

VANHEMPAINILTA

11.11.2020

Maskun kunta

Varhaiskasvatus ja esiopetus

(tämä diasarja on tarkoitettu ainoastaan Maskun varhaiskasvatuksen käyttöön)

TÄNÄÄN

- ♥ Ajatuksia sosiaalisen median silotellusta arjesta
- ♥ Pohdintoja perheille
- ♥ Pari sanaa tunteista
- ♥ Huoli puheeksi

Illan tarkoituksena on herättää ajatuksia, muistutella joistakin yhteisistä asioista sekä kannustaa kuulostelevaan omaa ja koko perheen hyvinvointia

ONKO ARKI TÄTÄ...



Näitäkin hetkiä toki on, mutta arki on
useimmille EHKÄ ENEMMÄNKIN
TÄTÄ...



MITÄ SAADAANKAAN AIKAAN...

- FILTTEREILLÄ
- KUVANKÄSITTELYOHJELMILLA
- VALOLLA JA VARJOLLA
- KUVAKULMILLA
- KUVIEN RAJAUKSILLA
- KULISSIEN RAKENTAMISELLA

fake

fake

**SO LAST
SEASON**

SOSIAALISEN MEDIAN LUOMA TODELLISUUS

*"Muiden elämä on paljon
onnellisempaa"*

*"Toisten elämässä on ainoastaan
onnistumisia, iloa ja menestystä"*

*"Nauruntäyteistä arkea
ilman kiukuttelua, itkua
ja kurahousuja"*

"Koti kuin sisustuslehdestä"

*Mitä kaikkea jätetään
julkaisematta? Mistä vaietaan?
Minkälainen kuva muille
halutaan välittää?*

Täydelliset kulissit vs. elämän todellinen rosoisuus ja keskeneräisyys?



Sosiaalisessa mediassa jokainen voi olla juuri sitä, mitä haluaa

Onni? ♥

- ♥ Arjesta nauttiminen
- ♥ Tärkeiden ihmisten kohtaaminen
- ♥ Itsestä huolehtiminen
- ♥ Hetkessä eläminen ja sen arvostaminen

Onni löytyy arjesta; hymyistä, kehuista, pienistä sanoista, yrityksistä, epäonnistumisista ja onnistumisista, halauksista sekä yhdessä koetuista hetkistä, joihin liittyy sekä iloa että surua

Syvään päähän

- ♥ Mihin käytämme aikaamme?
- ♥ Miten hoidamme omaa ja läheistemme hyvinvointia?
- ♥ Miten arvostamme juuri tätä käsillä olevaa hetkeä?



Päiväkodin portilla

Valmistaudu päivän tärkeimpään
kohtaamiseen <3

Klamydia: Pyyntö

*"Sä olet kaikkeni
Mä sinuun takerrun
En tarte krääsää vaan läheisyyttä sun
Olet turvapaikkani
Ole suoja kaikelta
Älä mua painosta, älä nurkkaan ahdisti"*

(V. Jokinen, J. Helin)

Lapset ja vanhemmat

♥ Näitä tarvitaan:

- ♥ Aito välittäminen
- ♥ Rajat
- ♥ Turvallisuuden tunne
- ♥ Yhdessäolo

♥ Tarvitaanko näitä?

- ♥ Tavarapaljous
- ♥ Viimeisimmät muotivaatteet
- ♥ Yletön ruutuaika

Uskalla olla aikuinen

- ♥ Aikuiset joutuvat päivittäin tekemään asioita ja päätöksiä, jotka eivät lapsista aina tunnu mukavilta. Aikuisen pitää kuitenkin kantaa vastuunsa, kestää lapsen mielenilmaukset ja kiukuttelu
- ♥ Lapsen ikään ja kehitystasoon sopivat pettymykset kasvattavat sietokykyä. Siten lapsella on vanhemmalla iällä keinoja, kokemuksia ja voimavaroja kestää suurempiakin vastoinkäymisiä ja epäonnistumisia, jotka joka tapauksessa kuuluvat jokaisen elämään
- ♥ Pieni lapsi tarvitsee aikuisen kertomaan ja osoittamaan mitä saa tehdä, mitä ei saa tehdä: tämä luo turvallisuuden tunteen. Lapsi puolestaan menettää turvallisuuden tunteen, jos hänelle annetaan liikaa valtaa ja vastuuta sellaisissa asioissa, joita hän ei vielä pysty käsittelemään tai ratkaisemaan

NE TUNTEET...

Sekä lapsella että aikuisella on lupa näyttää tunteet

Vanhemman on tärkeää kertoa lapselle olevansa esimerkiksi vihainen tai surullinen ja samalla mainita, mistä tunne johtuu. Näin lapsi saa syyn vanhemman käytökselle, eikä liitä sitä itseensä tai keksi sille itse selitystä

Samalla vanhempi toimii mallina ja esimerkkinä siitä, miten tunnetta voi käsitellä. Surun tunteeseen voi tuoda helpotusta esimerkiksi yhdessä vietetty aika ja keskustelut satukirjan äärellä

Tunteiden sanoittaminen on osa tunnetaitojen harjoittelemista

Tunnetaidot

*“Tunnetaitoja
harjoitellaan
jatkuvasti jokaisessa
vuorovaikutustilantees
sa, ei ainoastaan
kerran viikossa
erillisellä päiväkodin
tuokiolla”*



Tunteiden käsittelyä yhdessä

♥ Lapsen kehityksen kannalta on tärkeää, että aikuinen kykenee vastaanottamaan lapsen kielteiseksi koettuja tunteita. Lapselle merkityksellistä on se, miten aikuiset auttavat häntä hallitsemaan pettymystä, vihaa, surua, kiukkua...

♥ Jos aikuiset pysyvät vahvoina, eivät säiky tai yritä poissulkea lapsen voimakkaita tunteita, lapsi kokee että esimerkiksi vihaisuus tai suru ei tuhoa, eikä ole vaarallista, ja että tunteen kanssa voi *olla*. Näin lapsi oppii luottamaan itseensä, vertaisiinsa sekä aikuisiin

♥ Resilienssiä (=selviytymiskykyä, kykyä palautua vastoinkäymisistä) suojaavat ja kehittävät mm. turvalliset aikuiskontaktit ja toimivat arkiset rutiinit

”Lapsen kehittyvä mieli käyttää aikuisen jo
kehittyneitä aivoja kyetäkseen säätelämään
omia tunteitaan”

(Daniel Siegel)

Perheen hyvinvointi

Pohdittavaksi

- ♥ Mitä minulle kuuluu? Mitä tunnen juuri nyt?
- ♥ Mitä minulle kuuluu tämän lapsen tai näiden lasten huoltajana?
- ♥ Miltä minusta tuntuu olla huoltaja juuri tälle lapselle tai näille lapsille?
- ♥ Missä asioissa lapseni on hyvä ja taitava?
- ♥ Mitä teemme yhdessä?

Jos huoli herää, tiedänpö mistä saan apua?

Huoli on hyvästä!

- ♥ Murehtiminen ja huolien herääminen kuuluvat osaksi jokaisen elämää; huolet kertovat siitä, että kohdatut haasteet ja ongelmat pyritään ratkaisemaan
- ♥ Luota omaan huoleesi ja hae apua ajoissa; mitä varhaisemmassa vaiheessa ongelmiin puututaan, sitä paremmin estetään niiden kasaantuminen ja kärjistyminen

Jos huoli herää...

Varhaiskasvatus ja esiopetus

- Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen henkilökunnan työtehtäviin kuuluu kasvatusyhteistyö yhdessä huoltajien kanssa
- Myös varhaiskasvatuksen erityisopettajiin voi olla suoraan yhteydessä

Lisätietoja löydät

- www.masku.fi varhaiskasvatuksen sivuilla, varhaiskasvatuksen asiakkaalle –otsikon alta löydät tarpeelliset yhteystiedot sekä palvelujen esitteet

Pyydä apua ajoissa



Take-home message

- ♥ Kyseenalaista ja suhtaudu terveeseen kriittisesti somemaailmaan
- ♥ Klamydian sanoin: *En tarte krääsää vaan läheisyyttä sun*
- ♥ Puhu lapsen ikä- ja kehitystason mukaisesti tunteista, sanoita niitä ja opeta, miten erilaisissa tunnetiloissa voi toimia

Jos huoli herää, älä epäröi ottaa yhteyttä

Kiitos!

Lähteet

Kuvalähteet:

Pixabay

Terhi Katajamäki