

KIINTYMYSSUHDE ja VARHAINEN VUOROVAIKUTUS

Äidiksi tai isäksi tuleminen on monelle elämän suurin kokemus. Vauvan odotukseen liittyy jännitystä ja toivoa – mutta varmasti myös vähän hermostuneisuutta ja huolta. Vanhemmaksi tulo on mullistava kokemus, ja erilaisten tunteiden myllerrys on tavallista.

Elämään vastasyntyneen kanssa liittyy monia haasteita, ja joudut pohtimaan monien asioiden tärkeysjärjestystä uudelleen. Sinulla on vastuu uudesta elämänalusta ja sen hoivasta – mutta vastuun lisäksi elämään tulee valtavasti rakkautta, iloa ja uutta ymmärrystä.

Jo raskauden aikana voit jutella vauvalle vatsassa ja luoda perustan elinikäiselle suhteelle lapseen. Puhu kumppanisi kanssa ja koettakaa yhdessä kuvitella, millaista elämä on vastasyntyneen kanssa.

KIINTYMYSSUHDE

Kiintymyssuhde on tunneside, joka muodostuu vauvan ja turvaa, lohtua ja hoivaa antavan henkilön välille. Vauva voi solmia kiintymyssuhteen useampaan henkilöön.

VARHAINEN VUOROVAIKUTUS

Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan vanhemman ja vastasyntyneen yhdessä tekemistä ja olemista – vauvan sylissä pitämistä, vaipan vaihtoa ja ruuan ja lohdun antamista.

*Vastasyntynyt vauva haluaa tulla **nähdyksi ja kuulluksi** ja kokea **turvaa ja rakkautta**. Vauva tarvitsee turvallisuuden tunnetta, jota se saa katsekontaktista, fyysisestä läheisyydestä ja hellästä kosketuksesta.*



*Kun annat vauvalle **aikaa, puhut vauvalle, kuuntelet sitä ja vastaat** vauvan viesteihin, vauva tuntee olonsa turvalliseksi ja että sen olemassaololla on merkitystä.*

Kiintymyssuhde muotoutuu luontevasti, kun lohdutat, tyyntyttelet ja suojelet vauvaa ja annat vauvan tuntea, että sen olemassaololla on merkitystä. Silloin vauva tuntee olevansa turvassa ja tärkeä, että sen tarpeet ja tunteet ovat tärkeitä ja että se voi luottaa ympärillään oleviin ihmisiin.

Kiintymyssuhteen onnistuminen edellyttää, että olet herkkä vauvan viesteille ja vauvan saatavilla ja läsnä tunnetasolla. Herkkyys vauvan viesteille tarkoittaa, että tarkkailet vauvan tarpeita, vastaat vauvan itkuun myönteisesti, kun itku on vielä rauhallista, katsot vauvaa silmiin ja osoitat kiinnostusta sen tekemisiin sekä tuet vauvan tutkiskelua.

Vauvalla on synnynnäisiä käyttäytymismalleja, joita se tarvitsee selviytymiseen ja saadakseen tyydytettyä läheisyyden ja suojelun tarpeensa: vauva takertuu siitä huolehtivaan ihmiseen, itkee, kiinnittää katseensa ja kiljuu tai huutaa.

Vanhemman tehtävänä on toimia turvallisena tukikohtana, josta vauva löytää turvaa ja lohdutusta. Tästä turvasatamasta käsin vauva uskaltaa tutkia maailmaa, leikkiä ja oppia uusia asioita, ja sinne hän palaa hakemaan turvaa vanhemmiltaan.

Aivan ensimmäisessä vuorovaikutuksessa synnytyksen jälkeen vauva saa olla ihokontaktissa äidin tai isän kanssa. Vauva tuntee tuoksusi, kuuntelee ääntäsi ja sydämenlyöntejäsi ja nauttii kehosi lämmöstä ja läheisyydestä.

Läheisyys pysyy tärkeänä osana yhdessäoloa vauvan kanssa myös sen kasvaessa. Lapsesi kehityksen perustana on välillenne syntyvä tärkeä vuorovaikutus. Voit edistää vuorovaikutussuhteen syntymistä seuraavasti:

- **Katso vauvaa silmiin**, hymyile ja juttele, laula vauvalle ja lue sille loruja.
- **Vietä aikaa** vauvan kanssa.
- **Pidä vauvaa lähellä**, tarjoa kehokontaktia.
- **Kuuntele vauvaa**, opettele ymmärtämään, mitä vauva haluaa viestiä sinulle.
- **Puhele vauvalle**.
- **Jaksa odottaa** vauvan vastausta. Vauva pysähtyy, kohdistaa katseensa ja innostuu kuullessaan äänesi. Pian vauva vastaa hymyllä.

Apua ja tukea on tarjolla.

Puhu neuvolan henkilökunnalle, he voivat tarvittaessa ohjata sinut eteenpäin.

KIINTYMYSSUHDE ja VARHAINEN VUOROVAIKUTUS luovat pohjan lapsen

- itsetunnolle
- empatiakyvylle
- kognitiiviselle kehitykselle
- emotionaaliselle kehitykselle
- fyysiselle kehitykselle
- kielen kehitykselle
- myöhemmille ihmissuhteille

