



RIIDAT

Perheessä toiveet ja tarpeet ovat usein erilaisia.

Riitoja syntyy, kun asetetaan rajoja tai tulee väärinymmärryksiä.

Rakentava ristiriitojen selvittäminen vahvistaa perhettä ja auttaa käsittelemään tunteita turvallisesti.





MILTÄ RIITA NÄYTTÄÄ, TUNTUU TAI KUULOSTAA?

- Millaisen mallin ratkaista ristiriitoja opit lapsuudenkodissasi?
- Miten viestit ja käyttäydyt ristiriitatilanteessa?
- Mitä yhteistä ja mitä eroja on omalla ja puolisosasi tavoilla toimia ristiriitatilanteessa?

Ristiriitojen aiheet muuttuvat vanhemmuuden matkan varrella

- Vauva-aika
- Tahtoikä
- Itsenäistymisen ensiaskeleet
- Murrosikä
- Aikuisuus



TURVALLISET RAJAT

Turvallisuuden tunne on yksi ihmisen perustarpeista. Turvattomuus liittyy usein ennakoimattomuuteen ja epävarmuuteen.

- Vanhempi opettaa lapselle sääntöjä sekä sitä, mikä on oikein ja mikä väärin. Turvallinen ilmapiiri auttaa lasta oppimaan.
- Jotkut rajat ovat ehdottomia, toisista voidaan neuvotella
 - Joskus lapsi voi esimerkiksi valita vaihtoehtoista
- Tasapuolisuus sekä sääntöjen avoimuus ja reiluus on tärkeää
 - Sääntöjen luominen on vanhempien vastuulla
 - Miten luoda reilut säännöt, kun lapsella on kaksi kotia tai samassa kodissa on useampien vanhempien lapsia?
- Myös vanhempien välisten sopimusten ja pelisääntöjen on tunnettava oikeudenmukaisilta

LAPSEN PETTYMINEN HAASTAA AIKUISEN

- Ottamaan lapsen tunteen vastaan
- Pysymään rauhallisena
- Välttämään huutamista ja riitelemistä lapsen tasolla
- Antamaan lapsen mielipahalle aikaa
- Olemaan luja aikuinen joka tuo turvaa, kun lapsen tunteet kiehuvat

Miten pysyä lujana ja lempeänä?

Miten ja missä lujuus tuntuu kehossasi? Entä lempeys?

Miten ne kuuluvat äänessäsi?

Mitä lapsi voi oppia, kun joutuu pettymään?



KUN OLETTE ERI MIELTÄ

- Tunnista omat tunteesi ja rauhoita ensin itsesi
- Kuuntele lasta tarkkaan
- Anna tilaa lapsen tunteille
- Ilmaise, että haluat kuulla lisää ja ymmärtää, mitä lapsi tarkoittaa
- Anna lapselle mahdollisuus löytää ratkaisu itse

Riita- ja kiukkutilanteissa lapsen aivot ovat "hätätilassa". Silloin järkipuhe ei auta. Lapsen täytyy saada rauhoittua ennen kuin riidan aiheita voidaan käsitellä yhdessä.

- Mikä auttaa suuttunutta lasta rauhoittumaan? Mikä estää?
- Millaiset asiat lisäävät lapsen turvallisuuden tunnetta myös erimielisyyksissä?



VANHEMMAN TÄRKEITÄ TAITOJA

- Perheen sääntöjen takana seisominen
- Lapsen kiukun ja pettymysten kestäminen
- Lapsen ehdoton rakastaminen ja hyväksyminen huonoinakin hetkinä
- Anteeksipyytäminen ja -antaminen
- Itsemyötätunto