

Vanhemman itsearviointilomake

Valitse itseäsi parhaiten kuvaava luku asteikolla 1 = tässä haluan vielä kehittyä - 4 = tämä on erityinen vahvuuteni.

1. Lapsen mieli mielessä - vanhemman rooli lapsen turvana	
Mietin joka päivä mitä lapselleni kuuluu tänään.	1 2 3 4
Minun on helppo olla lapselleni aidosti läsnä, kuten havainnoida ja kuunnella häntä tai leikkiä hänen kanssaan.	1 2 3 4
Osoitan lapselleni usein huomiota myös hymyllä, katseella tai rauhoittavalla kosketuksella.	1 2 3 4
Iloitsen lapseni seurasta ja näytän sen hänelle.	1 2 3 4
Pohdin lapseni käyttäytymisen taustalla olevia tunteita ja kokemuksia erilaisissa tilanteissa.	1 2 3 4
Ymmärrän, että lapseni voi joskus olla vaikea hallita käyttäytymistään (johtuen esim. nälästä, väsymyksestä, liian vaikeasta tilanteesta tai tehtävästä)	1 2 3 4
Pystyn rauhoittamaan lastani myös silloin, kun hän ei hankalissa tilanteissa itse pysty säätämään tunteitaan.	1 2 3 4
Pystyn auttamaan lastani kaveriasioissa kuten kaverisuhteiden solmimisessa ja leikkitaidoissa.	1 2 3 4
2. Myönteinen uteliaisuus	
Muistan, että lapseni on oma ainutlaatuinen persoonansa eikä ajattele samalla tapaa kuin minä.	1 2 3 4
Yritän ymmärtää riittävän oikein lastani ja kerron myös lapselle, että haluan ymmärtää häntä.	1 2 3 4
Ymmärrän, etten voi varmasti tietää, mitä lapseni mielessä ja ajatuksissa liikkuu eri tilanteissa.	1 2 3 4
Kyselen kiinnostuneena lapseltani hänen ajatuksistaan, kokemuksistaan ja tunteistaan.	1 2 3 4
Näytän lapselleni, että arvostan hänen ajatuksiaan, tunteitaan ja kokemuksiaan.	1 2 3 4
Havainnoin lapseni tunnetiloja ja pohdin sitä, mihin hän kenties tarvitsee apua päivittäisissä tilanteissa.	1 2 3 4
Hankalissa tilanteissa kykenen myös pohtimaan lapseni ulkoisen käyttäytymisen takana olevia motiiveja ja kokemusta.	1 2 3 4
3. Tunteissa auttaminen ja myötätunnon osoittaminen	
Lapseni saa ilmaista erilaisia tunteita perheessämme.	1 2 3 4
Huomaan helposti lapseni hankalat tunteet ja pahan mielen.	1 2 3 4
Minun on helppo lohduttaa lastani, jos hän on surullinen tai on satuttanut itsensä.	1 2 3 4
Kyselen usein lapseltani, miltä erilaiset asiat tai vuorovaikutustilanteet tuntuvat.	1 2 3 4
Pystyn sanoittamaan ja arvelemaan ääneen, mitä tunteita lapseni mielessä mahtaa liikkua.	
Minun on helppo olla erilaisissa arjen tilanteissa myötätuntoinen ja lämmin lastani kohtaan.	1 2 3 4
Pystyn osoittamaan myötätuntoa lapselleni myös silloin, kun hän voimakkaan tunnekuohun vallassa.	1 2 3 4
Hankalissa tilanteissa pystyn useimmiten hallitsemaan omia tunteitani ja käyttäytymistäni.	1 2 3 4
4. Vuorovaikutuksen toimivuus	
Osaan mukauttaa vuorovaikutustapaani lapselleni ja tilanteeseen sopivaksi.	1 2 3 4
Huomaan useimmiten, jos olen tulkinnut väärin lapseni käyttäytymistä.	1 2 3 4
Minun on helppo palata myöhemmin hankalaan tilanteeseen ja kuunnella myös lapseni näkemystä siitä mitä tapahtui.	1 2 3 4
Minun on helppo pyytää lapseltani anteeksi, jos huomaan hänen pahoittaneen mielensä väärinymmärrykseni vuoksi.	1 2 3 4
Kykenen korjaamaan väärinymmärryksiäni kertomalla lapselle, mitä itse ajattelin jostain tilanteesta.	1 2 3 4
Pystyn rauhallisesti auttamaan lastani ja tämän kavereita/sisaruksia ratkaisemaan heidän välilleen syntyneitä ristiriitatilanteita.	1 2 3 4
Tiedostan, että myös omat reaktioni, tunteeni ja elämäntilanteeni, kuten stressi tai väsymys vaikuttavat minun ja lapseni väliseen vuorovaikutukseen.	1 2 3 4
5. Näkökulmien vaihtaminen	
Pystyn tekemään myös vaihtoehtoisia tulkintoja oman lapseni ja muiden lasten välisistä riita- tai kiusaamistilanteista.	1 2 3 4
Osaan auttaa lastani huomaamaan uusia, erilaisia näkökulmia, esim. siihen, mitä toinen mahtoi tarkoittaa, ajatella tai tuntea.	1 2 3 4
Ymmärrän myös, että pienen lapsen voi olla vielä liian vaikea pohtia tilanteen/henkilöiden eri näkökulmia.	1 2 3 4

Lomakkeessa on sovellettu Varhaiskasvattajan itsearviointilomaketta, jonka tekijät ovat Viinikka, A., Viljanen, M., Sourander, J., Oksanen, E., Kalland, M. 2017.