



Pää edellä:

# MITÄ OPIimme AIVOJEN KASVATUKSESTA?

Vauvafoorumi 10.11.2017

Tiina Huttu ja Kirsi Heikkinen

TIINA HUTTU  
KIRSI HEIKKINEN

# PÄÄ EDELÄ

NÄIN TUET LAPSESI AIVOJEN KEHITYSTÄ



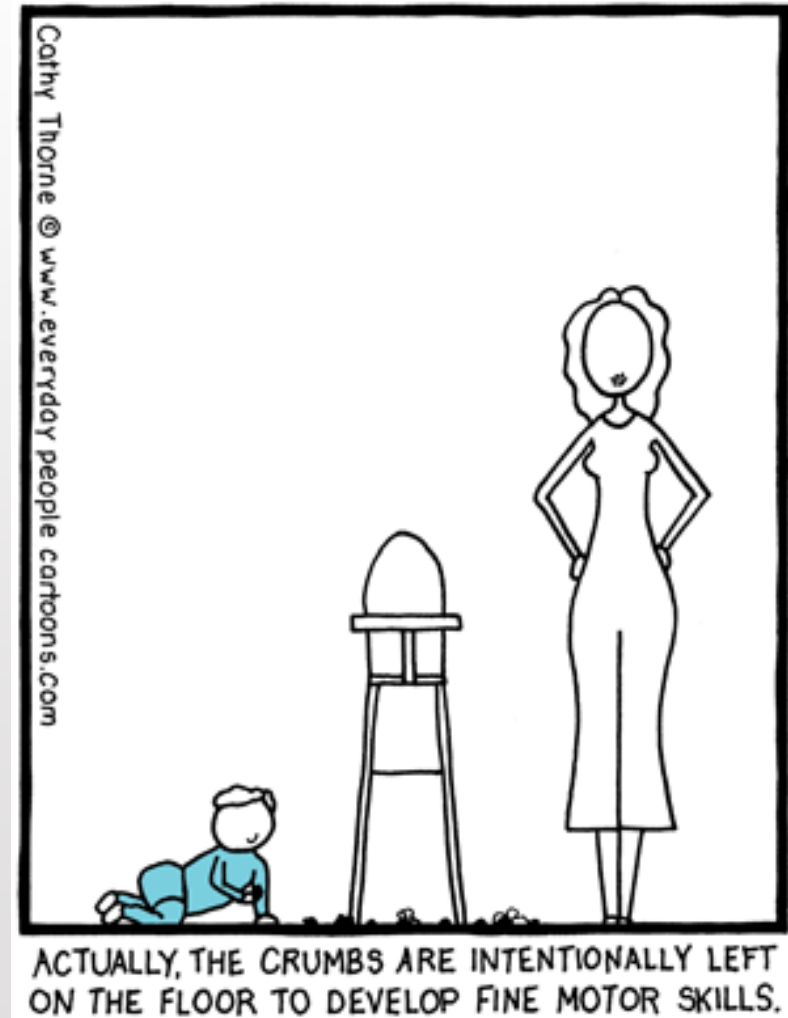
WSOY

# Sisällys

Alkusanat.....	9
1 + 1 = 1 ELI MITEN AIVOT KEHITTYVÄT KOHDUSSA .....	13
Ensimmäinen ympäristö .....	14
Tyttö vai poika?.....	25
Raskauskalenteri .....	28
KUKA HÄN ON: TUNTEET, STRESSI JA TEMPERAMENTTI .....	35
Tunteet ovat huutomerkkejä.....	36
Sopivasti stressiä.....	44
Omanlaisensa alusta asti .....	48
MITÄ HÄN JO OSAA: AISTIT JA MOTORIIKKA.....	67
Tunto saa tutkimaan .....	69
Tasapaino kehittyy keikkumalla.....	71
Motoriikka hioo liikkeit .....	73
Näkö kypsyy hitaasti .....	78
Kuulo virittyy ennen syntymää .....	83
Hajuja ja makuja – turvaa ja totuttelua .....	86
MITÄ HÄN TARVITSEE: SYLI, RAVINTO JA UNI.....	91
Läheisyys on elintärkeää .....	91
Vauva maitobaarissa .....	96
Uni lataa aivot.....	107
MITEN HÄN OPPII: MUISTI, ÄLY JA KIELI.....	115
Muisto muuttaa hermosoluja.....	116
Äly on sujuvuutta .....	123
Lennonjohto ohjaa toimintaa.....	128
Harjoitus tekee mestarin.....	133
Kieli alkaa kohdusta.....	143
Kodeista kuuluu digitystä .....	154
VANHEMMUUS MUUTTAA MIELESI .....	159
Tervetuloa äitiyteen .....	159
Hoiva muovaa isän .....	165
Aivojen kartat .....	175
Sanasto .....	178
Kirjallisuus.....	184

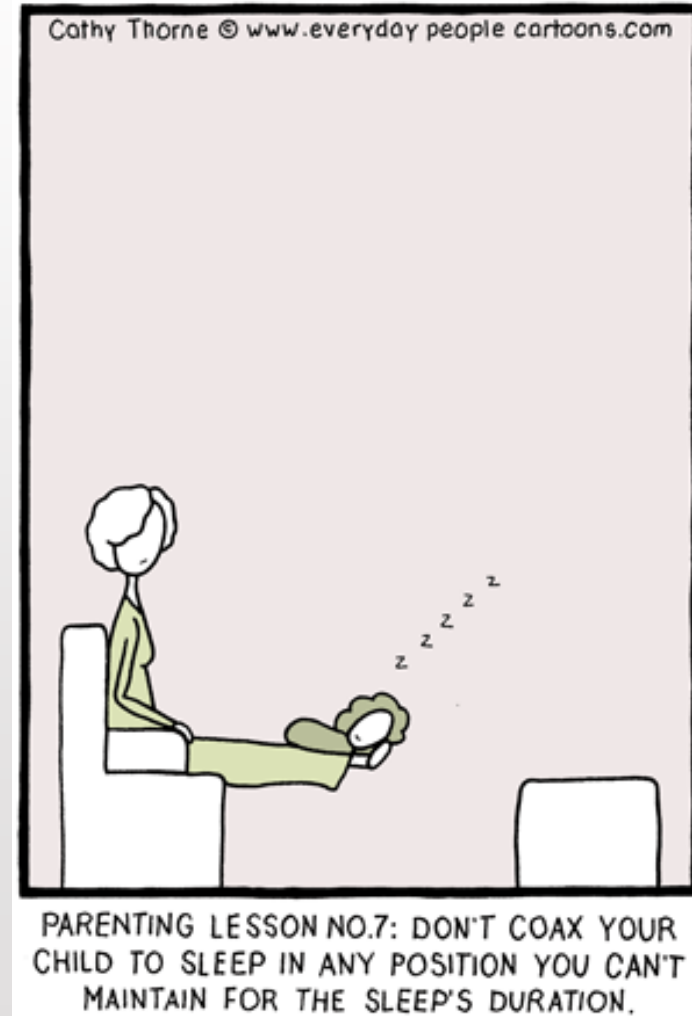
# Käytäntö on joskus kaukana ihanteista

- ▶ Tieto aivojen kehityksestä auttaa huomaamaan, mistä kaikesta on turha stressata



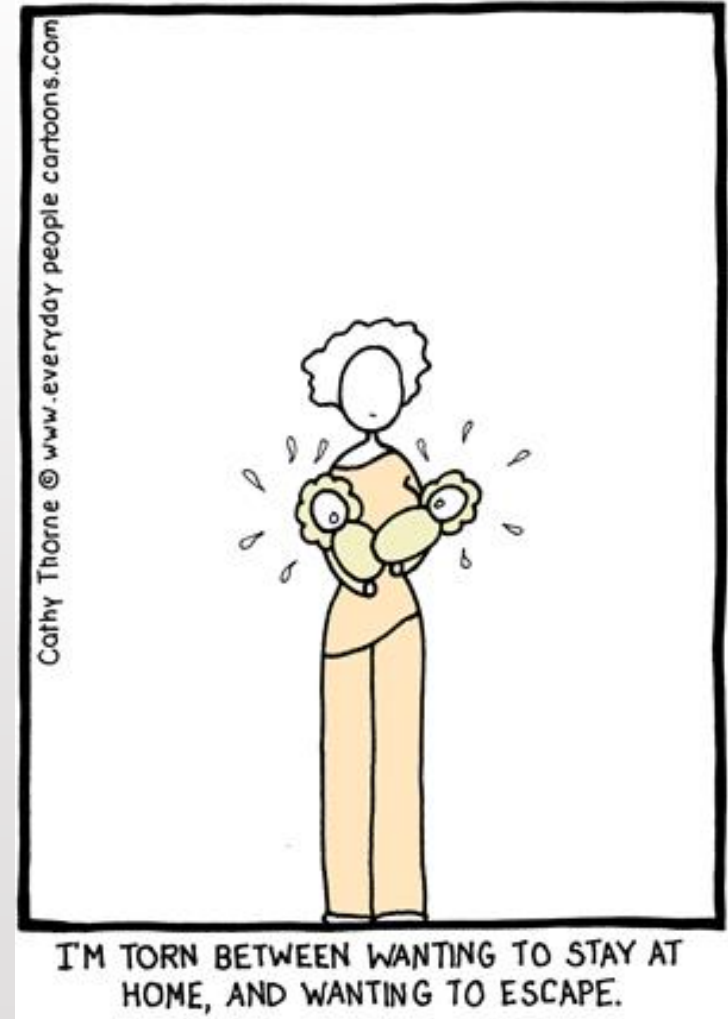
# Yhtä "lapsen parasta" ei ole

- Aivojen kannalta ei ole vain yhtä oikeaa tapaa toimia
- Perheen kokonaistilanne ratkaisee



# Happinaamari ensin itselle

- ▶ Vanhemman omasta jaksamisesta huolehtiminen on vauvasta huolehtimista



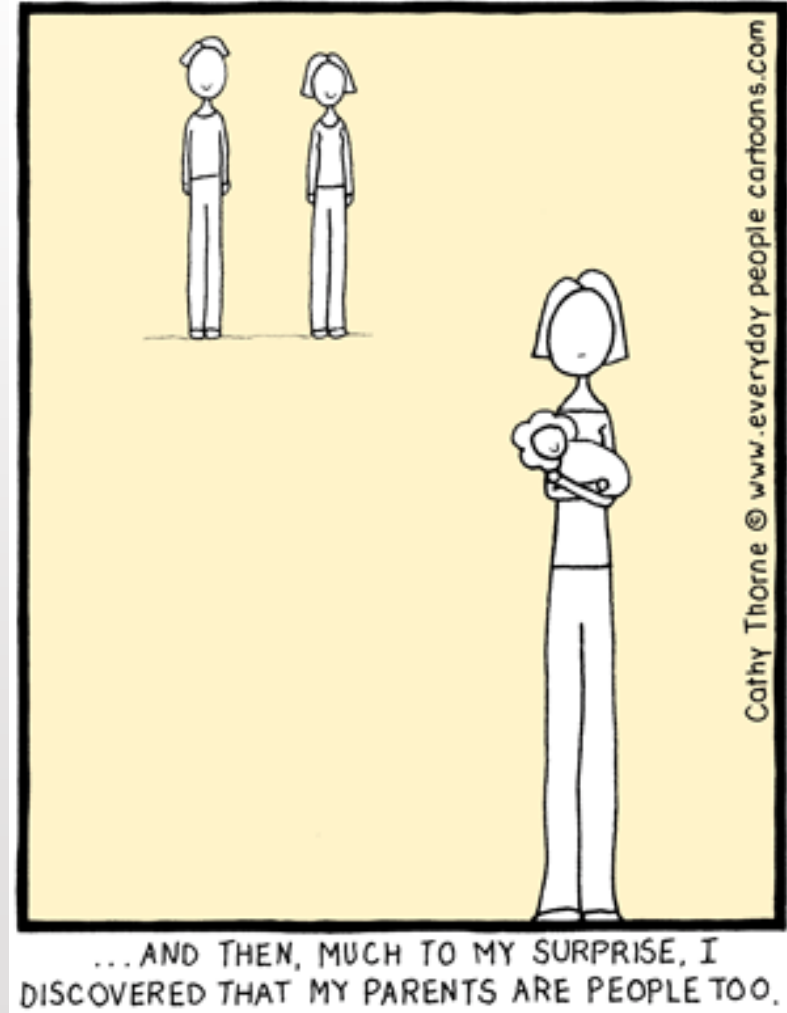
# Kasvatus on arvovalintoja

- Arvot ratkaisevat, millaisessa maailmassa valmistaa lasta pärjäämään – ja millaisilla keinoilla



# Vauvalla on "luolavauvan" aivot

- ▶ Aivot sopeutuvat juuri siihen ympäristöön, johon ovat sattuneet syntymään – kokeneempien opastuksella





# Lapsi on peili

- ▶ Lapsi oppii enemmän siitä, mitä vanhempi tekee kuin siitä, mitä tämä opettaa



# Lapsi kasvaa – kasvatuksesta huolimatta

- ▶ Turha vaatia sellaista, mihin aivot eivät vielä pysty
- ▶ Joihinkin pulmiin auttaa vain aika



# Aivojen kehitys

## Geenit + kohtuolot

- Ominaisuudet
- Temperamentti
- Aivojen luontainen kehitystahti



## Ympäristö + kasvatus

- Perhe: vanhemmuustaidot, arvot, temperamentit
- Läheiset, kaverit, yhteisöt, kulttuuri



90 % hermosolujen välisistä yhteyksistä rakennetaan ennen kuin lapsi täyttää viisi vuotta

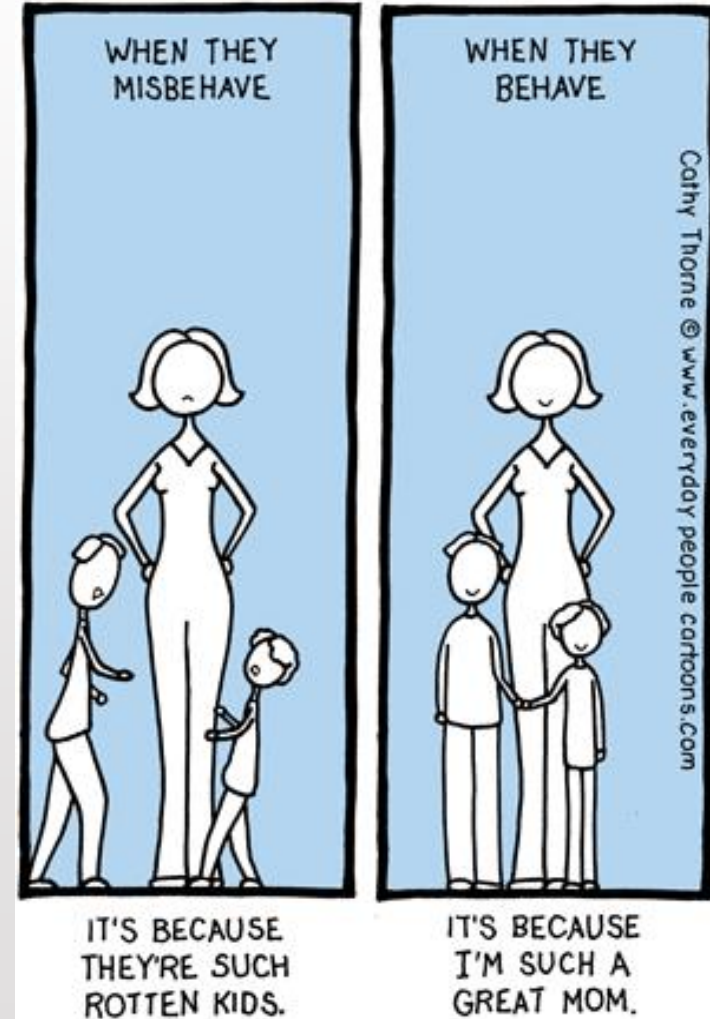
# Kasvatus alkaa kohdusta

- ▶ Solujen säätönappuloita väännellään jo ennen syntymää



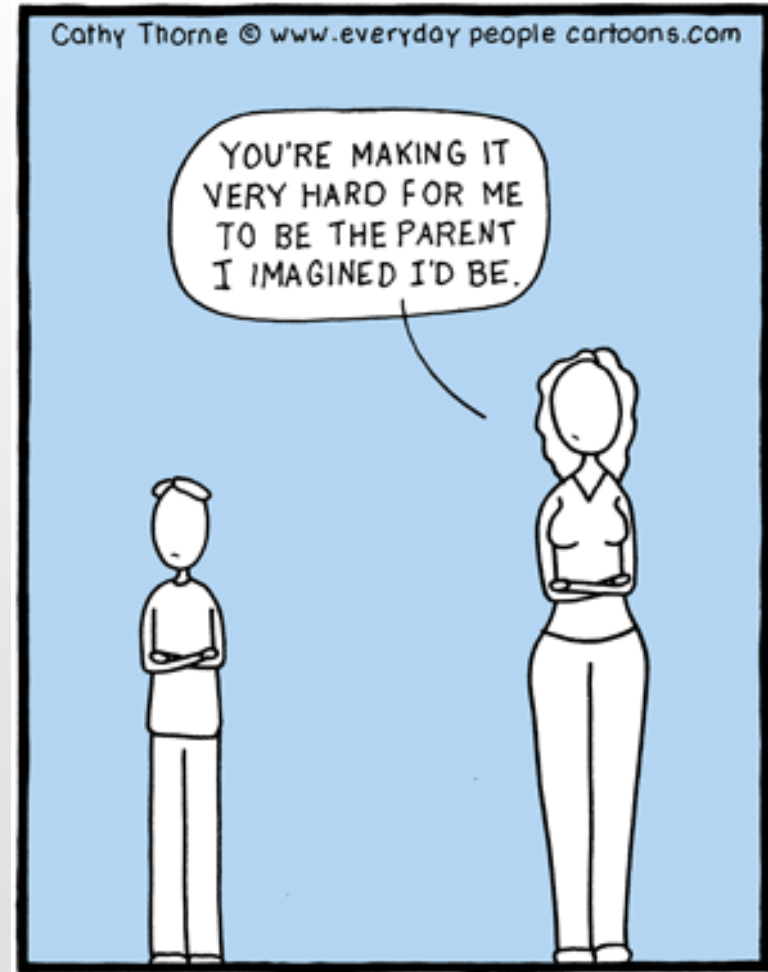
# Geenit säätävät herkkyyttä

- Herkkä kärsii laiminlyönnistä mutta myös hyötyy hyvästä hoivasta muita enemmän



# Perhe rakentuu yksilöistä

- ▶ Vanhemmuuden haastavuus riippuu usein temperamentista – sekä omasta että lapsen



# Lapsia ei kuulu kohdella samoin

- Kasvatuksen tarkoitus on auttaa lasta pärjäämään omana itsenään





# Mitä lapsi tarvitsee?

- Terveellinen ravinto
- Riittävä uni, lepo ja loppoaika
- Turvallinen kiintymyssuhde, hyväksyntä
  - Läheisyys, kosketus
  - Naama-aika, vuorovaikutus, puhe, empatia
- Liikkuminen, ulkoilu
- Leikki (hands-on, mielikuvitus-, sosiaalinen-)
- Monipuoliset (arkiset) kokemukset
- Ikätasoiset rajat, haasteet ja aikuisen tuki niissä



# Vauvan ei tarvitse osata viihtyä yksin

- Hän on sylivauva syystä: yksinolo tarkoittaa vauvalle vaaraa
- Kosketus vahvistaa aivojen stressitermostaattia



# Imetyksestä on hyötyä – mutta imetysstressistä ei

- ▶ Tutkimustieto äidinmaidon erityishyödyistä aivoille on ristiriitaista
- ▶ Tärkeintä on ravinto ja läheisyys



# Naama-aika on laatu-aikaa

- ▶ Ilmeiden ja tunteiden jakaminen opettaa vauvalle kehonkieltä ja ruokkii kykyä empatiaan



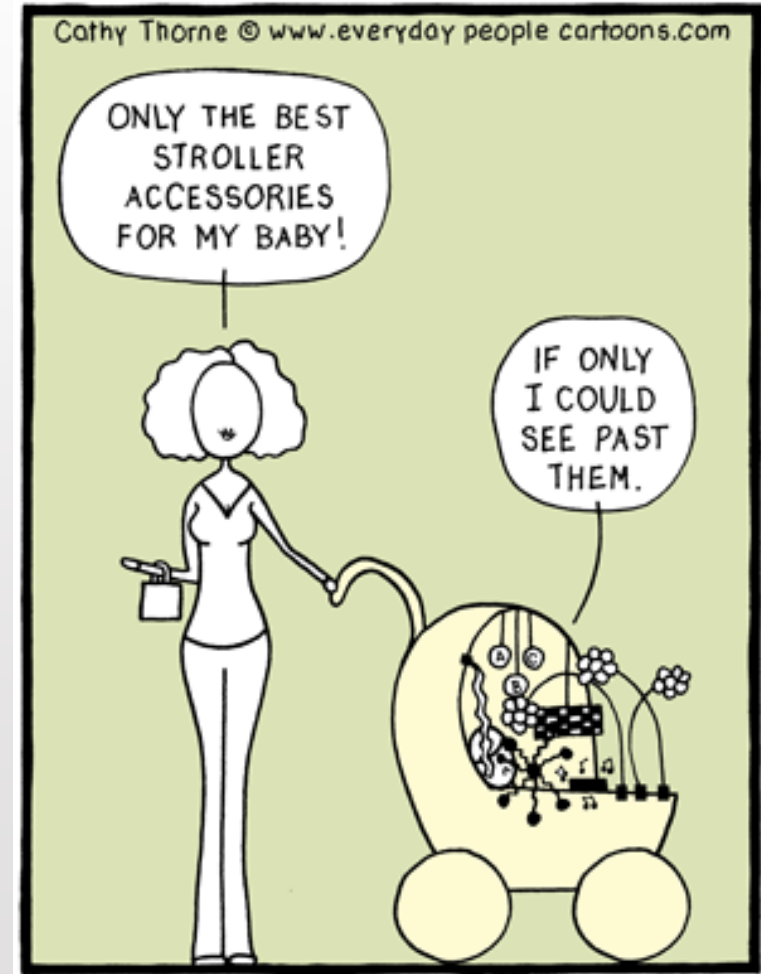
# Vauvalle puhuminen kannattaa

- ▶ Vauvan kuulema sanojen määrä heijastuu kielen kehitykseen
- ▶ Lapsi oppii merkityksiä, kun sanat yhdistyvät hänen suoraan kokemukseensa



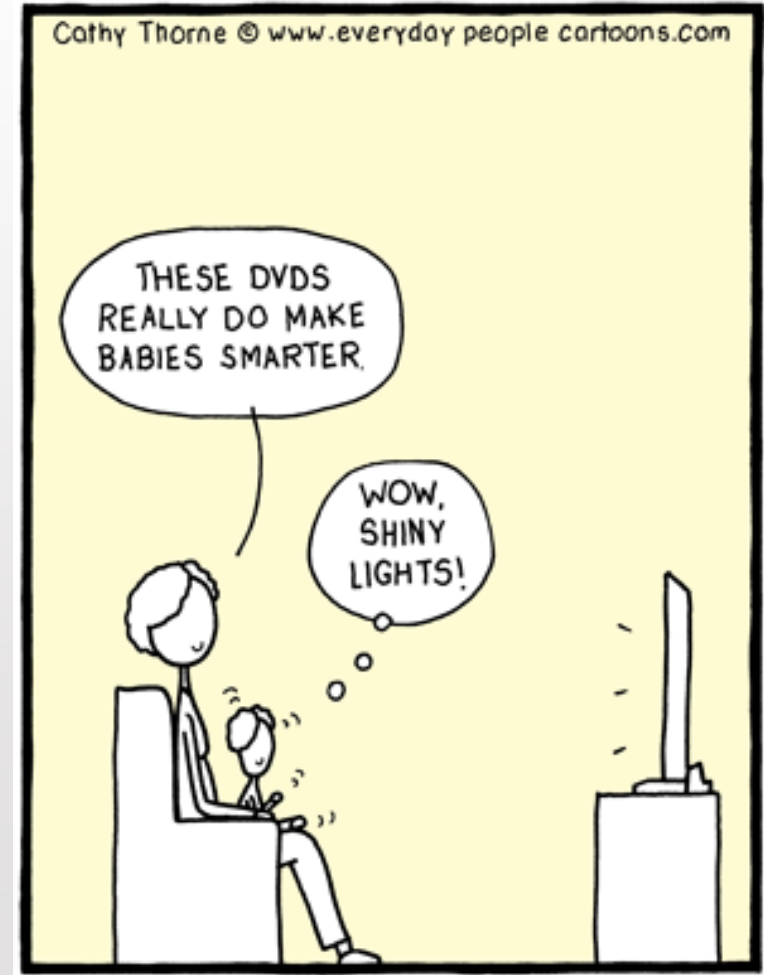
# Lapsi ei tarvitse virikeautomaattia

- ▶ Lapsen oma mielikuvitus on kehittävin varuste
- ▶ Jos vanhempi tai laite viihdyttää jatkuvasti, tylsyys ja itse keksimisen ilo jää kokematta



# Liika ruutuaika on pois jostain muusta

- ▶ Pienen lapsen aivot tarvitsevat monipuolisia aistimuksia ja "hands-on"-kokemuksia
- ▶ Hän ei automaattisesti opi ruudulta, jos ei hahmota linkkiä muuhun todellisuuteen



# Tärkeintä on oppimisen ilon vaaliminen

- ▶ Lapsi on luontainen tutkija – kunhan aikuinen ei päsmäröi tai rajoita liikaa
- ▶ Kun lapsi saa yrittää omalla tavallaan, usko pärjäämiseen vahvistuu



# Kasvatus on yhteistä kasvua

- Sekä lapsuus että vanhemmuus muovaavat aivoja





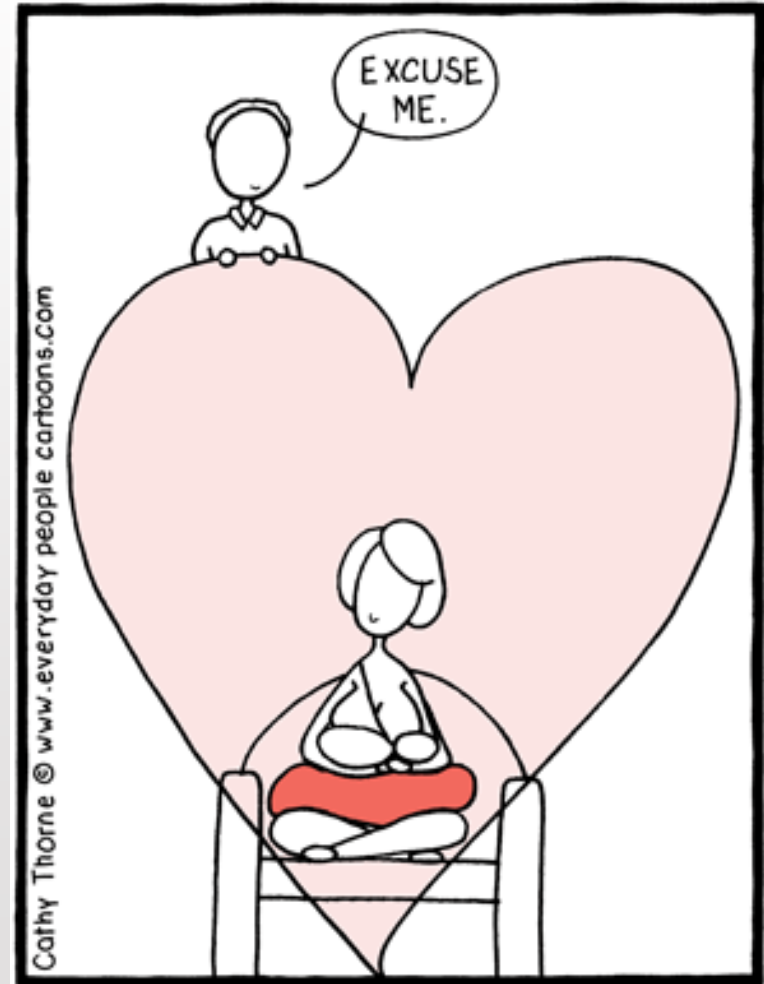
# Hormonit herättävät äidin

- Naisen aivot saavat tietää raskaudesta jo kauan ennen, kuin tieto ehtii tajuntaan



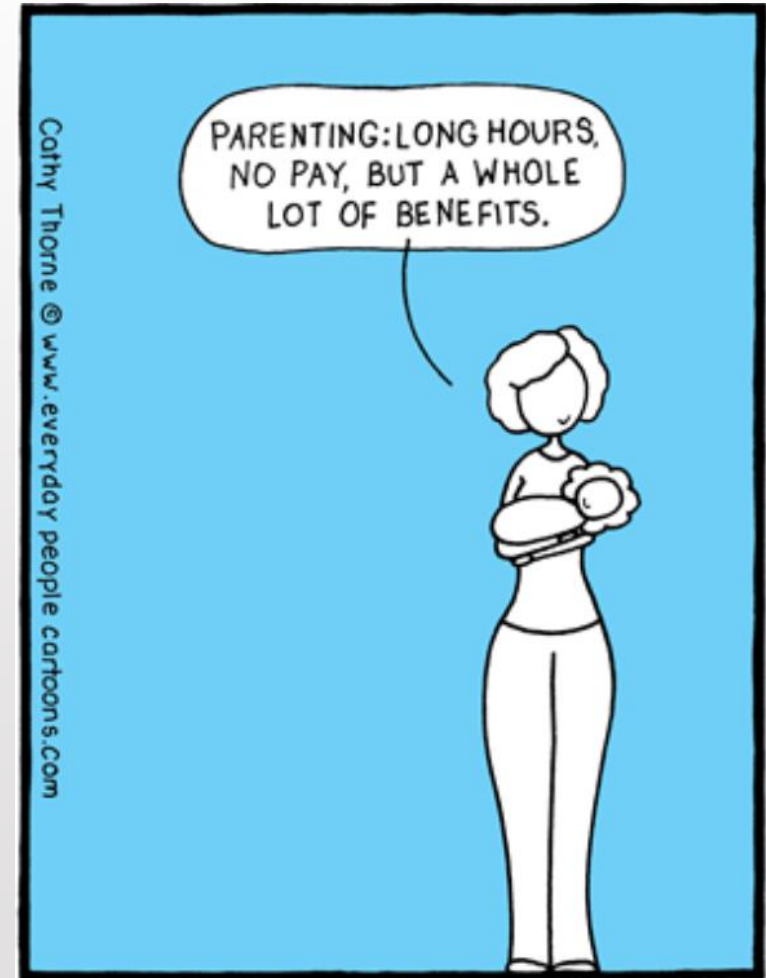
# Isä ei ole vain apuvanhempi

- Miehen aivot virittyvät vauvakanavalle siinä missä naisenkin – jos hän osallistuu hoitamiseen



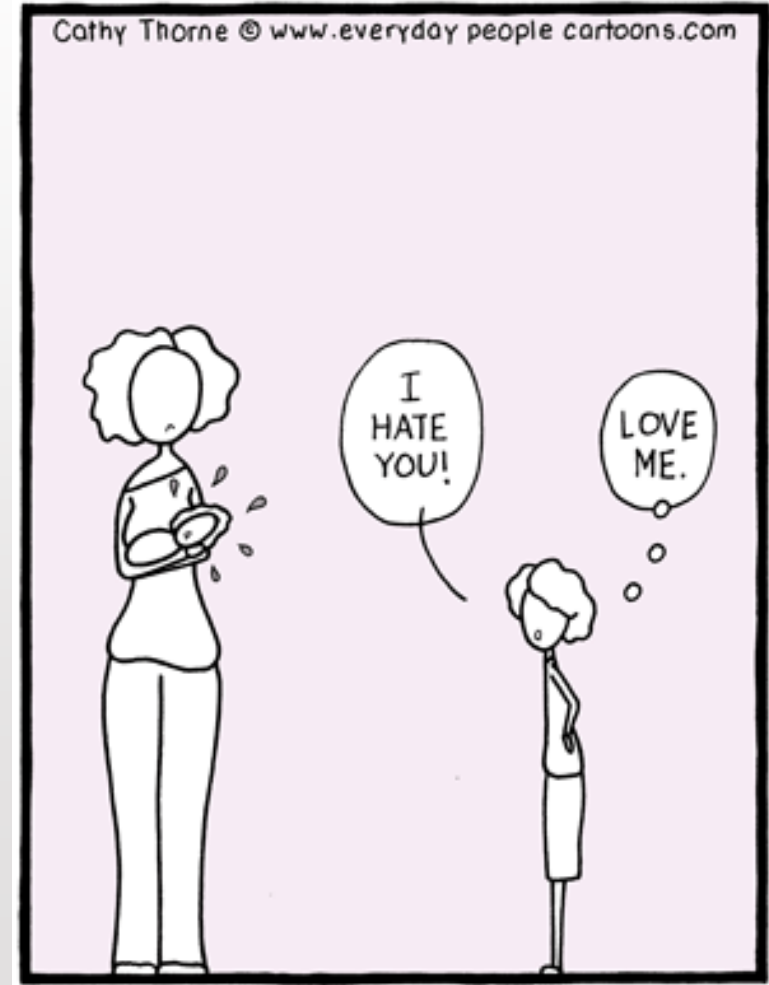
# Hoiva hioo vanhemman

- ▶ Lapsen ei tarvitse olla biologisesti oma, jotta ihminen muuttuu vanhemmaksi



# Vanhemmuus palkitsee – joskus

- ▶ Kuormaa ei voi aina välttää, mutta hyviä hetkiä voi lisätä





# KIITOS!

tiina.huttu@live.fi, kirsih@email.com

Pää edellä -blogi: [www.vauva.fi/paa-edella](http://www.vauva.fi/paa-edella)