

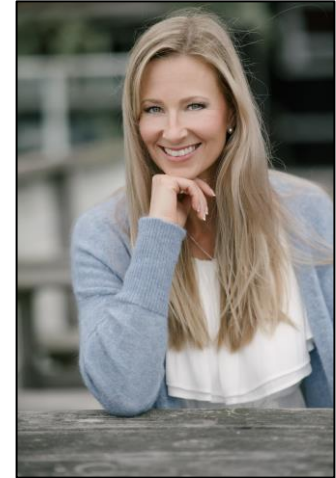


Varhaisen vuorovaikutuksen ja vanhemmuuden tukeminen

Vauvafoorumi 18.11.21

Leea Mattila

- Psykologi
 - Theraplay- terapeutti, -työnohjaaja ja -kouluttaja
 - Aikuisten ja nuorten psykoterapiakoulutettava
 - Kahden murrosikäisen lapsen äiti
-
- 20v työkokemus pikkulapsipsykiatriassa, lastensuojelussa ja yksityisenä
 - Nykyisin ammatinharjoittaja: vastaanottoa, työnohjausta ja asiantuntijatehtäviä: www.mindlink.fi
 - Mitä ihmettä? Opi ymmärtämään lapsesi mieltä-kirja (Gummerus, 2019)
 - Hellästi hellien- kirja (Kustannus Mäkelä, 2020)
 - Uhmasta yhteyteen eli näin opit rauhoittamaan lapsen uhman- verkkokurssi



Relationaalisuus hyvinvoinnin ytimessä

Yhteys ja vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa vaikuttaa:

- Aivoihin ja hermoverkkoihin
- Hormonaaliseen eritykseen
- Epigenetiikkaan
- Immunologiseen vasteeseen
- Turvallisuudentunteeseen
- Psykososiaalisiin tekijöihin: tunne-elämään, persoonallisuuteen, mieleen

Kukoistamme yhteydestä toisiin

(Morgan: Addiction,
attachment, trauma and
recovery, 2019)



- Yhteyden katkeaminen, syrjään joutuminen on sietämätöntä, traumaattista ihmisille
- Vauva ei voi selvitä ilman huoltapitävää toista
- Alienaatio/separaatio – tarve sammuttaa tuska, millä tahansa keinolla, kompulsiivisesti

Mun isä kuoli silloin. Se oli sellanen laukaseva tekijä. Olin teini ja en osannut käsitellä sitä. Lopetin koulun ja mulle tarjottiin nopeasti huumeita.

En siinä vaiheessa kyllä tiennyt et siihen jää koukkuun ja se elämäntapa vie mukanaan. Päihteet turrutti mun surua ja huonoa oloa.

- *"Hanna" äiti 24v + tyttö 2v*

Riippuvuksien taustalla on yhteyden ja joukkoon kuulumisen puute

- *Coping by intoxication*
- Päihteiden adaptiivinen funktio: itsesäätelyn korvike, objekti joka ei hylkää – *sijaissuhde; fuusiosuhde*.
- Ongelma on se, ettei se anna koskaan tarpeeksi, mutta siihen kiinnyytään.

- Humanisaatio – **relaationaalinen yhteys ja merkityksellisyys** – on pitkällä tähtäimellä paras vastalääke päihderiippuvuuksiin
- Yhteys toisiin kiinnittää meidät elämään
- Toipuminen riippuvuudesta on paluuta yhteyteen– mielekkääseen ja elämänmittaiseen suhteeseen toisten kanssa

- Röp-biisi riippuvuuksien moninaisuuden symbolisaationa - Julma Henri: Halu (sisältövaroitusta!)

Mä pelkäsin sanoa kenellekään et mä oon raskaana, et mut tuomitaan ja sitä pelkäs, että mä en jotenki ansaitse olla äiti tai et mun lapsi viedään, kun kauheesti kauhukuvia maalattiin monesta eri suunnasta ja myös ne päihteidenkäyttäjät siinä ympärillä kerto kaikkia omia kokemuksiaan.

Niistä tuli se kauhee pelko, et niin se menee mullakin, et ei voi olla äiti, et mä en voi olla mitään muuta ku se päihteidenkäyttäjä.

Vanhemmuus
on
mahdollisuus
suureen
onneen

Autetaan yhteyteen!

Bowlby (1982): "Turvallinen kiintymys on tärkeää läpi elämän
– kehdestä hautaan"



Ritva Belt (2013):

Mother-infant
Psychotherapy
Groups among
Drug-Abusing
Mothers -
Preventing
Intergenerational
Negative
Transmission

- Hoidon tärkeä tavoite on estää äidin turvattomuuden ja traumojen kokemusten siirtyminen lapsen kannettaviksi.
- Tehokkaimmiksi ovat osoittautuneet kokonaisvaltaiset hoidot.
- Niissä 1) tuetaan sekä äidin että lapsen positiivista vuorovaikutusta ja 2) rohkaistaan äidin psyykkistä eheytymistä ja äitiydessä onnistumista.

Belt, 2013

- Tutkimuksessa todettiin, että huumeaustaiset äidit olivat raskausaikana psykososiaalisesti erittäin kuormittuneita ja saivat muita äitejä vähemmän tukea läheisiltään.
- Tulokset kuitenkin osoittavat, että n. 80 % äideistä kykeni jättämään päihteet ja sitoutui avohoitoon. Edellytyksenä oli päihdeongelman tunnistaminen ja varhainen hoitoonohjaus sekä 9 - 12 kuukautta kestävä hoitosuhde yhteen tai kahteen työntekijään.
- **Äidin ja vauvan vuorovaikutus parani sekä ryhmämuotoisessa että yksilöllisessä hoidossa.** Merkittävä havainto oli, että päihdeongelmallisille äidille tyypilliset ja lapsen kehityksen kannalta erityisen vahingoittavat kielteiset vuorovaikutusmallit (vihamielinen ja tunkeutuva käyttäytyminen) lasta kohtaan vähenivät enemmän nimenomaan ryhmäpsykoterapiaa saaneilla äideillä. Nämä äidit ilmoittivat **vertaisryhmän tuen ja turvallisuuden tunteen kokemuksen** auttaneen heitä vaikeiden asioiden kohtaamisessa ja tunnetilojen hallinnassa. He toivoivat pidempiä ryhmiä.

Belt, 2013

Flykt, Belt &
Punamäki,
2021

- Ylisukupolvisen negatiivisen kierteen katkaiseminen edellyttää, että päihderiippuvaiset äidit saavat yhdessä vauvojensa kanssa yksilöllisesti suunniteltua ja katkeamatonta tukea.
- Hoitoon pääsy vaihtelee edelleen suuresti alueittain ja hoitojärjestelmä on pirstaleinen.

- On tärkeää, että järjestyisi palveluketju, jossa mietitään miten, kuka ja missä järjestyksessä hoidetaan päihdeongelmaa, sekä trauma- ja psyyketaustaa. Samanaikaisesti yritetään estää lapsen kehityksen vaurioituminen.

Toivoisin et apua sais heti alkuvaiheessa raskautta, tai kun uskaltaa pyytää, et otettais tosissaan. Ja et perheelle kerrotais oman kunnan palveluista. Et pyrittäs pitämään perheet kasassa ja niitä pidettä arvokkaina. Se on pitkäjänteistä hommaa, et sitä toivois.

Vanhemmuuden tuen spektri

- Vanhempi-lapsi-suhteen tukeminen
- Vanhemman oma psykoterapeuttinen/mt-hoito sen ollessa indisoitu = omaan kiintymyshistoriaan liittyvät nykyhetkeä horjuttavat seikat mahdollista ratkaista
- Vanhempien keskinäisen vuorovaikutuksen edistäminen ja parantaminen: parisuhdetyytyväisyys heijastuu vanhemman mentalisaatiokykyyn
- Vertaistukimuodot
- Kasvatusyhteistyö: neuvolat, varhaiskasvatus
- Arjen kotihoidollinen + sosiaaliohjauksellinen tuki
- Avo- ja laituskuntoutukset

Mieli hakee suhdetta

- Descartes (1637): I think, therefore I am
- Winnicott (1960): There is no such thing as a baby
- Fonagy: Mother thinks that I think, therefore I am

Elämän tarkoitus on vuorovaikutus

- Lapsi kehittyy lähisuhteissaan, vuorovaikutuksessa
- Vuorovaikutuksesta syntyy sisäisiä rakenteita ja kykyjä – oletusmalleja
- Vauva oppii sen kautta millainen toinen on, millainen hän on itse toisten silmissä, miten maailma hänelle vastaa, ja kyvyn tai kyvyttömyyden tukeutua yhteyteen ahdingossa.
- Kiintymyssuhteen laatu on yhteydessä vauvan kognitiiviseen, emotionaaliseen, sosiaaliseen ja mentalisaation kehitykseen
- **”Kehityksen tukeminen, ohjaaminen, häiriintyminen ja korjaaminen tapahtuvat suhteessa ympäristöön ja yhdessä siinä olevien ihmisten kanssa”** (lastenpsykiatri Jukka Mäkelä)

Mieli mielessä

- Vauvan mahdollisuudet kehittää kykyjä ymmärtää itseään ja toisia, käsitellä tunteita (mentalisoida) riippuu vanhemman/hoivaajan kyvystä mentalisoida (**pitää vauvan mieltä mielessä**)



- “Mieli voi olla pelottava paikka – etkä tietenkään halua mennä sellaisiin yksin!” (Bowlby)

Vuorovaikutushaasteisiin
vastaaminen
mentalisoimalla

- Vuorovaikutusongelmissa manifestoituu usein vanhempien kyvyttömyys mentalisoida lasta
- Vanhemmuuden tukeminen varhaisesta alkaen tarkoittaa, että **vahvistetaan kykyä havaita lapsen tarpeita, tunteita ja vastata niihin ja vahvistetaan lapsen mielen mielessäpitämistä (= mentalisaatiota)**
- Vahvistaa samalla vanhempien kykyä säädellä omia tunteitaan ja käyttäytymistään

Hyvän kehä käynnistyy

- Lasta mentalisoiva vanhempi on sensitiivinen, mikä auttaa muodostamaan turvallisen kiintymyssuhteen

SEKÄ

- ehkäisemään turvatonta tapaa asettua suhteeseen
- “Kiintymyssuhdetta tukevat interventiot saattavat vaimentaa huumealtistuksen kielteisiä vaikutuksia vauvan kehitykseen”. (Flykt, Belt, Punamäki, Lääkärilehti 2021)
- “Sitoutuneet työntekijät ja turvalliset huolenpidon puitteet”.

1) Vauvan kutsuminen vuorovaikutuk- seen

- Motherese- äänensävy tärkeää!
- Katsekontakti, kulmakarvojen nostaminen, silmien suurentaminen, pään eteenpäin nojaaminen ja vauvaa nimellä kutsuminen
- Nämä kaikki ovat nk. ostensiivisiä (silminhavaittavia) vihjeitä: viestijä vakuuttaa niiden avulla, että vuorovaikutus on suunnattu juuri vauvalle
- **Vauva: "Ai, haluat kertoa minulle jotain? Selvä, olen valmis, kerro vain mitä asiaa!"**

2) Merkitty peilaaminen vuorovaikutuksessa

- Resonointia ja soinnuttautumista, reflektointia ja sisäisen tilan ilmaisua
- **Vauva sisäistää näitä ilmaisuja – niistä tulee osa hänen mielenmaisemaansa**
- Vauva oppii peilatuksi tulemisen kautta ensimmäisistä omista mielensisäisistä *tunnerepresentaatioistaan*
- Merkitty peilaaminen on implisiittistä (kokemuksellista) mielentiloista, mielestä ja vauvasta itsestään opettamista

Tunnesäätely kehittyy
mentalisoivan
vuorovaikutuksen
kautta

- Nämä representaatiot (yhdistettynä vauvan kehon viesteihin) vähitellen muodostavat pohjan tunteiden mentalisoinnille – ja sen myötä tunnesäätelylle ja impulssikontrollille:
- **Tunteet voi tunnistaa ja omistaa.**
- **Niiden ei tarvitse johtaa käyttäytymiseen (acting out).**
- **Ne voi jakaa toisen kanssa.**

Merkitty
peilaaminen
voi
epäonnistua:

1) Vanhempi ei merkkää, että kyse on vauvan tunteesta

- Vanhempi ei peilaa merkitysti vauvan ilmaisemaa turhaumaa vauvalle, vaan ilmaisee esim. *omaa* vihaisuuttaan. Vauva tuntee, että tunneilmaisu on vanhemman, jolloin vauvan kokemus on mahdollisesti huolestuttava... jolloin siitä tulee vaarallinen, mahdollisesti traumatisoiva – sen sijaan että turhauma tulisi jaetuksi ja kannatelluksi

2) Vanhempi reagoi vauvaan merkitysti peilaten, mutta tunnetta liikaa vääristäen

- esimerkiksi vauvan purressa rintaa, vanhempi peilaa tämän aggressiivisuutena. "Senkin riiviö!" – vauva sisäistää tämän, ja hänelle syntyy "vieraan itsen" (alien self) sisäisiä edustuksia – joista voi myöhemmin koitua identiteetin rikkonaisuutta.

3) Jaettu tarkkaavaisuus

- Emotionaalisesti toisten itseän kohdistamaan huomioon reagoiminen
- Itseen huomion kiinnittäminen
- Toisten katseiden ja esineiden seuraaminen
- Huomion kiinnittäminen kädessä olevaan esineeseen
- Ohjaamalla toisten huomion osoittamalla
- Varmistamalla, että toisen kanssa on yhteys, ennenkuin osoittaa
- Social referencing: Vauva tarkistaa toisten emotionaalisia reaktioita tilanteissa

- Mahdollistaa maailmasta oppimisen: **kokemusta voi jakaa ja vertailla toisen kanssa** – tällä on episteeminen funktio

4) Vuorovaikutuk sellinen leikki ja jaettu ilo

- Responsiivinen, sensitiivinen vuorovaikutus on vauvan tunteita säätelevää, ja **yhteinen tunnesäätely lujittaa emotionaalista sidettä** vauvan ja vanhemman välillä
- Vauvoilla esim Kukkuu-, laulu- ja loruleikit, tuudittelu, sylittely, silittely, hellittely, kujeilu
- Leikki opettaa ulkoisen ja sisäisen eroista ja tukee kykyä kuvitella



5) hoiva



6) jäsentäminen

- Ääneen puhuminen, tekemisten kertominen
- Vuorokausirytmii
- Rutiinit, ennakointi
- Reparatiot kun suhteeseen tullut katkos

Aikuisen luotettavuus, turvallisuus, hyväntahtoisuus

Ei-
mentalivoivan
vuorovaikutuk-
sen piirteitä,
jotka ovat
yhteydessä
vauvan
kiintymysturva-
ttomuuteen

- **Vihamielinen tukeilevuus**
- **Avuton vetäytyminen**

(Lyons-Ruth & Jacobvitz, 1999)

- Kommunikaatiovirheet (esim. vhi nauraa kun vauva itkee)
- Roolien tai rajojen sekaannus (esim. vhi vaatii tunteellisia huomionosoituksia vauvalta itselleen)
- Pelokas tai pelottava käyttäytyminen (esim. vhi kiljuu/kirkuu)
- Tunkeilevä käytös (esim. Lelun työntäminen vauvan kasvoihin)
- Vetäytyminen (esim. vhi ei palauta yhteyttä erossaolon jälkeen)

Ylisukupolvisuus on totta

- Vanhemman raskausajan kiintymysturvallisuuden status ennustaa vahvasti hänen 14kk ikäisen vauvansa kiintymyssuhdestatusta
- Tämä selittyy vanhemman mentalisaatiovaikeuksilla (Slade, 2005 & Slade et al 2005)

-> Vanhempi tyypillisesti hätäntyy vauvan hädästä:
oma ja vauvan tunne menevät sekaisin ja vanhemman oma sisäinen turvaton lapsi reagoi

Toivoa on aina

- Ylisukupolvisuutta katkaistaan mentalisoimalla
- “Keskimääräinen vuorovaikutuksen vaste ratkaisee” (Peter Fonagy)



Me voidaan nyt tosi hyvin. Me asutaan kahestaan kotona ja käydään avopalvelussa. Tyttö on alottamassa päivähoidon ja ite jonotan terapia-arvioon ja tommosia hyviä juttuja on tulossa, alotan lähikuukausina opinnot mitä en ois osannut uskoa, ja se jännittää kun meen 24-vuotiaana ekaan opiskelupaikkaan.

Kaikella tuella mitä me saatiin sillo vauvan kans, on ollut iso merkitys, lapsi on saanut päihteettömän äidin ja se on avun ansiota. Yksin ei tarvi selvitä vaan kun uskaltaa ottaa tukea vastaan, ni voi paremmin.

Kiitos!



Mentalisaatiopohjaisessa Uhmasta yhteyteen-verkkokurssissa alennus vuoden loppuun saakka -50%!

https://www.campwire.com/buy_flexible/o168b3od-09ee-435d-87e3-369294785f9c