

SATULINNUN VUOSI

TYÖPAJATOIMINTAMALLI PERHETYÖHÖN

Maria Kaatrasalo
Tea Koskinen





TERVETULOAA SEURAAMAAN SATULINNUN TARINAA

Tämä on perhetyölle kehitetty työpajatoimintamalli, joka soveltuu käytettäväksi erityisesti avoimessa kerhotoiminnassa. Mallin tarinoita ja harjoituksia voi kuitenkin vapaasti hyödyntää myös muussa perhetyössä asiakkaiden kanssa.

Mallin tarkoituksena on tarinallisuuden keinoin ja toiminnallisten menetelmien avulla edistää lapsen ja vanhempien välistä vuorovaikutusta, vahvistaa perheenjäsenten välistä läheisyyttä sekä herättää keskustelua vanhempien, läheisten ja perhetyöntekijöiden kesken. Malli rakentuu pienen Satulinnun tarinan ympärille, jolloin myös luonto- ja eläinavusteiset menetelmät nivoutuvat toteutustapaan.

Jokainen toimintakerta sisältää pienen palan Satulinnun tarinaa, toiminnallisen harjoituksen tai harjoituksia sekä kysymyksiä keskustelun pohjaksi.

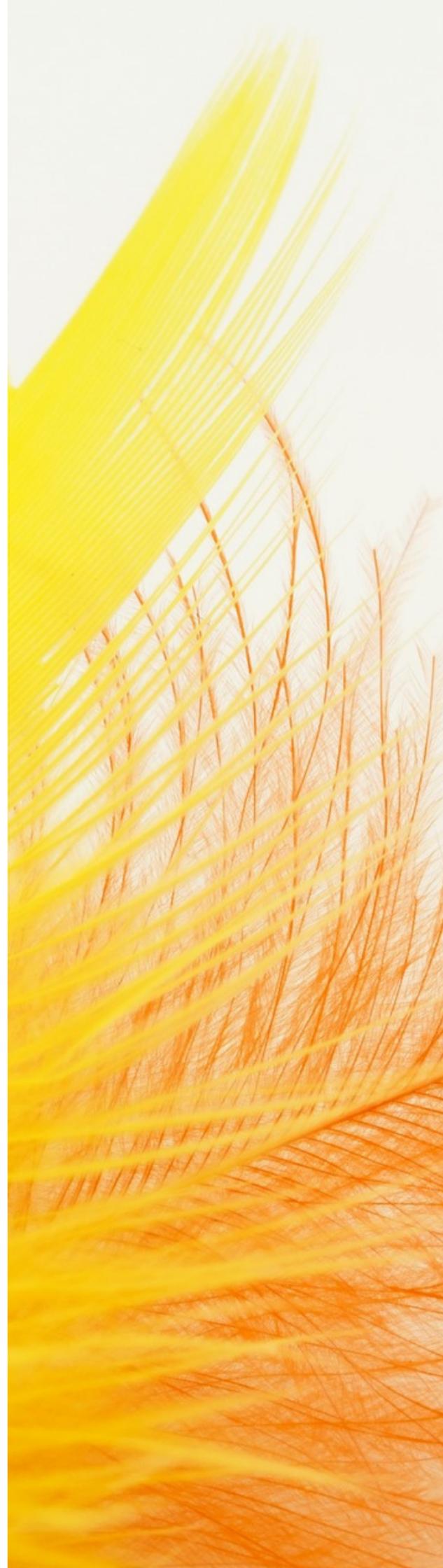
Tervetuloa mukaan seuraamaan Satulinnun vuotta!

**MARIA KAATRASALO
TEA KOSKINEN**

SISÄLTÖ

- 3** Satulinnun tarina alkaa
- 5** Satulintu äänten lumoissa
- 7** Satulintu oppii uutta
- 9** Satulintu saa ystävän
- 11** Satulintu tapaa isänsä
- 13** Satulintu kohtaa metsän eläimiä
- 15** Satulintu ja pikkusisko
- 17** Satulintu lähtee päiväkotiin
- 19** Satulintu ja makoiset omenat
- 21** Satulintu ja jäljet hangessa
- 23** Satulintu lomamatkalla
- 25** Satulintu retkellä

- 27** Lähteet
- 29** Liitteet
 - Luontotehtäviä
 - Kuvalliset ohjeet työpajaan
 - Palautekysely



SATULINNUN TARINA ALKAA

Olipa kerran kauan kauan sitten suurella kallionkielekkellä pikkuruisen pensaan juurella linnunpesä. Pesä oli tehty taidolla kukkien varsista, sammaleesta ja rosoisista risuista.

Tuolla linnunpesässä oli yksi piskuinen mintunvihreä linnunmuna. Pesää vartioi sinivihreä lintu, joka herkeämättä istui pesässä ja odotti. Ja sitten, aivan niin kuin pitikin, alkoi tapahtua. Ratinää, ritinää, rapsahduksia. Muna alkoi kuoriutua. Ja voi ihmettä! Sinivihreä lintu lennähti hämmästyksestä ilmaan, kun näki, että piskuisesta munasta kuoriutui mitä ihmeellisin olento.

Tuo pikkuinen linnunpoikanen oli kirkaankeltainen ja kun se koetti tulla ulos kuorenpuolikkaasta, sen siivissä häivähti kulta ja pyrstössä välkkyi sateenkaaren värit. Sinivihreä lintuemo käänteli päätään ja tutkiskeli poikastaan. Tuo kaunis pieni olento sai lintuemon lumoutumaan ja se vain katsoi ja katsoi. Sitten kirkaankeltainen linnunpoika katsoi emoaan ja päästi ilmoille iloisen, ihmeellisen liverryksen. Satulintu oli syntynyt!

HARJOITE LINNUNPESÄ

Vanhempi ottaa lapsen syliin ja asettaa kädet lapsen ympärille. Sanoitetaan harjoite linnunpesästä / satulinnusta. Vanhempi kysyy lapselta, että millainen linnunpesä on, minkä näköinen, mitä materiaaleja? Sitten vanhempi kysyy, millainen linnunmuna sinä olet? Voi tehdä apukysymyksiä kuten pieni/suuri, väri, kuvioita jne. Lopuksi vanhempi toistaa, miten lapsi kuvaili linnunpesää ja linnunmunaa; "Ai sinä olet..." Sen jälkeen muna kuoriutuu, millainen satulintu sieltä syntyy? Apukysymyksiä voi jälleen esittää. Vanhempi osoittaa kiinnostusta, ja lopuksi toistaa sen mitä lapsi kertoi ja kehuu, kuinka upea satulintu hän on. Lapsen palaute vanhemmalle lopuksi ja toisin päin.

Vauvan kanssa harjoitteen voi toteuttaa niin, että vanhempi sanoittaa tarinaa itse vauvalle. Katsekontakti, ilmeet ja kosketukset voimistavat vuorovaikutusta vauvan kanssa.

4

KOONTI

Lapsi tarvitsee sitä, että vanhempi on aidosti kiinnostunut hänestä ja hänen tekemisistään. Vanhemman läsnäolo on lapselle tärkeää. Lapsi tarvitsee kokemuksen kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta. Vanhemman on hyvä osoittaa lapselle iloa siitä, että tämä on olemassa. Jo 5 min aito läsnäolo vaikuttaa lapsen kehitykseen suotuisasti. Keskustellaan, miten tämä voisi näkyä arjessa. (miten hoidossa/koulussa meni, mitä teit, kenen kanssa olit, mitä söit jne)

KYSYMYKSET

MILTÄ TUNTUI TEHDÄ HARJOITUSTA?

LAPSELLE: MILTÄ TUNTUI KERTOAA? MILTÄ TUNTUI, KUN SINUA KUUNNELTIIN?

MIKÄ AUTTAA LÄSNÄOLOON? MITEN VOIT VAIKUTTAA SIIHEN?

SATULINTU ÄÄNTEN LUMOISSA

Kun Satulintu otti ensimmäiset horjuvat askeleensa linnunpesän ulkopuolella, se oli yhtä ihmeissään uudesta maailmasta kuin sen emo oli poikasestaan. Pikkuinen Satulintu kierteli pesän ympäristöä varovasti ja pysähteli aika ajoin tutkimaan, mitä kaikkea sen ympärillä oikein oli.

Satulintu huomasi kauniin punertavan kukan pensaassa lomassa ja työnsi nokkansa kukan terälehtiin. Ne kutittivat sitä niin, että pikkuiselta Satulinnulta pääsi aivastus! Sitten pieni suloinen Satulintu maisteli tummansinistä mustikkaa, joita notkui läheisen kannon kupeessa ja sen pikkuinen nokka värjäytyi aivan mustikansiniseksi.

Yhtäkkiä Satulintu kuuli erikoista sirtystä ja se jäi kuulostelevaan, että mistä ääni oikein kuului. Pian sinivihreä lintuemo lennähti pikkuisen Satulinnun viereen ja kuunteli yhdessä poikasensa kanssa. Pieni Satulintu kysyi emoltaan: "mikä tuo ihmeellinen ääni on?" ja äiti kertoi: "Se on heinäsiirkka, poikaseni. Se soittelee pikkuista viuluaan, josta kuuluu tuo ihmeellinen sirtys".

Niin kirkkaankeltainen Satulintu ja sen sinivihreä emo ihmetellen kuuntelivat heinäsiirran soitantaa ja montaa muutakin luonnon ääntä. Satulintu oppi kuulemaan tuulen huminan, pikkuhiiren piipityksen ja suuren pöllön huhuilun. Se tiesi, miltä kuulostaa, kun metsäjänis hyppää risun päälle tai kun oravanpoika nakertaa käpyä kuusen oksalla. Maailma oli ihmeellisiä asioita täynnä ja Satulinnun matka maailmaan oli vasta alkanut.

HARJOITE

ÄÄNET YMPÄRILLÄNI

Tämän harjoitteen voi toteuttaa joko sisällä tai ulkona. Harjoitteessa hyödynnetään luontoavusteisuutta mahdollisuuksien mukaan. Jos toteutat harjoitteen sisätiloissa, etsi harjoitetta varten erilaisia äänitteitä esimerkiksi Youtubesta. Sopivia kuunneltavia ääniä ovat esimerkiksi liikenteen äänet, puheensorina ja metsän äänet. Ääniä voi myös tehdä itse esimerkiksi lattiaan naputtamalla, avaimia kilisyttämällä, helistimellä jne. Huomioi ennen toteutuskertaa, että olet etsinyt harjoitteeseen sopivat äänet ja tarvikkeet valmiiksi.

Rauhoitutaan kuuntelemaan ääniä. Esitä osallistujille kysymyksiä rauhalliseen tahtiin. Mitä ääniä kuulet? Mikä ääni kuuluu luonnosta, mikä liikenteestä? Mikä ääni on ihmisen aiheuttamaa? Mistä ääni kuuluu, läheltä vai kaukaa? Mistä äänestä pidät, mistä et? Mitä ääniä toivoisit kuulevasi?

Halutessasi voit kysyä osallistujilta lisäkysymyksiä tai mitä muuta heille tulee äänistä mieleen. Jos paikalla on vauvoja, vanhempi voi tarkkailla vauvan reaktioita erilaisiin ääniin.

6

KOONTI

Kotiinkin mahtuu erilaisia ääniä. Elämään kuuluvat niin ilo kuin surukin ja kaikki siltä väliltä. Kodin ilmapiiriin vaikuttaa tapa olla vuorovaikutuksessa. Perheen sisäinen vuorovaikutus voi olla kannustavaa ja hyväksyvää tai se voi olla hyvin negatiivista. Positiivisessa ilmapiirissä lapsesta kasvaa elämään luottavaisesti suhtautuva. Negatiivinen ilmapiiri voi näkyä apaattisuutena tai näkyä vasta myöhemmin esimerkiksi itsetunto-ongelmina. Jatkuva riitely kuormittaa kaikkia. Turvallinen tunneilmapiiri on panostamisen arvoinen asia. Ilmapiiri voi olla myös levollinen tai rauhaton.

KYSYMYKSET

MILLAINEN ILMAPIIRI KODISSASI ON? MITEN PUHUTTE TOISILLENNE VANHEMPINA, ENTÄ MITEN PUHUTTE LAPSILLE? MITEN LAPSET PUHUVAT VANHEMMILLE, ENTÄ SISARUKSILLE? MITKÄ ASIAT VAIKUTTAVAT VUOROVAIKUTUKSEEN? MITÄ VOIT ITSE TEHDÄ VUOROVAIKUTUKSEN VAHVISTAMISEKSI?

SATULINTU OPPII UUTTA

Pian Satulinnun oli aika kokeilla siipiään. Sen kullanhohtoiset siivet väreilivät kevyessä tuulella ja pyrstön värit hehkuivat auringonvalossa. Satulintu oli kiivennyt emonsa vierelle pienen kannon nokkaan ja siinä se ihmetteli, miten ihmeessä uskaltaisi levittää siipensä.

Pikkuinen Satulinnun poikanen tunsu olonsa hyvin, hyvin jännittyneeksi ja sen pieni sydän pamppaili uuden asian äärellä. Se hakeutui aivan emonsa viereen ja painoi päänsä lintuemon siiven suojaan. Lintuemo huomasi poikasen jännityksen ja katsoi hellästi pienokaistaan. "Kuulehan poikaseni, olet rohkea pikkulintu ja nyt on tullut sinun aikasi lentää. Levitä vain rohkeasti siipesi, emme ole vielä korkealla, joten ei ole hätää."

Satulinnun poikanen kuunteli äitinsä rauhoittavaa ääntä ja katsoi kannonnokasta alas. Se näki alempana, miten muurahaisperhe oli keskeyttänyt aherruksensa ja jäänyt katsomaan lentoharjoitusta. Se halusi niin kovasti näyttää niille, että se uskaltaa yrittää ja niinpä pikkuinen Satulintu siirtyi kannon reunalle, levitti siipensä ja kappas, lensi pienen matkan alas mustikanvarpujen ja muurahaisperheen viereen.

HARJOITE

SATUHIERONTA

Aamuauringon säteet (käsillä sivellään lapsen selkää pyörivin liikkein)

lämmittävät pientä oravanpesää, joka keikkuu kuusen latvassa. (otetaan kevyt ote lapsen hartioista ja heijataan hellästi)

Pian pesästä kuuluu rapinaa, (sormilla naputellaan lapsen selkää)

kun äitiorava murentelee käpyjä aamupuurolle. Pikkuorava heräilee unisena ja venyttelee (sivellään lapsen selkää alhaalta ylös)

ensin vasemmalle ja sitten oikealle. (silitetään ensin vasenta kättä ylhäältä alas ja sitten oikeaa kättä ylhäältä alas)

Aamuaurinko kutittelee sen nenänpäätä, (kutitetaan kevyesti pään päältä)

ja siltä pääsee pikkuinen aivastus. (taputetaan kevyesti hartioita)
Pikkuorava rientää aamupuurolle. (kipitetään sormilla selkää pitkin alhaalta ylös)

Pesään kuuluu lintujen ääniä, ja pian oksa, jolla pesä on, heilahtaa, (heijataan kevyesti)

kun lintuperhe istahtaa samalle oksalle. (painellaan kevyesti käsillä selkään sinne tänne)

Oravanpoika jää katselemaan lintuja ja äiti orava tulee poikasensa viereen, (silitetään kevyesti hartioista)

taputtaa sitä olkapäälle, (taputetaan kevyesti olkapäitä)

antaa lujan halauksen ja suukon päälle. (halataan lasta ja annetaan suukko pään päälle)

Tästä tulee ihana päivä!

KOONTI

Lapsi tarvitsee turvallisen ympäristön. Se tarkoittaa läsnäolevia aikuisia, turvallisia tiloja ja hyväksyvää ilmapiiriä. Turvallisuus on aina vanhemman vastuulla. Kun turvallisen ympäristön elementit toteutuvat, lapsi uskaltaa kokeilla uusia asioita. Lapsella on rajalliset keinot luoda turvallisuuden kokemusta itselleen. Varhaiset turvallisuuden kokemukset saadaankin annettuna, eikä itse hankittuna. Epäonnistuminenkaan ei haittaa, kun lasta kannustetaan yrittämään uudestaan. Turvallisessa ympäristössä myös tunteiden näyttämislle on tilaa.

KYSYMYKSET

MITEN EDISTÄT TURVALLISUUTTA KOTIOLOISSA? MITEN VOIT TUKEA LAPSEN TURVALLISUUDEN TUNNETTA MYÖS KODIN ULKOPUOLELLA? MITEN TUNTEET NÄKYVÄT KODISSASI?

SATULINTU SAA YSTÄVÄN

Eräänä päivänä, kun Satulintu oli tutkimassa kotipesänsä ympäristöä, se melkein törmäsi pörröiseen Pöllönpoikaseen. Nuo kaksi poikasta katsoivat toisiaan ihmeissään, mutta löysivät pian hauskaa tekemistä.

Ne vertailivat ensiksi toistensa nokkia, Satulinnulla se oli kirkkaan oranssi ja Pöllönpoikasella vaaleankeltainen. Sitten ne ihmettelivät jalkojaan, sillä Pöllönpoikasella oli paljon suuremmat varpaat kuin Satulinnulla. Suurinta hämmästyttä aiheutti kuitenkin poikasten värityksen eroavaisuudet. Siinä missä Satulintu hehkui kaikissa sateenkaaren väreissä, Pöllönpoikanen olikin väritykseltään harmahtava. Oli siinä ihmettelemistä!

Pian lintuäidit saapuivat poikastensa luo hämmästelemään, mihin nämä oikein olivat jääneet. He ilahtuivat kovasti, kun huomasivat poikasten ystäväystyneen ja löytäneen toisistaan seuraa. Lintuäidit katsoivat mielissään poikasiaan ja niiden puuhia ja hymyilivät.

HARJOITE

KESKINÄISTEN KEHUJEN KERHO

Muodostetaan piiri (jos osallistujia paljon, voi tehdä kaksi tai useamman piirin).

Piirin keskelle menee kukin kerrallaan ja muut piirissä olijat kehuvat häntä / sanovat jotain positiivista vuorotellen yksi asia kerrallaan. Vauvan kanssa vanhempi menee yhdessä piiriin.

Piirin keskellä olija ei sano muuta kuin "KIITOS" jokaisesta kehusta. Ei vähätellä itseään eikä ole tarve nolostua / vaivaantua. Hyväksyvä ja myönteinen katsekontakti on tärkeä.

Kun kaikki ovat vuorollaan olleet kehuavana, voidaan keskustella, miltä tuntui kehua / sanoa jotain positiivista ja miltä tuntui ottaa kehuja vastaan.

10

KOONTI

Ei ole yhdentekevää, miten vanhempi katsoo lasta. Puhutaan, että pieni vauva kutsutaan eloon katseella. Vauva alkaa olla vuorovaikutuksessa, kun häntä katsotaan ihailien ja hänelle lepperellään. Vauva houkutellaan olemaan yhteydessä vanhemman kanssa. Vanhemman katse on merkityksellinen myös isommalle lapselle. Katsekontakti kertoo lapselle, että aikuinen on läsnä ja kuuntelee häntä. Jokaisella on oikeus tulla nähdyksi ja saada kokemus osallisuudesta. Myös katseen sävyllä on väliä. Helposti katsomme lasta väsyneenä ärtyneesti ja turhautuneesti. On hyvä pyrkiä katsomaan lasta hellästi ja hyväksyen, vaikkei oma tunnetila olisikaan positiivinen.

KYSYMYKSET

**ONKO VÄLIÄ SILLÄ HELPPPOUDEN KANNALTA, ONKO KEHUTTAVA TUTTU VAI TUNTEMATON?
ONKO KEHUMINEN YLIPÄÄTTÄÄN VAIKEAA? KAIPAATKO ITSE KEHUJA ARJESSA?**

**Pohdittavaksi: Älylaitteella oleminen samalla kun imettää - Mitä ajatuksia herää?
(varhainen vuorovaikutus)**

SATULINTU TAPAA ISÄNSÄ

Oli hieman hämyinen aamu ja sateen ropina herätti pienen Satulinnun. Se venytteli kullankeltaisia siipiään ja ravisutti pyrstööään ja liversi lintuemolle huomeneen. Lintuemolla oli poikaselleen jännittäviä uutisia. Tänään olisi suuri päivä! Satulinnun isä oli tulossa pitkältä lentomatkaltaan takaisin kotiin ja Satulintu saisi nähdä isänsä ensimmäistä kertaa.

Pikkuista Satulintua alkoi hieman jännittää. Lintuemo oli kyllä kertonut poikaselleen rohkeasta, punaisen eri sävyissä hohtavasta Isälinnusta ja tämän suurista seikkailuista maailmaan ääriin. Satulintu alkoi heti pikkuruisessa päässään suunnitella, mitä kaikkea haluaisi tehdä yhdessä koko pienen lintuperheen kanssa. Päivän aikana täytyisi ehdottomasti ottaa isän kanssa lentokilpailu ja koko perhe voisi kisailla kannon alta löytyvien matojen kiinnisaamisessa.

Niin pieni Satulintu istahti pesän reunalle ja suuntasi katseensa kallionkielekkeen yli kohti kaukana siintävää horisonttia, johon piirtyi sinihuippuisten vuorten jono. Ja kuinka ollakaan, ei mennyt kauaakaan, kun horisontista alkoi erottua jokin hohtavan punainen hahmo, joka tuli lähemmäs ja lähemmäs. Satulinnun isä tuli kotiin! Se kaappasi Satulinnun siipiensä väliin, pyöräytti poikasensa ympäri ja totesi: "Onpa siinä hieno linnunalku, mitähän me tänään keksitään?"

HARJOITE

YHTEINEN TAIDETEOS

Yhdessä tekemisen harjoitus : Perheenjäsenet tekevät yhdessä samaa piirustusta. Kaikki saavat osallistua ja piirtää koko alueelle ja jatkaa edellisen piirtämää. Aiheen saa keksiä itse. Ideana on luoda yhdessä.

Vauvan kanssa voi tehdä taidetta esimerkiksi syötävillä sormiväreillä (kasvis- ja marjasoseet, elintarvikeväreillä värjätty kookoskerma / jogurtti / creme fraiche)

12

KOONTI

Perheitä on erilaisia. Toisissa perheissä molemmat vanhemmat ovat paljon kotona, toisissa taas on vain yksi vanhempi. Oli perhe millaisessa tilanteessa tahansa, yhdessä tekemiselle on hyvä varata aikaa. Myös vanhempien jaksamiseen tulee kiinnittää huomiota. Hyvinvoiva vanhempi on koko perheen etu. Myös vanhempien parisuhteeseen tulee panostaa. Tuttu sanonta kuuluu, että vanhempien parisuhde on lapsen koti.

KYSYMYKSET

**MITÄ TEETTE YHDESSÄ? ONKO TEILLÄ OMIA HARRASTUKSIA?
MITEN PIDÄT HUOLTA OMASTA JAKSAMISESTASI? ONKO JOTAIN MITÄ VOISIT MUUTTA?
MITEN HOIDATTE PARISUHDETTANNE?**

SATULINTU KOHTAA METSÄN ELÄIMIÄ

Aurinko oli jo noussut korkealle ja sen säteet ujuttautuivat kauniisti suurten kuusien oksien lomasta metsän siimekseen. Satulintu oli ystävänsä Pöllönpoikasen kanssa leikkimässä piilosta ja oli Satulinnun vuoro etsiä Pöllönpoikasen. Satulintu lennähti pieniä pyrähdyksiä ensin suuren kiven luo, sitten vadelmapensaaseen taakse, ja sieltä kaatuneen puun juurakolle. Hui kauhistus! Juurakon takaa ei suinkaan löytynyt Pöllönpoikasen, vaan paljon suurempi ruskea ja karvainen otus, jolla oli valtavat käpälät pitkine kynsineen ja suupielestä vilahti rivi äärimmäisen teräviä hampaita.

Molemmat taisivat säikähtää toisiaan yhtä paljon, silmät pyöreinä ja suut ammollaan he hypähtivät hieman taaksepäin. Satulintu pelästyi niin kovin, että häneltä pääsi itku. Silloin Pöllönpoikasenkin lensi paikalle ja lähellä ollut Pupuäiti riensi myös hätiin. "Älä pelkää! En minä tee mitään pahaa," tuo karvainen otus sanoi rauhallisella äänellä. Pupuäiti tervehti Nallemuoria sekä Satulintua ja Pöllönpoikasta, ja kysyi mikä oli hätänä. Nallemuori kertoi, että hän ja Satulintu olivat säikähtäneet toisiaan, ja siksi Satulintu itki. Pupuäiti halasi ja lohdutti Satulintua. Siinä Satulinnulla oli turvallinen olo.

Satulintu kääntyi katsomaan Nallemuoria, joka hymyili takaisin. Hänen hymyillessään näkyivät taas ne terävät hampaat, mutta enää Satulintu ei pelännyt, koska Nallemuori vaikutti lempeältä. Pupuäidinkin korvat olivat rennosti hieman pään sivuilla. Pöllönpoikasta nauratti niin kovin, että se kellahti selälleen maahan. Mauno Myyrä heräsi tähän tömähdykseen ja nousi kolostaan maanpinnalle. "Mitä hauskaa täällä oikein tapahtuu?" hän kysyi, ja näytti uneliaalta.

HARJOITE

ILMEET / TUNTEET

Eläintunnekortit - tunnistakaa eri tunteet. Jakakaa kortit osallistujien määrän ja iän mukaan, noin viisi korttia per perhe. Vanhempi esittelee tunnekortin lapselle ja kysyy mikä tunne siinä näkyy. Millainen ilme itsellään on samaisessa tunteessa? Milloin se tunne on ollut viimeksi ja miksi? Lapsen jälkeen myös vanhempi näyttää oman ilmeensä ja vastaa edellisiin kysymyksiin. Kortteja voidaan vaihdella osallistujien kesken, mikäli harjoitetta haluaa jatkaa ja jokin tunne erityisesti kiinnostaa.

Soveltaminen vauvojen kanssa: tee erilaisia ilmeitä vauvalle ja tarkkaile hänen reaktioitaan. Matki vauvan ilmeitä. Keskustelua vanhempien kesken.

VINKKI! Kaverikoirien vierailu - tarkkaile koiria ja pohtikaa niiden eleitä ja tunteita. Keski-Suomen Kennelpiiri, Kaveri- ja lukukoirajaosto: Nina Koistinen. nizwe@hotmail.com. 041-5072595

VINKKI! Tehkää retki eläinpihaan tai maatilalle, ja tarkkaile eri eläimiä. Kuinka ne ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja viestivät toisilleen? Miten ne osoittavat mielihyvää, iloa, hellyyttä, kiintymystä? Entä mielipahaa, ärtymystä, surua, kipua?

KOONTI

Tunnetaitoja tarvitaan kykyyn havaita, ilmaista ja säädellä omia tunteitaan. Tunnetaidot luovat hyvän perustan itsetuntemukselle ja mielenterveydelle. Omien tunteiden tunnistaminen ja ymmärtäminen auttavat myös hahmottamaan toisten tunteita, mikä on tärkeä osa vuorovaikutustilanteissa toimimista. Pohja tunnetaidoille opitaan lapsuudessa, mutta taitoja voi oppia ja vahvistaa läpi koko elämän. Kaikilla tunteilla on oma tehtävänsä viestin tuojana, eikä tunne itsessään vahingoita ketään.

KYSYMYKSET

**ONKO OLEMASSA SALLITTUJA / KIELLETTYJÄ TUNTEITA?
MITÄ OVAT POSITIIVISET / NEGATIIVISET TUNTEET KOTONA?**

SATULINTU JA PIKKUSISKO

Satulinnun perheessä oli tapahtunut ihmeellinen juttu, Satulinnusta oli nimittäin tullut isovelji! Lintuperhe oli kasvanut suloisella vaaleanpunaisella pikkusiskolla, jolla oli hauskanäköiset silmät ja aivan mahdottoman kimeä lauluääni. Satulintu oli löytänyt itsestään aivan uudenlaisia piirteitä pikkusiskoa ihmetellessään. Hän halusi suojella tuota pikkuista lintua kaikilta suruilta ja murheilta, mutta toisaalta hän oli kovin ärsyyntynyt siihen, ettei pikkusiskon tarvinnut kuin päästää kimeä inahdus ja lintuemo kiirehti oitis sitä paapomaan. Hieman kateellisena Satulintu katseli sivusta, miten pikkusisko pääsi lintuemon siipien suojaan keinumaan.

Eräänä päivänä sitä alkoi aivan suututtaa ja se kivahti turhautuneena: "Äiti, oletko sinä unohtanut minut kokonaan? Minullakin on paha mieli ja silti sinä menet aina paljon nopeammin pikkusiskon luo!". Lintuemo pysähtyi ja katsoi Satulintua lempeästi: "No mutta, poikaseni! Kylläpä sinä sanoit tärkeän asian. Tottakai minä välitän sinusta edelleen. Pikkusisko on vain vielä niin kovin pieni ja tarvitsee siksi minua paljon." Satulintu kuunteli lintuemoa mietteissään ja oli silti hieman vielä murheissaan siitä, että pikkusisko sai niin paljon äidin huomiota. Mutta kun pikkusisko oli nukahtanut päiväunille, lintuemo pyysi Satulinnun luokseen. "Pieni poikani, tulehan nyt äidin kainaloon. Ollaan nyt hetki yhdessä. Kerropas, mitä kaikkea olet tänään jo puuhailut."

Ja niin Satulintu kipusi lintuemon viereen, painoi päänsä lintuemon siipeä vasten ja alkoi kertoa. "Minä olin aamupäivällä pihapuun juurella leikkimässä kävyillä ja siihen tuli hiiriperheen nuorimmainen myös. Meillä oli ensin hirmu mukavat leikit, mutta sitten hiirulainen halusi kaikki kävyt ja minä jäin ilman ja minua vieläkin harmittaa. Ja sitten tulin kotiin pahalla päällä ja täällä kaikki menee niin kuin pikkusisko haluaa. En tykkää!", Satulintu puheli turhautuneella äänellä. "Voi minun pientä linnunpoikaa! Nyt saat olla äidin kanssa ja tehdään jotakin mukavaa yhdessä. Mitäpä haluaisit tehdä?" Satulintu katsoi lintuemoa mietteliäs ilme naamallaan ja pohti ääneen: "minä haluaisin vain olla sinun sylissä ja kuunnella, kun kerrot tarinoita lapsuudesta."

HARJOITE HYVÄN MIELEN VÄRIKYLPPY

Vanhempi tekee yhdessä lapsen kanssa.

Vanhempi kysyy lapselta tämän lempiväriä. Lapsi asettuu lattialle vatsalleen ja hänet ohjataan makaamaan rennosti ja mukavasti aivan paikallaan. Jos käytettävissä on välineitä, voidaan käyttää isoa pensseliä, telaa tai palloa, muussa tapauksessa kämmen riittää hyvin. Lapsen kehoa aletaan "maalata" rauhallisesti.

Ensin maalataan pää, sitten hartiat ja selkä, kädet ja lopuksi jalat. Peppu ohitetaan maalaamalla lantion sivusta. Kun koko keho on maalattu, lapselta kysytään, mihin hän haluaa lisää väriä. Lopuksi lasta ohjataan käyttämään mielikuvitustaan ja kääriytymään lempiväriinsä kokonaan.

Kun maalaus on valmis, lapsi saa maalata samalla idealla vanhempansa. Harjoite on helppo toteuttaa myös useammalle lapselle tai vauvalle.

16

KOONTI

Läheisyys ja positiivinen kosketus ovat lapselle tärkeitä. Kosketuksella osoitetaan rakkautta ja välittämistä. Läheisyyden avulla lapsen itsetunto ja kehonkuva vahvistuvat. Turvallinen kosketus antaa lapselle kokemuksen hyväksytyksi tulemisesta. Syli ja kosketus ovat tapoja olla vuorovaikutuksessa ja ne myös edistävät myönteisten aivojen tunnealueiden kehittymistä. Kosketuksen avulla lapsi oppii rauhoittumaan ja ymmärtämään maailmaa.

On myös tärkeää huomioida perheen lapsia mahdollisimman tasapuolisesti. Vaikka perheessä olisi pienempiä sisaruksia, jotka tarvitsevat enemmän läheisyyttä ja aikuisen läsnäoloa, isompia lapsia ei tulisi sivuuttaa. Isompien sisarusten huomioiminen erityisesti pikkusisaruksen syntyessä on tärkeää, jotta hänkin saa huomiota.

KYSYMYKSET

MITEN TEILLÄ OSOITETAAN RAKKAUTTA JA LÄHEISYYTTÄ? MITEN LAPSI OSOITAA LÄHEISYYDEN KAIPUUTA? MITEN SIIHEN VASTATAAN? MITEN SISARUKSET REAGOIVAT AIKUISEN TOISELLE ANTAMAAN HUOMIOON? SAAVATKO VANHEMMAT RIITTÄVÄSTI LÄHEISYYTTÄ TOISILTAAN?

SATULINTU LÄHTEE PÄIVÄKOTIIN

Tänään on jännä päivä. Niin jännä, että Satulintu oli nukkunut edeltävän yön hieman huonosti uutta asiaa miettien. Tänään on hänen ensimmäinen päivänsä päiväkodissa. Satulintu mietti, onko hän varmasti muistanut pakata reppuun kaikki tarvittavat välineet, ovatko hänen uudet lenkkarinsa varmasti sopivat, onko hänellä kavereita päiväkodissa, onkohan päiväkodin ohjaaja kiva vai pelottava, mitähän me syömme siellä... Paljon oli mietittävää.

Niinpä kun äiti tuli herättämään, oli Satulintu hieman väsynyt ja hermostunut. Aamupuuro ei oikein maistunut, vaan Satulintu pyöritteli lusikkaa ajatuksissaan. Kello tikitti ja äiti hoputti, jotta he eivät myöhästyisi. Pian kello oli edennyt jo niin, että oli aika pukea ulkovaatteet ja uudet lenkkarit sekä laittaa reppu selkään, ja lähteä kävelemään kohti päiväkotia. Silloin Satulintu sai päähänsä mönkiä sängyn alle piiloon. Äitilintu kutsui napakasti Satulintua pukemaan, koska heillä oli jo kiire. Satulintu ei kuitenkaan tullut, vaan kiukutteli ja näytti kieltä sängyn alta. Sitten Äitilintu rääkäisi KRÄÄÄK NYT TÄNNE SIELTÄ jo niin kovasti, että puun lehdet heilahtivat. Satulintu säikähti. Hän ymmärsi, että oli tehnyt väärin ja nyt äiti oli vihainen. "Minua jännittää", Satulintu sanoi hiljaa sängyn alta. Äitilintu tuli sängyn viereen ja vastasi yhtä hiljaa: "Niin minuakin jännittää. Tämä on suuri päivä sekä sinulle että minulle, enkä halua, että myöhästymme. Tulisitko tänne niin jutellaan ja tehdään sovinto?"

Satulintu kurkisti sängyn alta ja näki äitinsä syli avoinna eikä hän ollut vihainen. Satulintu pyrähti äidin hellään syleilyyn. "Anteeksi rakas Satulintuni, kun rääkäisin niin kovasti. Hermostuin liikaa kun huomasin kellon olevan jo paljon," äiti sanoi. "Anteeksi äiti, kun en totellut ja menin piiloon, vaikka minun olisi pitänyt tulla pukemaan," sanoi vuorostaan Satulintu. "Saat anteeksi. Ymmärrän, että sinua jännittää, ja haluan olla tukenasi. Saanko minäkin anteeksi?" Äiti sanoi katsoen Satulintua silmiin. "Saat anteeksi. Vieläkö ehdimme ajoissa, jos nyt puen reippaasti? Ja voisitko pitää minua kädestä, kun menemme päiväkotiin?" Satulintu kysyi jo intoa täynnä. "Tietenkin rakas. Tulehan niin mennään."

HARJOITE

DRAAMA / ESITYS

Suunnitelkaa ja näytelkää lyhyt draama / esitys keksimästänne riitatilanteesta ja sen sopimisesta. Ottakaa lapset mukaan käsikirjoittamaan.

Voi toteuttaa myös esimerkiksi pehmoleluilla.

Vauvojen kanssa voi seurata muiden esitystä. Havainnointi ja vanhempien kanssa yhteinen keskustelu sekä pohdinta ovat tällöin suuremmassa osassa.

18

KOONTI

Kaikki tekevät välillä virheitä, kenenkään ei tarvitse olla täydellinen. Itsemyötätuntoa voi opetella. Vanhemmuuden tukemisella tarkoitetaan usein vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tukemista. Vanhemmuutta voidaan tukea myös kannustamalla tukeutumaan toisiin vanhempiin omaan vanhemmuuteensa liittyvissä pohdinnoissa. Vanhemmuuden toivotaan vahvistuvan yhteisöissä jaetun tiedon, kokemuksen ja vertaistuen avulla. Lapsikin oppii, että erilaiset tunteet ovat sallittuja sekä ettei aina tarvitse olla täydellinen ja onnistua, ja silti on rakastettava.

KYSYMYKSET

ONKO VASTAAVIA TILANTEITA OLLUT ARJESSA? MILLAISIA TUNTEITA SE ON HERÄTTÄNYT?
ONKO ANTEEKSI PYYTÄMINEN VAIKEAA? ENTÄ ANTEEKSI ANTAMINEN?
KUINKA VAUVALTA VOI PYYTÄÄ ANTEEKSI?
KOETKO PAINEITA VANHEMPANA ONNISTUMISESSA? MISTÄ SELLAISEN TUNNE JOHTUU?
MILLAISIA ODOTUKSIA, VASTUITA JA VELVOLLISUUKSIA VANHEMMUUTEEN LIITTYY?
MITÄ ON ITSEMYÖTÄTUNTO?

SATULINTU JA MAKOISAT OMENAT

Oli lämmin syyspäivä ja luonto loisti monenkirjavana punaisen, oranssin, keltaisen, ruskean ja vihreän eri sävyissä. Satulintu sukelsi suuren lehtikasan sekaan ja heitteli kauniita lehtiä ympäriinsä ja kikatteli niiden kutitellessa pientä nokkaansa. Leikin keskelle saapui Pöllönpöikanen mukanaan yllätys. "Katso Satulintu mitä minä sinulle toin! Ole hyvä!"

Pöllönpöikanen ojensi kauniin tummanpunaisen pyöreän omenan. "Halusin tuoda sen sinulle, koska olet minun ystäväni ja pidän sinusta, kun leikit kanssani", hän jatkoi. Satulintu oli yllättynyt ja erittäin iloinen ystävänsä lahjasta. Hän maistoi upeaa omenaa, ja se maistui niin makealta ja herkulliselta. "Voi miten taivaallisen hyvää! Kiitos Pöllönpöikanen! Mistä sinä tämän löysit?" Satulintu kysyi. "Meidän pesäpuun lähellä on puutarha, ja siellä on monta omenapuuta. Sain luvan ottaa maistiaisia", Pöllönpöikanen vastasi. "Voi, minä niin haluaisin viedä tällaisia herkkumenoita myös äidille, isälle ja pikkusiskolle" Satulintu innostui.

Niinpä Satulintu ja Pöllönpöikanen lensivät puutarhalle hakemaan lisää omenia. Kotipesää lähestyessä Satulintu jo kutsui perhettään: "Äitii, isääää, pikkusiskooo! Tulkaa, minulla on teille yllätys!" He kaikki tulivat pesän reunalle katsomaan, kun Satulintu lensi kohti kantaen jaloissaan koria, jossa omenat olivat.

"Kas tässä, ole hyvä äiti! Toin sinulle herkkumenan, koska olet minulle rakas. Ja kas tässä sinulle isä, koska autat minua aina, kun tarvitsen apua. Ja kas tässä sinulle pikkusisko, koska saat minut nauramaan hassuilla jutuillasi", Satulintu sanoi tarkoittaen jokaista sanaansa. "Kiitos Satulintu! Sinäkin olet meille rakas!"

HARJOITE

POSITIIVISUUDEN PUU

Askarrellaan yhteinen suuri omenapuu.

Vanhemmat ja lapset tekevät toisilleen omenia askartelemalla. Jokaiseen omenaankin liittyy jokin positiivinen asia, minkä haluaa toiselle sanoa, miksi tykkää toisesta, millaisia vahvuuksia hänellä on, ja tämä kirjoitetaan omenaankin (vanhempi auttaa tarvittaessa kirjoittamisessa).

Omenat kiinnitetään puuhun esimerkiksi sinitarralla ja samalla sanotaan ääneen positiivinen seikka sille, jolle se on tarkoitettu.

Vauvan kanssa vanhempi voi tehdä positiivisia omenoita lapsestaan ja puolisoistaan sekä itsestään. On tärkeää huomioida myös omia vahvuuksiaan.

20

KOONTI

Positiivinen psykologia keskittyy ihmisen elämän positiivisiin puoliin ja niiden vahvistamiseen. Sekä omien että toisten vahvuuksien näkeminen, itsensä hyväksyminen, kiitollisuuden tunteminen ja myötätuntoinen suhtautuminen vaikuttavat suotuisasti mielialaan ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin muun muassa laskemalla stressihormonitasoja, lisäämällä toiveikkuutta ja vähentämällä masennusoireilua.

Toisen arvostaminen ja ilahduttaminen sekä kiitollisuus näkyy positiivisesti kodin ilmapiirissä.

KYSYMYKSET

KUINKA OSOITAT KIITOLLISUUTTA PERHEESTÄSI? MITEN VOI OSOITAA ARVOSTUSTA? MILLÄ TAVOIN SINUA VOI ILAHDUTTAA?

SATULINTU JA JÄLJET HANGESSA

Satulintu oli innoissaan. Viime yönä oli satanut lunta niin paljon, että koko maa oli peittynyt valkoiseen huntuun. Aamiaisella koko lintuperhe sopi yhdessä lähtevänsä ulkoilemaan ja tekemään lumiveistoksia. Voi kuinka hauskaa! Talvivaatteet vaan päälle ja menoksi! Äitilintu pakkasi mukaan lämmintä mehua ja keksejä välipalaksi.

“Katsokaa tätä!” Satulintu huudahti vanhemmilleen ja heittäytyi hankeen tekemään lumienkeliä. Pikkusisko teki saman perässä, ja näin puhtaassa lumipeitteessä näkyi vierekkäin kaksi erikokoista lumienkeliä. Kylläpä ne näyttivät hienoilta!

Kun Satulintu pyöritti isoa lumipalloa lumiukkoa varten, piirtyi hankeen kiemurteleva polku ja siipisulista hentoja viivoja. Mutta mistä ihmeestä nuo jäljet ovat peräisin?! Kaksi hieman soikeaa jälkeä ensin peräkkäin ja sitten kaksi hieman soikeaa jälkeä vierekkäin, ja tämä kuvio toistui useasti jälkien johtaessa metsän laidan asti. Koko lintuperhe kerääntyi jälkien luo ja vanhemmat tiesivät kertoa kyseessä olevan pupun jäljet.

Pian pikkusisko ilmoitti löytäneensä toisenlaiset jäljet. Niissä meni pieniä pyöreitä jälkiä parijonossa ja niiden keskellä kulki ohut viiva. “Ahaa, taitavat olla myyrän jälkiä”, totesi äiti tietävänä. “Arvaatteko, kuka tuosta on kulkenut?” vanhemmat kysyivät ja osoittivat jälkiä, jotka näyttivät pikkuisen vinossa olevilta paksuilta huutomerkeiltä. “Minä tiedän! Näin kun Oosa Orava loikki tästä kohti lammen rantaa!” Satulintu osasi kertoa. “Minkäslaiset jäljet meidän jaloista jää?” Satulintu kysyi ja lähti pikkusiskon kanssa naureskellen loikkimaan hangen pinnalla.

HARJOITE LUMIJÄLJET

Tehkää retki lähimetsään ja etsikää erilaisia jälkiä. Tunnistamisen apuna voi käyttää luontokirjaa tai internetin kuvia lumijäljistä.

Vanhempi ihmettelee yhdessä lapsen kanssa jälkiä ja pohtii, mistä ne ovat peräisin. Voi myös keksiä tarinaa, mistä eläin on tullut ja minne se on ollut menossa.

Lumijälkiä voi ihmetellä ja tunnistaa myös sisätiloista kuvien avulla.

Vauvan kanssa voi leikitellä ja piirtää vatsaan tai selkään erilaisia lumijälkiä sanoittaen tekemistään.

KOONTI

Lapsen kanssa on tärkeää viettää yhteistä aikaa. Tekemisen ei tarvitse olla mitään vaikeaa tai mahtipontista, ympäröivä luonto on täynnä ihmeteltävää. Lapsen kanssa voi hyvin tehdä retken vaikka omaan pihaan tai lähimetsään ja pysähtyä ihmettelemään. Tärkeintä lapsen kanssa ollessa on se, että vanhempi on aidosti läsnä lasta varten ja valmiina vastaamaan lapsen viesteihin ja kysymyksiin. Yhdessä ihmettely vahvistaa lapsen ja vanhemman välistä yhteyttä. Yhteinen hetki onnistuu hyvin myös useamman lapsen perheessä, mutta ehkä voikin miettiä, olisiko ihmettelyretki joskus paikallaan vain yhden lapsen kanssa, jotta tämä saa omaa aikaa vanhemman kanssa.

KYSYMYKSET

MITEN YHTEISTÄ AIKAA KOKO PERHEELLE VOISI JÄRJESTÄÄ?

MITÄ HALUAISITTE TEHDÄ YHDESSÄ?

MITÄ TEKISIT LAPSEN KANSSA KAHDESTAAN?

SATULINTU LOMAMATKALLA

“Milloin ollaan perillä?” Satulintu kysyi malttamattomana. Koko lintuperhe oli lentämässä yhdessä metsän toisella puolella olevalle hiekkarannalle. “Ei ole enää pitkä matka. Näettekö tuon suuren kaksilatvaisen männyn? Sen jälkeen on vain puoli kilometriä ja sitten olemme perillä,” Isälintu kertoi. Ilmoille raikui ilonviserryksiä kun Satulintu ja pikkusisko riemastuivat. Kohta he pääsisivät kahlaamaan rantavedessä ja tekemään hiekkalinnaa.

Perille saavuttuaan he pystyttivät päivänvarjon ja levittivät sen alle ison pyyhkeen. Äitilintu halusi vuokrata oikean aurinkotuolin ja asettautui siihen rennosti loikoilemaan kirjaa lukien. Isälintu lupasi lähteä ensin Satulinnun ja pikkusiskon kanssa uimaan, ja sen jälkeen hän haluaisi käydä veneilemässä. Voi miten lämmintä vesi olikaan! Vesipisarot kutittelivat kivasti vierieksään pitkin selkäsulkiä, kun lintuperhe pärskytteli vettä toistensa päälle. “Tuolla on toisia lapsia rakentamassa hiekkalinnaa. Mennään kysymään pääsemmekö mukaan,” Satulintu ehdotti pikkusiskolle. “Joo mennään vaan,” pikkusisko innostui. “No niin menkää vain, olkaa kiltisti ja pysykää Äitilinnun näköpiirissä. Minä käyn nyt veneilemässä,” Isälintu ohjeisti.

Yhteistyöllä rakennettu upea hiekkalinna oli kohonnut jo korkeuksiin kun Äitilintu viserteli kutsuvasti: “Lapsukaiset, tulkaahan ottamaan välipalaa. Sen jälkeen lähdetään kaikki yhdessä jäätelölle. Kutsukaa myös uudet ystäväenne mukaan.” Ja eipä tarvinnut kahta kertaa kutsua visertää kun parvi pikkulintuja lennähti iloisesti paikalle.

HARJOITE

UNELMALOMA

Millainen on teidän perheen unelmaloma? Keskustelkaa yhdessä, mitä kukin haluaisi ja mitä ehdottomasti ei haluaisi lomaan kuuluvan. Tehkää yhteinen piirustus / maalaus lomamatkastanne, tai leikatkaa valmiita kuvia lehdistä ja kootkaa niistä kokonaisuus.

Pikkuvauvojen vanhemmat voivat keskustella lomaan liittyvistä ajatuksista ja tunteista sekä siitä, millaista on lähteä lomalle vauvan kanssa. Millaisia asioita silloin kannattaa ottaa huomioon?

Unelmaloma-koonnin voi tehdä myös isompana ryhmätyönä.

KOONTI

Lomalle saatetaan asettaa suuria odotuksia. Joku voi haluta vaan olla kotosalla ja levätä, joku haluaa reissata mahdollisimman paljon, joku haluaa mummolaan maalle ja joku kesämökille. Lomatoiveista ja odotuksista kannattaa keskustella avoimesti perheessä ja koittaa löytää yhteisiä ratkaisuja. Uusperheissä lasten lomailut voi olla yksi haaste saada sovitettua perheiden työ- ja loma-aikojen kanssa. Dialoginen keskustelu ja kompromissit ehkäisevät konflikteja, mutta ei myöskään kannata pelätä mahdollisia pettymysten tuottamisia lapsille. Ihan kaikkea kun ei voi eikä tarvitse toteuttaa. Lapsille voi perustella tehdyt päätökset yhteisen hyvän kannalta. Toiminnallisilla työmenetelmillä on mahdollista saada asioihin uusia näkökulmia ja käsitellä myös asioita, joista on vaikea puhua. Huomioikaa lomalla myös parisuhteenne. Erotilastoissa näkyy selvät piikit loma-aikoina, jotka selittyvät monesti asioiden kriisiytymisellä loman aikana. Käykää keskusteluja jo hyvissä ajoin ennen lomaa, ja tukeutukaa mahdollisissa haasteissa esimerkiksi perheneuvolan apuun.

KYSYMYKSET

MILLAISIA TUNTEITA LOMA-AJAT ETUKÄTEEN TEISSÄ HERÄTTÄÄ?

TUNNETKO SUORITUSPAINeita LOMASTA PERHEEN ULKOPUOLISISTA SYISTÄ JOHTUEN?

MITEN SELLAISEEN TUNTEeseen VOISI VAIKUTTAA?

SATULINTU RETKELLÄ

Lintuperhe oli sopinut menevänsä tänään eväsretkelle pienen matkan päässä olevan lammen rannalle. Matka kulkee metsän läpi ja apuna suunnistamisessa on hieno kartta sekä kummallisen näköinen kapistus, jota vanhemmat kutsuvat kompassiksi. "Noniin, otamme nyt tästä suunnan länteen, jolloin pääsemme puron varrelle. Se johdattaa meidät lammelle," Isälintu näytti reittiä kartasta ja viittoi samalla suuntaa siivellään. Iloinen joukko lähti etenemään reput selässä heiluen.

Ennen kuin he olivat päässeet edes puoleen väliin, oli heitä vastassa este. Tai oikeastaan useampi. Myrskytuulet olivat kaataneet nuoria ohuita kuusia ristiin rastiin polun yli. Hetken tilannetta arvioituaan vanhemmat ohjeistivat lintulapsia: "Seuratkaa tarkasti meitä. Etsimme turvallisen reitin." Lintuperhe ei antanut haasteen estää heidän retkeään, vaan lähtivät urheasti ylittämään ja alittamaan eri korkeuksilla olevia puunrunkoja. Reppuselässä lentäminen kun ei ollut mahdollista. Voi kuinka mainiosti he selvisivät tästä haasteesta! Paitsi että Satulintu huomasi varpaaseensa tulleen pienen naarmun. "Eipä hätää! Etsin piharatamon lehden ja laitamme sen naarmusi päälle. Se auttaa!" Äitilintu tiesi kertoa. Ja toden totta, soikea piharatamon lehti helpotti heti kirvelyä. "Kiitos Äiti" Satulintu kiitti hymyillen ja näin matka pääsi jälleen jatkumaan.

Puron varrelle ehdittyään retkeilijät huomasivat polun lammelle jatkuvan puron toisella puolella. Rauhallisesti virtaavan puron pinnalla näkyi juuri sopivia kiviä peräkkäin kauniissa jonossa, joita pitkin puron pääsi ylittämään. "Kokeillaan loikkia yhdellä jalalla koko matka!" pikkusisko ehdotti, ja nauru raikuen joukkio pomppi kiveltä kivelle puron yli. Kun lintuperhe lopulta saapui lammen rantaan, nälkä kurni jo vatsoissa. Miten hyviltä eväät maistuivatkin tällaisen retken yhteydessä!

HARJOITE

TEHTÄVIÄ LUONNOSSA

Menkää luontoon ja antakaa vanhemmalle tulostettu tehtävälappu (löytyy liitteenä), joka sisältää pieniä tehtäviä lapselle / lapsille.

Vanhempi ohjeistaa lastaan itse yksi tehtävä kerrallaan ja auttaa tarvittaessa niiden suorittamisessa. Perhetyöntekijä voi perheen suostumuksella videokuvata kännykällä pätkiä yhteistyöstä ja katsoa ne yhdessä perheen kanssa. Huomioikaa ensisijaisesti vahvuudet vuorovaikutuksessa! Muista poistaa videot katsomisen jälkeen.

Vauvan kanssa tehtävän voi soveltaa niin, että vanhempi voi suorittaa tehtäviä vauva sylissään / kantorepussa ja ihmetellä ääneen tekemisiä. Luonnonmateriaaleja voi myös esitellä vauvalle.

26

KOONTI

Yhteinen tekeminen ja yhdessä ympäristöön tutustuminen tukevat lapsen ja vanhemman yhteyttä ja vuorovaikutusta. Toiminnasta saadut kokemukset ja elämykset voivat olla merkittäviä oppimiskokemuksia, jotka säilyvät mielessä pitkään. Niillä on myös merkitystä sosiaalisten ja tiedollisten taitojen oppimisessa. Lapsen kannustava ohjeistaminen sekä kehuminen onnistumisista rohkaisevat yrittämään myös uusia asioita. Oma innostumisen tunne tarttuu mukavasti lapseenkin. Anna lapsen yrittää itse – voit auttaa, mutta älä tee puolesta.

KYSYMYKSET

MITEN LAPSEN OHJEISTAMINEN TEKEMISIIN SUJUU KOTONA?

MILLAISIA HAASTEITA ON OLLUT? MITEN NIISSÄ TILANTEISSA VOI TOIMIA?

LÄHTEET

- Aitlahti, K. & Reinikainen, S. 2018. Polkuja rauhoittumiseen. Läsnaolotaitoja lapsille ja nuorille. S.22
- Fagerlund, Å. 2014. Interventiotutkimus. <https://docplayer.fi/10631995-Interventiotutkimus-ase-fagerlund-ft-neuropsykologi-ase-fagerlund-folkhalsan-fi.html>
- Fagerlund, Å. Haastattelu Savon Sanomat 22.3.2020
- Karvinen, M. & Pietilä, M. 2014. Toiminnallisuus vuorovaikutuksen tukena. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/83111/Karvinen_%20Marja-Leena_Pietila_Minna.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Langinauer, Antero. Turvallisuuden merkitys varhaislapsuudessa. 2011. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/102890/langinauer.pdf?sequence=1>
- Mannerheimin Lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/jatkuva-riitely-perheessa/>
- Papunet. Kuvatyökalu. <https://kuvatyokalu.papunet.net/#/muokkaa/2326912>
- Sihvonen, E. 2020. From family policy to parenting support : Parenting-related anxiety in Finnish family support projects. <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/311925>
- Sourander, J. Oksanen, E. Viinikka, A, 2014. <https://docplayer.fi/113770596-Mentalisaatioteoriaan-perustuva-vahvuutta-vanhemmuuteen-perheryhmamalli-ja-vanhempien-kokemuksia-perheryhmasta.html>
- Suomen Tietotoimisto. Uusperheen aikuisten keskinäisillä vuorovaikutus. ja kommunikaatiotaidoilla on suuri merkitys koko perheen hyvinvoinnille. <https://www.sttinfo.fi/tiedote/uusperheessa-uusi-puoliso-tukee-isaa-vanhemmuudessa?publisherId=64093345&releaseId=69912238>

LÄHTEET

- Turvallisuus ja kemikaalivirasto.
https://tukes.fi/documents/10197/8647605/Turvallinen_koti_lapselle_opas.pdf
- Vahvuutta vanhemmuuteen - vaikuttavuus tutkimusryhmän tavoitteet. <https://docplayer.fi/2994949-Vahvuutta-vanhemmuutteen-vaikuttavuustutkimuksen-tavoitteet.html>
- Vuokkola, P. 2015. PERHEEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN TOIMINNALLISIN MENETELMIN LAPSIPERHEKUNTOUTUKSESSA.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/89553/Paivi_Vuokkola.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Väestöliitto <https://www.vaestoliitto.fi/ammattilaiset/lastenkehokasvatus/laheisyys-ja-lisaantyminen/>
- Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. Terveystieto. Mielenterveys. Tunnetaidot.
<https://www.yths.fi/terveystieto/mielenterveys/tunnetaidot/>

Luontotehtäviä

- Etsi kaksi erikokoista kiveä ja laita ne päällekkäin.
- Etsi jotain vihreää.
- Etsi kaksi erilaista lehteä. (Voitte yhdessä tunnistaa minkä kasvin lehtiä kyseessä.)
- Etsi jokin kukka.
- Etsi jotain mikä on pieni.
- Etsi jotain mikä on suuri. (Ei tarvitse tuoda, vaan voi näyttää.)
- Etsi kolme keppiä ja tee niistä kolmio.
- Etsi yksi käpy. (Jos käpyjä on paljon, niitä voi kerätä enemmän ja tehdä niistä ympyrän, jonka sisälle mahdutte molemmat.)

Tehtäviä voi muuttaa, keksiä lisää, ja lisätä vaikeusastetta.

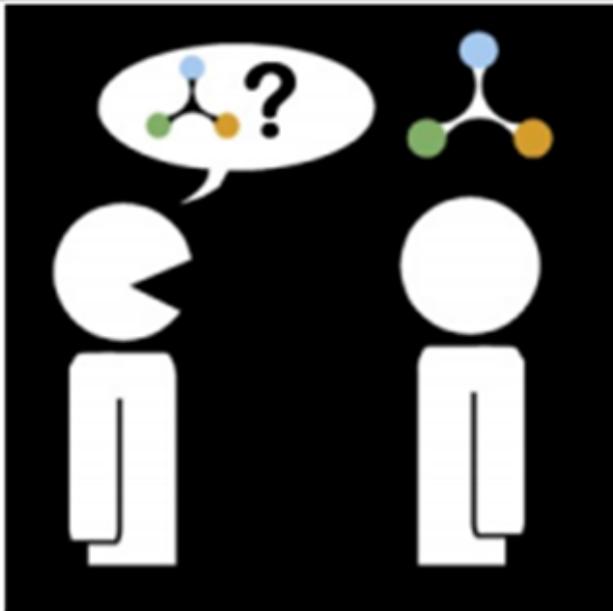




ENSIN: Kuuntele



tarina.



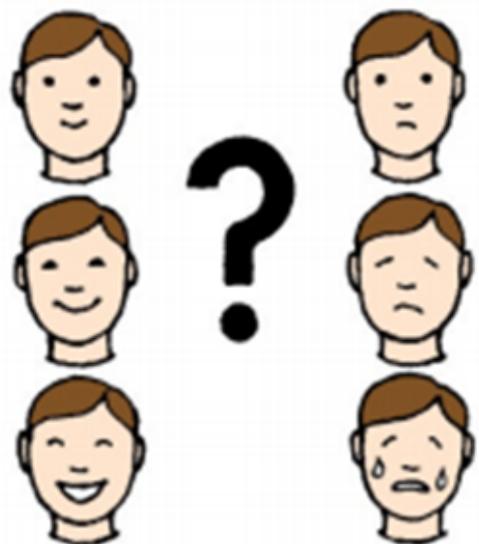
SITTEN: Tehdään tehtävä



yhdessä.



LOPUKSI: Keskustellaan



miltä tuntui.

PALAUTEKYSELY

Voit vastata nimettömästi.

Millainen tunne jäi tästä kerrasta?

Lapsi voi merkitä omaa tunnetilaa kuvaavan koiran laittamalla X kuvan päälle.

Vanhempi voi merkitä omaa tunnetilaa kuvaavan koiran ympäröimällä kuvan.



ERITTÄIN TYYTYVÄINEN



OK



EN TYKÄNNYT

Kerro vapaasti omin sanoin mitä hyvää tällä kerralla oli. Mitä haluaisit tehtävän toisin?
Kehittämisideoita?

KIITOS PALAUTTEESTASI! KÄYTÄMME SITÄ TOIMINTAMME KEHITTÄMISEEN 😊