
Vanhemmuuskokemuksen kanssa työskentely

Sanna Isosävi, PsT, psykoterapeutti

Johtaja, Traumaterapiakeskus

Loista-koulutus, moduuli 5: Vanhempi-lapsi -vuorovaikutuksen vahvistaminen lyhytterapiassa

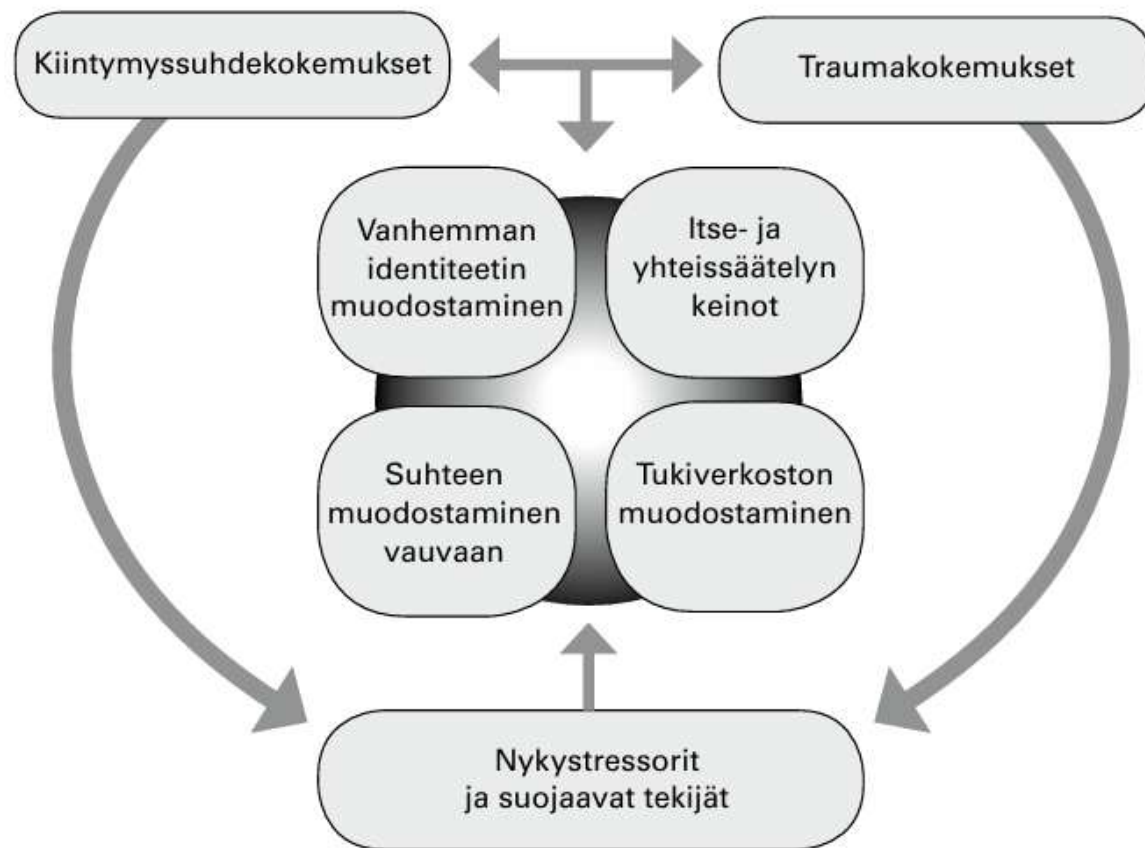
Vanhemmuus terapeuttisen yhteistyön kohteeksi?

1

Miten työntekijä fokusoi työskentelyä vanhemmuuden tarkasteluun, haasteiden ymmärtämiseen ja resursointiin?

2

Miten työntekijä toimii, kun vanhemman puhe syrjähtelee muihin asioihin tai täytyisi ratkaista 'kaikki maailman asiat'?



Kuva1.
Menneiden ja nykykokemusten yhteydet vanhemmuussiirtymän kehitystehtäviin.

© Sanna Isosävi, Traumaterapiakeskus



Mistä kiinnostut,
kun kiinnostut
vanhemman
kokemuksesta?

Hoivasysteemi (caregiving system)

- Kiintymysjärjestelmälle rinnakkainen, sisäsyntyinen motivaatiojärjestelmä, jonka aktivoituminen mahdollistaa nopean ja tehokkaan vastaamisen lapsen tarpeisiin
- Hoivanantajan rooli täyttää keskeisesti ihmisen mieltä ja jäsentää toimintaa
- Lapsen suojeleminen syrjäyttää turvan hakemisen (kiintymyskäyttäytymisen) stressi- ja uhkatilanteissa
- Keskeistä vanhemman *tulkinta* uhkasta/vaarasta ja myös sen huomaaminen, kun hätää ei ole
- Riittävän hyvä - vanhempi huomaa katkokset ja korjaa niitä

esim. George & Solomon, 2008

11/24/2025

SANNA ISOSÄVI TRAUMATERAPIAKESKUS



Vanhemmuuden ulottuvuuksia

- Hoiva on vain yksi osa vanhemmuutta, mutta lapsen onnistuneella rauhoittamisella on erityinen merkitys lapsen kehityksen kannalta
- Laajempi, ikätasoisesti päivittyvä vanhemmuuden tehtävä sisältää kasvattamista, rajojen asettamista, leikkimistä, tutkimisen mahdollistamista, jne.
 - Laajemmassa perheen tai muun yksikön kontekstissa
- Vanhemman kyky ottaa lapsen lisäksi huomioon itsensä??
- 'Bigger, stronger, wiser and kind' – vastavuoroisuus ja neuvottelu lisääntyy, mutta vanhemman rooli säilyy

Mitkä ihmeen vanhemman mielikuvat?

- Ihminen kuvaa terapiassa aina *kokemuksiaan ja suhdettaan hänelle tapahtuneisiin asioihin*, ei tapahtumia sinänsä.
- Kiintymysteorian mukaan muodostamme ensisijaisesti hoivakokemuksiimme pohjautuen sisäisiä malleja (internal working models, IWM) itsestä suhteessa muihin (self-with-other)
 - Auttaa organisoimaan havaintoja, kokemuksia, muistia, käyttäytymistä; sopeutumaan kasvu ympäristöön; ennakoimaan tulevaa (kiintymysstrategiat)
- Kiintymysmielikuvat ovat keskeinen taustatekijä vanhemmuuskokemuksessa mutta tähän vaikuttavat myös vanhemman rakentuva kokemus itsestään ja vanhemmuus-dyadista; nykyhetken kuormitustekijät; lapsen ominaisuudet
- Huom. Mielikuvat eivät ole *hyviä* tai *huonoja*, vaan ovat palvelleet sopeutumista ja ennakointia parhaalla mahdollisella tavalla – samalla voivat myös rajoittaa vanhemmuuden kehitystehtävissä onnistumista.

Vanhemman kiintymyssuhdemielikuvat

11/24/2025

SANNA ISOSÄVI TRAUMATERAPIAKESKUS



11/24/2025

Kiintymismielikuvat

- Varhaislapsuudessa hoivaajan mahdollisuus rauhoittaa pientä lastaan hädän hetkellä ja säädellä hänen monenlaisia tunnekokemuksiaan on välttämätöntä, jotta tutkiminen ja kehitys mahdollistuvat.
- Keskilapsuuteen mennessä muodostuu sisäisiä edustumia siitä, mitä henkilö on oppinut ensisijaisista hoivasuhteistaan ja etenkin niistä ehdoista, joilla hoivaajat ovat saatavilla hädän hetkellä
 - Millä ehdoin hoivaajat ovat olleet saatavilla, ovatko tutkimisen (autonomia) ja toiseen turvautumisen (kiintymys) ulottuvuudet olleet tasapainossa
 - Keskeiset uskomukset: olenko hoivan ja huolenpidon arvoinen? Voiko muihin turvautua?

George, Kaplan & Main, 1985; Bretherton & Munholland, 2008; Hesse, 2008

SANNA ISOSÄVI TRAUMATERAPIAKESKUS

Kiintymysmielikuvat jatkuu

- Merkittäviä eivät kokemukset sinänsä, vaan millainen suhde puhujalla niihin on.
- Erot mm. sen suhteen
 - millä vapaudella kokemuksiaan voi tutkia,
 - kuinka koherenttia puhunta on
 - miten voi liikkua nykyhetken ja menneen välillä
 - miten voi tavoitella sekä vanhemman että omaa näkökulmaa
 - miten voi kokea ja säädellä tunteita.



Kiintymyssuhdemielikuvien luokittelua

- **Autonominen tyyli (turvallinen)**: kiinnostus ja uteliaisuus kokemuksia ja niiden merkitystä kohtaan; kiintymyksen arvostus; pääsy muistoihin ja tunteisiin nykyhetkestä käsin; oman näkökulman ilmaiseminen; pyrkimys vanhempien ymmärtämiseen
- **Etäännyttävä tyyli (turvaton)**: De-aktivaatiostrategia. Vanhempien idealisointi tai normalisointi; kiintymistarpeiden vähättely tai halveeraaminen; rajoitettu mahdollisuus muistella lapsuuden tapahtumia; pystyvyyden tai tavallisuuden painotus
- **Kietoutunut tyyli (turvaton)**: Hyperaktivaatiostrategia. Vanhempien vihainen syyttely; tarve samanmielisyyteen ja (täydellisesti) ymmärretyksi tulemiseen; oman kokemuksen kuvailu psykologisin/ulkopuolelta otetuin käsittein; vaikeus nykyhetken perspektiivin säilyttämiseen
- **Ratkaisemattomia traumakokemuksia suhteessa kiintymykseen**: kiintymysmielikuvien aktivoituminen aiheuttaa uudelleenkokemista, jäykkää puolustautumista, strategian hajoamista, disorientaatiota, hoivaajien vihamieliseen tai avuttomaan toimintaan samaistumista

Hoivamielikuvat

11/24/2025



SANNA ISOSÄVI TRAUMATERAPIAKESKUS

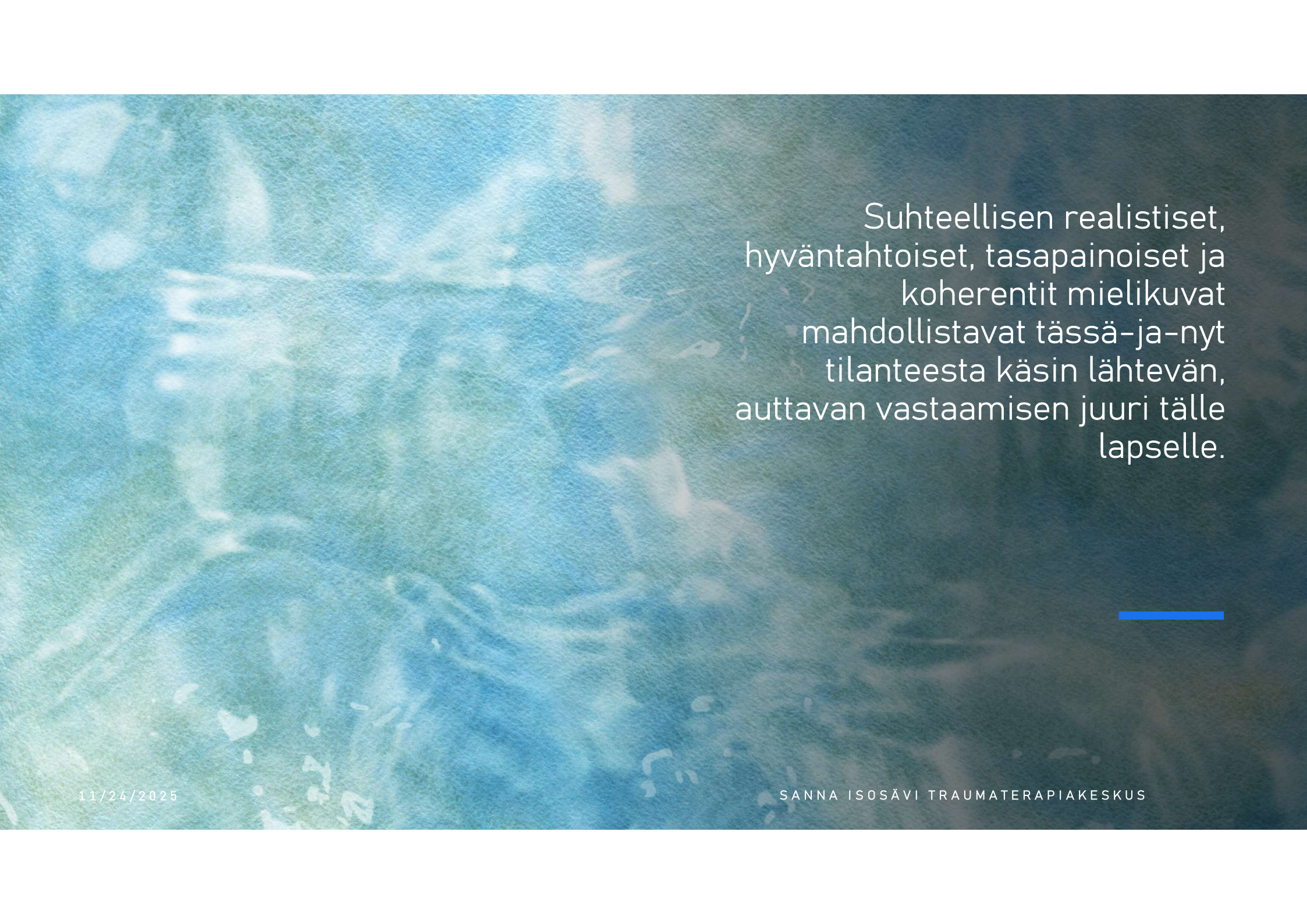
Mitä tapahtuu vanhemman mielessä ja olossa, kun hoivasysteemi aktivoituu?

- Yleinen kuvaus suhteesta?
 - Tunnesävy? Koherenssi? Realistisuus (vrt. lapsen kehitystaso!)? Tasapaino?
- Pääsy kokemukseen – kuvaako vanhempi elävästi hänen ja lapsen suhdetta?

- Kokemus itsestä vanhempana
- Kokemus lapsesta
- Kokemus suhteesta (vaikeudet – hyvät puolet)
- Vanhemman oma tunteensäätely

Esimerkkejä kysymyksistä, joilla saamme tietoa hoivamielikuvista (PDI; Arietta Slade et al.)

- Voitko kuvailla lastasi kolmella sanalla? Tuleeko sinulle mieleen tapahtumaa tai muistoa, joka kuvaisi sitä, että lapsesi on x?
- Mitkä ovat lapsesi lempihetkiä? Entä mikä on tavallisena viikkona hänelle kaikkein vaikeinta?
- Mistä pidät eniten lapsessasi? Entä mistä pidät vähiten lapsessasi?
- Voitko kuvailla sellaista hetkeä, jolloin sinulla ja lapsellasi meni oikein hyvin yhdessä/ entä sellaista jolloin teillä ei sujunut yhtään? Miltä se sinusta tuntui? Miltä luulet että lapsestasi tuntui?
- Mikä tuottaa sinulle vanhempana eniten vaikeutta? Mitä pelkää eniten? Mistä iloitset eniten?
- Milloin olet viimeksi ollut vihainen vanhempana/ milloin olet viimeksi itse tuntenut tarvitsevuutta? Miten nämä vaikuttavat lapseesi?



Suhteellisen realistiset,
hyväntahtoiset, tasapainoiset ja
koherentit mielikuvat
mahdollistavat tässä-ja-nyt
tilanteesta käsin lähtevän,
auttavan vastaamisen juuri tälle
lapselle.



11/24/2025

Vanhemman mentalisaatiokyky

SANNA ISOSÄVI TRAUMATERAPIAKESKUS



Vanhemman mentalisaatiokyky on erityinen mielen toiminto

- Kahden mielen mielessä pitäminen Itsen mentalisoiminen hoivanantajan roolissa juuri tälle lapselle/ näille lapsille
- Auttaa vanhempaa vastaamaan lapselleen auttavasti
- Edellytyksiä 1) vanhempi pystyy tulemaan tietoiseksi, 2) sietämään ja 3) säätelämään sekä omia että lapsensa kokemuksia

- Vanhemman mentalisaatiokyky on kehityksellinen saavutus
- Mentalisaatio läheisissä suhteissa erityisen tärkeää ja erityisen hajoamisherkkää

Slade, 2005; 2023; Sroufe, 2000



Tunteiden säätely
Ymmärretyksi tuleminen tunne
Lohtu
Toiveikkuus
Yhteys toiseen



Eristyneisyys
Ei ymmärretyksi tuleminen
Toivottomuus
Hallinnan puute
Toimimattomat säätelykeinot



Mentalisaatio on erityisen tärkeää ja erityisen haavoittuvaa kuormittavissa ihmissuhdetilanteissa

RF-kyvyn merkkejä:

Löytyykö vanhemman puheessa todisteita siitä, että vanhempi pohtii ja pyrkii ymmärtämään mielen tiloja: kokemusta, tunnetta, tarkoitusperää

"Minä ajattelin..." (viittaus omaan mieleen)

"Luulen, että Millasta tuntui..." (tavoittelee lapsen kokemusta)

"Paavo varmaan halusi..., koska vaikutti hermostuneelta"

(yrittää ymmärtää kokemusta lapsen käyttäytymisen taustalla)

Ehkä hän käyttäytyi niin, koska minä..." (oman toiminnan/ mielentilojen vaikutus lapseen)

"En voi olla varma, mutta ehkä hän ajatteli..." (ymmärtää, että mielet erilliset, ei voi "lukea ajatuksia")

"Minun oli eilen vaikea miettiä, miksi hän sai raivarin, koska..." (ymmärtää mentalisoinnin rajallisuutta)

Onnistunut mentalisaatio = tasapainoa

Itseen suuntautuva



Toisiin suuntautuva

Kognitiivinen



Affektiivinen

Sisäinen (mieli)



Ulkoinen (todellisuus)

Kontrolloitu



Automaattinen

Vanhemman mentalisaatiokyvyn havainnointi

Lapsen kannalta ongelmallista

- Vanhemman vakaasti matala mentalisaation taso (esim. konkretia, toiminnallisuus, vaikea erottaa omaa ja lapsen mielentilaa, mielentilojen kieltäminen)
- Vanhemman mentalisaatiokyvyn hajoamisherkkyys (esim. liikavarmat, negatiiviset tulkinnat lapsen aikomuksista; vaikeus omien kokemusten erottamisessa todellisuudesta)

Miten vanhempi
tavoittelee omaa
tai lapsen
kokemusta?

Missä tilanteissa onnistuu/ ei onnistu?

Tasapaino?

Auttaako mentalisointi-yritys vanhempaa
ymmärtämään itseään ja lastaan paremmin,
säätelämään itseään ja lastaan?

Mentalisaatiokatkokset: lipsuminen esimentaalisiin tiloihin

Stressi, voimakkaat tunteet, uhkan tunne, korkea kuormitus katkaisevat mentalisaatiokykyä.

- Herättää nopeita, karkeita tulkintoja; toiminnan tarvetta; tai pohdinnan irrallisuutta kokemuksista.
- Ei vain patologiaa, vaan myös normatiivista kovan kuormituksen olosuhteissa.

Psyykinen yhtäläisyys – mielentilat ovat liian todellisia.

Kuvittelun tila (pretend) – mielentilat ovat liian epätodellisia.

Teleologinen tila – ei 'mieltä', vain toiminta on todellista.

Psyykkinen yhtäläisyys

”Mua pelottaa, että lapsella on joku huonosti. Mun täytyy viedä se lääkäriin”.

”Mulla on ihan epäonnistunut olo tän lapsen vanhempana. Toi sossukin varmaan ajattelee, että mä olen ihan kamala”.

Kuvittelun tila

”Tiedän kuinka tärkeitä nää kiintymysasiat on... täytyy koko ajan vahvistaa sitä lapsen sisäisen turvallisuuden tunnetta, muuten voi tulla ongelmia myöhemmin”

”Mä ymmärrän, että kun mun äiti ei laittanut mulle rajoja, niin kyllähän se vaikeuttaa sitä miten mä voin laittaa rajoja mun lapselle, mutta toisaalta jos äiti olisi yrittänyt jotain niin ei se sitten varmaan kuitenkaan olisi onnistunut, koska olin niin vaikea murrosikäinen...”

Teleologinen tila

”Tää ryhmässä käyminen on ahdistavaa, mun pitää lopettaa tää ryhmä”.

”Ei se lapsi mene nukkumaan vaikka me ollaan kaikkea koitettu, voitteko te nyt tehdä jotain että se alkaisi nukkumaan”.

TAVOITTEENA EI OLE MUUTTAA VANHEMMAN
KOKEMUSTA NYT/TÄSSÄ TIETYSSÄ
TILANTEESSA,

VAAN VAHVISTAA YLIPÄÄTÄÄN HÄNEN
KYKYÄÄN PYSÄHTYÄ, SÄÄTYÄ JA AJATELLA
OMAA JA LAPSENSA MIELTÄ VAIHTOEHTOISILLA
TAVOILLA.



INTERVENTIOIDEN HIERARKIA





Yhteenvetoa

- Vanhemman mielikuvat: MITÄ; kiinnostus siitä, minkälaisia merkityksiä vanhempi antaa itselleen vanhempana, suhteelle ja lapsen käyttäytymiselle/kokemuksille.
 - Huomioi: mitä puolia kokemuksestaan vanhempi pystyy/ ei pysty tarkastelemaan; vaikuttaako vanhempi pysyvän "riittävän hyvän" hoivaajan roolissa suhteessa lapseensa, onko piirteitä, jotka viestivät voimakasta kehityksellistä riskiä lapselle, onko suojaavia tekijöitä → intervention tavoitteet
- Vanhemman mentalisaatiokyky: MITEN; minkälainen mielen prosessi vanhemmassa käynnistyy, kun hän pyrkii ymmärtämään omaa ja lapsensa kokemusta
 - Huomioi: kuinka työntekijän utelias, ei-tietävä, kunnioittava mutta myös rehellinen asenne auttaa vanhempaa tarkastelemaan kokemuksiaan?
 - Ovatko vanhemman havainnot mielentilat kieltäviä ja niitä vääristäviä; konkretiaan ja toimintaan sidottuja; orastavasti käyttäytymisen taakse kurkottavia; monipuolisesti ja vivahteikkaasti vaikeitakin vuorovaikutustilanteita ymmärtämään pyrkiviä? → intervention tavoitteet
- Missä määrin näitä piirteitä saadaan yhteistyön/ yhteisen havainnoinnin kohteeksi. Missä määrin on mahdollista rakentaa siltaa vastaanotolla käytyyn keskusteluun ja perheen kotona vallitsevaan todellisuuteen.



Kiitos!

11/24/2025

SANNA ISOSÄVI TRAUMATERAPIAKESKUS