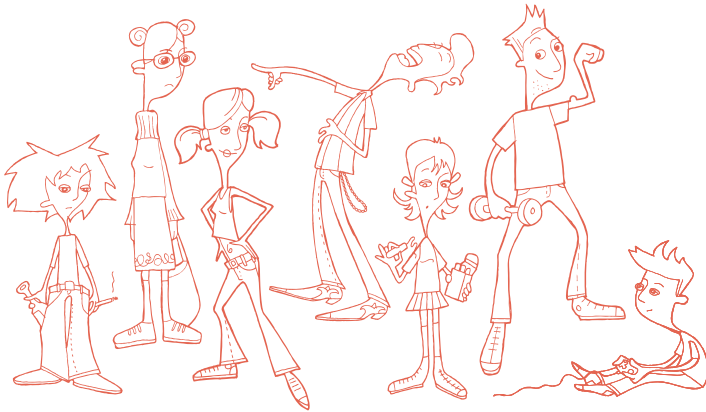


Sopivaa etäisyyttä etsimässä



MLL 
MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Onni löytyy arjesta.



Tämä työkirja on osa Mannerheimin Lastensuojeluliiton Vanhempainnetti -aineistoa. Työkirjan on tuottanut MLL:n Vanhemmat ja itsenäistyvä nuori -projekti, joka toteutettiin Raha-automaattiyhdistyksen rahoituksella vuosina 2007–2009.



Julkaisija

Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Toinen Linja 17, 00530 Helsinki

p. 075 324 51

mll@mll.fi

www.mll.fi

Käsikirjoitus

Saara Kinnunen, FM, YTM, sosiaalipsykologi, erityistason perheterapeutti

Tatjana Pajamäki-Alasara, VTM, sosiaalipsykologi

Muu työryhmä

Anne Kinturi, TM

Anna Puusniekka, KM, YTM, sosiaalipsykologi

Satu Tallgren, KM

Toimitus

Virve Järvinen

Ulkoasu ja kuvitus

Tarja Petrell

Työkirjan tekstin, kuvien ja tehtävien kopioiminen, muuttaminen ja käyttäminen muuhun kuin alkuperäiseen tarkoitukseen ilman tekijöiden lupaa on kielletty. Kunnioita tekijänoikeuslakia.

Sisälllys

Nuoruus on hyvä aika rakentaa	5
Monenlaisia vanhempia, erilaisia tapoja irtautua kodista	6
Riittävän lähellä, sopivan etäällä	11
Turvallisesti irti ja itsenäiseksi	11
Tytöstä naiseksi, pojasta mieheksi	14
Nuoren maailma tutuksi	19
Riittävät rajat	20
Perhepalaverin paikka	23
Ristiriidoilla on tarkoituksensa	25
Lopuksi	27
Lähteet	29

Parasta vanhempien kanssa...

Parasta arkisin...

"Parasta arkisin on se, kun tehdään poppareita ja katotaan yhdessä jotain leffaa..."
(poika 15 -vuotta)

Parasta viikonloppuna...

"No se kun voi olla enemmän aikaa yhdessä ja vaikka syödä jotain hyvää ja kattoo kaikki yhdessä jotain leffaa."
(poika 15 -vuotta)

Nuoruus on hyvä aika rakentaa

Ihmisen persoonallisuuden kehitystä voidaan kuvata talonrakennusprosessina, jossa vanhemmat sekä rakentavat että valvovat rakennustyötä. Rakennustyössä on vaiheita, jotka ovat erityisen tärkeitä talon pystyessä pysymisen kannalta. Varhaislapsuus ja nuoruus ovat vaiheista tärkeimpiä.

Persoonallisuuden perustukset valetaan varhaislapsuudessa. Varhaisnuoruudessa persoonallisuustalon seinät pystytetään ja perustusten kestävyyttä koetellaan. Jos perustusten valamisessa on tapahtunut valuvirheitä, niitä on tässä vaiheessa vielä mahdollisuus paikata ja muotoilla. Nuoruus on vaihe, jossa on mahdollisuus sekä korjata vanhaa että rakentaa kokonaan uutta.

Keskinuoruudessa, noin 15–18 -vuoden ikäisenä, ovat pahimmat murrosikään kuuluvat myrskyt usein laantuneet. Persoonallisuustalon rakennus on edennyt eri huoneisiin, ja nuori maalaa seiniä, sovittaa tapetteja ja etsii niihin sopivaa väriä. Sopiva sävy ja tyyli löytyvät vain kokeilemalla. Jos nuorelle ei anneta tilaa ja mahdollisuuksia testata itselleen sopivia vaihtoehtoja, hänen käsityksensä ja kokemuksensa itsestä saattavat jäädä haaleiksi – oma identiteetti jää kirkastumatta. Jos taas vanhemmat eivät aseta rajuille kokeiluille kattoa ja suojaavia seiniä, nuori joutuu hakemaan tarvittavat suojarakenteet muualta tai luovuttaa ja lopettaa rakennustyön kokonaan.

Vanhemman tehtävänä onkin löytää sopiva tasapaino tilan antamisen ja rajoittamisen välillä. Mutta mikä on riittävästi ja sopivasti? Miten vanhempi voi olla tarpeeksi lähellä, mutta riittävän etäällä? Mikä on sopiva itsenäistymisen tahti?

Nuoruuden psyykkisen kehityksen tunteminen helpottaa vastausten löytämistä. Pelkkä tieto saattaa kuitenkin jäädä irralliseksi, ellei sitä pysty ankkuroimaan omiin kokemuksiin ja omaan nuoreen. Tämän työkirjan tehtävänä on helpottaa tiedon ankkurointia.

Työkirjassa haastetaan vanhempaa pohtimaan kokemuksia omasta nuoruudestaan ja omista vanhemmistaan. Tavoitteena on, että vanhempi pohdintojensa avulla pystyisi muistamaan menneisyydestään jotakin sellaista, joka auttaisi häntä ymmärtämään ja tukemaan nuorta entistä paremmin tässä tärkeässä kehitysvaiheessa.

Työkirjan ensimmäisessä osassa pohditaan erilaisia kodista irtautumisen tapoja. Toisessa osassa kuvataan nuoruuteen kuuluvia kehitystehtäviä ja sitä, miten vanhempi voi parhaiten tukea nuortaan.

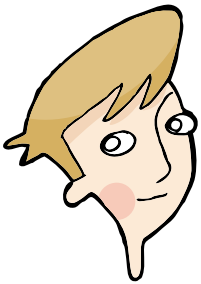
Antoisaa rakennusprojektia!

Monenlaisia vanhempia, erilaisia tapoja irtautua kodista

Kokemuksemme värittävät pitkälti vanhemmuutemme perittyjä tapoja ja arvostuksia. Vanhemmuuden malli ei siirry suoraan geeneissä, mutta usein omien vanhempiemme kasvatustyyli on ainut malli, jonka tunnemme perinpohjaisesti. Tämän vuoksi se vaikuttaa toimintaamme äiteinä ja isinä, halusimme tai emme. On tärkeää pohtia kokemuksia omista vanhemmistaan, jotta pystyisi käyttämään niistä hyvät asiat, mutta välttämään huonot omassa vuorovaikutuksessa nuorensa kanssa. Epäsuotuista kehityslinjaa on mahdollisuus muuttaa tai yhtä lailla jatkaa hyväksi koettuja toimintatapoja.

Seuraavassa on esitelty erilaisia vanhempi-nuori suhteita. Lue ne ja pohdi, mikä tapauksista on lähimpänä oman nuoruutesi kokemusta, kokemusta omista vanhemmistasi.

Kotiin sitovat vanhemmat

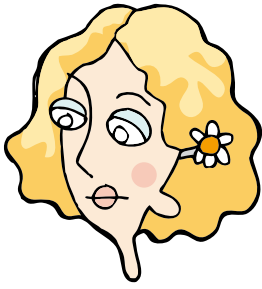


NICO

16-vuotiaan Nicon äiti on kokenut elämässään paljon menetyksiä ja sairastanut vakavan sairauden. Nicon äiti rakastaa enemmän kuin ketään. Oikeastaan äidillä ei edes olisi elämää ilman Nicon. Äiti huolehtii Nicosta äärimmäisen hyvin. Ruoka on aina terveellistä ja Nicolla on siistit vaatteet. Yläkoulussa Nicolla ei ollut yhtään kaveria. Äiti oli välillä huolissaan, mutta tyytyväinen kun Nico ei riehunut iltaisin ulkona, vaan vietti iltoja mieluummin turvallisesti kotona äidin kanssa. Ammattikoulussa Nico löytää ystävän samalla luokalla olevasta pojasta, joka on kiinnostunut samoista asioista kuin Nico. Äiti on tyytyväinen, että Nicolla on koulussa kaveri, mutta vapaa-ajan menot huolestuttavat. Koska Nico ei enää vietä vapaa-aikaansa kotona, äiti on varma, että Nico käyttää huumeita tai tekee jotain muuta epämääräistä. Äiti alkaa valvoa Nicon menoja, tutkii tämän taskuja ja lukee kännykkäviestejä. Äiti pelkää sairastuvansa uudelleen ja varoittaakin Nicon usein aiheuttamasta hänelle stressiä, jottei sairaus uusiutuisi. Aina kun Nico lähtee kotoa, hänellä on epämääräinen paha mieli äidin puolesta.

Vanhemmat saattavat pyrkiä sitomaan lapsen tiiviisti perheeseen nuoruusiässäkin. Heitä ehkä huolestuttavat kaikki ne mahdolliset huonot vaikutteet, joita nuori voi saada, jos hän syöksyy vahvasti kodin ulkopuoliseen elämään. Joskus sitominen voi olla syyllistävä, jolloin nuori joutuu ristiriitaan eikä halua toimia vanhemman tahtoa vastaan. Sitovassa vanhemmuudessa kyseessä voi olla vanhemman oma kriisi ja käsittelemättömät pelot. Lapsen irtaantumisen viivyttäminen ja estäminen voi olla vanhemman keino käsitellä kriisiään tai pelkojaan. Nuori ei hakeudu ikäistensä seuraan. Hänen itsenäistymisensä estyy, eikä hän harjaannu sosiaaliseen elämään kodin ulkopuolella. Hän jää vanhempiensa mielipiteiden vangiksi myöhemmässäkin elämässä.

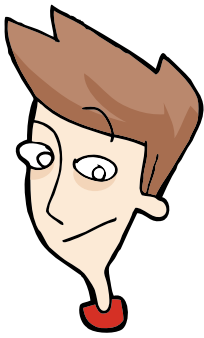
Kotiin sitominen voi tapahtua hienovaraisemminkin. Vanhempien toiveet voivat kulkea nuoren harteilla näkymättömänä taakkana. Vaikka nuorta ei kahlita kotiin eikä odotuksista puhuta suoraan, nuori kuitenkin tietää, millaista käytöstä ja tekoja vanhemmat odottavat häneltä. Vanhemmat ovat suunnitelleet nuoren elämän ennakkoon.



NELLA

Nella opiskelee lukion toisella luokalla. Nellan vanhemmilla ei ole ollut mahdollisuutta kouluttautua ja he ovat päättäneet luoda tyttärelleen niin hyvän alustan tulevaisuudelle kuin mahdollista. Nellan opiskelua ja harrastuksia tuetaan kaikin keinoin. Äiti on ollut kotona siihen saakka, kun Nella on aloittanut koulun ja nyt kun Nellan harrastukset vievät hänen koko vapaa-aikansa, on Nellan äiti siirtynyt osa-aikatyöhön voidakseen kuljettaa tytärtään koulun jälkeen. Nellan koulu sujuu hyvin ja yliopiston pääsykoekirjatkin on ostettu jo valmiiksi. Vanhemmille Nellan tuleva elämä näyttätyy selkeänä. Todennäköisesti Nella löytää opiskelujen parista itselleen mukavan miehen, jonka kanssa menee valmistumisen jälkeen naimisiin ja saa lapsia. Nella tietää, että äiti ja isä ovat hänestä hyvin ylpeitä ja häneen on satsattu paljon aikaa ja rahaa. Nella tuntee itsensä rakastetuksi ja olonsa turvalliseksi. Mutta joskus hän tuntee epämääräistä pelkoa siitä, ettei pysty olemaan niin taitava ja hyvä opiskelija, kuin äiti ja isä toivoisivat. Joskus Nellaa valvottaa öisin huoli siitä, ettei hän voisi saada tulevaisuudessa lapsia ja antaa vanhemmilleen heidän kovasti toivomiaan lapsenlapsia.

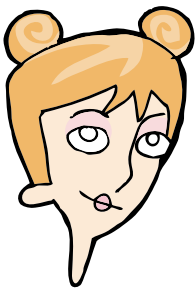
Ajelehtimaan päästävät vanhemmat



JANI

9.-luokkalainen Jani käyttäytyy koulussa levottomasti ja on jatkuvasti napit vastakkain opettajien kanssa. Kotona Jani on äidin ja isän mielestä kiltti poika. Janin vanhemmat ovat paljon poissa kotoa. Kun he ovat paikalla, he eivät viitsi käyttää aikaa riitelyyn. Janilla ei ole kotiintuloaikoja, mutta Janin täytyy ilmoittaa vanhemmille, missä milloinkin on. Janilla on omassa huoneessa telkkari ja Jani huolehtii itse nukkuma-ajoistaan. Jani rakastaa vanhempiaan, mutta hänellä on usein yksinäinen ja epämääräinen huono olo. Janista tuntuu, ettei hän tiedä, mitä häneltä odotetaan ja elämän vaatimukset tuntuvat välillä musertavilta.

9.-luokan loppua kohti tultaessa Jani alkaa lintsata säännöllisesti. Koulussa ollaan Janin tulevaisuudesta hyvin huolissaan, mutta Janin vanhemmat ovat sitä mieltä, että elämä kyllä opettaa poikaa.



LAURA

Lauran isä on tyytyväinen. Onneksi Laura on helppo nuori, kun elämä on muuten ollut niin epävakaa ja vaikeaa. Avioero ja isot rahalliset huolet ovat vieneet isän kaikki voimat. Onneksi Laura hoitaa läksynsä, tekee kotitöitä, eikä jaksa turhista valittaa. Lisäksi Lauran telinevoimisteluharrastus vie lähes kaiken ajan eikä Laura ehdi roikkumaan ulkona nuorten porukoissa. Itse asiassa isä näkee Lauraa kunnolla vain aamiaispöydässä ja illalla nukkumaan mennessä. Isän elämä pysähtyy hetkellisesti, kun Lauran telinevoimistelovalmentaja ottaa yllättäen yhteyttä. Laura ei ole käynyt harjoituksissa kuukausiin. Valmentaja on myös huolissaan Lauran omituiseksi muuttuneesta käytöksestä ja poissaolevasta mielialasta.

Joskus vanhemmat eivät huomaa nuoren tarpeita tai yliarvioivat nuoren iän ja kyvyt. Nuori päästetään ajelehtimaan vapaasti. Nuoren huomiotta jättäminen ei useinkaan tai välttämättä ole tahallista lapsen laiminlyömistä, vanhemmilla vain on omaa tärkeää tekemistä; työ, opiskelu, uudet perhekuviot tai muuta energiaa vievää. Se voi myös olla puhdasta ajattelemattomuutta. Huomio ja mielenkiinto sitoutuvat oman elämän järjestämiseen.

Kotoa pois karkottavat vanhemmat

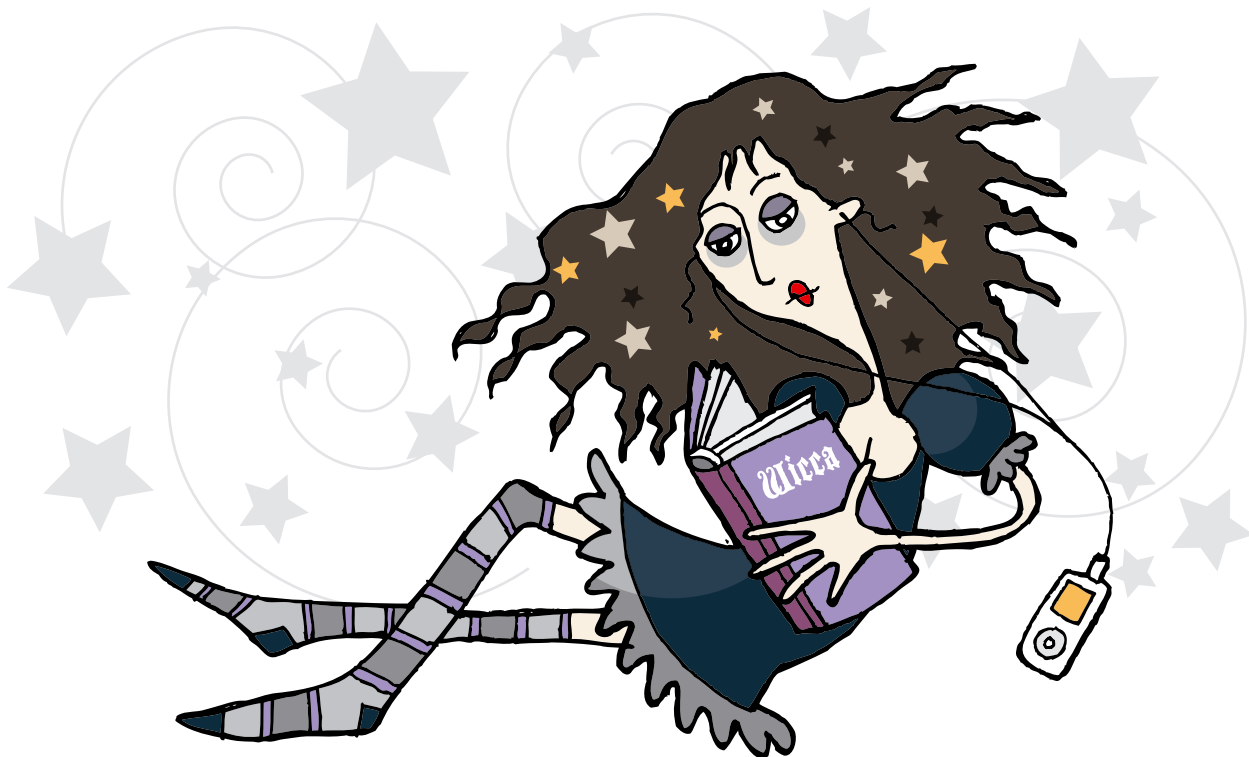


SIIRI

Siirin vanhemmat ovat väsyneitä. Siirin isosiskon elämässä on tapahtunut isoja asioita, joiden vuoksi vanhempien aika on kulunut pitkälti hänen tukemiseen. Perheen nuorin lapsi aloitti juuri koulunsa. Siirillä on isohkoja oppimisvaikeuksia ja hän tarvitsee koulunkäyntiinsä tukea sekä koulussa että kotona. Vanhemmilla ei kuitenkaan ole aikaa keskittyä Siirin asioihin. Siiri saa tulla ja mennä miten haluaa. Vapaa-aikaansa Siiri kuluttaa viettämällä aikaa läheisessä kauppakeskuksessa. Viikonloput hän viettää kavereiden luona ja vanhemmat ovatkin tyytyväisiä, jos viikonloppu kuluu rauhallisesti ilman Siiriä. Kotona ollessaan Siiri saa välillä voimakkaita raivokohtauksia, joihin vanhemmat eivät reagoi mitenkään. Vanhemmat ovat Siirin käytökseen täysin kyllästyneitä ja ovat sitä mieltä, että Siiri on huonona esimerkkinä perheen pienemmille ja ilman Siiriä perheessä olisi kaikkien paljon rauhallisempi asua ja elää. Yhden riidan päätteeksi Siiri pakkaakin tavaransa ja huutaa muuttavansa kaverinsa luo. ”Mene vain, äläkä tule takaisin”, huutavat väsyneet vanhemmat Siirin perään.

Joissain perheissä nuori ikään kuin karkotetaan omaan elämään. Vanhemmat väsyvät nuoreensa. Nuoren inhottava käytös, rajoista piittaamattomuus, kodin elämäntavan halveksinta ja muu häiritsevä ja vahingollinen käytös saavat vanhemmat epätoivon partaalle. He selviävät eteenpäin olemalla piittaamatta nuoresta ja hänen käytöksestään. He ikään kuin sulkevat nuoren perheen ulkopuolelle ja antavat tälle vapauden omaan elämään.

Karkotettu lapsi ei saa enää vanhemmiltaan sitä, mitä hän vielä tarvitsisi: kuuntelijaa, tukea, elämään evästäjää. Hän saa kyllä kaipaamaansa vapautta, mutta vapauden varjopuolella on tunne: en ole vanhemmilleni tärkeä. Tällaisen nuoren voi olla vaikea irtautua kotoa, koska häneen on jäänyt täyttymistä odottava, aikuisen tuen ja rakkauden mentävä aukko.



Kannatellen irti päästävät vanhemmat



K A I S A

Kaisa on temperamenttinen 16 -vuotias. Lapsesta saakka hän on ilmaissut mielipiteensä vahvasti. Murrosikä oli melko kuohuva ja yhteen otettiin niin kotiintuloajoista kuin koulutehtävistäkin. 9.-luokalle tullessa Kaisa vaikuttaa rauhallisemmalta, mutta riitoja syntyy edelleen kotiintuloajoista sekä kotona vietetyn ajan vähyydestä. Välillä riidat ovat olleet rajujakin. Periaatteena perheessä on, että suuttua saa, mutta ketään ei tahallisesti loukata. Vanhemmat ovat tehneet Kaisan kanssa sopimuksen yhden arki-illan sekä joka toisena viikonloppuna päivän rauhoittamisesta kodille. Silloin tehdään ruokaa yhdessä ja lapsista joku saa päättää, mitä illalla tehdään. Kaisan vanhemmat ovat pitkälle kouluttautuneita, ja Kaisa menestyy ihan hyvin koulussa. Äiti ja isä ovat toivoneet, että Kaisa menisi lukioon, mutta 9.-luokan alussa Kaisa ilmoittaa haluavansa ammattikoulun maalarilinjalta. Vanhemmat ovat yllättyneitä. He kuitenkin kunnioittavat Kaisan päätöstä ja antavat Kaisan harkita päätöstään rauhassa viimeisenä kouluvuotenaan.

Tasapainoisessa itsenäistymisessä lapsi voi irtaantua kodista tiettyjen rajojen puitteissa. Vanhemmat ovat puhuneet arvoistaan jo lapsuuden aikana, joten nuori tietää, mitä häneltä odotetaan. Vanhemmat kunnioittavat nuoren yksilöllisyyttä ja antavat hänelle tilaa kehittyä omaksi persoonakseen. Vanhemmat ovat väliin huolissaan ja epävarmoja siitä, toimivatko he oikein – ihan kuten kaikki lapsistaan välittävät vanhemmat ovat.

Joskus lapsuudessa koettuja asioita joudutaan työstämään nuoruudessa uudestaan. Myös rajuun nuoruuden kuohuntaan voi vanhempana suhtautua rakentavasti ja kannattelevasti.



K A L L E

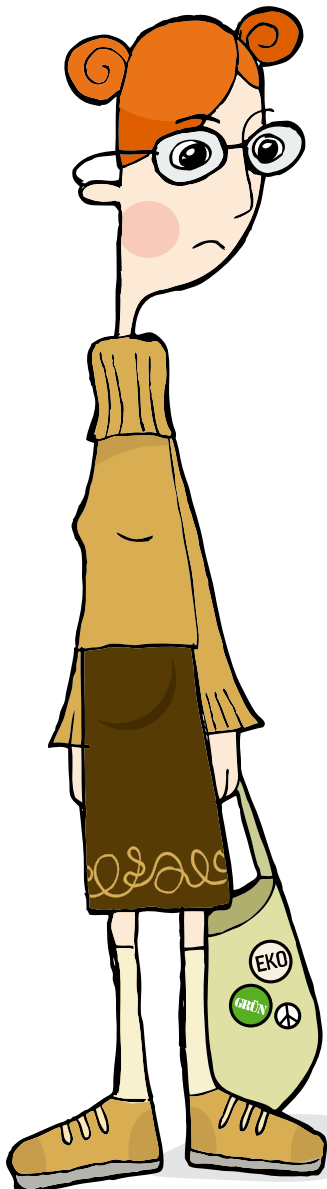
Kalle on kokenut lapsuudessaan suuria menetyksiä. Kallen isä ja äitipuoli tietävät tämän ja osaavat odottaa Kallen nuoruusiästä rajua. Kuohunta voimistuu, kun isälle ja äitipuolelle syntyy vauva. Kalle alkaa testata kotiintuloaikoja, jää kiinni tupakoinnista ja varastaa lähikaupasta olutta. Kouluun herääminen aamuisin on vaikeaa. Kallen vanhemmat päättävät, etteivät luovuta. Kotiintuloajoista pidetään kiinni. Vanhemmat kertovat pitävänsä huolta siitä, että jos Kalle ei ilmesty kotiin sovittuna aikana, jompikumpi vanhemmista lähtee häntä etsimään. Sääntöjen noudattamatta jättämisestä on sovittu seuraus, jonka Kalle tietää. Kallen kouluun lähtöä valvotaan ja koulun kanssa on sovittu säännöllisestä yhteydenpidosta Kallen asioissa. Hyvin sujuneesta koulujaksosta on sovittu yhteinen palkinto.

Rajuja riitoja käydään erilaisista asioista kuitenkin melkein joka viikonloppu. Keskusteluyhteys vanhempiin kuitenkin säilyy riidoista huolimatta. Isä tekee Kallen kanssa joka syksy kahdenkeskisen pitkän kalastusreissun. Irrottautuminen kotiympyröistä tuntuu molemmista piristävältä ja Kallesta tuntuu, että näillä matkoilla isä on olemassa vain häntä varten.

Kalle on myös kiinnostunut ruoanlaitosta ja haaveilee kokin ammatista. Äitipuoli opettaa Kallea laittamaan niitä ruokia, joista Kalle pitää. Äitipuolen keuhut ovat Kallelle hyvin mieluisia, vaikka usein Kalle näyttääkin siltä, ettei häntä kiinnostaisi äiti-puolen olemassaolo ollenkaan. Joskus vanhempienkin pinna palaa. Silloin pyydetään reilusti anteeksi omaa käytöstä. Vanhemmat hoitavat jaksamistaan ottamalla säännöllisesti aikaa itselleen lenkkeilyyn, ystävien tapaamisiin ja elokuvissa käynteihin.

Tehtävä

- Mikä esimerkeistä herätti Sinussa eniten tunteita ja ajatuksia? Miksi?
 - Mikä tapauksista on lähimpänä omia nuoruuskokemuksiasi?
 - Pohdi, mikä edellä kuvatuista tapauksista on lähinnä suhdettasi omaan lapseesi. Tunnistatko, mitkä saattaisivat olla teidän suhteenne vahvuudet ja kipupisteet?
 - Mistä esimerkistä haluaisit itse saada oppia omaan arkeesi? Miten itse haluaisit toimia?
-



Riittävän lähellä, sopivan etäällä

Sopivan välimatkan löytäminen vanhemman ja aikuisuutta kohti kasvavan nuoren välillä on haastava tehtävä, joka ei yleensä suju kivutta. Ulkoisesti jo aikuista muistuttava nuori on kehityksessään keskeneräinen ja tarvitsee vanhempiaan. Ilman vanhemman läsnäoloa ja tukea nuori joutuu ajelehtimaan elämässään. Nuori kaipaa vanhempiensa tukea ja aikaa. Vanhemmista, jotka eivät ole henkisesti tai fyysisesti läsnä, on mahdotonta irrottautua.

Nuoren puolesta ei kuitenkaan voi elää. Nuori tekee jo pitkälti omia valintojaan. Tavoite ei ole, että nuori omaksuisi kaikki vanhempiensa arvot sellaisinaan niitä pohtimatta. Nuori, joka tekee vain vanhempiensa näköisiä valintoja, jää hyvin riippuvaiseksi vanhempiensa mielipiteistä.

Nuori tarvitsee tilaa itsenäistymiselleen. Vaikka nuori tarvitsee aikuista, häntä ei voi sitoa kiinni perheeseen silloin, kun on aika irrottautua. Vanhemman on voitava osoittaa nuorelle, että nuorella on lupa itsenäistyä ja löytää omat polkunsaa.

Seuraavissa luvuissa pohditaan, miten säilyttää riittävä läheisyys ja riittävä etäisyys vähitellen aikuistuvaan nuoreen. Vanhemman paluu omiin nuoruuskokemuksiin ja niiden vertailu oman nuoren tilanteeseen helpottaa pohdintoja.

Turvallisesti irti ja itsenäiseksi

Anna tilaa kokeiluille

Aikuisuutta kohti kasvava nuori pohtii minäkuvaansa. Hän pohtii, kuka hän on nyt ja millaiseksi hän haluaa tulla. Itselle tärkeät asiat joutuvat puntariin.

Jotta oma identiteetti jäsenyisi ja kirkastuisi, nuori kokeilee, testaa ja valikoi. Nuoren harrastukset, ulkonäkö, ihastuksen kohteet tai mielipiteet saattavat vaihtua tiuhaan. Usein nuorelle on tärkeää olla jotain muuta, kuin mitä vanhemmat odottavat ja ajattelevat. Valmiit mallit eivät kelpaa, on löydettävä jotakin omaa.

Nuori saattaa alkaa käyttäytyä ja toimia päinvastaisella tavalla kuin vanhempansa. Tiukkojen ja perinteitä vaalivien vanhempien lapset saattavat kauhistuttaa radikaaleilla mielipiteillään ja pukeutumisellaan. Rentojen ja boheemien vanhempien lapset saattavat yllättää vanhempansa konservatiivisuudellaan. Toisilla nuorilla itsen sopivien määritelmien löytäminen on vaikeampaa ja omaa minää on etsittävä eri vaihtoehtojen laidoilta.

Niin kauan kun kokeilut eivät ole haitaksi nuoren fyysiselle tai psyykkiselle terveydelle, erilaisten asioiden ja toimintatapojen testaaminen kuitenkin kannattaa. Vain kokeilemalla nuori löytää itselle mielekkäimmän tavan olla ja elää. Etsimiseen kuluu usein runsaasti aikaa. Jollain tasolla etsiminen jatkuu koko ihmiselämän.

Vanhemmat saattavat olla tyytyväisiä, jos nuori elää ja toimii täsmälleen heidän arvostamiensa asioiden mukaisesti ja valitsee täsmälleen heidän näköisensä tien elää. Onnellista onkin, jos nuori on pohtinut, kokeillut ja vertaillut asioita. Peruskoulunsa päättäneet nuoret ovat kuitenkin yleensä vasta vaiheessa, jossa omaa identiteettiä selkiytetään. Omaksi itsenäiseksi minäksi kehittyminen ei tapahdu helposti, nopeasti tai yksinkertaisesti. Jos nuori omaksuu täysin kyseenalaistamatta vanhemmitaan tietynlaisen mallin toimia ja käyttäytyä, saattaa hän kehittyä myöhemmässä elämässäänkin toisten mielipiteistä riippuvaiseksi aikuiseksi, jonka käsitys itsestä on hatara.

Nuoret ovat yksilöitä. Kaikki nuoret eivät tee näkyviä, rajuja irtiottoja tai kokeiluja. Jokaisen itsenäistymiskehitys etenee omassa tahdissaan. Jokainen nuori tarvitsee vanhempiensa tukea ja suojaa. Oman nuoren yksilöllisten piirteiden tunnistaminen ja arvostaminen on tärkeää. Nuoren on voitava tuntea, että häntä arvostetaan ja hänet hyväksytään omanlaisenaan.

Vaikka nuori haluaa tuntea itsensä irralliseksi vanhemmistaan, hän kuitenkin kaipaa kipeästi aikuisten hyväksyntää ja arvontoa omille mielipiteilleen ja valinnoilleen. Hän haluaa kokea, että hänen ratkaisujaan tuetaan ja arvostetaan ja että häneen aletaan vähitellen suhtautua kuin tulevaan aikuiseen. Kannustaminen ja kehuminen ovat hunajaa nuoren epävarmalle mielelle.

Tehtävä

Muistatko miten omat vanhempasi suhtautuivat sinuun, kun olit nuoresi ikäinen?

Rastita vastaus sen mukaan, kumpi mielestäsi kuvaa paremmin omia vanhempiasi ja heidän toimintatapojaan.

	Kyllä	Ei
Minulla oli lupa kokeilla erilaisia asioita.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunsin, että minun täytyi toteuttaa vanhempieni toiveita.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempieni auktoriteetti oli ehdoton ja sitä ei saanut kyseenalaistaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sain tehdä sellaisia valintoja, joihin en ollut vielä kypsä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minua kannustettiin ilmaisemaan omia mielipiteitäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani rohkaisivat minua tutkimaan ja kokeilemaan maailmaa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani pitivät tärkeinä, että meillä ei riideltä tai keskusteltu kovaäänisesti.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meillä oli lupa näyttää kaikkia tunteita.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani eivät rajoittaneet minua tarpeeksi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani kontrolloivat voimakkaasti elämäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhemmat kuuntelivat ja kyselivät mielipiteitäni asioihin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minusta tuntuu, että sain olla oma itseni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Minun mielipiteilleni ei annettu arvoa nuoruudessani.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani kuormittivat minua omilla huolillaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani eivät osoittaneet kiinnostusta asioihini.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vanhempani olivat kiinnostuneita asioistani.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tunsin usein syyllisyyttä käytöksestäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jouduin ottamaan nuorena paljon vastuuta perheestäni.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tarkastele vastauksiasi. Minkälaisia tunteita ne sinussa nyt aikuisena herättävät?

Pohdi vastaustesi perusteella:

- Millä tavoin sinä etsit itseäsi nuoruudessasi?
 - Miten vanhempasi tukivat itsenäistymistäsi?
 - Miten itsenäistymisprosessi kohdallasi onnistui?
 - Missä asioissa huomaat vanhempiesi toimineen tavalla, jota et itse pidä hyvänä?
 - Mitkä ovat asioita, jotka haluaisit siirtää omaan vanhemmuuteesi?
-
-

Pyydä nuortasi vastaamaan edellä oleviin väittämiin. (Jos tämä ei onnistu, kuvittele, miten nuoresi niihin vastaisi) Eroavatko vastauksenne toisistaan? Missä asioissa?

- Missä asioissa haluaisit muutosta? Mikä olisi sellainen asia, joka veisi sinut lähemmäksi tätä tavoitetta?
 - Missä asioissa nuoresi haluaisi muutosta? Mikä olisi sellainen asia, joka veisi häntä lähemmäksi tätä tavoitetta?
-

Tytöstä naiseksi, pojasta mieheksi

Pienen lapsen käsitys vanhemmista on usein idealisoitu. Äiti ja isä pystyvät mihin vain ja ovat useimmiten oikeassa. Murrosiän kuohuissa vanhempien hahmot saattavat peittyä tunnemyrskyn alle. Vasta kovimman kuohunnan jälkeen nuori oikeastaan näkee vanhempansa todellisemmassa valossa. Uudessa kuvassa vanhemmat näyttävät naisena ja miehenä.

Kun nuori etsii omaa tapansa olla nainen tai mies, oma äiti tai isä on yleensä lähin vertailukohta. Tyttö pohtii sitä naisen mallia ja muuttia, jota äiti edustaa ja arvioi sen sopivuutta itselleen – hyväksyy ja hylkää eri paloja. Pojalle isä taas on peilinä miehenä olosta.

Muistele ja pohdi

Minkälaisen naisen tai miehen mallin sinä sait vanhemmiltasi?

Ympyröi seuraavista parhaiten äitiäsi ja isääsi kuvaavat sanat:

- Äiti oli

lämmin, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen, aggressiivinen, epäluotettava, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä, syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva, järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen, etäinen, itsekäs, lapsellinen, turvaton

Millainen?

- Isä oli

lämmin, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen, aggressiivinen, epäluotettava, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä, syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva, järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen, etäinen, itsekäs, lapsellinen, turvaton

Millainen?

Millaisia piirteitä liitit omiin vanhempiisi? Yllättääkö joku piirre sinut?

Pohdi, onko sinussa vanhempana samoja piirteitä?

- Minkälaisia piirteitä olisit valinnut, jos olisit saanut toiveidesi mukaiset vanhemmat?

lämmin, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen,
aggressiivinen, epäluotettava, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä,
syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva,
järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen,
etäinen, itsekäs, lapsellinen, turvaton

Millaisia piirteitä?

- Pyydä nuortasi ympyröimään oma käsityksensä ja näkemyksensä sinusta. Jos tämä ei onnistu, mieti, miten nuoresi sinua luonnehtisi.

- Minä olen äitinä/isänä

lämmin, ankara, hellä, rauhallinen, sopuisa, myrskyinen,
aggressiivinen, epäluotettava, rajaton, kaveri, kiltti, hyökkäävä,
syyllistävä, heikkohermoinen, alistuva, marttyyri, ailahteleva,
järkkymätön, voimakas, hauras, kaikkietävä, lohduttava, turvallinen,
etäinen, itsekäs, lapsellinen, turvaton

Millainen?

- Mitä ajatuksia vastaukset sinussa herättävät? Vastaako oma käsityksesi itsestäsi nuoresi käsitystä? Muistuttavatko kokoelmat itsestäsi ja omista vanhemmistasi toisiaan? Mitä myönteisiä piirteitä sinuun liitetään? Oletteko kielteisistä asioista yhtä mieltä? Miten haluaisit itseäsi luonnehdittavan?

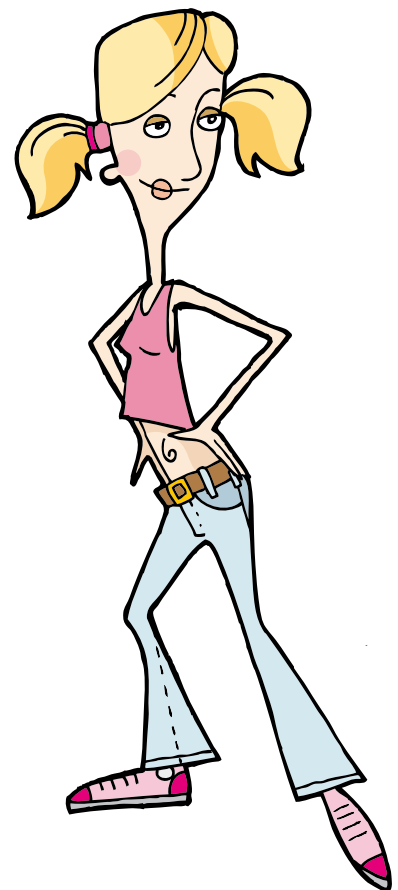
Nuoren äitinä ja isänä

Seuraavassa on kuvattu äidin suhdetta tyttären ja poikaan ja isän suhdetta tyttären ja poikaan. Puuttuvan isän tai äidin paikalla voi olla myös joku muu aikuinen, johon nuorella on hyvä suhde. Tällainen aikuinen voi olla isovanhempi, täti, setä tai vaikka kummi. Kavereiden äidit ja isät ovat hyviä ”varavanhempia”, jos he huomioivat nuoren, juttelevat hänen kanssaan ja osoittavat käytöksellään arvostusta nuorta kohtaan. Myös vanhemman uudesta pysyvistä kumppanista voi tulla nuorelle tärkeä aikuinen, jos suhde on luottamuksellinen.

Äiti ja tytär

Murrosikäisellä tytöllä on ristiriitainen suhde äitiin. Toisaalta hänen on päästävä irti äidistä ja kasvettava omaksi itsekseen. Toisaalta hän tietää olevansa samanlainen kuin äitinsä, nainen. Äiti-tytärsuhteet ovat usein suhteista kaikkein intensiivisimpiä ja ristiriitaisempia. Sitovasta ja äärimmäisen läheisestä suhteesta on repäistävä itsensä rajusti irti. Joskus tyttö riuhtaisee itsensä etäämmälle äidistä tavalla, joka riipaisee äitiä.

- Yritä elää omaa elämääsi. Tyttären elämä on hänen omaansa. Nuoruuden raikkaus ja veto-voima voivat joskus tuntua vastustamattomilta. Ethän elä elämääsi tyttären kautta. Jos samaistut liikaa tyttäreesi, hänen voi olla vaikea irtaantua sinusta. Äidin ja tyttären välissä on aina sukupolvien välinen kuilu. Sinun ei siis tarvitse käyttäytyä tai puhua niin kuin nuoret.
- Vaali suhdetta tyttäreesi, sillä hän tarvitsee sinua vielä monta kertaa. Yhteinen harrastus, elokuvat, lenkkeily, shoppailu, ruuanlaitto, tietokonepelit tai matkailu voivat olla yhteinen, molempia kiinnostava asia, joka vahvistaa suhdettanne.
- Nuoruusiässä tyttö saattaa tuntea olonsa epävarmaksi. Hän tarvitsee sinulta rohkaisua ja kehuja. Voit kehua häntä vaatetuksesta, kampauksesta tai reippaasta olemuksesta. Murrosiän muutosten myönteinen ja kannustava huomioiminen ovat tärkeitä tytön seksuaali-identiteetin kehityksessä.
- Käsitys elämästä muotoutuu tyttäresi mielessä. Mieti, millaisen kuvan äitinä annat elämästä. Huokailevan? Tyytymättömän? Pettyneen? Kyllästyneen? Innostuneen? Kiitollisen? Tyytyväisen? Riittävän onnellisen? Kun tytär katselee elämääsi, vahvistuuko hänen tahtonsa kasvaa aikuiseksi?
- Voit kysyä tyttäreltäsi sopivalla hetkellä, millaisen käsityksen elämästä hän on saanut katsolessaan sinua. Voit tarvittaessa oikoa mahdollisia väärinkäsityksiä. Joudut kenties kertomaan, että olisit toivonut itsellesi erilaisen elämän. Keskustelu voi olla arvokas. Tytär saa kurkistaa elämän moninaisuuteen ja silti säilyttää omat unelmansa.
- Tyttären ja isän välinen suhde tarvitsee oman tilansa. Mieti, kuinka voit kannustaa isää ja tytärtä kohtaamaan ja viettämään aikaa kahdestaan. Voit auttaa isää pääsemään kiinni tytön maailmaan muis-telemalla omaa nuoruuttasi ja kertomalla isälle, millaiset oman isäsi rakkauden ja tuen osoitukset ovat jääneet mieleesi.



Äiti ja poika

Pojalle suhde äitiin on hänen ensimmäinen suhteensa naiseen. Äidin kanssa hän saa kokemuksen siitä, millainen suhde naisen kanssa voi olla. Parhaimmillaan äiti voi antaa pojalle eväitä tulevia seurustelusuh-teita varten. Mutkaton kanssakäyminen ja keskustelut äidin kanssa varustavat pojan taitoja olla tyttöjen kanssa. Äiti voi myös kertoa pojalle, kuinka herrasmies kohtelee tyttöystäväänsä.

- Jos palvelet poikaasi ja teet asioita tämän puolesta, poika voi ymmärtää, että naisen tehtävänä on huolehtia. Tällöin pojan oma vastuullisuus ei pääse kasvamaan. Pahimmassa tapauksessa voit tehdä pojan riippuvaiseksi itsestäsi ja palveluksistasi. Annathan poikasi vastata tietyistä kotitöistä. Vaadi häneltä samoja asioita, joita vaatisit samanikäiseltä tytöltä.
- Pojalta jää moni taito oppimatta, ellei hän osallistu kotitöihin. Jotta poika myöhemmin selviytyisi itsenäisestä elämästä, hän voi joutua turvautumaan äitiinsä. Äiti voi tuntea itsensä korvaamattomaksi, kun hän valmistaa välipalaa harrastuksista palaavalle pojalle tai tyhjentää poikansa treenikassia. Kaikki tämä saattaa vaikeuttaa pojan itsenäistymistä äidistä ja hankaloittaa hänen irtaantumistaan kodista itsenäiseen elämään.
- Anna pojallesi hänen ikäänsä sopivaa vastuuta ja kotitöitä. Poikasi tarvitsee tukeasi ja läheisyyttäsi. Hän tarvitsee myös tilaa, jotta hän voisi itsenäistyä ja kasvaa vastuulliseksi mieheksi.



Isä ja tytär

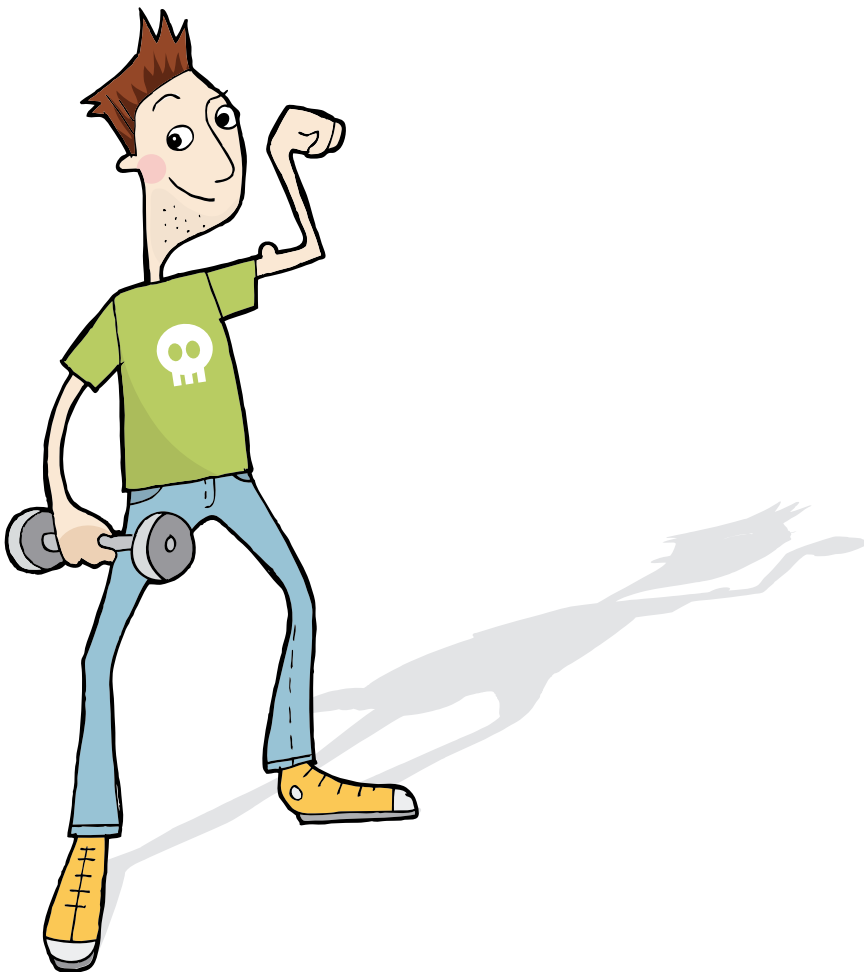
Isän merkitys tytön itsetunnolle on suuri. Kun isä suhtautuu hyväksyvästi tyttärensä, tämä voi kokea olevansa hyvä ja hyväksyttävä. Itsensä hyväksyvän tytön ei tarvitse suostua millaiseen seurustelusuhteeseen tahansa. Kun itsetunto on hyvä, tyttö maltaa odottaa poikaa, joka kohtelee häntä arvostavasti.

- Ihaile tyttäresi avoimesti. Se rohkaisee epävarmaa murrosikäistä. Kehu häntä vaikka ihmettelemällä ääneen, miten kaunis ja viehättävä tytär sinulla on. Kehu tyttären vaatteita tai vaikka rohkeaa tyyliä. Anna tyttären tuntea, että hänet hyväksytään omanlaisenaan.
- Tärkeää on osoittaa kiinnostusta tyttärelle tärkeitä asioita kohtaan. Joskus kahdestaan vietetty aika elokuvissa, teatterissa, jääkiekko-ottelussa, kahvilassa tai kalastamassa tarjoavat luontevan tavan lähentyä.

Isä ja poika

Pojan perustarve on ihailla isäänsä. On helppo samaistua isään, jota voi ihailla. Tällainen isä vahvistaa pojan itsetuntoa, sillä isänsä poikana hän on itsekkin ihailtava. Isän kiinnostus ja hyväksyntä kasvattavat pojan omanarvontuntoa. Terve itsetunto ja omanarvontunne ovat tärkeitä tulevissa ihmissuhteissa. Jokainen luotettava, pojastansa välittävä ja kiinnostunut, vastuullinen isä on ihailtava.

- Nuoruudessa poika voi joskus irrottautua isästä tavalla, joka tuntuu tuskalliselta. Voi olla, että poika hylkää kaikki arvostamasi asiat tai tapasi toimia. Isänä olo voi tuntua raskaalta ja palkitsemattomalta. Parhaimmillaan kestät poikasi irtioton ja annat tämän syyllistämättä kokeilla siipiään.
- Vuorovaikutusta ja keskusteluyhteyttä voi pitää yllä tekemällä asioita, jotka kiinnostavat poikaa. Helppoa on, jos kiinnostuksen kohteet ovat yhteisiä. Voi olla, että joudut opettelemaan kiinnostusta asioihin, jotka ovat sinulle ennestään vieraita. Uusi tekniikka ja nuorten kulttuuri ovat haastavia tutustumisen kohteita.
- Voit tuntea kateutta pojan nuoruutta, voimakkuutta ja elämän mahdollisuuksia kohtaan. Käsittele kateuden tunteet itse. Muuten vaarana on, että sinänsä viattomat ja luonnolliset tunteet muuttuvat välinne sotkevaksi toiminnaksi. Aikuismaisesta olemuksesta huolimatta murrosikäinen poika on vielä kypsytön ja epävarma itsestään. Vanhemman vähättelevät kommentit loukkaavat häntä syvästi.
- Sano ääneen asioita, joita arvostat ja ihaillet pojassasi. Osoita luottamusta siihen, että poika tulee selviämään elämässä. Vaikka hyväksyisi kaikkia pojan tempauksia, anna pojan kuulla, että hyväksyt hänet sellaisena, kuin hän on. Isän hyväksyntä on pojalle tärkeä ponnahduslauta tulevaisuuteen.



Nuoren maailma tutuksi

Vanhemman ei tarvitse tietää nuorensa elämästä kaikkea. Nuoren yksityisyyttä kunnioittava vanhempi antaa nuorelle mahdollisuuden henkiseen ja fyysiseen tilaan, johon vanhemmalla ei ole asiaa ilman nuoren lupaa. Nuori tarvitsee kuitenkin vanhempiensa läsnäoloa ja aitoa kiinnostusta tekemisiinsä.

- Pyri vanhempana löytämään kahdenkeskisiä hetkiä nuoren kanssa. Osoita kiinnostusta nuoren maailmaa kohtaan. Ole läsnä ja käytettävissä. Varaa aikaa tutustuaksesi nuoren peleihin, kirjoihin, sarjakuviin – yleensä nuoren kiinnostuksen kohteisiin. Näytä nuorelle, että olet kiinnostunut hänen tekemisistään ja hänestä itsestään, et pelkästään hänen suoriutuksistaan koulussa tai harrastuksissa. Juttele joka päivä nuoren kanssa.
- Tutustu nuoresi ajatuksiin ja haasta hänet yhteisiin keskusteluihin. Keskustelut selkiyttävät omia arvoja ja näkemyksiä ja tuovat arvokasta pääomaa tulevaisuudelle. Nuori nauttii usein keskusteluista, jotka koskevat häntä itseään. Myös suuret kysymykset kiinnostavat: Mitä tapahtuu kuoleman jälkeen? Ovatko ihmiset eläimiä arvokkaampia?
- Parhaat keskustelut syntyvät muun tekemisen ohessa. Houkuttele nuorta keskustelemaan. Tehkää vaikka yhdessä ruokaa. Älä pelästy, jos nuoren käsitykset ja näkemykset vaikuttavat mustavalkoisilta. Asioiden käsittely äärimmäisyyksien kautta on nuorelle ominainen tapa hahmottaa maailmaa. Mielipiteet ovat vain sanoja, eivät tekoja. Vältä moralisointia, mutta kysy, keskustele ja vaadi perusteluja näkemyksille.

Tehtävä

- Esitellä nuoren kanssa toisillenne lempimusiikkinne, lempibändinne, lempinäyttelijänne sekä lempielokuvanne. Perustelkaa valintanne.
- Pohtikaa yhdessä arvoja ja arvostamianne asioita
- Listatkaa toistenne näkemättä tärkeimpiä ja arvokkaimpia päämääriä elämässä. Millaisia ihmisiä haluaisitte olla? Minkä takia? Listatkaa pieniä arkipäivän tekoja, jotka voisivat vievät lähemmäs näitä päämääriä.
- Ketä ihaillette? Miksi? Minkälainen ihminen herättää teissä ärtymystä? Pohtikaa, millä tavoin saa käyttäytyä ihmistä kohtaan, josta ei pidä?
- Jos saisitte muuttaa maailmassa kolme suurta asiaa, mitkä ne olisivat? Miten perustelette valintanne? Mitä tähän tarvittaisiin? Entä mikä olisi teko, jota ette missään olosuhteissa hyväksyisi?
- Verratkaa ajatuksianne keskenään: Millaisia yhtäläisyyksiä löytyy, entä eroja? Mikä asia tuli yllätyksenä? Mitä ajatuksia ja tunteita toisen vastaukset teissä herättävät?

Riittävät rajat

Jotta nuori kasvaisi hyvällä itsetunnolla varustetuksi ihmiseksi, hän tarvitsee vanhempiensa suojaa ja huolenpitoa. Nuoren kannalta myönteisintä kehitykselle on vähitellen lisääntyvä liikumatila ja vapaus niin, että vanhemmat samalla huolehtivat hänen turvallisuudestaan ja suhde vanhempiin pysyy avoimena ja luottamuksellisena. Kohtuulliset rajat tukevat nuoren myönteistä itsenäistymistä.

Joskus itsenäisyyttä kohti kasvava nuori haluaa enemmän, kun mihin hänen kypsyytensä riittää. Vanhemman tehtävänä on tällöin olla kuin verkkoaita, joka ottaa karkaavan pallon kiinni. Ilman suojaavia rajoja nuori joutuu ajelehtimaan elämässään ja törmäilee usein muiden asettamiin rajoihin.

Rajojen tarkoituksena on turvata nuoren hyvinvointi ja turvallisuus. Ne eivät saa olla mielivaltaisia. Jos vanhemmat kontrolloivat nuoren elämän pienimpiäkin yksityiskohtia, nuoresta saattaa kehittyä aikuisena vanhempiensa ja muiden auktoriteettien hyväksynnästä hyvin riippuvainen ihminen – ihminen, jolta puuttuu oma tahto ja uskallus.

Myös nuori saa määritellä rajoja vanhemmilleen. Hänellä on oikeus olla nuori ilman aikuisten murheita! Nuoren on voitava kokea, että esim. vanhemman vaikea elämäntilanne tai hyvinvointi ei ole hänen vastuullaan. Nuoren ei tule olla vanhemman uskottu, jolle vanhempi kertoo kaikki murheensa.

Tehtävä

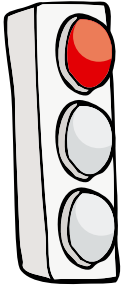
Muistele omia kokemuksiasi:

- Mitkä olivat ehdottomimmat kiellot tai säännöt joita vanhempasi asettivat?
 - Minkälaisia epäreiluuden kokemuksia ja tunteita muistat nuoruudestasi suhteessa vanhempiesi rajoituksiin? Mitä ajattelet niistä nyt?
 - Milloin sinua ei kuunneltu tai sinuun luotettu silloin kun olisit sen ansainnut?
 - Missä asioissa olisit toivonut, että vanhempasi olisivat rajoittaneet sinua enemmän?
 - Minkä asian haluat olevan omalla nuorellasi toisin kuin itselläsi?
 - Mitä asioita voit ottaa malliksi omilta vanhemmiltasi?
-

Tehtävä

Kuka päättää?

- Mistä asioista nuoren voi antaa päättää itse? Mistä asioista vanhempi päättää?
 - Seuraavassa on kuvattu eritasoisia, eri tavoin päätettäviä asioita liikennevalovärien avulla.
-



Punainen

Punainen = Nuori on vielä kypsymätön → Vanhempi huolehtii ja ottaa viime kädessä vastuun

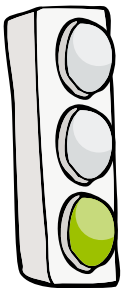
Punaisen värin alle kuuluvat asiat ovat niitä, jotka suojaavat nuorta liian rajuilta kokeiluilta ja joista vanhemman tulisi viime kädessä ottaa vastuu. Punaisen värin alle kuuluvat rajoitukset perustuvat siihen, että nuori on vielä kypsymätön ja tarvitsee aikuisen suojaa. Punaisia asioita ovat muun muassa nuoren turvallisuuden ja fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin liittyvät asiat sekä erilaiset elämän perusarvojen kunnioittamiseen liittyvät asiat, kuten rehellisyys ja tasa-arvon noudattaminen.

- lakien ja asetusten määrittelemien sääntöjen rikkominen
- itsensä vahingoittaminen
- toisten henkinen tai fyysinen loukkaaminen
- päihteiden käyttö
- koulunkäynnin laiminlyönti
- perustarpeiden laiminlyönti

Vaikka esimerkiksi ikärajoista ei tarvitse neuvotella – laeilla ja asetuksilla on painavat perusteensa – nuori vaatii ja hänellä oikeus saada rajoille perusteluja. Vanhemman nyrkki pöytään -taktiikka syö nuoren omanarvontunnetta eikä tasoa maaperää hedelmälliseksi vuorovaikutukselle.

Turvallisuuteen ja hyvinvointiin liittyviä rajoja perustellaan rakkaudella ja välittämisellä:

- *Koska haluan, että sinä pysyt terveenä...*
- *Meidän perheessä ei hyväksytä käytöstä, joka vahingoittaa toista.*
- *Koska olet oppivelvollisuusikäinen ja minä vanhempänä olen vastuussa siitä, että sinä käyt koulua.*

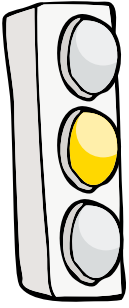


Vihreä

Vihreä = Nuori päättää/nuorella on oikeus → Vanhempi vetäytyy taka-alalle

Vihreän valon piiriin kuuluvat erilaiset asiat, jotka liittyvät nuoren persoonallisuuden ja yksityiselämän kunnioittamiseen. Näissä asioissa vanhemman on hyvä vetäytyä taka-alalle.

- mielipiteet
- oma ulkonäkö; pukeutuminen, meikkaaminen, hiustyyli (mikäli eivät välittömästi tai välillisesti vahingoita nuorta)
- oman huoneen sisustus
- musiikkimaku
- minkälainen ihminen olen
- kaikkien tunteiden ilmaisu: lupa olla vihainen, surullinen, ärtynyt, tylsistynyt...



Keltainen

Keltainen = Tilanne- ja perhekohtaisesti määrittyvät asiat → Neuvotellaan yhdessä nuoren kanssa

Keltaisella värillä on kuvattu asioita, joista erilaisilla perheillä on erilaisia käytäntöjä ja sääntöjä. Näissä asioissa parhaat tulokset syntyvät pohtimalla, mikä on juuri meidän perheellemme hyväksi koettu tapa toimia. Parhaaseen tulokseen päästään yhteisillä neuvotteluilla.

- turvallinen kotiintuloaika
- kotityöt
- kännykkälaskut
- oman huoneen siivous
- työ kodin ulkopuolella
- TV:n ja tietokoneen sijainti
- TV:n ja videoiden katselu
- pelaamiseen ja internetissä surffailuun käytetty aika
- kavereiden tapaaminen
- kavereiden luona yöpyminen
- tyttö- tai poikakavereiden yöpyminen
- harrastuksiin osallistuminen
- viikko-/kuukausirahat
- sopiva kielenkäyttö
- myöhästeleminen

Tehtävä

- Missä edellä mainituissa kohdissa perheellänne on jo pelisäännöt?
- Mitkä kaipaavat yhteisiä sääntöjä?

Edellä mainittujen asioiden pohdintaan on hyvä käyttää tukena muita vanhempia ja kysellä, miten asioista on sovittu muissa perheissä. Myös erilaisista keskustelupalstoista saattaa olla apua.

Perhepalaverin paikka

Nuoren on tärkeä kokea, että hän tulee kuulluksi ja ymmärretyksi itseään koskevilla asioilla. Yhteinen perhepalaveri voikin olla hyvä ratkaisu, etenkin ”keltaisissa asioissa”.



Neuvottelun osapuolet tekevät ehdotuksia asian ratkaisemiseksi. Jokaisen ehdotukset kuunnellaan arvostelematta. Kun ehdotusten virta on tyrehtynyt, valitaan ehdotus, joka tuntuu sopivammalta. Joskus se on kompromissi. Tärkeää on, että jokainen tuntee tulleen kuulluksi ja voittaneensa jotain itselle tärkeää neuvottelussa.

Säännöt ja seuraukset selviksi

Yhtä tärkeää kun sopia yhteisistä säännöistä, on päästä sopuun niiden rikkomisen seurauksista. Nuori tulee kokeilemaan, mitä sääntöjen rikkomisesta seuraa. Vaikka seuraamusten toteutus on vanhemmasta tylsää eikä nuorikaan siitä ilahdu, vanhemman johdonmukaisuus ja lujuus kertovat nuorelle, että hänestä välitetään eikä ole yhdentekevää, miten hän käyttäytyy. Nuoruusikä ei ole mikään poikkeusikä, jolloin voi käyttäytyä, miten tahtoo.

Monien vanhempien pulmana on löytää sopivia seuraamuksia sääntöjen rikkomisesta. Jos laiminlyönneistä ja rajanylityksistä ei seuraa mitään, koko sääntö menettää merkityksensä: aikuisten toiveilla ei ole väliä ja nuori elää niin kuin tahtoo.

Sopivia seuraamuksia

1. **Luonnolliset seuraamukset** opettavat kantapään kautta. Muutaman kerran bussista myöhästyminen kouluaamuna tai harrastukseen lähtiessä on tehokkaampi opettaja kuin jokapäiväinen jankutus ja hoputtaminen. Hikiset urheiluvaatteet löytyvät kassista, jos niitä ei ole huolehdittu pesuun ja kuivumaan. Seuraavalla kerralla muisti toimii paremmin.
1. **Toiminnalla korjaaminen** opettaa vastuuta. Rikottu tavara on korvattava ja omat sotkut on siivottava.
1. **Sopimukset** ovat tapa ennakoida sääntöjen rikkomista. Jonkin etuoikeuden menetys on tehokas tapa muistuttamaan säännön noudattamisen tärkeydestä. Esimerkiksi raha, peliaika, kavereiden kanssa oleskelu, kaupungille lähteminen, TV:n katselu ja tietokoneen käyttö ovat sopivaa sopimusvaluuttaa.

Tehtävä

- Mitä edellä mainituista seuraamuksista olette käyttäneet perheessänne?
- Mitkä ovat perheenne toistuvat pulmat?
- Miten olette yrittäneet ratkaista ne?

Jos seuraamuksista ei ole sovittu etukäteen, vanhemmat saattavat pettyneinä ja kiukuissaan määrätä kohtuuttoman seuraamuksen. He saattavat luovuttaa heti alkuunsa, jos nuori ei noudata sääntöjä. Isoilla ja pienillä ihmisillä on luontainen taipumus unohtaa säännöt, jos niiden rikkomisesta ei seuraa mitään.

Ristiriidoilla on tarkoituksensa

Kun vanhempi asettaa rajoja ja muistuttaa velvollisuuksista, hän kohtaa usein nuoren voimakkaan vastustuksen. Ristiriitoja vanhemman ja nuoren välillä ei voida kokonaan välttää, eikä se edes ole kehityksellisesti hedelmällistä. Parhaimmillaan erimielisyydet saavat aikaan keskustelun, jossa nuori oppii perustelevaan asioita ja kehittää ongelmanratkaisutaitojaan. Ristiriitojen avulla nuori kirkastaa käsitystä itsestään vanhemmista irrallisena yksilönä. Jos vanhempi taipuu aina nuoren tahtoon, eikä turvallista vastakkainasettelua synny, nuori menettää tämän mahdollisuuden. Toisaalta jos vanhempi pitää yllä asemaansa äärimmäisen tiukalla, autoritaarisella ja omaa toimintaansa kyseenalaistamattomalla otteella, menetetään mahdollisuus vuoropuheluun.

Vanhemman on yritettävä pysyä rauhallisena, kun erimielisyyksiä ja ristiriitoja ratkotaan. Nuorella on mahtava taito provosoida ja vetää vanhempi mukaan omaan tunnekuuhuunsa. Vaikka nuori muistuttaa fyysisesti aikuista ja pystyy perustelevaan näkemyksiään hyvinkin kypsästi, hän on aikuisiin verrattuna tunne-elämältään kypsymätön. Joskus epävarmuuden kokemukset omasta itsestä saattavat käydä nuoren mielessä kestäättömiksi ja nuori voi epäillä vanhempiensa rakkautta ja testata sitä monin keinoin.

Silloin kun nuori käyttäytyy vähiten rakastettavasti, hän tarvitsee vanhempiaan eniten. Hylkäämisellä uhkaaminen haavoittaa nuorta syvästi ja horjuttaa luottamusta aikuisiin.

Mikään ei toimi

Ristiriitojen ei tulisi värittää jokaista päivää. Vanhemmat joutuvat toisinaan tilanteisiin, joissa nuori ei piittaa perheen säännöistä, ei pidä sopimuksia, uhmaa ja käyttää loukkaavaa kieltä. Vanhemmat ovat onnettomia ja pohtivat, kuinka ihmeessä heille saattoi käydä näin. Miksi juuri tämä lapsi on erilainen ja haastava?

Tehtävä

- Millaisissa tilanteissa olet törmännyt siihen, että nuori ei kuuntele, vaan uhmaa?
- Onko hänen elämässään tapahtunut asioita, jotka ovat saaneet hänet pois tolaltaan ja siksi nuori ei kuuntele?

Ristiriitatilanteessa on hyvä miettiä, mitä sellaista on tapahtunut, mikä estää nuorta kuuntelemasta ja kunnioittamasta yhdessä sovittuja sääntöjä. Mikä saa hänet näyttämään kovalta ja välinpitämättömältä?

Kun nuori osoittaa piittaamattomuutta, vanhempien on omalta puoleltaan syytä tarkistaa, onko perheessä edellytyksiä rajoille ja neuvoille. Ovatko vanhemmat itse esimerkkeinä sääntöjen, rajojen ja lakien kunnioittamisessa ja noudattamisessa? Jos vanhemmat eivät piittaa heitä koskevista säännöistä, nuori tuskin välittää omista säännöistään. Vanhemman esimerkki on puhetta voimakkaampi.



Tehtävä

- Tunnistatko omassa elämässäsi tilanteita, joissa et ole esimerkkinä sääntöjen, rajojen tai lakien kunnioittamisessa tai noudattamisessa?
- Voisitko ajatella tekeväsi parannuksia kyseisessä asiassa?
- Voisitko kertoa muutospäätöksestäsi nuorellesi?

Huomaat kenties itsessäsi halun puolustautua ja vastustaa muutosta. Saatat ymmärtää myös nuortasi ja hänen vastahakoisuuttaan tehdä epämieluisia tai vaivalloisia asioita. Samalla kun kerrot nuorellesi, että omat tapasi kaipaavat muutosta, kerrot, että olette samassa veneessä: ihmisenä kasvamisen matkalla. Kumpikin joutuu ponnistelemaan vastuullisen elämäntavan takia.

Rajat vaativat rakkautta

Jotta nuori voisi kunnioittaa rajoja, suhteen vanhempaan on oltava kunnossa. Jos suhde on päässyt etäiseksi, nuori ei välitä vanhemman toiveista.

Tehtävä

- Millaisen arvosanan antaisit tällä hetkellä sinun ja nuoresi välisen suhteen läheisyydestä?
4 5 6 7 8 9 10
- Millaisen arvosanan antaisit siitä, kun suhteenne on ollut parhaimmillaan?
4 5 6 7 8 9 10
- Mikä teillä oli silloin eri tavalla kuin nyt?
- Mitä sinä vanhempana teit eri tavalla kuin nyt suhteessa nuoreesi?
- Millainen arvosana olisi tavoitteesi sinun ja nuoresi välisen suhteen läheisyydessä?
4 5 6 7 8 9 10
- Mikä olisi sellainen pieni muutos suhteessanne, että voisit antaa yhden numeron paremman arvosanan kuin nyt?
- Anna nuoresi täyttää tehtävä. Minkälaiset tulokset hänen vastauksistaan saatte?

Jos arki uhkaa muuttua sotaisaksi taistelutantereeksi, sääntöjä ei kannata tiukentaa eikä koven-taa seurauksia. Kova kovaa vastaan lukkiuttaa tilanteen entisestään ja lisää nuoren uhmaa. Tarvitaan rakkauden kieltä, jolla vakuuttaa nuorelle, että häntä rakastetaan ja että hän on vanhem-milleen tärkeä. Tarvitaan konkreettisia tekoja, jotta suhde vahvistuu.

Uhmakas mieli sulaa vain rakkauden ja välittämisen lämmössä.

Lopuksi

Nuori lähtee omaan elämään

Jossain vaiheessa tulee päivä, jolloin nuori lähtee kotoa omaan elämään. Useimmiten nuorella on kiire pois kotoa omaan kämppään ja omaan elämään. Opiskelijaelämä ja kaverit tempaavat mukaansa niin, että kotiväelle jää nuoren ajasta vain rippeet.

Jos elämä kodissa olisi aina harmonista ja ihanaa, nuoret tuskin pääsisivät irtaantumaan sieltä. Irttaantuminen tuntuu luonnolliselta, kun koti alkaa tuntua ahtaalta ja vanhemmat kesämättömiltä. Yhteentörmäykset kypsyttävät lähtöä puolin ja toisin. ”Täältä on päästävä pois”, takoo usein nuoren päässä. ”Lähtisi jo, niin elämä rauhoittuisi täällä kotona”, saattavat vanhemmat salaisesti ajatella, kun kahden sukupolven yhteiselämä ja sen erilainen elämäntapa ovat törmäyskurssilla.

Pohdi

- Mitkä olivat aikanaan omat tunteesi, kun olit sulkenut lapsuuskotisi oven ja olit matkalla uuteen?

Onnellista olisi, jos muuttokuorman kanssa lähtevän ei tarvitsisi läimäyttää kodin ovea kiinni vihaisena, vaan hyvästiksi voitaisiin lämpimästi halata. Halaus olisi eräänlainen kiitos ja yhden elämänvaiheen päättymisen merkki.

Uudet kysymykset viriävät tyhjässä kodissa:

- Miten pidän yhteyttä kotoa muuttaneeseen nuoreen?
- Miten löytää tasapaino etäisyyden ja läheisyyden välille?
- Missä on keskitie tilan antamisen ja yhteydenpidon välillä?
- Mikä on vanhemman osa, kun aikuinen lapsi tekee oimituisia ratkaisuja elämässään?

Tehtävä

- Kysy kotoa muuttaneelta nuorelta, miten usein hän toivoo yhteydenottoasi. Tehkää pelisääntöjä puheluista ja vierailuista. Sopikaa, voiko nuori tulla kotiin entiseen tapaan kavereineen ja tyhjentää jääkaapin. Odotatko, että nuori ilmoittaa vierailuistaan? Pitääkö hän kodin avaimen ja tulee ja menee kuten ennenkin?

Isä ja äiti ovat aina isä ja äiti. Itsenäistyneen nuoren on silti saatava elää omaa elämää, hänen on tehtävä omat valintansa. Hän löytää tiensä joskus harkitsemalla, joskus yrityksen ja erehdyksen kautta.

Nuori tarvitsee vanhemmat, jotka antavat tilaa, mutta ovat kuulolla.

Muutaman vuoden päästä kun nuori on nähnyt maailmaa ja kokeillut siipiään, hän ehkä haluaa tulla useammin käymään kotona. Hän haluaa tulla juttelemaan, syömään kotiruokaa, halaamaan ja keskustelemaan vanhempien kanssa. Itsenäistyminen kulkee laajan kaaren. On mentävä vähäksi aikaa etäämmälle, jotta voisi palata sopivan lähelle.

Tyhjän tilalle mahtuu paljon uutta

Vanhempien elämässä alkaa uusi vaihe. Mitä tulee lasten tilalle arkeen? Jäävätkö vanhemmat asustamaan haikeus huonetoiverinaan? Soittelevatko he nuoren perään? Pyytelevätkö viikonlopuksi kotiin? Surevatko elämätöntä elämää? Masentuvatko?

Tyhjenevän pesän vaiheessa vanhemmat voivat tunnistaa tyytymättömyyttä omaan elämään. Samaan saumaan sattuu usein neljänkymmenen tai viidenkymmenen vuoden ikäkriisi, jolloin tarkastellaan elämää taaksepäin. Tätäkö elämä on ollut?

Takana on perheelle ja perhettä varten eletty elämän vaihe. Lasten tarpeet, puolison tarpeet, sukulaisten tarpeet ja jopa koiran tarpeet ovat menneet omien tarpeiden edelle. Jotkut antavat lopputilin entiselle elämälle: nyt on minun vuoroni! Yksi lähtee opiskelemaan, toinen vaihtaa ammattia ja kolmas löytää uuden harrastuksen. Joku suuntautuu kodin ulkopuolelle järjestö- tai vapaaehtoistoimintaan, joku toinen etsii yhteyttä lapsuuden ja nuoruuden ystäviin.

Tyytymättömyys voi olla alku uuteen. Kytevä tunne kaipauksesta muutokseen voi kieliä siitä, että alamme löytää sen, mitä meidät on tarkoitettu nyt tekemään. Ilman tyytymättömyyttä juuttuisimme paikoillemme. Uuden etsimismatkalla voisimme palata menneisyyteen. Jo lapsuudestamme voimme löytää viitteitä omista unelmistamme, omista kiinnostuksen kohteistamme.

Pohdi

- Millaisia leikkejä leikin? Mitä tein mielelläni, kun minulla oli vapaa-aikaa? Mitä osasin hyvin? Mistä taidosta haaveilin? Mikä halusin olla isona? Millaisia elokuvia katselin mielelläni? Millaisista kirjoista nautin? Millaiset ystävät olisin halunnut, jos olisin saanut valita? Mikä minua innostaa? Mitä olisin aina halunnut tehdä? Mitä teen mielelläni? Minkä tekemisestä erityisesti pidän? Mitä tekisin, jos olisi vuosi elinaikaa?

Näiden kysymysten vastauksista voi löytyä tienviittoja siitä, mistä voisi tulla uusi elämän sisältö.

Lapsuudessamme olemme olleet kosketuksessa aidon minuutemme kanssa. Olemme viihtyneet meille omimman tekemisen parissa. Elämän kohtalot ja realiteetit ovat taittaneet siivet unelmilta. Joskus jopa ammattihaaveet ovat kariutuneet onnettomiin sattumiin tai itseluottamuksen puutteeseen. Nyt voi olla uuden alun aika.

Voimme avata kotimme. Lähellämme on nuoria ja vanhoja, yksinäisiä ja perheellisiä, jotka tarvitsevat ystävyyttä, aikuisen tukea, keskustelukumppania tai kodin lämpöä. Tässä elämänvaiheessa useimmilla on hankittuna elämisen välttämättömät puitteet, joten taloudellisesti elämä on helpompaa kuin lapsiperheessä. Voimme toisella tavalla jakaa omastamme, tasoittaa elämän eriarvoisuutta ja auttaa niitä, jotka ilman omaa syytään elävät köyhyydessä ja vaikeuksissa.

Tervetuloa uusi elämä, tervetuloa uusi vaihe!

Lähteet

- Aalberg, V. & Siimes, A. 2007. **Lapsesta aikuiseksi: nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi.** Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Cambell, R. 1994. **Rakkaudesta murkkuun.** Karas-Sana.
- Dunderfelt, T. 2006. **Elämänkaaripsykologia.** Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 9-13. painos, WSOY.
- Erkkilä, J. ym. 2003. **Surevan lapsen kanssa.** Suomen mielenterveysseura.
- Fenwick, E. & Smith, T. 1994. **Murrosiästä aikuisuuteen.** Weilin & Göös.
- Huttunen, J. 2001. **Isänä olemisen uudet suunnat.** PS-kustannus.
- Innanen, M. 2001. **Isyys ja äitiys nuorten kertomana – lukiolaisten tyttöjen ja poikien kirjoituksia.** Jyväskylä: LIKES Research Reports on Sport and Health, 130.
- Jallinoja, R. 2000. **Perheen aika.** Otava.
- Kankkonen, M. & Suutarla, A. 2005. **Vanhemman työkirja.** Mannerheimin Lastensuojeluliitto.
- Keltinkangas-Järvinen, L. 2000. **Hyvä itsetunto.** WSOY.
- Kinnunen, S. **Murrosikäinen perheessä.** Helsinki: Karas-Sana (1991)
- Kinnunen, S. 1992. **Keskilapsuuden tärkeät vuodet.** Karas-Sana.
- Kinnunen, S. 2001. **Tytöt, pojat ja seksi.** Kirjapaja.
- Kinnunen, S. 2003. **Anna mun olla lapsi.** Kirjapaja.
- Kuurre, T. (toim.) 2001. **Aikuistumisen pullonkaulat.** Nuorten elinolot-vuosikirja. Nuorisotutkimusseura.
- Laukkanen, E., Marttunen, M., Miettinen, S. & Pietikäinen, M. 2006. **Nuorten psyykkisten ongelmien kohtaaminen.** Duodecim
- Lyytinen, P., Korhokangas, M., Lyytinen, H. (toim.) 1995. **Näkökulmia kehityspsykologiaan - kehitys kontekstissaan.** WSOY.
- Nurmi, J., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. (toim.) 2006. **Ihmisen psykologinen kehitys.** WSOY.
- Ryhänen, A. & Kankkonen, M. 2006. **Lasten ja nuorten puhelimen ja netin vuosiraportti 2006.**
- Räsänen, E., Moilanen, I., Tamminen, T. & Almqvist, F. (toim.) 1996. **Lasten- ja nuortenpsykiatria.** Duodecim.

MLL 
MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITTO

Onni löytyy arjesta.

