

**Kaveri, poliisi vai vanhempi  
- lastenpsykiatrin  
näkökulma  
vanhemmuuteen tänään**

18.2.22

EGOFUNKTION KOULUTUSPÄIVÄ

RIIKKA RIIHONEN

LASTENPSYKIATRIAN EL, LASTEN JA  
NUORTEN KOGN.PSYKOTERAPEUTTI, LT

# Puheenvuoron sisältöjä

Lasten ja nuorten mielenterveyshätä tänään  
- kuka kuulee?



Navoilla vai niiden välissä



Kohti *auktoritatiivista* vanhemmuutta

# Mitä oikeastaan tuotamme, kun työskentelemme mielenterveyspalvelussa?

- Hyvinvointia?
- Loiventuneita mt-oireita?
- Parempaa toimintakykyä?
- Vähemmän syrjäytymistä?
- Lyhempiä jonoja?
- Kauniimpia tilastoja?
- Laskutusta?



# *Vanhemmuuden suorittamisesta*

- Lapsi on joskus merkittävä osa ihan tavallisen perheen statusta ja "kunniaa"
- Lapsen menestys merkitsee tällöin aikuisen omaa menestystä
- Lapsuus ei ole välttämättä arvo sinänsä - vaan lapsen joksikin (rikkaaksi, kuuluisaksi, menestyväksi) tuleminen



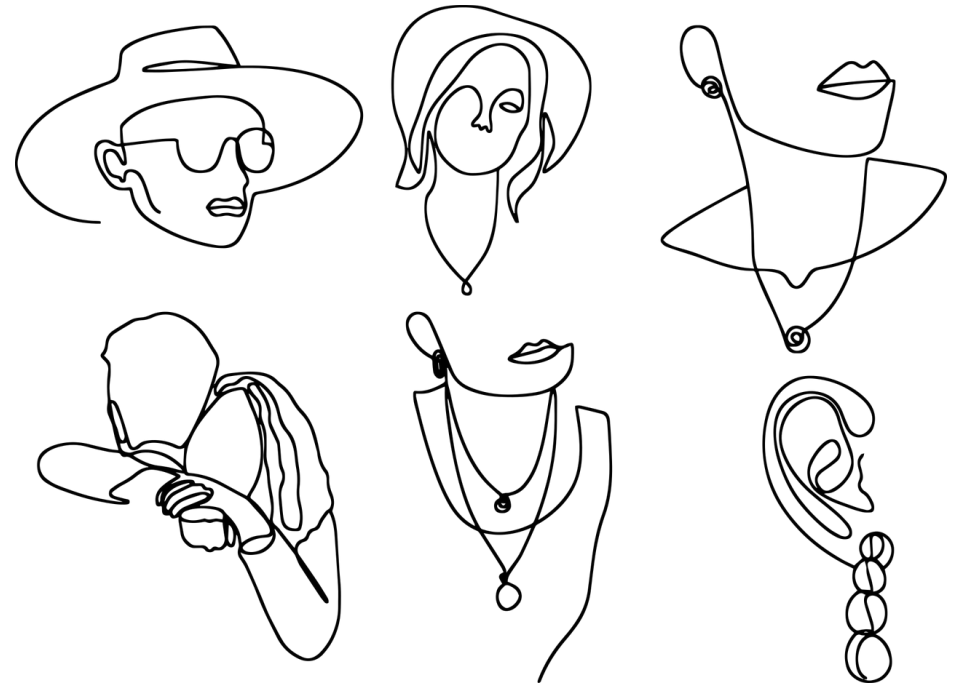
# Riittääkö, jos on ihan tavallinen?

MISSÄ ON PERHEIDEN TILA JA AIKA  
YHTEYDELLE, ILOLLE JA  
MYÖTÄELÄMISELLE ?



# Riittääkö jos vanhempikin on ihan tavallinen?

- Entä jos ei ole kovin pullantuoksuinen?
- Jospa ei ole niin rento tai tiukka kuin luuli?
- Entä jos lapset eivät olekaan korkein prioriteetti?
- Entä jos ei välitä toimia vanhemmuuden normien mukaan?



Kielteisten tunteiden  
sietäminen ja  
kestäminen lapsessa ja  
vanhemmassa itsessään  
on usein suuri haaste

**“Tärkeintä on valta  
ja kontrolli”**

**KUN VANHEMPI ON “POLIISI” =  
LIIALLISEN JOHDONMUKAINEN TAI  
ANKARA**





# LüTTY SiiHEN, ETTÄ...

"Maailma on julma, hänen pitää tottua siihen"

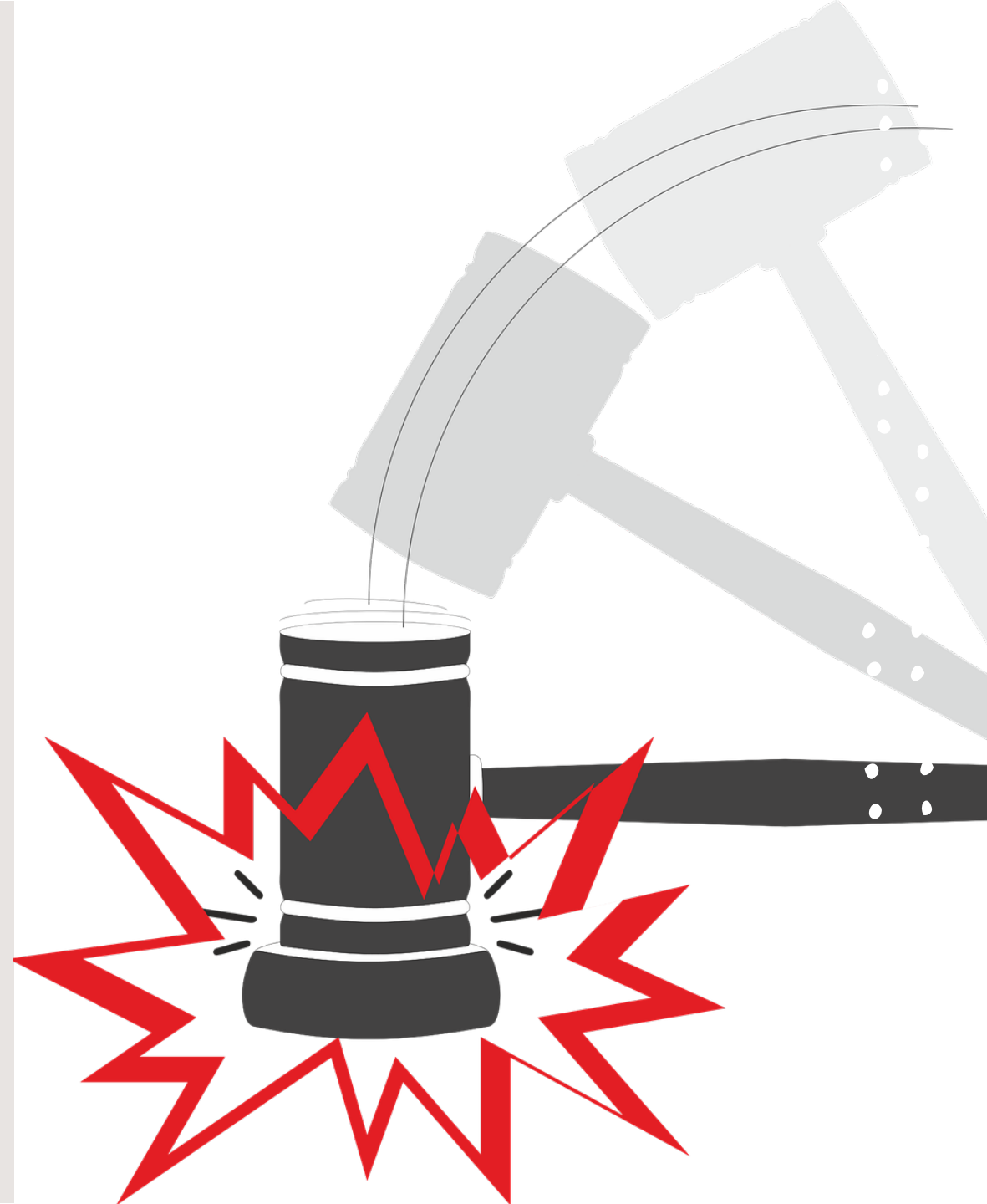
"Ei taidolla, vaan voimalla. Niin se toimii."

"Jos hellitän hetkeksikään, hän lipeää käsistäni"

"Minun ei kuulu joustaa."

"Kontrolli on paras tapa kasvattaa"

"Opetan hänet käyttäytymään ihmisiksi."



*“Tärkeintä on se,  
että kaikilla on koko  
ajan kivaa”*

KUN VANHEMPI ON KAVERI = ANTAA  
PERIKSI, JOUSTAA EIKÄ ASETA  
RAJOJA



# Lüitty sühen, että....

“Minun vanhempani olivat niin ankaria...”

“Minua ahdistaa, kun lapsella on paha mieli!”

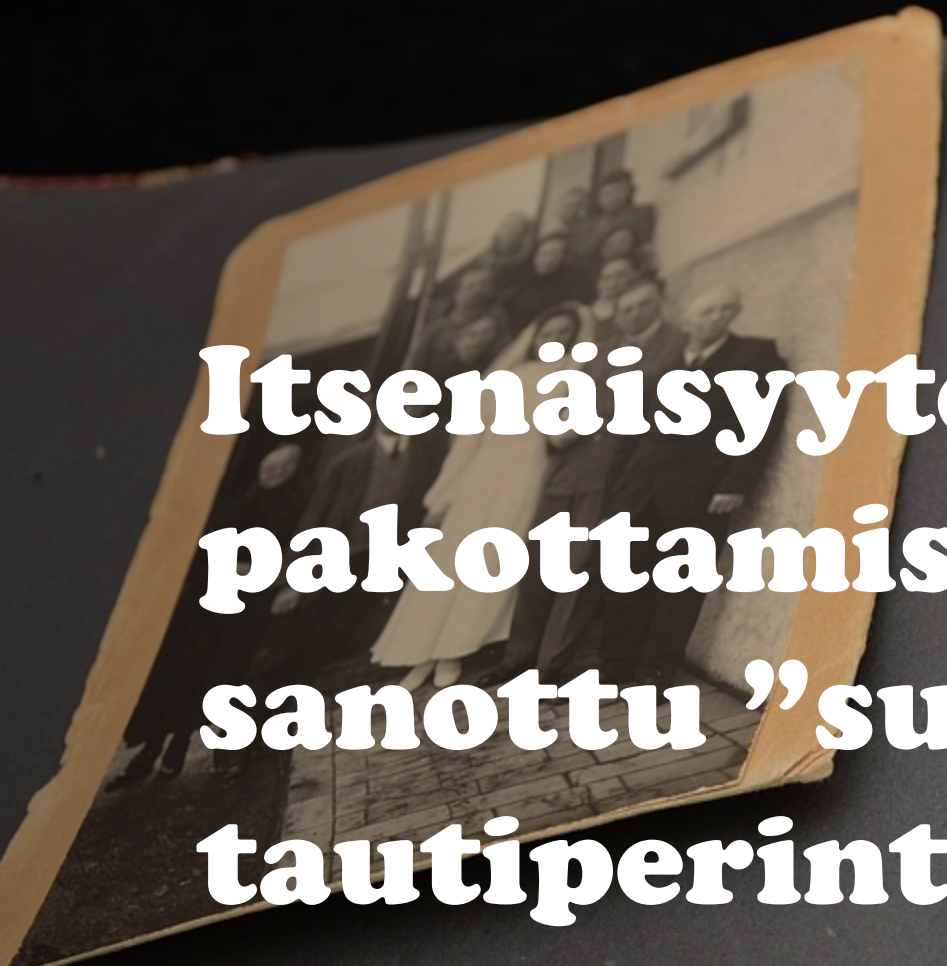
“Hänen pitää saada kaikki mitä hän haluaa”

“On helpompi olla enemmänkin kavereita. Hän voi kertoa mulle kaiken ja minä hänelle”

Tavoitteena kiiltokuvaelämä



**Itsenäisyyteen  
pakottamisesta: niin  
sanottu ”suomalainen  
tautiperintö”**





Riippuvuuden  
tukemisesta:  
"tarvitsen sinua,  
joten en kestä,  
että otat  
etäisyyttä"

# No mutta onko vaihtoehtoja?



# Mistä olisi apua

Vanhemman reaktiivisuuden vähentäminen

Hyväksyvä, tietoinen läsnäolo

Tehokas ongelmanratkaisukyky koko perheelle

Dialektinen ajattelu ja keskitien taidot

Kuunteleminen

Aito keskusteluyhteyteen pyrkiminen

Vanhemman turvallisuus: uskaltaa olla hoivaavan & ohjaavan aikuisen moodissa

# Mustavalkoisesta ajattelusta luopuminen

- Yritetään nähdä vaihtoehtoisia selityksiä vaikean tilanteen tuoksinassa
- Pohditaan asioita myös toisen näkökulmasta eikä vain omasta  
= vanhemman reflektiokyky
- Mikä lisää vanhemman kykyä mentalisoida?



# Lisäksi: perusasiat kuntoon

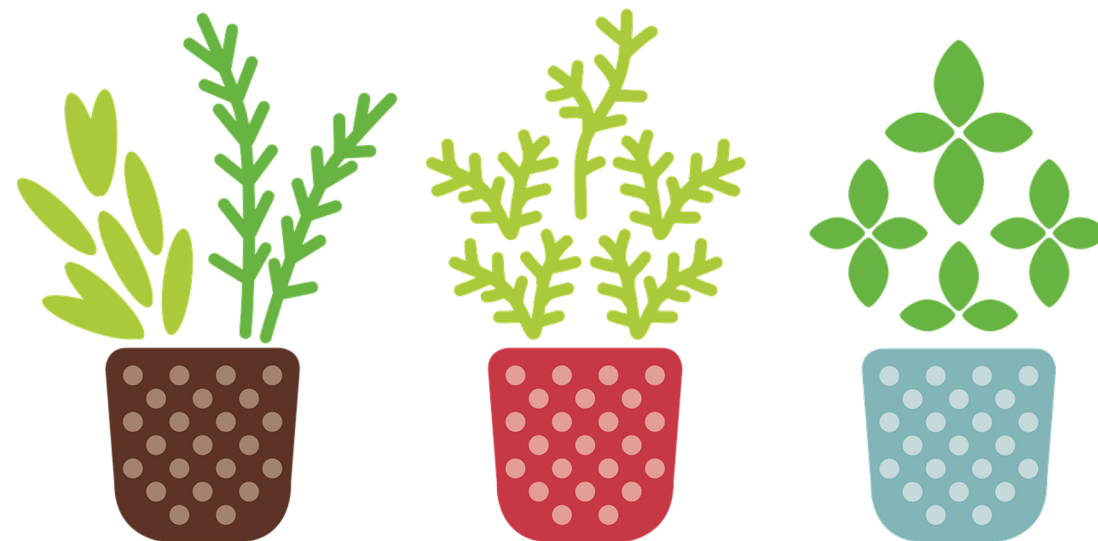
- Uni, ravinto, liikunta
- Fyysinen terveydentila
- Leikki, virikkeet
- Sosiaaliset taidot
- Tunnetaidot





**Vanhemmuus ei ole koskaan helppoa  
– varsinkaan erityistarpeisen  
lapsen/nuoren vanhemmuus**

*Vanhempien  
tärkein tehtävä  
on lopulta  
tehdä itsensä  
tarpeettomiksi*



Anna kasvulle aikaa!

Tue taitojen kartuttamisessa.

Pysy keskiteillä!

Pidä itsestäsi huolta.

# Kiitos 😊

**"Nyt hihnalle laukku**

**Ja viimeinen kuppi naamaan**

**Kohta pilvien päältä**

**Voin muistaa tämän maan**

**Ei mulla oo tarkkaa suuntaa**

**Mä menen minne sattuma johtaa**

**Mulla on mukana kuvat**

**Mutta katseet eivät kohtaa**

**Isä olen täällä maailman toisella puolen,**

**Ja laulan...**

**Äiti älä pelkää kyllä pidän itsestä huolen,**

**Ja laulan...**

**Mä oon kujia kulkenut**

**Jäljessä lapsien parvet**

**Niiden silmissä iloa**

**Ja kovan elämän arvet**

**Sydän huutamaan jää joka hetkeen**

**Mutta tartun niihin muistoissa**

**Vaikkei tavattais koskaan**

**Kaikki kulkee mun matkassa**

**Isä olen täällä maailman toisella puolen,**

**Ja laulan...**

**Äiti älä pelkää kyllä pidän itsestä huolen,**

**Ja laulan..."**

**Haloo Helsinki: Maailman toisella puolen**

Blogi Vanhemmuuden  
hyvä boogie:  
[riikkariihonen.com](http://riikkariihonen.com)

Twitter  
[@RiikkaRiihonen](https://twitter.com/RiikkaRiihonen)