

Mitä ihmettä minä teen tämän teinin kanssa?

Taina Lehtoranta

Sosiaalialan lehtori, laillistettu
sosiaalityöntekijä, kolmen teini-
ikäisen äiti, Savonia amk

SAVONIA



Euroopan unionin
osarahoittama



Vaativan sijaishuollon
osaamisen kehittäminen

Lähtökohtia tälle puheenvuorolle

- Vaasi – vaativan sijaishuollon osaamisen kehittäminen lastensuojelussa



”Välillä poliisina ja maallikkona mietin, että olisiko koko lasten sijoittamistoiminta syytä pohtia uusiksi. Voisiko perheet saada enemmän ja kattavammin ja varhaisemmassa vaiheessa tukea nuoren kanssa”

-rikoskomisario

Mitä lupasin?

On tärkeää pitää lupaukset, olla luottamuksen arvoinen

Teini-ikä haastaa vanhempaa rakentamaan vanhemmuuden palikat uuteen järjestykseen.

Miten säilyttää hyvä, lämmin ja positiivinen ilmapiiri, kun teinin mieli myllertää?

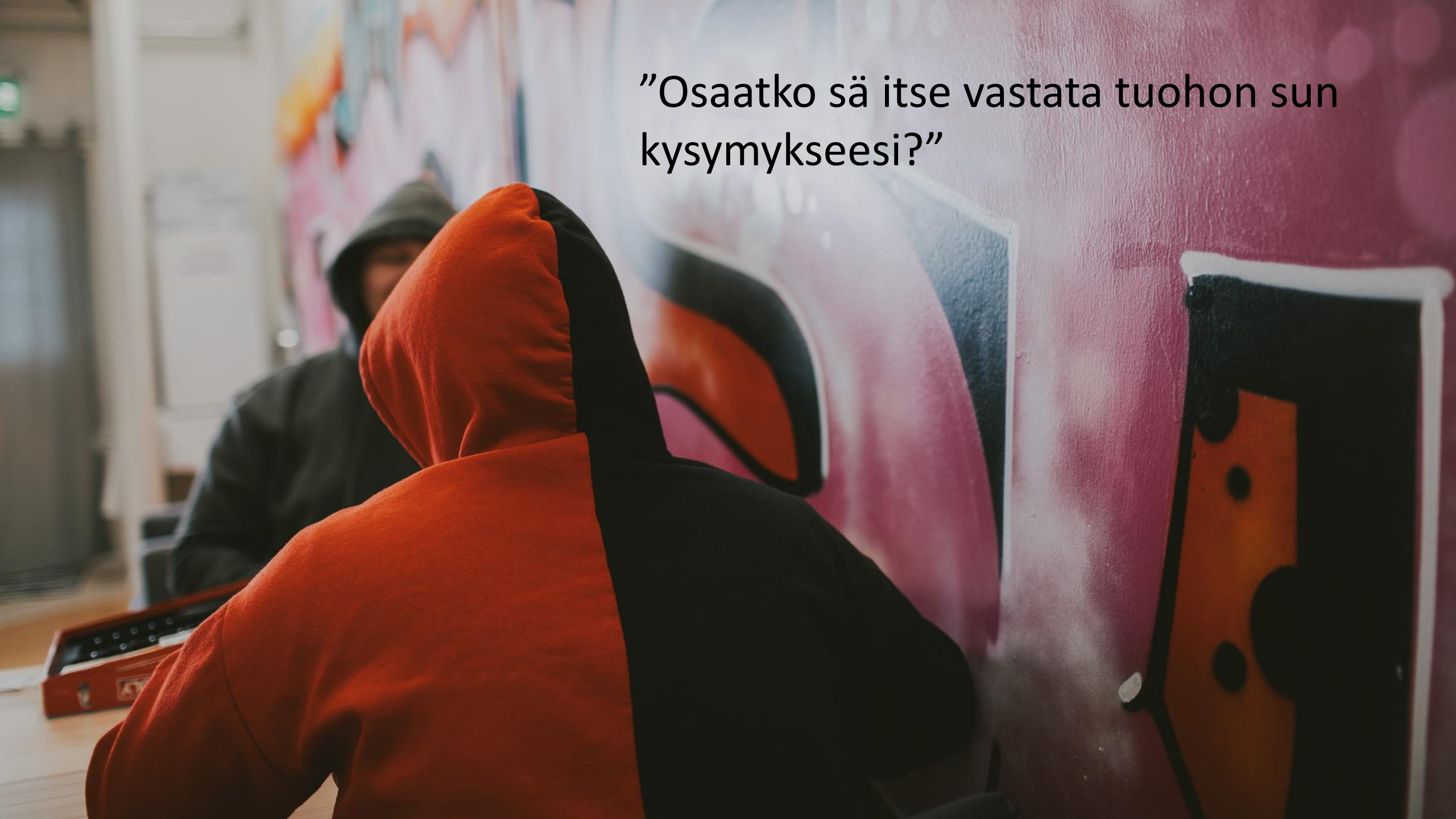
Mistä tiedän, milloin nuori tarvitsee rajoja ja milloin joustoa?

Miten tuen ja kannustan nuortani?

Onko minulla vanhempana enää mitään virkaa?



”Osaatko sä itse vastata tuohon sun kysymykseesi?”



Vanhemman tehtävä teini-ikäisen elämässä

Vanhemmalta edellytetään vanhemmuustaitoja, joiden avulla lapsen kasvua ja kehitystä voidaan ohjata myönteisesti

→ Tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä arjen taidot, ongelmanratkaisutaidot, stressin hallintataidot ja rauhoittumisen taidot

→ Kykyä asettua nuoren asemaan, kykyä ymmärtää nuoren tarpeita, kykyä kuunnella nuorta sekä kykyä olla nuorelle läsnä.

→ Nuori tarvitsee ehdotonta rakkautta sekä lämpöä, läheisyyttä, hellyyttä, hoivaa ja turvallisuutta.

→ Vanhemman tehtävänä ohjata nuorten käyttäytymistä niin kehujen, kannustuksen ja myönteisen palautteen kuin rajojen asettamisen kautta



Vanhemman tehtävä teini-ikäisen elämässä

Nuori elää fyysisten, psyykkisten ja
sosiaalisten muutosten keskellä

→ korostuu tasapainoinen ja turvallinen
arki riittävä uni ja lepo, ravinto,
liikkuminen, luovuus ja sosiaaliset
suhteet sekä vanhemman läsnäolo,
rajat, kehut ja kannustaminen

→ Nämä tukevat myös mielenterveyttä





Tarina isästä ja teinitytöstä

Tarina isästä ja teinityöstä

TEHTÄVÄ:

Piirrä kuvan mukainen kuva omasta ajankäytöstäsi. Pohdi, miten ajankäyttö jakaantuu eri asioiden välillä sinulle tyypillisenä päivänä. Voit myös kirjoittaa vastauksesi.

Pohdi asioita, kuten

- uni ja lepo
- koulu ja koulutehtävät
- somen käyttö
- ystävät
- perhe
- rentoutuminen
- kotityöt
- Harrastukset

Tavoitteena on, että nuori pääsee itse näkemään tilanteen ja oivaltamaan asioita



Näe

- Nuorelle on erityisen tärkeää tulla myönteisesti nähdyksi
 - Kehut, kiitokset ja kannustus tukevat nuoren itsetuntoa ja mielenterveyttä
 - Nuorenkin on tärkeä kuulla usein olevansa ihana ja vanhemmalle rakas
 - Näe nuori oman elämänsä asiantuntijana
- Valmiit neuvot eivät useinkaan toimi, vaan vanhemman on tärkeä kuunnella nuorta ja auttaa nuorta löytämään ratkaisuja itse. Se tukee nuoren pärjäämistä.

VINKKI; kehu nuoren vaatetusta tms.





Kuule

Tarina työstä ja äidistä

Tarina pojasta ja äidistä

Pohdi mielessäsi kuuletko oikeasti
mitä nuori sinulle kertoo?



Kuule

Kun huoli kasvaa meitä vanhempia alkaa herkästi neuvotuttamaan, koska meille iskee hätä

- Huolen kasvu, negatiiviset tunteet, epävarmuus, monimutkaiset tilanteet
 - Pyrkimys saada asia hallintaan
 - Houkutus päästä vaikuttamaan mitä ratkaisuja toinen tekee
 - Tietäminen tappaa uteliaisuuden → valta
 - Neuvotuttaminen, toimenpidekeskeisyys korostuu, kuuleminen unohtuu
- Paremmiin tietäminen estää kuulemisen, välttä olemasta oikeassa ja tietämään
- Milloin nuori tarvitsee normalisointia ja milloin tarvitsee olla huolissaan?
- Kuule arvostavasti, ei että "höpö höpö"
- "Minä haluaisin kuulla mitä sinä ajattelet tästä?"
- Tiedätkö mistä nuoresi tykkää?
- **VINKKI**; Jakakaa aika ajoin paras sen hetken biisi

Kysy

- Nuoren kehitykseen kuuluu se, että aikuiset on ”kareneita” ja ei tiedä mistään mitään
- Miten sitten voit päästä sisään nuoren maailmaan?
 - Tunne nuoren kaverit,
 - Jos kaverisuhteisiin liittyy pulmia; haasta nuorta itseään pohtimaan mitä hän ajattelee kavereiden tavasta toimia
- Vanhemman kuuluu olla saatavilla ja kiinnostunut nuoren elämästä: Miten menee? Missä olet? Kenen kanssa? Mistä haaveilet? Mitä haluat tehdä viikonloppuna? Kesälomalla?
- Jos nuori kohtaa haasteita, johon tarvitaan ammattilaisen tukea. Anna nuorelle rohkaisua ja kannustusta siihen. Nuoren ei tarvitse tietää mihin hän apua tarvitsee ja mistä sitä saa. Kulje rinnalla, mutta arvosta nuoren omaa tilaa. (Anna rajat/tee sopimus)
- **VINKKI**; hulluttele whatsappissa



Kysy

- Keskustelu ei todellakaan ole aina helppoa
- Nuori testaa → emmä tiiä, ihasama
- Keskustelkaa jo ennen kuin on kriisi päällä, suhdetta ei rakenneta kriisin keskellä
- Valitse paikka keskustelulle
- Motivoivan keskustelun keinoin
→ Avoimin mielin ja kysymyksin
- Sanavalinnat syyniin
 - Miksi sijaan esim. mitä tapahtui että?
- MUISTA, että vanhemman ei tarvitse tietää kaikesta, eikä kohdata lastaan kuin ammattilainen

Kohtaa


- Arkirupattelua arkisista asioista
- Nuorten kokemus on, että nuorten tunteita ei oteta tosissaan, älä vähättele koskaan!
- Kohtaa nuori hänen omasta elämästään käsin
- Rajoja vai joustoa, anna nuorelle mahdollisuus ja ole tukena. Minkä verran voit antaa vastuuta nuorellesi?
- Muista, että luottamus luo luottamusta
- Valitse taistelusi
- Vitsailu ja leikkimielisyys



Anna aikaa

- Asiakasisä kysyi, että mitä teen kun se aina vaan käskee painumaan...?
- Oikea-aikaisuus, jos et nyt halua puhua, niin olen saatavilla
- Vaatii pelisilmää, nuorta ei aina just silloin hotsita puhua kun sinua hotsittaisi
- Vanhemman kannattaa vaalia erityisesti niitä hetkiä, kun nuori lähestyy häntä
- Jos kaikki ei mene putkeen; Kokeile uutta lähestymistapaa





Anna toivoa - kannusta

”Kun nuori ajattelee, että elämä on yhtä pas...a, mitä silloin voi tehdä?”

- Siinä hetkessä mennään hetki kerrallaan
- Hyvinvoinnin vahvistamista, itsetunnon kasvattamista, luo uskoa että pärjää
- Usko lapseesi
- Tulevaisuususkoa ei luoda sillä, että kiirehdit vanhempana polkujen päihin, vaan että ylipäätään nuori näkee tulevaisuudessa mahdollisuuksia
- Mikään polku ei tosiasiassa johda ”ei mihinkään”
- Nuoruus on monin tavoin antoisa elämänvaihe niin nuorelle itselleen kuin vanhemmallekin

Mitäs ne nuoret tuumii tästä kaikesta?

Voisi kokeilla kohdella enemmän aikuisena, antaa vastuita ja vapauksia
Jossain vaiheessa pitää älytä lopettaa holhoaminen ja antaa itse opetella

Vanhempi ei saa olla liian tiukka

Mikä vanhemman tehtävä on sitten, jos kaikki ei menekään putkeen?
Rajat hetkeksi tiukemmalle

Yhteinen ruokahetki oltava

Luottamuksen on oltava molemmin puolista

Huumorin kautta voi rakentaa suhdetta

Kannattaa vähän haastaa nuoren ajattelua ja väitellä

Pitää olla kiinnostunut
nuorelle tärkeistä asioista, on
aika yleistä ettei vanhempia
kiinnosta



Haaste

Ota haaste vastaan ja juttele
nuoresi kanssa

- Mitä sinä toivot vanhemmalta?
- Mikä on sinulle tärkeää?
- Miten toivoisit sinua
kohdeltavan?

Entäs jos yhteys on poikki?

- Sen voi aina korjata uudelleen ja uudelleen
- Kysy, kuule, kohtaa, pyydä ja anna anteeksi
- Kaikki olemme ihmisiä, jokainen tekee virheitä ja se on nuorenkin hyvä oppia



Muista itsesi



- Pidä huoli siitä, että myös itse jaksat teiniarkea
- Mikä on sinulle tärkeää?
- Ole mallina nuorelle, olet peili joka heijastaa asioita ja tunteita.
- Mitä heijastat? Onko kaikki tunteet sallittuja?
- Etsi vertaisia
- Pyydä tukea; terveydenhoitaja, kuraattori, oman hyvinvointialueesi lapsiperheiden palveluohjaus/neuvonta

Mitä lupasin?

On tärkeää pitää lupaukset, olla luottamuksen arvoinen

Teini-ikä haastaa vanhempaa rakentamaan vanhemmuuden palikat uuteen järjestykseen.

Miten säilyttää hyvä, lämmin ja positiivinen ilmapiiri, kun teinin mieli myllertää?

Mistä tiedän, milloin nuori tarvitsee rajoja ja milloin joustoa?

Miten tuen ja kannustan nuortani?

Onko minulla vanhempana enää mitään virkaa?

Kyllä, teini-ikä todellakin haastaa pohtimaan omaa vanhemmuutta

Näe, kysy, kuule, kohtaa, anna aikaa ja toivoa

Kuule, tee nuoren kanssa sopimuksia

Kyllä, sinulla on vielä hyvin paljon virkaa, mutta roolisi on erilainen kuin ennen

Kuule ja usko mitä nuoresi sanoo. Usko tulevaan ja kannusta. Ole läsnä

Vinkkejä ja lähteet

Tutustu näihin:

- <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/perheet/vanhemmuus/nuoruusika/>
- https://yle.fi/a/74-20072997?utm_source=social-media-share&utm_medium=social&utm_campaign=ylefiapp
- Mieli Ry
- Mielenterveystalo.fi
- Pohjois-Savon hyvinvointialue/lapsiperheiden yleinen neuvonta p. 0172734300
- Kuvat: Omat kuvat, Pixapay ja Vaasi-hanke

