

LUPA AUTTAA!

Pesäpuu ry  20
vuotta

Tekoja – Rakkaudesta lapseen



LAPSEN KALTOINKOHELTU JA KANNUSTAVA KASVATUS

Jukka Mäkelä, lastenpsykiatri



**LAPSEN KALTOINKOHTELU JA
KANNUSTAVA KASVATUS
13.2.2019**

**Jukka Mäkelä, lastenpsykiatri
lasten psykoterapeutti, vanhempi-lapsi –terapeutti
Johtava asiantuntija, THL
Valtion palvelut –osasto, turvakodit**

KULLERVO KALTOINKOHDeltuNA LAPSENA

- Veljeskateus – sota – orjuus – orpous
- Rakkauden riistäminen jo kehdoissa
 - herätti raivon ja tuhoavuuden
- Tehtävät ilman niihin annettua tukea
 - voima suuntautui hallitsemattomasti
 - tulkittiin pahuudeksi eli lapsen ominaisuudeksi
- Lupauksen pettäminen
 - sijaisäidin huolenpito oli petollista
 - hävitti ainoan siteen Kullervon omiin juuriin
- Kohtalokas kohtaaminen sisaren kanssa
 - lopullinen tuho voi alkaa sattumanvaraisesta tapahtumasta

KALTOINKOHTELU

- Kaltoin tulee sanoista kaltto / kalteva
 - käytetään Kullervon ja häväistyn neidon tarinoissa
 - ei suoraa ja selkeätä vaan kaltevan pinnan kysymyksiä
- Fyysinenkin väkivalta on vaikea rajata:
- Hyljeksiminen – nöyryyttäminen – tuetta jättäminen
 - henkinen väkivalta
 - hyvin harvoin tutkitaan rikoksena
 - silti on selvää, että rajut huoltajuusriidat ja vieraannuttaminen ovat rikoksia lasta kohtaan
- Lapsen käyttäminen omien tarpeiden täyttäjänä
 - seksuaalisissa tarpeissa raja on selkeä
 - sumea raja esim. hyväksynnän, hellyyden ja sisarusten hoitamisen tarpeissa

RISTIRIITA

- Monet vanhemmat laiminlyövät, pahoinpitelevät ja hylkäävät lapsiaan kaikissa tunnetuissa kulttuureissa
 - äidit ovat usein vastuussa varsinkin pieniin lapsiin kohdistuvasta väkivallasta
- Muut ihmisapinat eivät kaltoinkohtele pentujaan
 - omaa pentuaan suojellaan ilman ehtoja
- Ihmislapsi tarvitsee ylivoimaisen satsauksen
 - ihmisellä on pisin riippuvuuden ja kehityksen aika
 - yksikään vanhempi ei voi selvitä omillaan
 - lapsi on vaarassa jos vanhempi ei saa tarvitsemaansa tukea
 - kaltoinkohtelu on yksilökeskeisten yhteisöjen erityinen vitsaus

IHMISEN ERITYINEN VANHEMMUUS

- Yhteisöllinen vanhemmuus on lajillemme välttämätöntä ja ominaista
- Äidit ovat valmiit antamaan vauvansa toisten syliin
 - kaikissa kulttuureissa on toisia naisia apuna
- Miesten kyky hoivata ja huolehtia on aivan poikkeuksellista
 - suurta vaihtelua
 - kosketus vauvoihin voi olla ratkaiseva
 - yhteiskunnalliset ratkaisut tärkeitä: isävapaat!
- Lapset seuraavat aikuisia kiinnostuneena
 - suuria temperamenttisiä eroja
 - isät valitaan usein leikkiveriksi

VANHEMMUUDEN JAKAMINEN ON VOIMAVARA

- Kiintymyssuhteet on usein ymmärretty rajallisesti
 - lapsi hyötyy monesta häneen sitoutuneesta aikuisesta
- Vanhemman sitoutuminen lapseen liittyy hänen käytettävissä oleviin voimavaroihinsa
 - kun on vaikeata, odottaa saavansa tukea
 - tuen saaminen lisää toimintamahdollisuuksia
 - ilman tukea jääminen lisää epätoivoa
- Jollei saa, vanhempi kääntyy helpommin lasta tai tuetta jättänyttä aikuista vastaan
 - empatia lapsen tilannetta kohtaan kapeutuu
 - kaltoinkohtelu todennäköisempää
 - parisuhdeväkivalta lisääntyy

VANHEMMUUS TUO AINA MYÖS STRESSIÄ

- Lapsen tarpeet ovat välittömiä, usein ehdottomia
 - eivät useinkaan vanhemman tarpeiden mukaisia
 - vanhempi-lapsi konflikti on osa luontoa
- Stressin säätelykyky on yksilöllinen
 - myös kyky käyttää toisia apuna ja tukena vaihtelee
- Lievä stressi parantaa toimintaa
- Liika stressi jäykistää omaa toimintaa
 - toiminnan vaihtoehdot rajautuvat
- Sosiaalinen tuki auttaa kestäämään stressiä
 - aikuisinakin tarvitsemme kiintymysjärjestelmää
 - **yksin selviämisen eetos on uhka lapselle**

LAPSEN KEHITYS ON AIKUISTEN VARASSA

- Lapsi kehittyy vuorovaikutuksessa moniulotteisen ympäristön kanssa
- Jokapäiväisistä kanssakäymisistä läheisten kanssa syntyy aivorakenteita ja mielen kykyjä
 - ulkoisesta syntyy sisäinen
 - kotona, päivähoidossa, koulussa ja muissa arjen ympäristöissä
- Lapsen kehitys
 - sen tukeminen ja ohjaaminen
 - sen häiriintyminen ja korjaantuminen
- tapahtuvat suhteessa ympäristöön ja yhdessä siinä olevien ihmisten kanssa

AIVOT KEHITTYVÄT KOKEMUKSISSA

- Aivojen tehtävä on ohjata yksilön toimintaa vastaanottamansa tiedon mukaan
 - aistitieto
 - ympäristöaistit, kehoaisti, sosiaaliset aistit
 - kokemustieto
 - jokainen kokee todellisuuden omalla tavallaan
- Kokemukset ja toiminta ohjaavat aivojen hidasta kehitystä
 - perimä määrittää mahdollisuuksien kirjon
 - ympäristö avaa ja sulkee perimän toteutumista
 - vuorovaikutuskokemukset ovat vahvimmat vaikuttajat
- Sisäisen tilan säätely on kehityksen avain

SISÄISEN TILAN SÄÄTELY

- **Stressi** on säätelykyvyn kuormittumisen tila
 - aivojen ja koko kehon hälytystila
 - lapset ovat äärimmäisen erilaisia
 - temperamentti ja kiintymyssuhteissa tapahtuva kehitys
 - liian korkeat odotukset - lapsen ominaisuuksiin nähden
- **Trauma** on säätelykyvyn ylittymisen tila
 - hälytys nousee liian korkealle tai jatkuu liian kauan
 - voimakas kokemus, jota ei pysty käsittelemään
 - taistele, pakene, jähmety tai lamaannu
 - tulevat helposti tulkituksi käytöshäiriöinä
 - kaltoinkohtelun ydin
 - lapsi on täysin tuetun säätelyn varassa

KALTOINKOHTELUN PITKÄAIKAISSEURAUKSIA

○ Matalampi älykkyys

- mitä merkittävämpiä kokemuksia, sitä enemmän älykkyys jää alle odotustason
- oppimisen vaikeudet ja koulusta putoaminen
- monia sosiaalisia seurauksia

○ Henkinen terveys

- masennus - itsetuhoisuus
- päihdeongelmat
- persoonallisuushäiriöt – epäsosiaalisuus
- riskikäyttäytyminen

○ Ruumiillinen terveys

- kromosomien säätely-yksiköt (telomeerit) lyhenevät
- ennenaikainen vanheneminen
- lihavuus, aikuisiän diabetes, sydän- ja verenkiertosairaudet

SYRJÄÄN JÄTTÄMINEN ON KALTOINKOHTELUA

- Ihminen huomaa äärimmäisen herkästi sen, ettei saa vastausta
 - käynnistää häpeäreaktion
 - lisää vihamielisyyttä ja masennusta
- Syrjään joutuminen sattuu
 - samat aivoalueet hälyttävät kuin fyysisessä kivussa
 - lapsen kasautuva kokemus siitä, ettei saa merkitä hyvää
 - syrjään jättäminen on yleistä varhaiskasvatuksessa ja kouluissa
- Lisää pahantahoisia ajatuksia
 - toinen arvioidaan pahantahtoiseksi
 - toiselle ollaan valmiita haluamaan pahaa

HYVÄKSYTYKSI TULEMINEN TUNTUU HYVÄLTÄ

- Kaiken kasvatuksen moraalinen itseisarvo on varmistaa joukkoon kuulumisen jokaiselle
 - vanhempien, varhaiskasvatuksen, koulun ja harrastusten ydintehtävä
 - otettava huomioon lasten yksilölliset tuen tarpeet
- Lasten hetkestä hetkeen vaihtuvat avun tarpeet vireyden säätelyyn ja yhteydessä pysymiseen on opittava huomaamaan
 - viesteihin vastataan tavalla, joka tukee hyvää ja hallitsee pahaa
 - tämä palauttaa lapsen osaksi yhteyttä sekä aikuiseen että lapsiryhmään
 - siten se vahvistaa lapsen **minäme** –kokemusta

LAPSEN HYVÄÄ KEHITYSTÄ SUOJAAVAT TEKIJÄT

- Lapset voivat olla hyvin kestäviä vaikeissa tilanteissa mutta voivat myös vaurioitua
 - suojaavat tekijät tuovat kestävyyttä
- 1. Lapsen rakenteelliset ominaisuudet
 - jokainen lapsi on haavoittuvuudessaan ja pärjäävytydessään täysin yksilöllinen
- 2. Lapsen kokemuksesta kiinnostunut ja sitä jäsentävä aikuinen: turvallinen kiintymyksen kohde
 - ei tarvitse olla äiti tai isä
 - opettaja tai päivähoitaja, naapuruston aikuinen, terveyden- tai sosiaalihuollon työntekijä, harrastusohjaaja, edunvalvoja...
- 3. Ulkoisen maailman vakaus ja ennustettavuus
 - perheen ja arjen muiden ympäristöjen toimintakyvyn ylläpitäminen: perhetyö, sosiaaliohjaus, vanhemmuuskoulut
 - arki on lapselle täysin keskeinen

MITEN VAHVISTAA TURVALLISTA KIINTYMYSTÄ

- Kuuntele lasta
 - huomaa hennotkin viestit
 - vahvista hyvältä tuntuvaa
 - tynnytä pahalta tuntuvaa
- Tämä vahvistaa lapsen luottamusta aikuisiin ja myös toisiin lapsiin
 - kun lapsi on avoin sekä hätänsä että ilonsa ilmaisussa, hänen voi saada apua myös tulleessaan kaltoinkohdelluksi
 - sosiaalinen joustavuus tuo kannustusta myös ikätovereilta ja opettajilta
- Lapsi tarvitsee aikuisen, joka on valmis kohtaamaan hänet

KOHTAAMINEN

- Asettuminen toisen kanssa vuorovaikutukseen
 - rohkeus: ei voi tietää, mitä tulee vastaan
 - aitous: olla valmis tulemaan kosketetuksi
- Valmius nähdä toinen omana itsenään
 - eikä omien ennakko-oletusten kautta
 - peilausjärjestelmät tukevat: herkkyyys
- Valmius kuulla toisen kokemus
 - toiminta-aloitteet, ajatukset, tunteet, kehollisuus
- Fyysinen asettuminen
 - asetu lapsen tasolle: älä lähesty ylhäältä päin
 - yhteyteen asettuminen alkaa omasta hermostollisesta tilasta

YHTEYDEN TILA: IHMISYYDEN KRUUNU

- Kokonaisvaltainen fyysinen olotila, jossa ihminen pystyy olemaan turvallisessa yhteydessä toiseen
 - samanaikaisesti levollinen ja vireä
 - hengitys syvää ja rauhallista, sydämen syke tyyntä ja joustavaa
 - sanaton viestintä kuvaa hyväntahtoisuutta
 - vartalon ja erityisesti pään asento
 - kasvojen, erityisesti silmien ympäristön ilmelihakset;
 - äänen sointuvuus ja kuulon virittäminen
 - läheisyys ja kosketus
- Omaan hengitykseen vaikuttaminen on helppointa
- Yhteys katkeilee ja saakin katkeilla
 - korjaaminen on arvokkaampaa kuin jatkuva onnistuminen
 - aikuisen vastuulla – vaikka usein lapsen aloitteesta



LAPSEN KEHITYSTÄ TUKEVA ASENNE

- Lapsen näkeminen erityisenä
 - utelias kiinnostus
 - lähtökohtainen hyväksyminen: syvällä sisällä on hyvä päämäärä
 - arvon ja merkityksen antaminen
 - ”menipä tuo hienosti”
 - ”sinä olet sitten kiva tyttö/ poika”
- Kunnioittaminen
 - vastuun ottamista omista virheistä
 - ”nyt en tainnut kuunnella”, ”nyt tein väärin”, ”en huomannut”

LAPSEN KEHITYSTÄ TUKEVA ASENNE

- Myötä tunteminen
 - tunteen elävyyden yhteen soinnuttaminen
 - ”onpa sinulla ollut rankkaa”,
 - ”olipa ihana tarina”
- Todellisuuden sanoittaminen
 - ennakointi, jälkipurku ja kiitos
 - merkitykset syntyvät toiminnan sanoittamisen myötä

ILON VAALIMINEN ON OIKEIN KOHTELUA

- Myönteiset tunnetilat avaavat kehityksen mahdollisuuksia ja vahvistavat kehitystä
 - yhteydet aivoissa lisääntyvät
 - uudet toimintamahdollisuudet avautuvat
- Myönteiset tunnetilat nousevat aivoissa kolme eri kanavaa pitkin
 - 1) uteliaan tutkimisen ja löytämisen tuomasta hallinnan tunteesta
 - 2) fyysisestä (riehakkaasta) leikistä toisten kanssa
 - 3) hoiva- ja kiintymyskokemuksista
- Ystävyys ja kumppanuus palkitsevat kaikkia näitä kanavia pitkin

PIDÄ HUOLI ENSIN ITSESTÄSI!

- Fyysinen hyvinvointi: ravinto. lepo ja liikunta
- Vuorovaikutushyvinvointi: lähi-ihmissuhteet
- Henkinen hyvinvointi
 - mielen säätely: itsensä kokeminen ehyenä
 - paluu kulloiseenkin hetkeen: tietoinen hyväksyvä läsnäolo
 - tietoinen kävely, askartelu, käsityöt, ruoanlaitto...
 - viisi tietoista pitkä uloshengitystä kolme kertaa päivässä
- Omista kokemistavoista kiinnostuminen
 - mikä tässä tilanteessa koskettaa minua
 - mikä saa minut kuohuksiin, lamaantumaan, masentumaan
 - miksi koen, että näin on hyvä toimia
 - mielellistäminen tukee omaa luottavaista kiintymystä
 - olla omalle itselle myötätuntoinen, kiinnostunut kuulija
 - lähi-ihmissuhteet, työnohjaus, psykoterapia



JATKOLUKEMISTA

- Mäkelä J:i Lapsen kasvu ihmisyyteen ja yhteisöllisyyteen kirjassa Lapsilähtöinen esiopetus, toim Timo Jantunen & Raija Lautela, Tammi 2011
- Mäkelä J: Osallisuuden merkitys lapsen kehitykselle kirjassa Näyn ja kuulun, toim Suvielise Nurmi, Kais Rantala, Lasten keskus 2011
- Mäkelä J: Miksi lasten elämää hallitse yksin pärjäämisen pakko?
- ja: Mihin kosketus on hävinnyt aikuisten ja lasten suhteista? Kirjassa Kymmenen kysymystä kasvatuksesta, Lapsiasiainvaltuutetun toimisto 2012
- Mäkelä J, Sajaniemi N: Vertaissuhteet muovaavat lapsen aivoja. Kirjassa: Väkälylä, Reivinen (toim) Ketä kiinnostaa, Gaudeamus 2013
- Repo, Laura. Pienet lapset ja kiusaamisen ehkäisy. : PS-kustannus (2013).
- Rotkirch Anna Yhdessä - lasten kasvatuksella ei ole yksilölaji WSOY 2014
- Sajaniemi N, Mäkelä JE : Ihminen voi hyvin joukossa. Kirjassa Lotta Uusitalo-Malmivaara(toim.) Positiivisen psykologian voima PS kustannus 2014
- Sajaniemi N, Suhonen E, NislinM, Mäkelä JE: Stressin säätely, kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin PS-kustannus 2015
- Siegel D: Mielitaju. Muutoksen tiede, II painos Basam 2015.
- Siegel D: Brainstorm. Nuoruuden aivomyrskyn voima ja merkitys Basam 2014;