



KERRO JA  
KUUNTELE

ISÄNÄ PERHEESSÄ

KERRO JA  
KUUNTELE



Suhde lapseen kehittyy yhteisistä kokemuksista. Lapselle on tärkeää voida viettää aikaa kanssasi, mieluiten päivittäin.

Toimiva suhde lapseen luo läheisyyttä myös puolison kanssa – ja me-henkeä koko perheeseen.

KATO  
MUA, ISI!

### MINKÄLAINEN ISÄ HALUAT OLLA?

Tapaan, jolla isänä toimit, voivat vaikuttaa työ tai opiskelutilanne, puolisososi odotukset ja ympäristön isänä olemisen mallit. Eniten vaikutat kuitenkin sinä itse.

Onko sinulla riittävästi aikaa perheellesi? Millainen oma isäsi oli? Mitä hänen tavataan olla isä haluat siirtää omalle lapsellesi, mitä ehkä et?

Lapsesi ei tarvitse täydellistä isää. Hän tarvitsee isän, joka antaa hänelle aikaa, ajattelee asioita hänen kannaltaan ja yrittää parhaansa.

### ISÄNÄ VOI OLLA MONELLA TAVOIN

Mitä enemmän olet lapsesi kanssa, sitä paremmin opit tuntemaan hänet ja sitä tärkeämmiksi tulette toisillenne.

Lapsesi nauttii, kun huomaa, että sinulla on kivaa hänen kanssaan.

Mitä lapsesi vastaisi, jos häneltä kysyttäisiin: "Millainen isäsi on?" Miltä vastaus kuulostaisi?

### HOIVAA, SUOJELE, HASSUTTELE

Lapsesi tarvitsee hoivaa ja turvaa sekä tukea tunnemyrskyissä. Maailmaan tutustuessaan hän tarvitsee rohkaisua ja lohdutusta. Kun tuet häntä, hän oppii, ettei hänen tarvitse pärjätä yksin.

Kun lapsi luottaa sinuun, hän innostuu jännittävästäkin leikeistä, joista oppii uutta. Hassutellakin voi!

Mikä on sinulle ominainen tapa puuhailla lapsesi kanssa?

**"Muista nuuhkia ja köllötellä niiden kanssa, ota omiksi, äläkä hylkää."**

(isä, 32 v)



MEIDÄN PERHE

### JAKAMATONTA AIKAA LAPSELLE

Jakamaton huomio on hyvä keino kertoa lapselle, että hän on sinulle tärkeä.

Jo pieni vauva erottaa, milloin olet oikeasti läsnä. Silloin heittäydyt leikkimään tai köllötteleämään lapsesi kanssa. Puhelin ja tietokone ovat kiinni.

Katso lastasi, kosketa häntä, pidä sylissä ja jaa iloa. Tee lapsesi kanssa omia juttuja, joissa olette vain te kaksi.

### MEIDÄN PERHE VOITTA 6-0

Mitkä ovat perheenne parhaat hetket? Sellaiset, joissa teillä kaikilla on hyvä olla?

Yhteisissä hetkissä lapsi oppii jakamaan huomiota ja tärkeän taidon jäädä hetkeksi huomion ulkopuolelle. Te vanhemmat voitte tukea toisianne ja oppia uutta.

#### Kuvittelle:

Perheestäsi otetaan kuva tavallisena arki-ilta. Keitä kuvassa on? Mitä teette ja miltä näytätte? Näkeekö otoksesta heti, että siinä on "meidän perhe"? Joukkue, joka pelaa samaan maaliin.

KUN TUET LASTASI, HÄN OPPII,  
ETTEI HÄNEN TARVITSE PÄRJÄTÄ YKSIN.

LISÄTIETOA

[www.ensijaturvakotienliitto.fi](http://www.ensijaturvakotienliitto.fi)

## PIENI LAPSI HERÄTTÄÄ TUNTEITA, JOITA ET EHKÄ TIENNYT OLEVANKAAN

Isänä voit kokea suurta ylpeyttä ja onnea. Pienen vauvan avuttomuus herkistää.

Kun sitten et saa vauvaa itkultaan rauhoitettua, koet itsesi osaamattomaksi ja riittämättömäksi.

**”Lasten kanssa elämiseen liittyy tunteita pakahduttavasta onnesta aina melkomoisiin ärsyyntymisiin.”** (isä, 33v)

Välillä tulee tehtyä tai sanottua jotain, joka kaduttaa. On vaikeaa huomata olevansa pettynyt itseensä tai vihainen omalle lapselleen. Ajatuksia ja tunteita on hyvä pysähtyä kuulostelemaan. Ne ovat kuitenkin eri asia kuin teot.

**”Lapsi on vaikein ja paras asia elämässä. Ole itsellesi rehellinen ja anna itsellesi myös anteeksi.”** (isä, 31 v)

Vauvalla on tärkeintä, että hän ei jää yksin tunteidensa kanssa. Sama koskee sinuakin.

Ymmärrät itseäsi paremmin, kun jaat kokemuksia toisen vanhemman kanssa. Ja huomaat, kuinka samanlaisia kokemuksenne ovat.

**”Kannattaa olla korvat auki jo isänä olevien kavereiden kanssa ja seuralla heidän tapaa olla isä.”** (isä, 29 v)

**”Tuntui, että kannan vuorta harteillani.”** (isä, 47 v)

Kaikki ei välttämättä suju niin kuin olitte suunnitelleet. Elämä voi yhtäkkiä muuttua sinun tai perheenjäsenesi sairastuessa tai eron myötä. Silloin roolisi isänä ja puolisona muuttuu. Jos esimerkiksi lapsesi äiti sairastuu, sinusta voi tulla vauvan pääasiallinen hoitaja. Ero tarkoittaa eroa parisuhteesta, mutta suhde lapseen jatkuu.

Kriisitilanteista ei tarvitse selvitä yksin. Isäkin saa pyytää apua ja huolehtia omasta jaksamisestaan. Silloin voimat riittävät kriisin jälkeenkin.

**”Isyys ei ole selviytymisleiri, johon pitää osata pakata reppu valmiiksi. Reppua voi täydentää matkan varrella.”** (isä, 33 v)

## ISIEN VINKKILISTA

- Isäksi ei synnytä, vaan kasvetaan.
- Ala tutustua lapseesi heti syntymän jälkeen. Älä jää odottelemaan yhteisiä pallopelejä.
- Tiivis mukanaolo lapsen arjessa palkitaan myöhemmin.
- Isyys ei ole projekti, vaan jatkuvasti muuttuva prosessi.

### ENSI- JA TURVAKOTIEN LIITON MUUT KORTIT ISÄLLE

Kerro ja kuuntele -kortin lisäksi olemme julkaisseet kolme muuta korttia:

#### Maailman isoin asia!

- 👉 Tervetuloa isäksi!  
Paljon tietoa isyydestä yleisesti.

#### Hyvinvoiva isä

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

#### Turvallisuuden tekijä

- 👉 Isä perheen turvallisuuden takaajana.  
Miten isänä voit vaikuttaa siihen, että lapsesi tuntee olonsa turvalliseksi?

[www.ensijaturvakotienliitto.fi](http://www.ensijaturvakotienliitto.fi)

**Kysy neuvolasta lisää tietoa ja kortteja!**