

## VAUVAN ODOTUS



### Perheen kuulumiset

Tutustuminen, jos perhe ei ole tuttu. Mitä vanhemmat haluaisivat kertoa perheestä?

Mitä perheelle kuuluu? Jos perhe on hakeutunut palveluihin jonkun tietyn ongelman takia, keskustellaan alustavasti asian merkityksestä vauvan odotukselle ja perheelle.

Oletteko puhuneet asiasta keskenänne, entä lasten kanssa? Keskustellaan yhteisestä ymmärryksestä ja puhumisesta vanhempien lasten kanssa.

Entä onko muita huolia tai paineita, jotka verottavat voimia? Tarkoitus ei kuitenkaan ole syventyä niihin tässä, mutta ne auttavat ymmärtämään perhettä ja perheen arkea.

Perhe-elämän moninaisuuden takia voivat paineet liittyä moneen asiaan kuten parisuhteen ongelmiin, uusperheen syntyyn, asumiseen, talouteen, työelämään, vanhemman jaksamiseen ja uupumiseen, tai perheenjäsenen sairauteen, mielenterveys- tai päihdeongelmaan, vanhemman rikosseuraamukseen tai muihin asioihin.

Siirrytään ikäkausiteemoihin. Kiinnitetään huomiota muutoksiin. Kysytään muutoksen ajankohdasta ja vanhempien ajatuksia muutoksen syistä.

### Ikäkausiteemat

1. Äidin kokemukset vauvan odottamisesta	vahvuus	haavoittuvuus
Toisen vanhemman kokemukset	vahvuus	haavoittuvuus
2. Raskauden sujuminen	vahvuus	haavoittuvuus
3. Äidin ajatuksia tulevasta vanhemmuudesta	vahvuus	haavoittuvuus
Toisen vanhemman ajatuksia	vahvuus	haavoittuvuus
4. Vanhemmat lapset (tilanteen mukaan)		
Lasten vointi ja terveys	vahvuus	haavoittuvuus
Mieliala, käyttäytyminen	vahvuus	haavoittuvuus
Kokemukset vauvan odotuksesta	vahvuus	haavoittuvuus
Lasten välit, leikit, vuorovaikutus	vahvuus	haavoittuvuus
Perheen yhteiset hetket ja toimet	vahvuus	haavoittuvuus
5. Kodin- ja lastenhoitohoito		
Vanhemmuus (tilanteen mukaan)	vahvuus	haavoittuvuus
Työnjakokysymykset	vahvuus	haavoittuvuus
Riittävä lepo	vahvuus	haavoittuvuus

- |   |         |               |
|---|---------|---------------|
| 6. Odottavan äidin jaksaminen                         | vahvuus | haavoittuvuus |
| Toisen vanhemman jaksaminen                           | vahvuus | haavoittuvuus |
| 7. Parisuhde  | vahvuus | haavoittuvuus |
| Ilo ja yhdessäolosta nauttiminen                      | vahvuus | haavoittuvuus |
| Keskinäinen tuki                                      | vahvuus | haavoittuvuus |
| 8. Sosiaalinen kanssakäyminen, ystävät, sukulaiset    | vahvuus | haavoittuvuus |
| Ilo ja yhdessäolo                                     | vahvuus | haavoittuvuus |
| Mahdollisuus konkreettiseen tukeen                    | vahvuus | haavoittuvuus |
| 9. Onko ollut tarvetta saada apua? Onko saatu apua?   | Vahvuus | haavoittuvuus |
| Apu omalta verkostolta ja/tai palveluista             |         |               |
| <b>Vahvuus:</b> apua on haettu ja saatu               |         |               |
| <b>Haavoittuvuus:</b> avun tarvetta on edelleen       |         |               |
| 10. Onko vielä jotain, josta haluaisitte keskustella? |         |               |

### Erityisiä kysymyksiä ajatellen LP –toimintasuunnitelmaa

Uutta perheenjäsentä odottaessa molempien vanhempien mieli herkistyy ja odottavan äidin fyysinen jaksavuus on koetteella. Mahdolliset perhehuolet, kuten työn tai talouden epävarmuus, vanhemman jaksavuus, mielenterveysongelmat tai päihteiden käyttö sekä lasten sairaudet ja ongelmat tuntuvat erityisen raskailta ja tuovat haavoittuvuutta. Seuraavat asiat ovat tärkeitä kaikille, mutta ne nousevat erityisen tärkeiksi pärjäävyydelle, kun perheessä on vaikeuksia:

1. Yhteinen ymmärrys ja toiminta
2. Pienetkin ilon hetket ja yhdessäolosta nauttiminen sekä puolisoitten että koko perheen kesken
3. Riittävä lepo
4. Kotitöiden jako puolisoitten kesken
5. Arkisten rutiinien sujuminen myönteisessä ilmapiirissä
6. Vanhempien kyky neuvotella vaikeista asioista rakentavasti
7. Ystäväpiiri ja sukulaiset ilon tuojina
8. Ystäväpiiri ja sukulaiset tuen ja konkreettisen avun antajina
9. Uskallus ja kyky hakea apua
10. Ymmärtävästi ja paneutuvasti suhtautuvat palvelut, joista on apua

### Muistiinpanot

---



---



---



---