

TURVALLISUUDEN TEKIJÄ

ISÄ PERHEEN TURVALLISUUDEN TAKAAJANA

Olet tulossa tai juuri tullut isäksi. Olet monin tavoin mukana lapsesi kasvussa. Vaikutat voimakkaasti siihen, miten turvalliseksi lapsesi olonsa tuntee. Olet siinä suhteessa hänelle kenties tärkein ihminen.

Kaikkea ei tarvitse eikä voikaan tietää itse. Tähän on koottu muutamia neuvoja, miten voit toimia niin, että lapsi tuntee olevansa mahdollisimman hyvässä turvassa.

KUKA SINUA LOHDUTTI, KUN OLIT PIENI?

MITEN RATKOT RISTIRIITOJA?

Kodin ilmapiiri ja kyky ratkoa ristiriitoja on tärkein lapsen turvallisuutta lisäävä tekijä.

Mieti, miten itse vaikutat perheesi ilmapiiriin ja miten ratkot ristiriitoja. Rakentava tapa ratkaista riitoja on tärkeä turvallisen tunnesiteen syntymisen kannalta.

”Pieni lapsi ei ole ilkeä tahallaan, hän ei osaa kiusata vanhempaansa tarkoituksellinen paha mielessään.” (isä, 36 v)

MILLAINEN OMA ISÄSI OLI?

Isyyteen on hyvä valmistautua jo ennen lapsen syntymää pohtimalla omaa taustaa. Millainen oma isäsi oli? Missä hän oli hyvä ja turvallinen? Missä olisi ollut toivomisen varaa? Millä tavalla isäsi ratkaisi ristiriitoja?

”En ikinä halua toimia niin kuin isäni.” (isä, 27 v)

Onko lause tuttu? Miksi? Lapsena saatu malli vaikuttaa aikuisen käytökseen, kun ristiriitoja tulee. Vetäydytkö, huudatko vai keskusteletko rakentavasti?

”Lapsi tekee niin kuin sinä teet, ei niin kuin sinä sanot.” (isä, 42 v)

LAPSI HERÄTTÄÄ MONENLAISIA TUNTEITA

Elämä pienen lapsen kanssa on usein haastavaa ja synnyttää monenlaisia tunteita. Hienojen ja positiivisten tunteiden lisäksi myös ärtymistä, vihaa, pettymystä, raivoakin. Kuinka sinä käsittelet hankalia tunteita?

Turvallisuuden näkökulmasta kyse on toiminnasta, siitä, mitä teet eri tunteiden ohjaamana.

”Lapsi tarvitsee syyliä ja turvaa ja mukavia yhteisiä juttuhetkiä eli isänsä aikaa. Rakkauden lisäksi lapsella on hyvä olla selkeät raamit. Lasten kanssa elämiseen liittyy monenlaisia tunteita pakahduttavasta onnesta aina melkomoisiin ärsyyntymisiin.” (isä, 33 v)

SE, MITÄ TEET,
ON AINA SINUN VASTUULLASI!

AGGRESSIO ON MERKKI RISTIRIITAISISTA TUNTEISTA

Aggressio saattaa koostua useista hankalista tunteista. Se on merkki siitä, että omat tunteet ovat ristiriidassa tapahtuneen kanssa.

Aggressio on voimavara, jonka avulla voi pyrkiä muuttamaan vallitsevaa tilannetta.

Jos sinulla on aggression vallassa taipumusta käyttäytyä tavalla, jota kadut myöhemmin, pyri katkaisemaan tilanne ja ottamaan itsellesi hetki aikaa.

Turvallisuus on tunne ja fysiologinen tarve, jotka molemmat ovat erittäin tärkeitä lapsen kehityksen kannalta.

MITÄ ENEMMÄN
SOKKELIIN
TULEE SÄRÖJÄ,
SITÄ HATAKAMPI
TULEE TALOSTA.

Jos sinusta tuntuu, ettet ole pystynyt olemaan turvallinen isä ja puoliso, tai että olet altis käyttäytymään väkivaltaisesti, jatka lukemista kortin toiselta puolelta!

LISÄTIETOA

www.ensijaturvakotienliitto.fi

ENSI- JA
TURVAKOTIEN
LIITTO



VÄKIVALTA TUOTTAA LISÄÄ VÄKIVALTA

Väkivalta on aina vahingollista ja rikkoo turvallisuudentunnetta. Monet meistä ovat itse kokeneet väkivaltaa, laiminlyöntiä ja kaltoinkohtelua omassa lapsuudessaan.

Siitä johtuu suurempi alttius käyttää väkivaltaisia keinoja ristiriitojen ratkaisussa isänä ja puolisona.

VÄKIVALTA
ON VALLAN
VÄÄRINKÄYTTÖÄ.

OSAATKO OLLA PROVOSOITUMATTA?

Väkivalta on aina vallan väärinkäyttöä. Se voi ilmetä usealla eri tavalla. Voi olla, että toinen puolisoista pitää mykkäkoulua ja toinen provosoituu siitä niin, että käy käsiksi.

Perheessä tulee aina tilanteita, joissa joku kokee toisen käyttäytyvän hankalasti. Miten voit tuolloin olla provosoitumatta? Jos olet altis käyttäytymään väkivaltaisesti tai uhkailemaan, toimit niin todennäköisimmin silloin, kun tunteet käyvät kuumina.

Lisää tietoa siitä, mikä on väkivaltaa, löydät Nettiturvakodista: www.turvakoti.net.

VÄKIVALTA VAIKUTTAA LAPSEESI JA ISYYTEESI

Jo vastasyntynyt vauva reagoi voimakkaasti väkivaltaan – vaikka se ei kohdistuisi häneen itseensä. Se, että äitiä tai isää, johon vauva on kiintynyt, kohdellaan väkivaltaisesti, vaikuttaa myös vauvan aivojen kehitykseen.

Väkivalta aiheuttaa kierteen, joka vie sinut yhä kauemmas lapsestasi ja perheestäsi. Haluaisit ehkä lähemmäs, mutta ajaudut yhä etäämmälle.



MISTÄ TIEDÄN, ETTÄ TARVITSEN APUA?

Asetu hetkeksi lapsesi asemaan. Miltä sinusta tuntuisi, jos sinua isompi ja fyysisesti vahvempi uhkailisi sinua, huutaisi sinulle tai kävisi sinuun käsiksi?

Eri ihmiset pelkäävät eri asioita. Luota kumppanisi tunteisiin ja siihen, miten hän asiat kokee. Aina kumppani ei välttämättä pelkää, mutta väkivaltainen riitelä on silti vahingollista, etenkin lapselle.

Väkivalta loppuu harvoin itsestään. Avun hakeminen voi tuntua hävettävältä, mutta helpottaa. Kun väkivallasta uskaltaa puhua, se ei saa niin paljon valtaa arjessa.

Voit myös itse olla väkivallan kohde. Nettiturvakodista löydät testejä ja ohjeita avun hakemiseen sekä yhteyden väkivallan hoitamisen ammattilaiseen.

www.turvakoti.net

JUSSI-TYÖ AUTTAA

Jussi-työ auttaa miehiä, jotka kokevat väkivaltaa tai käyttäytyvät väkivaltaisesti suhteissa läheisiinsä. Jussi-työ auttaa ehkäisemään väkivaltaa ja selvittämään kriisejä.

Helsinki (09) 278 8223

Lahti 050 345 4781, 050 561 4132

Lappeenranta 040 765 4953

Mikkeli 044 529 3247

Oulu 0400 608 943

Pori 040 707 9483

Turku, puhelinpäivystys
ma–pe klo 12.00–13.00,
(02) 2776 918 ja (02) 2776 919

Vantaa 0400 885 510, 040 833 2627

ENSI- JA TURVAKOTIEN LIITON MUUT KORTIT ISÄLLE

Turvallisuuden tekijä -kortin lisäksi olemme julkaisseet kolme muuta korttia:

Maailman isoin asia!

👉 Tervetuloa isäksi!
Paljon tietoa isyydestä yleisesti.

Kerro ja kuuntele

👉 Isänä perheessä. Isän ja lapsen toimiva suhde luo läheisyyttä myös suhteessa puolisoon ja me-henkeä koko perheeseen.

Hyvinvoiva isä

👉 Hyvää elämää koko perheelle. Oma hyvinvointisi luo pohjan lastesi ja puolisoosi hyvinvoinnille.

www.ensijaturvakotienliitto.fi

Kysy neuvolasta lisää tietoa ja kortteja!

VÄKIVALTA
LOPPUU HARVAIN ITSESTÄÄN.