

Kamalan ihana vanhemmuus - voiko siinä onnistua?

Mannerheimin Lastensuojeluliiton
Tutkimussäätiön seminaari 1.10.2025

Kaija Puura, Lastenpsykiatrian professori, ylilääkäri,
Tampereen yliopisto ja yliopistollinen sairaala
Executive Director, WAIMH



Sitoumukset

- World Association for Infant Mental Health
maailmanjärjestön toiminnanjohtaja ja
johtokunnan jäsen
- Ei muita sitoumuksia

Eräällä luennolla...

Professori: Minkälaista on olla vanhempi?

Nuori isä: Kamalan ihanaa – siis ihan kamalaa ja ihanaa

Sisältö

Lapsen kehityksestä

Mitä on riittävän hyvä vanhemmuus

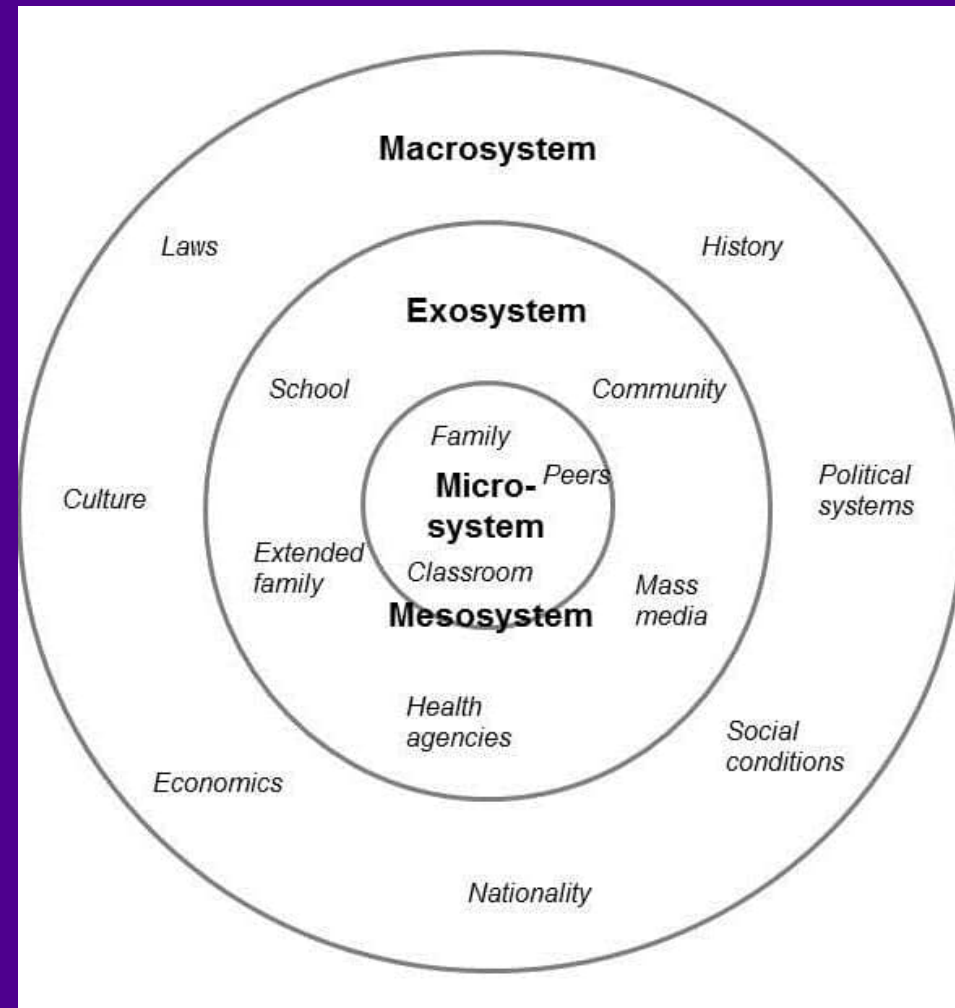
Vanhemmuuden haasteet ajassamme

Voiko vanhemmuudessa onnistua?



Lapsen kehitysympäristöt

- Ekologinen malli
(Bronfenbrenner, 2000) –
jatkuva muutos
- Elämänpiiri
laajenee iän myötä



Mielen kehitys elämän aikana

Perintötekijät ja biologiset ominaisuudet vaikuttavat yhdessä ympäristön kanssa

Sosiaalinen ympäristö, ennen muuta ihmissuhteet

Mielen kokemuksellisuus

- Me kaikki koemme todellisuuden omalla tavallamme
 - Lapsen ja vanhemman kokemus voi olla eri

Tässä-ja-nyt kokemukseen vaikuttavat aiemmat kokemukset, ajatukset, tunteet, odotukset

Lapsen kehitys

- stressi- tai riski tekijät
 - Edellis(t)en sukupolv(i)en traumat
 - aiemmat lapsen kokemat vaikeudet
 - nykyiset olosuhteet ja elämäntapahtumat
- suojaavat tekijät ja mielen joustavuus (resilience)
 - yksilöllinen sietokyky ja kyvykkyys
 - **sosiaalisista suhteista** saatu ja saatava tuki
 - jaettu ilo (Mäntymaa ym 2015, Puura ym 2019)

Lapsi kehittyy vuorovaikutuksessa

- Ensimmäiset elinvuodet tärkeitä, ns. varhainen vuorovaikutus
- Pienen lapsen (0-3v) ja hänen hoitajiensa välillä tapahtuvaa
- Sisältää kaiken sen, mitä lapsen kanssa tehdään
 - Tunnevuorovaikutus
 - Tiedollinen ja taidollinen kehitys
 - Itsesäätelyn kehittyminen

Varhainen vuorovaikutus

Vanhemman antama hoiva

- Lapsen tarpeiden tunnistaminen ja niihin vastaaminen

Vanhemman ja lapsen tunnevuorovaikutus

- Lapsen tunteiden tunnistaminen ja niihin vastaaminen riittävällä herkkyydellä

Vanhemman tarjoama säätely ja rajat

- Lapsen kehittyvän itsesäätelyn tukeminen

Varhainen vuorovaikutus

- Vanhemman ja lapsen synkronia
 - äidit ja vauvat ovat synkroniassa noin **30–50 %** vuorovaikutustilanteista
 - vanhempi tulkitsee ja vastaa vauvan viesteihin oikea-aikaisesti ja tarkoituksenmukaisesti, ja vauva puolestaan reagoi vanhemman viesteihin odotetulla tavalla
 - Lapselle tärkeitä ovat myös epäsynkronian (mismatch) ja niiden korjaustilanteet (rematch)

Kypsyttävät lapsen omia taitoja

Vanhemman ja lapsen tehtävät vuorovaikutuksessa (Emde 1989)

- Vanhempi:
- sitoutuminen
- suojelu
- tarpeiden tyydytys
- empaattinen vastaaminen
- opettaminen
- leikki
- rajojen asettaminen

Lapsi:
kiintymys
valppaus
fysiologinen säätely
tunteiden säätely
oppiminen
leikki
itsesäätely

Vanhemman ohjaus – lapsen autonomia

- Lapsen kehitystä ajaa alusta lähtien halu oppia (mastery motivation) (Stern, 2018)
- Vanhemman osuus lapsen toiminnassa vähenee lapsen taitojen lisääntyessä
- Keltikangas-Järvinen:
 - ensin tehdään lapsen puolesta
 - sitten tehdään lapsen kanssa
 - lopuksi lapsi tekee itse

”Joka kuritta kasvaa, se kunniatta kuolee*”

Lapsi oppii säätelemään toimintaansa vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa – aikuisen säätely vähenee asteittain

Vanhemmuuden kolme tärkeää R:ää ovat

- Rakkaus – kiintymys ja herkkyys lapsen tarpeille
- Rajat
- Rutiinit

Rajat ilman rakkautta koetaan pakottamiseksi

Rakkaus ilman rajoja on turvatonta

Rutiinit ovat pysyviä rajoja, jotka helpottavat elämää

Murrosikä ja nuoruus

- Vanhemman loputon kärsivällisyys – taistelut valittava viisaasti
- Johdonmukaiset, pysyvät rajat – kuitenkin niin väljät kuin mahdollista
- Vanhemman pyrittävä ymmärtämään nuorta, mutta seistävä omien ajatustensa ja mielipiteidensä takana ja otettava vastuun nuoresta kunnes tämä pystyy siihen itse
- Riidat ovat tärkeitä – niissä vanhemman on oltava riittävän vahva, muttei mustasukkainen tai kostonhimoinen

D.W. Winnicott (1945) "Primitive Emotional Development" in Through Paediatrics to Psychoanalysis, Tavistock Pub. Lon.

D.W. Winnicott (1964) The Child, the Family and the Outside World Penguin.

D.W. Winnicott (1965) The Maturation Process and the Facilitating Environment Hogarth Press.

D.W. Winnicott (1971) Playing and Reality, Tavistock Pub. Lon.

Murrosikä ja nuoruus

- Vanhemman kyettävä sietämään nuoren käytöstä loukkaantumatta liikaa = “norsunnahka”
- Eli vanhemman tulisi olla oma itsensä, humaani ja hyväksyä nuori sellaisena kuin hän on
- Summa summarum: vanhempi on luotettava, pysyvä ja johdonmukainen
 - Nuori pystyy irrottautumaan vanhemmasta ehdottomana auktoriteettina, säilyttäen kuitenkin suhteen vanhempaan

D.W. Winnicott (1945) “Primitive Emotional Development” in Through Paediatrics to Psychoanalysis, Tavistock Pub. Lon.

D.W. Winnicott (1964) The Child, the Family and the Outside World Penguin.

D.W. Winnicott (1965) The Maturation Process and the Facilitating Environment Hogarth Press.

D.W. Winnicott (1971) Playing and Reality, Tavistock Pub. Lon.

Riittävän hyvä vanhemmuus

1. **Lapsen kasvu ja kehitys on turvallista ja hyvää.** Lapsi saa huolenpitoa, rajoja, ymmärrystä ja hellyyttä.
2. Vanhempi **etsii vanhemmuudesta hyviä hetkiä**, on kiinnostunut lapsesta ja viettää tämän kanssa yhteistä aikaa
3. Vanhempi **tunnistaa omat vahvuutensa ja heikkoutensa.** Hän on valmis muuttamaan toimintatapojaan tarvittaessa ja uskaltaa pyytää apua.
4. Vanhempi **pitää hyvää huolta omista voimavaroistaan**, sillä hän tietää lapsen tarvitsevan hyvinvoivan vanhemman
5. Vanhempi huolehtii, että lapsella ja itsellään on ainakin joitain **vastavuoroisia sosiaalisia suhteita**, sillä tarvitsemme myös muita ihmisiä

Riittävän hyvä vanhemmuus

- Perustarpeiden tyydytys – ruoka, lepo ym.
- Kiintymys: ”jokaiselle lapsella tulisi olla ainakin yksi ihminen, jonka silmistä loistaa rakkaus”
Bronfenbrenner
- Vuorovaikutuksessa yhteisymmärrys – ristiriita – uusi yhteisymmärrys (match-mismatch-rematch)
- Turva – ”caregiving” eikä ”scaregiving”
- Arki sujuu, kaikki suht tyytyväisiä
- Jaettu ilo vanhemman ja lapsen välillä

Sadan vuoden takaa...

Vanhempien tulisi

- Tehdä koti iloiseksi vanhemmilla ja lapsille
- Käyttää usein helliä sanoja
- Olla iloiset

Kasvatussuojella sadan vuoden takaa.

Sananen vanhemmille.

Moni lapsi joutuu eläville, koska silta kotona puuttuu ilo. Lapsi tarvitsee hyönteilyä ja kukkaset päivittäin. Lapsen näköni vain nykyhetken. Jos jokin asia huvittaa heitä, niin he elävät siitä; jos ei, niin he kättävät siitä. Jos kasvot kotona ovat happamat ja sanat löykkeitä ja lapsetkatselua aina vaan löydetään vikoja, niin he ovat niin paljon kuin siinäkin kodin ulkopuolella. Muistakaa tämä, te isät ja äidit! Kehtäkää antaa koti hauska ja iloisekka läellenne ja lapsellenne. Käyttäkää useampia helviä sanoja ja olkaa iloiset. Tämän kautta lapsennekin mieli pysyy raikkaina ja onnellisena, he viihtyvät niin hyvin kodin ilmanalassa ja te saatte heistä suurta iloa.

Nykyvanhempien haasteet

- Sosiaalisen median luomat mielikuvat ja paineet / täydellisen vanhemmuuden harha
- Asiantuntijoiden ja tiedon tuomat paineet / lapsen kehityksen optimoimisen harha
- Aikuisilla vähemmän kokemuksia lapsista ennen omien lasten syntymää

Nykyvanhempien haasteet

- N. 30%:lla vauvaperheiden synnyttäneistä vanhemmista ja n. 13%:lla toisista vanhemmista on ollut vauvan odotusaikana masennusoireilua
- N. 15%:lla synnyttäneistä vanhemmista on ollut masennusta synnytykseen jälkeen
- 30%:lla vauvaperheiden vanhemmista on uupumuksen oireita
- 8% synnyttäneistä vanhemmista ja 5% toisista vanhemmista oli uupuneita

Nykyvanhempien haasteet

Vanhempien yksinäisyys (Armstrong et al., 2005, Pihlakoski et al, 2012).

- 12% vauvaperheiden synnyttäneistä vanhemmista ja 2% toisista vanhemmista
- isovanhemmat ja suku kaukana/liian kiireisiä auttaakseen
- pakolais- ja maahanmuuttajaperheet voivat erityisesti kokea eristyneisyyttä

Kuormittavat elämäntapa- ja elämäntilanteet (Jenkins ym. 2015)

- Joka kymmenes vauvaperhe ja joka seitsemäs nelivuotiaiden vanhempi on joutunut tinkimään ruoasta, lääkkeistä tai lääkärikäynneistä rahan puutteen vuoksi



Nykyvanhempien haasteet

- Vanhemman älylaitteen käyttö
 - vähentää vanhemman herkkyyttä vauvan viesteille (Golen & Ventura 2015) ja vastavuoroista vuorovaikutusta lapsen kanssa (Radesky ym 2014)
 - ”disconnected parenting” – läsnä-mutta-poissa vanhemmuus
 - lapsen passiivinen alistuminen
 - lapsen häiriökäyttäytyminen

Sekä vanhemmalle että lapselle vähemmän aikaa vuorovaikutukselle...

Nykyvanhempien haasteet

- Lasten pääsy vaaralliseen materiaaliin sosiaalisessa mediassa
- Päihteet – aina vain vaarallisempia aineita
 - Sähkötupakka
 - Nikotiinipussit
 - Perinteisiä päihteitä saa helposti
 - Alfa-pvp valtaa markkinoita

Vanhemmuudesta tutkimuksessa

- Lähes kaikilla vanhemmilla varhainen vuorovaikutus vauvan kanssa sujuu hyvin
- Lähes puolet vanhemmista kokee vauvansa keskimääräistä helpommaksi
- Vauvaperheiden vanhemmat tarvitsisivat enemmän tukea
 - synnytykseen valmistautumiseen
 - omaan ja puolison jaksamiseen
 - vauvan nukkumiseen
 - syöttämiseen ja
 - itkuisuuteen

Vanhemmuudesta tutkimuksessa

- 80% nelivuotiaan lapsen vanhemmasta kokee olevansa tärkeä osa omia lähiyhteisöjään
- Nelivuotiaiden lasten kahden aikuisen perheissä asuvat vanhemmat ovat tyytyväisempiä perhe-elämäänsä ja osallisuuteensa kuin perheen ainoina aikuisina asuvat vanhemmat
- Nelivuotiaiden vanhemmat ovat pääosin samoilla linjoilla lapsen kasvatuksessa. Vanhemmalla on useimmiten hauskaa lapsen kanssa
- Suurin osa nelivuotiaiden lasten perheistä syö joka päivä aterian niin, että vähintään yksi vanhempi syö lasten kanssa yhtä aikaa

Vanhemmuudesta tutkimuksessa

- Nelivuotiaista lapsista vajaa puolet on kokenut vanhemman tai muun läheisen taholta henkistä väkivaltaa: yleisin muoto on riehuminen lapsen nähden
- Useampi kuin joka kymmenes on kokenut fyysistä väkivaltaa: yleisin muoto on luunapin antaminen tai tukistaminen
- Poikiin kohdistuu tyttöjä useammin sekä henkistä että fyysistä väkivaltaa.

Vanhemmuudesta tutkimuksessa

- Yleisimmin nelivuotiaiden lasten vanhemmat tarvitsevat tukea
 - lapsen kasvuun ja kehitykseen
 - lapsen käyttäytymisen tai tunne-elämän ongelmiin
 - vanhemman omaan jaksamiseen ja vanhemmuuteen.
- 7% nelivuotiaiden lasten vanhemmista kokee itsensä yksinäiseksi
 - työelämän ulkopuolella olevat
 - ainoina aikuisina perheessään asuvat vanhemmat kokevat yksinäisyyttä useammin kuin muut vanhemmat.
- Joka viidennellä nelivuotiaan lapsen vanhemmalla on ollut vähintään kaksi viikkoa kestänyttä masennusoireilua

Vanhemmuudesta tutkimuksessa

- Perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilaista noin 80% sekä 8. ja 9. luokan oppilaista noin 70% kokee voivansa keskustella asioistaan vanhempiensa kanssa usein tai melko usein
 - lisääntynyt merkittävästi 2000-luvun alun 40%:sta
- Vuonna 2025 koulupäivästään vanhempiensa kanssa keskusteli suurin osa 8.- ja 9.- luokkalaisista vähintään joskus
- Noin 6% prosenttia ei keskustellut koskaan vanhempiensa kanssa koulupäivästään

Vanhemmuudesta tutkimuksessa

- lähes kolme neljäsosaa 8. ja 9. luokan oppilaista sekä alle puolet lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoista ei käyttä lainkaan alkoholia
- Perusopetuksen 4.–5.-luokkalaisista pojista 6% ja tytöistä 3% prosenttia oli käyttänyt sähkösavukkeita vähintään kerran
- Nikotiinipusseja ilmoitti käyttäneensä päivittäin perusopetuksen 8. ja 9. luokan ja lukioiden 1. ja 2. vuoden pojista 9% ja tytöistä 4–5 prosenttia
- Nikotiinipussien päivittäinen käyttö oli yleisintä ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuoden opiskelijoilla (pojat 24 %, tytöt 15 %)
- Perusopetuksen 4. ja 5. luokan oppilaista nikotiinipusseja oli kokeillut harva (pojat 2 %, tytöt 1 %)

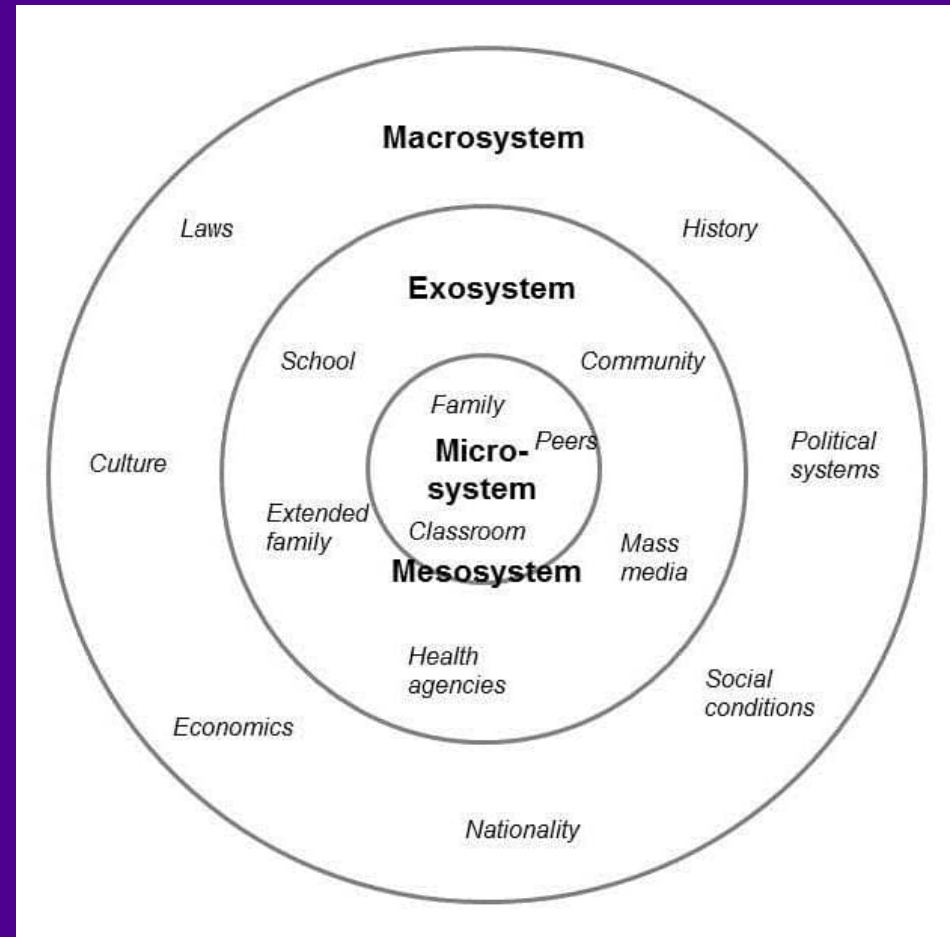
Voiko vanhemmuudessa onnistua?

- Jos tavoittelee täydellisyyttä, ei
- Vanhemman ja lapsen suhde on koko ajan muuttuva ihmissuhde
 - Jotkin vaiheet voivat olla haastavampia
- Onnistumisen merkkejä voivat olla
 - suhteen ja keskinäisen kiintymyksen säilyminen vanhemman ja lapsen välillä
 - aikuiselta lapselta saatu rehellinen palaute ja ymmärrys

Vanhemmuuden kehitysympäristöt

Vanhemmuus ei myöskään
kehity tyhjiössä

Yhteiskunnalla ja päättäjillä
on roolinsa
vanhemmuuden
mahdollistamisessa ja
tukemisessa



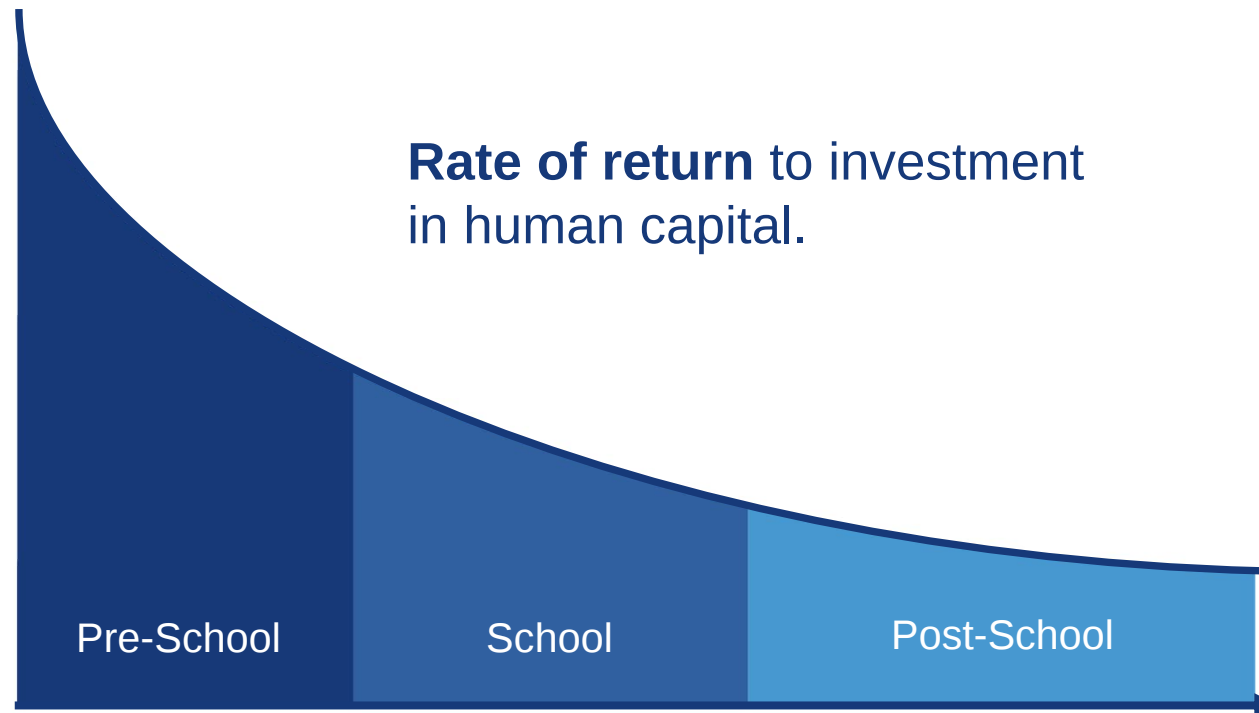
Mitä kansallinen vanhemmuuden tukeminen voisi olla?

Asennemuutosta lapsille ystävällisen kulttuurin ja yhteiskunnan luomiseen

- Työelämän ja vanhemmuuden parempi yhteensovittaminen
- Varhaiskasvatuksen laadun huomioiminen
- Kaikille lapsille yhtäläiset mahdollisuudet osallisuuteen

”Kukaan meistä ei riitä yksin” – yhteistyö ja kunnioitus kaikkien pienten lasten perheiden kanssa työskentelevien välillä

Vältymme tulevaisuuden ongelmilta



SOURCE: *The Heckman Curve*, James Heckman, Nobel Laureate in Economics

Kiitos!



Viitteet

- Bronfenbrenner, U. (2000). *Ecological systems theory*. American Psychological Association.
- Golen, R. B., & Ventura, A. K. (2015). Mindless feeding: Is maternal distraction during bottle-feeding associated with overfeeding?. *Appetite*, 91, 385-392.
- Mäntymaa M, Puura, K, Latva R, Luoma I, Salmelin RK, Helminen M, Tamminen T. Shared pleasure in early mother-infant interaction: predicting later emotional and behavioral problems in the child and buffering the influence of parental psychopathology. *Infant Mental Health Journal* 2015; 36; 2; 223–237.
- Puura, K, Leppänen J, Salmelin R, Mäntymaa M, Luoma I, Latva R, Peltola M, Lehtimäki T, Tamminen T. Maternal and infant characteristics connected to shared pleasure in dyadic interaction. *Infant Mental Health J.* 2019 Jul;40(4):459-478. doi: 10.1002/imhj.21786.
- Radesky, J. S., Kistin, C. J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., ... Silverstein, M. (2014). Patterns of mobile device use by caregivers and children during meals in fast food restaurants. *Pediatrics*, 133(4), e843–e849.
- Stern, D. N. (2018). *The interpersonal world of the infant: A view from psychoanalysis and developmental psychology*. Routledge., 2018.
- Tronick E. *The neurobehavioral and social-emotional development of infants and children* New York, NY, W W Norton & Co. 2007
- D.W. Winnicott (1945) "Primitive Emotional Development" in *Through Paediatrics to Psychoanalysis*, Tavistock, Pub. Lon.
- D.W. Winnicott (1964) *The Child, the Family and the Outside World* Penguin.
- D.W. Winnicott (1965) *The Maturation Process and the Facilitating Environment* Hogarth Press.
- D.W. Winnicott (1971) *Playing and Reality*, Tavistock Pub. Lon.