



# TURVALLISET AIKUISET

# TURVALLISET AIKUISET

*Turvalliset aikuiset* -työväline muistuttaa erilaisten ihmissuhteiden olemassaolon tärkeydestä lapsen ja perheen elämässä. Jokainen lapsi tarvitsee hoivaa, arvostusta ja turvallisuutta. Aikuiset pystyvät vaikuttamaan myönteisesti lapsen mielen hyvinvointiin. Jokainen aikuinen pystyy myös olemaan turvallinen aikuinen. Jo yksi turvallinen ihmissuhde voi olla lapselle merkittävä mielenterveyden suojaite.

## Odotusaikana

Millainen turvaverkko teillä on ja keitä siihen kuuluu? (näytä kuvaa mallina)

Miten voisitte vahvistaa turvaverkkoanne?

Mistä saatte vertaistukea?

Onko teillä samassa elämäntilanteessa olevia ystäviä/tuttuja?

Miten ystäväsi/ tuttavasi reagoivat raskausuutiseen?

## Vauva-aikana

Oletteko tutustuneet muihin vanhempiin?

Koetteko yksinäisyyttä?

Miten sukulaiset ja ystävät ovat auttaneet teitä? Entä isovanhemmat?

Saatteko tarpeeksi tukea ja apua tarvittaessa?

Miten vauvan syntymä on vaikuttanut ihmissuhteisiinne?

Oletteko tutustuneet uusiin ihmisiin?

Keneltä voisitte pyytää neuvoa, jos jokin asia mietityttää teitä?

## Lapsen kasvaessa

Keitä aikuisia on lapsen elämässä?

Onko lapsella kavereita?

## HARJOITUKSIA PERHEVALMENNUKSEEN JA VASTAANOTOLLE

### Piirretään turvaverkko

Pyydetään vanhempia pohtimaan ketä omaan lähipiiriin ja tuttaviin kuuluu. Pyydetään vanhempia piirtämään heidän oma turvaverkkonsa ja ne keitä siihen kuuluu. Mitä lähempänä ympyrän keskustaa ihmiset ovat, sitä läheisempiä he ovat piirtäjälle.

Tarkoitus: Auttaa vanhempia hahmottamaan keitä sosiaaliseen turvaverkkoon kuuluu.

### Alueen lähipalvelut

Pohditaan ja kartoitetaan yhdessä mitä palveluita, leikkipuistoja ja paikkoja lapsiperheille on lähialueilla. Vetäjä kokoaa ehdotukset esimerkiksi paperille, joka lopuksi kopioidaan ja jokaiselle osallistujalle jaetaan oma. Samalla paperille voidaan koota myös osanottajien yhteystiedot sekä esimerkiksi ideoita milloin voi ottaa yhteyttä, esimerkiksi ”vaunulenkkikaveriksi”.

Tarkoitus: Auttaa vanhempia kartoittamaan lähialueen palveluita ja mahdollisuuksia lapsiperheille sekä tutustuttaa vanhempia toisiinsa ja saamaan vertaistukea toisistaan.