

Kysymys kuuluu!

julkaistu alun perin 6.11.2022

Minkälaisia asioita vanhempien tulisi pyytää anteeksi lapsiltaan ja miten?

Kysymykseen vastaa psykologi, psykoterapeutti ja seksuaalineuvoja Sirpa Pitkäniitty. Hän opiskelee parhaillaan seksuaaliterapeutiksi. Hänellä on 15 vuoden työkokemus parien ja perheiden kanssa työskentelystä sekä kunnallisissa että yksityisissä palveluissa:

Lasten näkökulmasta aikuisen kasvatustehtävä on antaa turvaa, luoda sääntöjä ja pitää langat käsissä erilaisissa haastavissa tilanteissa. Lapsen olisi tärkeää saada kokea, että hänestä huolehtiva aikuinen on kykenevä, johdonmukainen ja hänen puoleensa voi kääntyä huolissa.

Vanhemmuudessa turvallisuudella tarkoitetaan sekä vaatimusta pyöräilykypärän käytöstä että tunne-elämän turvallisuutta. Tunteita saa ja tuleekin ilmaista, mutta lapsen näkökulmasta on oleellista, miten ne ilmaisee ja miten ne vaikuttavat vanhemman käyttäytymiseen. Suuttumus ei ole ongelma mutta pelottavasti raivoaminen jo on. Arjessa syntyy usein tilanteita, joissa vanhempi erehtyy tai toimii tavalla, joka ei ole sopivaa tai lapsen kehitystä edistävää. Niin lapsi kuin vanhempi saattaa ilmaista tunteitaan voimakkaasti; myös vanhempi voi kiukustua, menettää malttinsa ja huutaa lapselle.

Näitä tavataan kutsua ylilyöntitilanteiksi. On todella tärkeää, että vanhempi pyytää anteeksi käytöstään (ei tunnettaan!). Näin suhde lapseen korjaantuu, vaikka virheitä sattuu. Anteeksipyyntöön voi liittää kuvauksen tapahtumaketjusta (esimerkiksi olin väsynyt ja minua kiukutti liikaa) ja kysyä miltä tilanne lapsesta tuntui. Vanhemman tehtävä olisi rauhoitella lasta, mikäli tämä säikähti tilannetta.

Lähtökohtaisesti vanhempien ei tule koskaan valehdella lapselleen, koska se rapauttaa lapsen luottamusta. On kuitenkin tilanteita, joissa voi olla tarpeen jättää asioita sanomatta ns. aikuisten asiana, ja odottaa kunnes lapsi voi omaksua tiedon turvallisesti. Osa vanhemmista esimerkiksi ei kerro isovanhempien mielenterveysongelmista tai läheisen sukulaisen vankilatuomiosta, jos nämä eivät välittömästi näy lapselle. On kuitenkin tärkeää kertoa "salaisuus" myöhemmin jos lapsi kysyy ja myös perustella miksi asiaa ei halunnut aiemmin kertoa. Yleensä lapset kysyvät hankalissa tai hämmentävissä tilanteissa vanhemmalta asioita niin kauan että saavat riittävän vastauksen. Osa lapsista kysyy

tarkentavia kysymyksiä koska ei ymmärrä saamaansa vastausta, joissakin tilanteissa kerrottu asia on niin vaikea käsittää, että siihen pitää saada useasti vastaus. Mikäli lapsi kokee epäluottamusta, ettei asioita ole kerrottu aiemmin niin tästä voi olla pahoillaan ja perustella oma toimintatapansa.

Kodin sääntöjä ja kasvatukseen liittyviä vaateita ei tarvitse pyytää anteeksi, mutta niistäkin voi keskustella ja kuulostella miltä ne lapsesta tuntuvat. Vanhempi ei voi velvoittaa lasta sen jäsenyneempään toimintaan kuin itsekään pystyy, esimerkiksi vaatia pientä itkevää päiväkotilasta pukemaan aamuhämärissä umpiväsyneenä omatoimisesti vaatteensa. Perheterapiassa ja -tapaamisissa lapset ja nuoret usein kysyvätkin, pätevätkö perheen kanssa sovitut säännöt myös perheen aikuisille. Lapset oppivat joitakin asioita mallista ja vanhempi-lapsisuhteeseen tulee ristiriitaa, jos aikuinen toimii perheessä tavalla mikä ei ole lapselle sallittua. Vanhemman tulee pyytää anteeksi erityisesti silloin kun on pettänyt lapsen luottamuksen tai lupauksensa.

Lapsen ja vanhemman suhde on ainutlaatuinen. Lapsen on hyvä kokea, että arkiseen perhe-elämään kuuluu riitelemine ja erilaiset vastoinkäymiset ja niiden selvittely. Lapsi saa vanhempiensa avulla perusturvan, kiintymyksen ja luottamussuhteen, jonka kautta hän tarkastelee maailmaa ympärillään. Suhteessa harjoitellaan erilaisia taitoja, jotka ilmenevät myös lapsen muissa ihmissuhteissa. Anteeksipyyttäminen on joskus perheissä kovin vaikeaa. Se on kuitenkin todella tärkeä, opetettava asia. Pahoittelun tulisi olla aitoa ja todellista, ei sanahelinää. Aina voi olla empaattinen ja todeta, että ei ollut kiva, kun pahoitin mielesi.

tekstin laati Janna Rantala