

Isovanhemmuus – merkittävää jakamista suuntaan, toiseen ja kolmanteenkin

Irene Nummela

Asiantuntija

Kirkkohallitus / Kirkon diakonia- ja sielunhoitoyksikkö

Isovanhemmuus herättää monenlaisia tunteita, ja siitä alkaa isovanhempien elämässä uusi ajanjakso. Lapsenlapset auttavat isovanhempaa näkemään elämän jatkumona. Parhaimmillaan molemmat osapuolet antavat ja saavat ainutlaatuisesta suhteestaan jotain sellaista, mitä ei mistään muusta suhteesta saa.

Sukupolvien ketjulla on merkitystä. Yhteydenpidosta hyötyvät kaikki sukupolvet. Isovanhempi saa itselleen merkittävän roolin, keskimäinen sukupolvi isovanhemman tuen ja lapsenlapset isovanhemman aikaa, rakkautta, yhdessäoloa.

On hyvä muistaa, että rakkaus ja toisesta huolehtiminen ei vaadi biologista tai rodullista sidettä. Isovanhemmuuttakin on mahdollista rakentaa myös ei-biologisin perustein. Jos isovanhempia ei ole, sijais- isovanhempi voi löytyä esimerkiksi seurakunnan tai erilaisten järjestöjen kautta.

Sukupolvien välille syntynyt uusi ystävyys palvelee parhaimmillaan kaikkia osallisia: niin yksinäinen ikäihminen, väsyneen vanhemman kuin mummia tai vaaria vailla olevan lapsen tunne-elämä rikastuu, kun voi olla tukena ja ilona toiselle.

Isovanhemmuuden kokemiseen vaikuttavat ikä, mielikuvat ja muistot omista isovanhemmista. Monilla tulevilla isovanhemmilla voi olla muistoissa ihana mummo tai turvallinen ja monitaitoinen vaari. Kaikilla näitä muistoja ei ole. Omat isovanhemmat ovat saattaneet kuolla varhain, joskus jopa ennen omaa syntymää. Isovanhemmista on ehkä kuitenkin kerrottu tarinoita, joista he ovat tulleet tutuiksi. Muistot voivat olla myös negatiivisia, ja joistain isovanhemmista on syystä tai toisesta vaiettu täysin.

Ilo vai haaste?

Isovanhemmaksi tulemisen ajoitukseen ei voi vaikuttaa. Ajankohta voi tulla isovanhemman näkökulmasta liian varhain tai toivottoman myöhään. Vauvauutinen saattaa olla odotettu, mutta aina se ei ole iloinen yllätys. Oma tytär voi olla ”liian nuori” ja odottaa vauvaa ilman pysyvää parisuhdetta. Teini-ikäinen poika voi yllättäen ilmoittaa isäksi tulemisestaan.

Jos isovanhemmuus alkaa jo varhaisessa keski-iässä, voi joutua miettimään myös omaa identiteettiään. Parhaassa työiässä olevalle keski-ikäiselle ajatus itsestä mummona tai vaarina voi tuntua oudolta.

Yhteiskuntamme individualistisuus näkyy myös isovanhemmuudessa. Ennen isovanhemmuuteen siirtymistä halutaan elää riippumattomana, harrastaa, ehkä

matkustella. Tasapainon löytäminen isovanhemmuuden ja omien tarpeiden välillä voi olla haasteellista.

Se, mihin voi vaikuttaa, on isovanhempana oleminen. Isovanhemmuus kasvaa ja kehittyy koko ajan läheisessä ihmissuhteessa lapsenlapsen kanssa – ja se voi olla vaativaa. Toisaalta isovanhemmuus on myös helppoa, koska siinä ei kilpailla maailman kaikkien mummojen ja pappojen kanssa. Jokainen isoäiti tai isoisä on maailman paras omalla tavallaan.

Merkitystä suuntaan ja toiseen

Isovanhemmat siirtävät lapsenlapsilleen perheen tapoja ja muistoja. Heidän kertomansa tarinat menneisyydestä rakentavat lapselle käsityksen siitä, missä hänen juurensa ovat. Heillä on myös tärkeä rooli elämän arvojen siirtämisessä – uskonnollisuudesta riippumatta.

Isovanhemmilla on harvemmin enää sellaista kiirettä kuin lapsen vanhemmilla, ja he voivat antaa lapsenlapselleen jakamattoman aikansa ja huomionsa. Kiireetön läsnäolo vaikuttaa myönteisesti lapsen tunneperäiseen kehitykseen.

Ikääntyneille itselleen perhe on keskeinen elementti sosiaalisessa verkostossa. Lapsilla ja lapsenlapsilla on siinä suuri merkitys. Emotionaalinen vuorovaikutussuhde ja isovanhemmuuteen liittyvät myönteiset tunnekokemukset tukevat muun muassa psyykkistä hyvinvointia. Isovanhemmuus tukee myös ikääntyneiden toimintakykyä ja ennaltaehkäisee toiminnanvajakausien syntyä.

Lapsenlapsi voi olla myös elämän suurimpia opettajia. Hänen kauttaan saa tuntea ehdotonta, eheyttävää rakkautta. Se mahdollistaa tilaisuuden palata omaan lapsuuteen kokoamaan unohtuneita muistoja tai rikkiäisiä tunne-elämän palikoita. Samalla isovanhemmalla on myös lupa leikkiä ja olla hulvattoman höpsö.

Pieni ihminen hyväksyy isovanhemmat sellaisina kuin he ovat ja opettaa heitä oman uteliaisuutensa kautta katsomaan maailmaa lapsen silmin. Lastenlasten kautta voi oppia kärsivällisyyttä ja ymmärtää lopulta, mikä elämässä on tärkeää. Käytännössä lastenlasten elämään osallistuminen voi tuoda isovanhempien elämään sisältöä, joka auttaa heitä pysymään terveinä ja antaa monenlaista merkitystä elämään.

Tärkeää tukea vanhemmille

Isovanhemmat ovat tärkeitä tukijoita lapsiperheen arjessa – niin henkisesti kuin taloudellisesti. Tuki sekä helpottaa lapsiperheen arkea että auttaa elämässä eteenpäin.

Käytännön tukea on konkreettinen toiminta kotitöissä, rakennus- ja remontointihommissa, lemmikkieläinten hoidossa ja lomanviettoon liittyvissä asioissa. Isovanhemmat voivat huolehtia lapsenlapsistaan, kun vanhemmilla on iltamenoja ja omia harrastuksia. Erityisen tärkeää tuki on elämän kriisitilanteissa, kuten avioerossa.

Tuen luonne ja kesto riippuvat olosuhteista sekä isovanhempien ja lapsiperheen välisestä suhteesta. Käytännön tukeen, kuten lasten hoitamiseen, vaikuttavat välimatkat ja perheen kulloisetkin tarpeet, taloudellisen tukeen vaikuttaa molempien taloudellinen tilanne.

Vanhempien näkökulmasta isovanhempien tuki auttaa työ- ja perhe-elämän yhteensovittamista sekä mahdollistaa vanhempien työllistymisen.

Monimuotoinen isovanhemmuus

Joskus isovanhemmat, vanhemmat tai jopa lapsenlapset saattavat olla haluttomia tai kykenemättömiä osallistumaan isovanhemmuus-lapsenlapsi- suhteeseen. Syyinä voivat olla suuret välimatkat, sairaus, kuolema tai isovanhempien tarve viettää omaa elämää – ja olla irti vastuista, joita lapsenlasten hoitaminen osaltaan tuo. Taustalla voi olla tällöin jonkinlaista henkistä epätasapainoa, joka on kulkeutunut sukupolvelta toiselle. Riita, katkeruus tai henkinen sairaus voi olla liian suuri haaste korjata. Toisinaan anteeksianto ja rakkaus parantavat suurimmatkin haavat ja mahdollistavat suhteen uudelleen syntymisen terveeltä pohjalta.

Osa isovanhemmista ja lapsiperheistä myös asuu kaukana toisistaan, ja isovanhemmat näkevät lastenlapsiaan harvoin. Yhteydenpitovälineet kehittyvät kuitenkin nopeasti. Uudet yhteydenpitovälineitä ja -muotoja on runsaasti: Skype-puhelut, Facebook, Instagram ja WhatsApp.

Avioeron myötä entisen puolison vanhemmat saatetaan sulkea pois lapsenlasten elämästä, jopa yksinhuoltajuuden hakemisella uhkaillen. Muun muassa King (2003) on todennut, että isovanhemman ja lapsenlapsen suhteen säilyminen avioerotilanteessa riippuu keskimäisen sukupolven halusta sallia kyseinen yhteys.

Kielletty isovanhemmuus aiheuttaa Paatelaisen (2016) mukaan isoäideille syyllisyyden tunteita, häpeää, vihaa ja katkeruutta. Myös masentumista esiintyy. Elämä koetaan turhaksi, koska lapsenlasten kasvun ja kehityksen seuraaminen estyy. Nämä voimakkaat tunnekokemukset säilyvät pitkään ja vaikuttavat isovanhemman elämänlaatuun negatiivisesti.

Lisäksi monissa tutkimuksissa isovanhempien tuella on havaittu olevan myönteinen vaikutus lapsenlapsen kehitykseen ja hyvinvointiin. Ne lapset, jotka ovat saaneet tukea isovanhemmiltaan, saavuttavat esimerkiksi muita parempia tuloksia psykologisissa testeissä, menestyvät muita paremmin koulussa ja kärsivät muita harvemmin masennuksesta.

Seurakunta yhteyden mahdollistajana

Seurakunnat voisivat rohkeasti kokeilla erilaisia toimintamuotoja, joissa isovanhemmat ja lapsenlapset ovat yhdessä. Ylisukupolvinen toiminta on hyväksi lapsen kehitykselle ja auttaa lasta kohtaamaan muun muassa vanhuutta. Isovanhempi voi myös kertoa omasta uskostaan.

Kaikilla ei kuitenkaan ole isovanhempia, tai he asuvat niin kaukana, ettei yhteydenpito ole mahdollista kovin usein. Seurakunnat voivat mahdollistaa eri-ikäisten kohtaamista esimerkiksi perhekerhoissa varamummojen ja -vaarien vierailujen kautta. Päiväkerhot taas voisivat tarjota isovanhemmille mahdollisuuksia osallistua vapaaehtoisena kerhon toimintaan ja näin ehkäistä myös ikääntyneiden yksinäisyyttä. Joissakin seurakunnissa isovanhempia on mukana myös rippileireillä mummoina ja vaareina.

Varamummot ja -vaarit voivat toimia lapsille kuuntelijoina, keskustelijoina, sylissä pitäjinä, aikuisen malleina, kulttuuriperinteen ja uskon siirtäjinä. Nuoret taas voivat toimia iäkkäiden leireillä avustajina tai ystäväpalvelun kautta ystävänä iäkkäille pariskunnille tai yksinasuville.

Tärkeitä ovat myös monissa seurakunnissa järjestettävät lastenlasten ja isovanhempien yhteiset leirit ja leiripäivät, jotka mahdollistavat yhdessä tekemisen, oppimisen ja tutustumisen eri tavalla, koska toimitaan uudella maaperällä.

Lähteet

Chambers, P., Allan, G., Phillipson, C. & Ray, M. (2009). *Family Practises in Later Life*. Bristol. United Kingdom: The Policy Press.

Kivimäki, A. (2017). "Isovanhemmuus on parasta omien lasten jälkeen". Isovanhempien kokemuksia isovanhemmudesta. Opinnäytetyö Syksy 2017. Sosiaali- ja terveysala, sosionomi AMK.

Ijäs, K. (2004). *Isovanhemmat muutosten keskellä*. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Laru, S., Oulasmaa, M. & Saloheimo, A. (2010). Isovanhemmuuden eri muodot ja haasteet. Teoksessa Fågel, S., Rotkirch, A. & Söderling, I. (toim.) *Farkkumummoja ja pehmoaareja. – Uusia ikkunoita isovanhemmuteen*. Helsinki: VLMarkkinointi Oy. 105–108, 110.

Paatelainen, T. (2016). *Kielletty isovanhemmuus isoäitien kokemana*. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma Syyslukukausi 2016, Kasvatustieteiden laitos, Jyväskylän yliopisto.

Taipale, V. (2017). *Isoäitikirja. 2. uudistettu painos*. Helsinki: Into Kustannus Oy.