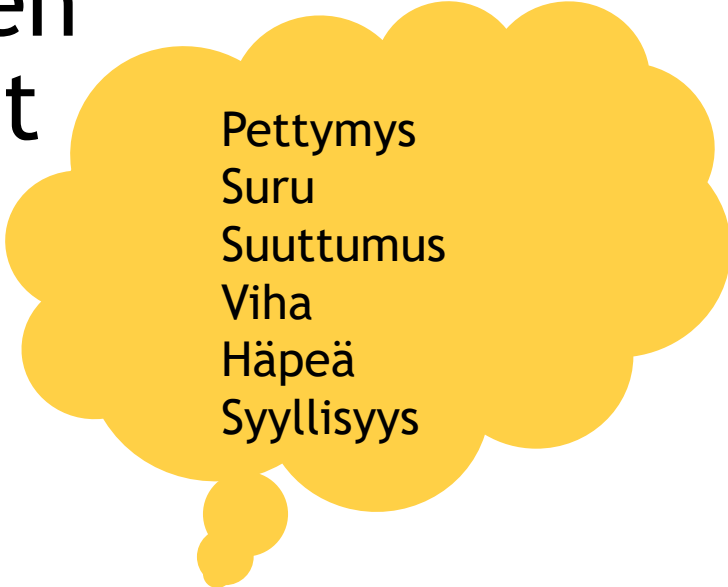
Kotiintuloajat

Tupakanpoltto, päihteet...

Miten asettaa rajoja?



Vanhemmuus ei tapahdu vain positiivisten tunteiden vallitessa, negatiiviset tunteet kuuluvat olennaisesti kasvatukseen!



Pettymys
Suru
Suuttumus
Viha
Häpeä
Syyllisyys

Älä kaada omaa tunnettasi lapsen niskaan.

Tunnista, puhu toiselle aikuiselle, hyväksy nämä tunteet. Kaikki tunteet on aina hyväksyttäviä. Ne eivät vahingoita ketään.

Toiminnan - sanat ja teot - voimme valita

Aikuinen sietää omaa mielipahaansa ja omia kurjia tunteitaan

→ Aikuinen sietää/kestää lapsen mielipahaa ja kurjia tunteita

→ Lapsi oppii pikkuhiljaa sietämään mielipahaansa ja kurjia tunteitaan



VALTERI

Miten toimia, kun lapsi uhmaa?

- Valitse taistelut
- Anna kaksi hyvää vaihtoehtoa, joista lapsi voi valita
- Kuuntele, kehu ja kannusta
- Kun olet päättänyt jonkin asian, pysy kannassasi
- Lapsi ei mene rikki pettymyksestä ja maailmaan mahtuu harmia ja kiukkua
- Opettele sietämään lapsen pahaa mieltä
- Ole johdonmukainen: sanat ja teot linjassa



VALTERI

Toimiminen haastavassa tilanteessa

Älä provosoidu!

Kova kovaa vastaan ei toimi!

Toimi ennakoitavasti ja rauhallisesti (huomioi kehonkieli)

Kokeile vaihtoehdon/valinnan antamista, mikäli ei toimi, kerro miten toimitaan.

Puhu lyhyesti ja selkeästi, mutta rauhallisesti.

Kun lapsella/nuorella on ”tunne päällä” ei kannata perustella tai analysoida liikaa.

Anna mahdollisuus rauhoittumiseen sekä ”uuteen alkuun” sen jälkeen.

Tilanne käydään läpi vasta tunteen laannuttua, näkökulmana tulevaisuus.

Miten autan lasta sietämään sietämätöntä?

- Ensiksi pitää itse oppia sietämään ei toivottuja tunteita itsessään – sekä lapsessa
- Mallintamalla, että tästä selvittää, kestämillä yhdessä lapsen kanssa ikäviäkin asioita
- Eli: kanssasäätelyn kautta lapsi oppii itsesäätelyn keinoja, pikkuhiljaa, kukin oman kehitystasonsa ja potentiaalinsa mukaan.

Kuva: Ilona Lepistö ©



Paritehtävä

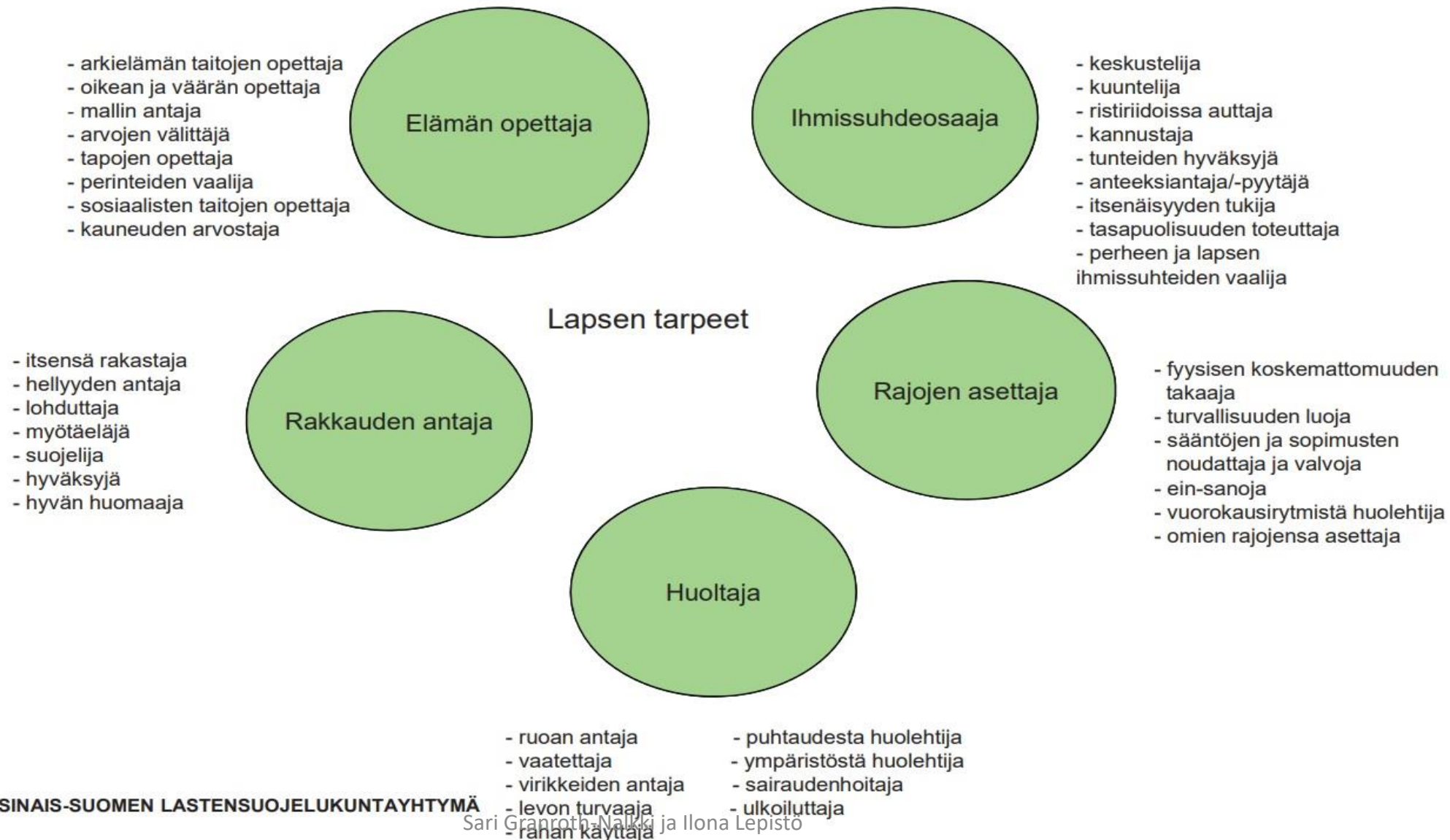
- Kukaan meistä ei suorita täydellistä vanhemmuutta ja teemme kaikki omat virheemme vanhempana. On kuitenkin hyvä olla tietoinen omista vahvuuksista vanhempana, jotta niitä voi korostaa ja voimavarojen salliessa voi huomiota antaa niihin kohtiin, joissa olisi petrattavaa 😊
- Keskustele vierustoverin kanssa hetki siitä, mitkä ovat vanhemmuuden roolikarttaan pohjaten, juuri sinun vahvuuksiasi vanhempana?



VALTERI

VANHEMMUUDEN ROOLIKARTTA®

Vanhemmuuden viisi keskeistä osa-aluetta





♥ Ihmissyyden ydin on jaettu ilo ♥

- Kaikki oppiminen tapahtuu vuorovaikutuksessa toistemme kanssa
- Ilo on tutkimisen, uuden oppimisen ja yhteyteen tulemisen voima



VALTERI

Vanhempana jaksaminen

Aina voi kysyä!

- Mistä saan voimaa?
- Mitä teen, jos kiukuttaa väsyttää?
- Kenelle voin purkaa tunteitani?
- Keneltä saan apua varhaiskasvatuksessa, koulussa ja muissa palveluissa?
- Onko minulla riittävästi tukea ympärillä ja riittävä läheisverkosto?



Kiitos osallisuudestasi!

Jotta voimme kehittää koulutuksiamme ja ammattitaitoamme, olisimme kiitollisia antamastasi palautteesta

Palautteen voit antaa suoraan tästä:

<https://www.valteri.fi/palaute/>

Sari Granroth-Nalkki

Sari.granroth-nalkki@valteri.fi

Ilona Lepistö

ilona.lepisto@valteri.fi