



Kohti päivähoitoa

Perheen tuki ja tunteet
muutoksessa



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kaakkois-Suomen piiri

Tästä se lähtee!

Uusi vaihe elämässä tuo mukanaan monia muutoksia, joiden kohtaamiseen tarvitaan rohkeutta ja luottamusta. Lapsen siirtyminen päivähoitoon voi aiheuttaa epävarmuutta, mutta parhaimmillaan päivähoito tukee lapsen kasvua ja kehitystä. Vanhemman ja lapsen välinen suhde säilyy muutoksen keskellä edelleen turvapaikkana, jonka avulla lapsi voi kohdata elämän uudet tuulet.

Tämän oppaan avulla haluamme tarjota tukea sekä käytännön vinkkejä lapsiperheen arkeen. Opas auttaa löytämään ja vahvistamaan koko perheen voimavaroja, jotta uuden arjen voi ottaa avosylin vastaan.

Toivotamme antoisia lukuhetkiä oppaan parissa!



Muutoksen äärellä

Siirtymävaiheet lapsen elämässä

Hyvä pohja lapsen kasvulle ja kehitykselle syntyy jo ensimmäisten ikävuosien aikana. Lapsi ymmärtää vasta toisella ikävuodella sen, että vanhempi on hänestä erillinen. Tämän vuoksi on tärkeää, että lapsella olisi syntymästä asti elämässään aikuinen, johon voi solmia turvallisen tunnesuhteen. Pieni lapsi ei osaa hahmottaa aikaa, jolloin lapsen ollessa vanhemmastaan erossa, hän saattaa ahdistua. Lapsi ei välttämättä ymmärrä, että ero vanhemmasta ei ole lopullista.

Siirtymävaihe vanhemman perhevapaan päättyessä ja sen johdosta vanhemmasta erossa oleminen voi aiheuttaa lapsessa vahvoja tunteita. Koska itsenäinen tunteiden säätely kehittyy hitaasti, lapsen on mahdotonta koota itseään ja jatkaa tunnemyrskystä eteenpäin ilman aikuisen apua. Liian suuret vaatimukset aivojen kehitystasoon nähden aiheuttavat ylikuormittumista, jos tukea ei ole tarpeeksi saatavilla.

Vahvojen tunnekokemusten hallinnassa auttaa turvallinen kiintymyssuhde, joka syntyy lapsen ja luotettavan aikuisen välillä. Kun vanhempi on lapsen saatavilla ja auttaa sekä lohduttaa, kiintymyssuhde muodostuu turvalliseksi. Tällöin lapsi kokee perusturvallisuutta ja luottamusta, joka luo hyvän pohjan itsetunnolle, minäkuvalle sekä empatiakyvylle. Turvallinen kiintymyssuhde heijastuu myös myöhempisiin ihmissuhteisiin.

Kiintymyssuhteen jatkuvuus on hyvä varmistaa lapsen ensimmäisessä siirtymävaiheessa, kun lapsi menee päivähoitoon. Jotta tämä voidaan varmistaa, tulee päivähoidon ja vanhempien välinen kasvatusyhteistyö olla yhdessä määriteltyä. Yhteiset keskustelut päivähoidon ja vanhempien välillä auttavat vanhempia saamaan tietoa lapsen käyttäytymisestä ja kehittymässä olevista taidoista, joita voidaan tukea kotona päivittäisten toimien yhteydessä. Vanhempien antaman tuen avulla vahvistetaan lapsen suojaavia tekijöitä sekä itseluottamusta, ja autetaan käsittelemään vaikeita tilanteita myös jatkossa.

Lapsen tunteet ja reaktiot muutoksessa

On täysin luonnollista, että vanhemmasta eroon joutuessaan lapsi reagoi erokokemuksen aiheuttamiin tunteisiin. Myös päivähoidon aloitus on lapselle erokokemus. Uusi elämäntilanne voikin tuoda esiin uusia ja monenlaisia reaktioita, eikä niitä tule säikähtää tai tuomita. Vahvatkin reaktiot kuitenkin helpottavat ajan myötä.

Lapsen tunnereaktiot voivat näkyä esimerkiksi

- univaikeuksina
- ruokahalumuutoksina
- kasteluina
- kiukkuna ja uhmana
- takertuvana käytöksenä
- itkuna
- sairasteluna

Lapsi voi näiden lisäksi olla haluton osallistumaan päivähoitopaikan toimintaan tai lapsi voi kertoa, ettei halua edes mennä päivähoitoon. Lapsi voi myös purkaa tunteitaan leikeissään tai piirustuksissaan.



Lapsen vaikeille tunteille, ikävälle ja kiukulle on annettava tilaa ja ymmärrystä; lapsen ei tarvitse olla reipas ja joustava. Lapsi tarvitsee aikaa sopeutua, ja osalla se kestää kauemmin kuin toisilla. Osalla lapsista reaktio voi tulla myös myöhemmin. Ensimmäiset viikot tai kuukaudet lapsi voi lähteä mielellään hoitoon, eikä hän ymmärrä muutoksen pysyvyyttä. Ymmärrys tilanteesta ja reaktio tulevat myöhemmin.

Lapsen sopeutumiseen vaikuttaa temperamentti, ikä ja aiemmat kokemukset muutoksista. Myös vanhemman suhtautuminen vaikuttaa sopeutumiseen. Pikkuhiljaa alkuvaiheen haasteet väistyvät uusien ilojen tieltä, kun lapsi saa uusia kavereita, oppii uusia taitoja, ja arki tasapainottuu. Tämä voi viedä muutamiakin kuukausia.

Lapsen tukeminen arjen keskellä

Pieni lapsi saattaa kokea päivähoidon alkaessa olonsa turvattomaksi, eivätkä hänen omat tunnetaitonsa riitä sen käsittelemiseen. Lapsen turvaton olo voi johtaa levottomuuteen. Vanhemman läsnäolo ja tuki auttavat lasta löytämään uusia toimintatapoja ongelmatilanteissa. Vanhempi auttaa sanoittamaan arjessa tapahtuneiden muutoksen aiheuttamia tunteita. Näistä on lapsen tunne-elämän kehityksen kannalta hyvä keskustella, niin lapsen kuin vanhemmankin näkökulmasta. Tällä lasta tuetaan ymmärtämään tunteitaan ja nimeämään niitä.

Myönteiset vuorovaikutustilanteet auttavat lasta kokemaan turvallisuuden tunnetta, ja siten lapsi saa myös palautetta itsestään ja omista taidoistaan. Kun vanhempi on tunnetasolla läsnä, lapsi pystyy käsittelemään päivän tapahtumia sekä niiden tuomia tunnetiloja. Näin hän saa myös vanhemmalta tarvitsemaansa lohtua ja tukea. Kun vuorovaikutus pyritään pitämään avoimena, se tukee lapsen optimaalista tunne-elämän kehitystä.

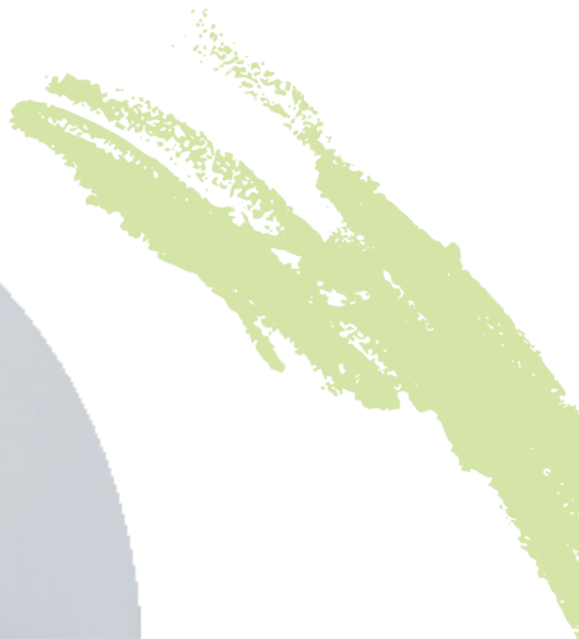
Lapsi oppii säätelemään tunteitaan vuorovaikutussuhteissa. Myös sosiaalinen ympäristö, eli päivähoidon toiset lapset, vanhemmat ja työntekijät auttavat lasta pitämään tunnereaktioita paremmin hallinnassa. Kun lapsella on sosiaalisen ympäristön tarjoamaa tukea, hänen on helpompi aloittaa päivähoidossa. Lapsen olisi tärkeää saada päivähoidosta oma aikuinen, joka voi rauhoittaa lasta sekä päivähoidon ilmapiiriä. Lapsi on ensimmäisinä elinvuosina riippuvainen häntä hoitavista aikuisista, ja hän tarvitsee hoitajasuhteissaan pysyvyyttä, yksilöllisyyttä ja kiintymystä kehittyäkseen. Hoitajasuhteen pysyvyyden avulla lapsi voi myös ylläpitää mielikuvaa vanhemmistaan päivähoidon aikana.

Apukeinoja lapsen tueksi päivähoidon alussa

- Myönteistä vuorovaikutusta voi harjoittaa leikin kautta. Lasten leikit auttavat purkamaan ahdistaviakin tunteita, joten ne voivat olla myös rajuja. Tätä ei kannata säikähtää, sillä leikit auttavat lasta sopeutumaan haastaviin elämäntilanteisiin.
- Lasta voi valmistella päivähoidon aloitukseen esimerkiksi kertomalla tulevasta muutoksesta ja käymällä yhdessä tutustumiskäynnillä päivähoidossa. Käynnin yhteydessä voi leikkiä yhdessä pihalla ja tutustua toisiin lapsiin.
- Tutustumisaika päivähoidossa edistää sensitiivisen vuorovaikutuksen kehittymistä lapsen ja uuden kasvattajan välille. Näin päivähoidon virallisesti alkaessa työntekijän on helpompi tulkita lapsen tunteita, joka osaltaan auttaa eroahdistuksen ja lapsen kokeman stressin helpottamisessa.
- Vanhemman on tärkeä hyvästellä lapsi päivähoitoaamuina ja kertoa, että nähdään iltapäivällä. Tällöin lapsi on tietoinen, että vanhempi ei katoa kokonaan, vaan on hetken poissa. Äkilliset katoamiset voivat loukata lasta ja lisätä turhautumista.
- Vanhemman on hyvä valmistautua eron hetkeen henkisesti, jotta voi pysyä rauhallisena erotilanteessa. Vanhempi voi valmistautua esimerkiksi käymällä tilanteen etukäteen mielessään läpi.
- Lapsen reaktio voi olla voimakas vanhemman lähtiessä, mutta se on täysin normaalia. Lapsi saattaa ilmaista näin ikäväänsä ja pettymystä siitä, että hänet jätettiin päivähoitoon. Työntekijät ja toiset lapset helpottavat tilannetta kuitenkin nopeasti ja ikävä helpottuu.



- Päivähoidon alkaessa tulee minimoida muut suuret muutokset, kuten tutista tai tuttipullostasta luopuminen.
- Päivähoitoon kannattaa ottaa mukaan joku tuttu lelu tai uniriepu. Se torjuu yksinäisyyttä sekä hylätyksi tulemisen tunnetta, ja auttaa näin lasta ikävän iskiessä.
- Mukaan voi ottaa myös kuvan tärkeästä henkilöstä, jota lapsi voi katsella.
- Lapsi tarvitsee syliä ja kosketusta myös päivähoidossa, sillä se vähentää stressiä.
- Lasta hakiessa lapsen tasolle laskeutuminen auttaa lasta juoksemaan syliin pitkän päivän jälkeen. Silloin lapsi myös aistii, että vanhemman syli on hänelle avoin. Lasta hakiessa turhat haitat, kuten puhelin, tulee jättää autoon.
- Päivän tapahtumat, pettymykset ja ilon aiheet on tärkeä käydä hoitopäivän jälkeen läpi. Vanhempi tarjoaa tarvittaessa lohdutusta, tukea ja kiitosta.
- Iltaisin kannattaa tehdä rauhallisia asioita, sillä päivähoito on lapselle väsyttävää toimintaa.
- Perheen päivärytmiä voi muokata jo kohti päivähoitoarkea, esim. aamuherätyksillä.
- Alkuun hoitopäivät voi pitää lyhyempinä, jotta lapsi voi tottua tilanteeseen rauhassa.



Mentalisaatio osana vuorovaikutusta

Varhaiset kokemukset huolenpidosta ja vastavuoroisuudesta vaikuttavat kykyyn olla myönteisellä tavalla yhteydessä toiseen ihmiseen. Ihmisluontoon kuuluu tarve jakaa kokemuksia toisen kanssa. Mentalisaatiokyky tarkoittaa kykyä ajatella, mitä toinen tuntee ja ajattelee vuorovaikutustilanteessa.

Vanhemmuudessa tämä näkyy kykynä pohtia lapsen kokemuksia, tarpeita, ajatuksia ja tunteita arjessa. Vanhempi pohtii mitä lapsen käyttäytymisen taustalla on, ja mitä lapsi tuntee ja tarvitsee. Mentalisaatiokyky tapahtuu luonnostaan ja huomaamatta, kun vanhempi on riittävästi läsnä ja kiinnostunut. Lapsi oppii tunnistamaan ja nimeämään tunteita, kun käyttäytymisen vaikutuksia ja taustoja pohditaan yhdessä vanhemman kanssa. Mentalisaatiokyky auttaa lasta myös käsittelemään tunteitaan, erityisesti hankalissa tilanteissa.



Muuttuva vanhemmuus

Muutokseen valmistautuminen

Uuden arjen mukana voi tulla monenlaisia tunteita. Siihen liittyy iloa ja innostusta uudesta, mutta samalla vanhempi voi kokea vaikeitakin tunteita. Lapsen hoitoon sopeutuminen voi huolettaa; kuinka arki saadaan rytmitettyä ja pitääkö lapsi työntekijöistä. Pienen lapsen hoitoon vieminen voi myös aiheuttaa syyllisyyttä.

Muutokseen valmistautumiseen kannattaa käyttää aikaa, ja tilannetta voi pohtia monelta eri kannalta perheen kokonaistilanne huomioiden. Työhön paluussa voi pohtia sitä, mikä on välttämätöntä sekä järkevää, ja mitä itse haluaa. Jos palaa entiseen työpaikkaan, onko mahdollista tehdä erilaisia työtunteja tai -vuoroja, mitkä sopivat paremmin perheen muuttuneeseen tilanteeseen. Mikäli vanhempi haluaa lähteä kouluttautumaan, kannattaa pohtia sen vaikutusta perheen arkeen. Näistä voi tehdä konkreettisen suunnitelman, jonka avulla voi olla helpompi hahmottaa kokonais kuvaa. Tukea uuden työpaikan etsimiseen ja kouluttautumiseen saa esim. TE-toimistosta.

Lapsen päivähoiton aloitus vaatii vanhemmalta suunnitelmallisuutta. Uuteen tilanteeseen sopeutumisen lisäksi vanhemmat joutuvat käsittelemään omia ristiriitaisia tunteitaan sekä vastaanottamaan lapsen tunnepurkaukset. Siirtymävaihetta voi helpottaa, jos käytännön järjestelyitä mietitään yhdessä perheen kanssa etukäteen. Arkea helpottamaan voidaan tehdä myös esimerkiksi suunnitelmia viikkotasolla, josta käy ilmi mitä minäkin päivänä tapahtuu. Viikko-ohjelmaan kannattaa huomioida myös vanhempien hengähdys hetket, jotta jaksamisesta muistetaan huolehtia.



Jos työhön paluun tai opintojen aloituksen päivämäärä on tiedossa, kannattaa käytännön asioiden järjestelyt sekä henkinen valmistautuminen aloittaa hyvissä ajoin. Ennen työn aloitusta voi pistäytyä työpaikalla vaihtamassa kuulumisia ja tunnustelemassa työhön paluuta. Työhön palatessa, vanhempi omaksuu isän tai äidin roolin lisäksi myös työntekijän roolin. Perhevapaalla vanhempi on oppinut työelämässäkin tarvittavia keinoja, kuten priorisointia ja organisointia. Näitä taitoja voi hyödyntää niin vanhemman kuin työntekijänkin roolissa.

Siirtymävaiheessa ei kannata asettaa itselleen liian suuria tavoitteita, vaan maltti on tässä tilanteessa valttia. Itselleen ja perheelle kannattaa antaa aikaa tilanteeseen sopeutumiseen. Jos perheessä on puoliso, omia tunteita ja ajatuksia on hyvä jakaa myös hänelle.

Omat ja perheen voimavarat

Perheen voimavarat auttavat selviytymään muuttuvasta arjesta paremmin. Ne rakentuvat jokaisen omista henkilökohtaisista voimavaroista, joita ovat esimerkiksi itsetunto, arvot ja pystyvyyden tunne. Perheen voimavaroihin vaikuttaa myös perheen sisäiset ja ulkoiset voimavarat. Sisäisiin voimavaroihin lukeutuvat mm. yhteenkuuluvuuden tunne, taloudellinen tilanne ja perheenjäsenten väliset suhteet. Ulkoisiin voimavaroihin kuuluvat mm. sosiaalinen tuki ja yhteiskunnan tarjoamat palvelut.

Läheisverkoston apu on korvaamaton lapsiperheissä, joten älä pelkää pyytää apua läheisiltäsi. Voit esimerkiksi pyytää apua siivoukseen, lastenhoitoon, oman ajan järjestämiseen ja päivähoitoon viemiseen. Omaa läheisverkostoaan ja sen tarjoamaa apua voi auttaa hahmottamaan esimerkiksi verkostokartan täyttäminen. Verkostokartan voit toteuttaa kirjaamalla esimerkiksi kynällä paperille kaikki verkostoosi kuuluvat henkilöt, kuten perheenjäsenesi, ystäväsi ja työ- tai kouluyhteisösi.

Vanhempien välinen suhde luo perustaa vanhemmuudelle, ja tukee arjen sujuvuutta. Parisuhde voi kuitenkin hukkua pyykkivuoren tai ylitöiden alle, joten siihen kannattaa muistaa tuoda huomiota. Jotta parisuhteessa pysyy vetovoima, tarvitaan siihen myönteistä vuorovaikutusta ja itsenäisyyttä. Parisuhdetta voi vahvistaa yhdessä keskustellen ja yhteistä aikaa ottamalla. Konkreettisia apukeinoja parisuhteen vahvistamiseen löytyy esimerkiksi Väestöliiton sivuilta. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kaakkois-Suomen piirin sivuilta löytyy myös Parisuhdepassi-tehtäväkirja.

Voimavarojen vahvistaminen

- Tunnista omat voimavarasi; mikä lisää jaksamista ja mikä uuvuttaa
- Mieti, mitä tarvitset arkeen voimavarojen ylläpitämiseen
- Ota aikaa itsellesi arjessa, jotta jaksat olla vanhempi. Tästä ei tule kokea huonoa omaatuntoa
- Tee asioita, joista oikeasti pidät
- Harrastukset ja ystävien tapaaminen ovat tärkeitä pikkulapsiarjen keskellä
- Vaali ihmissuhteitasi
- Luota siihen, että asiat järjestyvät ja ratkaisut löytyvät ajallaan
- Opettele joustavuutta ja armollisuutta sekä tilapäisen kaaoksen sietoa
- Muista jakaa vastuuta kotitöistä
- Ota vastaan ulkopuolista apua läheisverkostolta tai yhteiskunnalta



Muistathan huolehtia
itsestäsi!

Riittävä vanhemmuus

Jokainen vanhempi kokee jossain määrin riittämättömyyden ja syyllisyyden tunteita. Tunteet ovat täysin normaaleja, sillä vanhemmuudessa liika tiedon määrä ja yrittäminen voivat lisätä suorituspaineita, jolloin vastuu alkaa painaa. Silloin voi herätä kysymyksiä siitä, onko hyvä vanhempi lapselleen.

Vanhemmuudessa ei kuitenkaan ole tarkoitus pyrkiä täydellisyyteen, sillä sellaista vanhempaa ei ole, joka pystyisi täyttämään kaikki vanhemmuuden ihanteet. Riittävän hyvään vanhemmuuteen kuuluu kyky huolehtia lapsesta ja kestää lapsen tunne-elämän muutokset. Vanhemman tehtävä on tarjota lapselle perusturvaa, eli huomiota, huolenpitoa, huolehtimista, sääntöjä sekä rakkautta tasapainoisesti. Lapsi tarvitsee näitä kasvaakseen hyvinvoivaksi aikuiseksi.

Vanhemmuuteen vaikuttavat esimerkiksi kokemukset omista vanhemmista, läheisten tuki sekä avun vastaan ottaminen. Riittävään vanhemmuuteen kuuluukin kyky tunnistaa omat avun sekä tuen tarpeet.

Riittävän hyvä vanhempi kiinnostuu lapsensa kokemuksista sekä arvostaa ja tukee lastaan. Riittävän hyvässä vanhemmuudessa aikuisella on kyky eläytyä vastavuoroiseen suhteeseen lapsensa kanssa, jolloin lasta autetaan kohtaamaan elämän väistämättömiä pettymyksiä sekä käsitellään yhdessä niihin liittyviä tunteita.

Voit pohtia näiden väittämien avulla omaa vanhemmuuttasi

- Turvaan lapseni perustarpeet, kuten ravinnon, levon, kodin ja rakkauden
- Muistan kehua, kannustaa ja helliä lastani
- Näytän kiinnostukseni lapsen asioita ja ajatuksia kohtaan
- Jaan lapseni ilon hänen oppiessaan uusia taitoja
- Tuen lasta vaikeissa asioissa, annan turvaa ja lohdutan tarvittaessa
- Vietän tarpeeksi aikaa lapseni kanssa
- En anna voimakkaiden tunteideni purkautua lapseeni
- Autan lastani sanoittamaan ja ymmärtämään omia tunteitaan
- Osaan pyytää anteeksi
- Hyväksyn lapseni omana itsenään ja osoitan hänen olevan minulle tärkeä

Varhaiskasvatus

Päivähoitoon hakeutuminen

Päivähoito on tarkoitettu alle kouluikäisille lapsille ja Suomessa kuntien velvollisuus on sitä järjestää. Kunnat tarjoavat päivähoitoa kunnallisissa päiväkodeissa, perhepäivähoidossa tai ryhmäperhepäivähoidossa. Kaikkia näitä palveluita on saatavilla myös yksityisen palveluntarjoajan kautta. Näiden lisäksi päivähoitoa voi järjestää palkkaamalla yksityisen lastenhoitajan tai muodostamalla hoitoringin, jossa useampaan perheeseen palkataan sama lastenhoitaja. Hoitoringissä hoito tapahtuu yhden perheen kotona tai vuorotellen perheiden kesken. Päivähoidon valitsemisessa auttaa kunnallisesti palveluohjaaja, ja yksityisiin päivähoitopaikkoihin voi olla suoraan yhteydessä.

Päivähoitopaikkaa voi hakea vuoden ympäri, viimeistään neljä kuukautta ennen paikan tarvetta. Kiireisissäkin tilanteissa paikkaa voi hakea viimeistään kaksi viikkoa ennen paikan tarvetta. Hakemukset löytyvät kunnan tai yksityisen päiväkodin omilta sivuilta.

Jo ennen hakemuksen tekemistä päivähoitoon voi olla yhteydessä tutustumiskäynnin sopimiseksi. Tutustumiskäynti kannattaa tehdä sekä yksin että lapsen kanssa. Kun lapsi pääsee tutustumaan päivähoitopaikkaan ja työntekijään vanhemman ollessa läsnä, lapsella säilyy jatkuvuuden tunne. Yhteisen tutustumisen jälkeen lapsi voi jäädä hetkeksi tutustumaan uuteen ympäristöön ja leikkikavereihin itsenäisesti. Tällainen asteittain päivähoitoon siirtyminen tekee muutoksesta pehmeämmän. Tutustumiskäynnillä saadaan myös vahvistettua vanhempien sekä työntekijöiden välistä kasvatusyhteistyötä, kun heillä on mahdollisuus keskustella lapsen asioista jo ennen hoidon alkamista.



Käytännön järjestelyt hoidon aloituksessa

Arki helpottuu, kun käytännön järjestelyjä on mietitty etukäteen. Lapsen kuljetukset päivähoitoon on hyvä miettiä ennakkoon, jolloin lapsen hoitopäivät eivät veny turhan pitkiksi. Työntekijöiden kanssa tulee etukäteen sopia, jos joku muu kuin vanhempi hakee lapsen hoidosta. Myös lapsen sairastumistapauksissa on työntekijöiden hyvä olla tietoinen siitä, kuka pääsee hakemaan lapsen kesken päivän.

Arkielämän rytmittäminen myös kotona helpottaa muutokseen sopeutumista, niin vanhemman kuin lapsenkin näkökulmasta. Tässä auttaa esimerkiksi viikon ruokalistojen suunnitteleminen ennakkoon, aikatauluista sopiminen ja työvuorojen mahdollinen yhteen sovittaminen päivähoiton kanssa.

Mitä mukaan hoitoon?

- ☐ Reppu, jossa päivittäin kulkevat tavarat (esim. likapyykki)
- ☐ Sisätossut
- ☐ Vaihtovaatteita, jotka voi jättää päivähoitoon (Muista nimikoida vaatteet!)
- ☐ Kuravaatteet
- ☐ Kumisaappaat
- ☐ Hanskat ja pipo
- ☐ Lämmintä vaatetta
- ☐ Vaipat
- ☐ Tutti
- ☐ Unilelu
- ☐ Juomapullo
- ☐ Xylitol-pastillit
- ☐ Aurinkolasit ja -rasva
- ☐ Mahdolliset lääkkeet



Yhteiskunnan tarjoamia tukipalveluja perheille

- Neuvolat ja perheneuvolat
 - Apua vanhemmuuteen ja kasvatukseen sekä perheen haastaviin tilanteisiin, kuten ero- tai kriisitilanteisiin
- Yhdistykset ja järjestöt
 - Erilaista perhettä tukevaa toimintaa, kuten harrastus- ja ryhmätoiminta tai hoitoapu
- Perhetyö
 - Apua erityistä tukea tarvitseville perheille

Kelan tarjoamat lastenhoidon tuet

- Kotihoidon tuki
- Yksityisen hoidon tuki
- Joustava hoitoraha
- Osittainen hoitoraha

Kelan sivuilta löytyy pikaopas perhe-etuuksiin, johon on koottu tietoa etuuksista ja niiden hakemisesta aikajärjestyksessä.



Kirjallisuutta vanhemmuuden tueksi

Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja – Liisa Ahonen, PS-kustannus

Kiintymyssuhteet elämänkaareissa - Jari Sinkkonen, Duodecim

Kuinka kiukku kesytetään? Lasten aggressiokasvatus – Riikka Riihonen & Minna Koskinen, PS-kustannus

Mannerheimin Lastensuojeluliiton -internet-sivut

Mentalisaatio perheiden kohtaamisessa - Anne Viinikka, Mannerheimin Lastensuojeluliitto

Mitä ihmettä? Opi ymmärtämään lapsesi mieltä - Janna Rantala, Leea Mattila, Gummerus kustannus

Stressin säätely. Kehityksen, vuorovaikutuksen ja oppimisen ydin – Nina Sajaniemi, Eira Suhonen, Mari Nislin, Jukka E. Mäkelä, PS-kustannus

Tunnetaitojen käsikirja. Askeleittain etenevä tunnetaito-ohjelma lapselle ja vanhemmalle – Julia Pöyhönen & Heidi Livingston, Kustannus-Mäkelä Oy





MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Kaakkois-Suomen piiri

Teksti ja ulkoasu:
Krista Hulkkonen & Mira Liukka
Valokuvat: Henna Virén