



Vanhemmuus on tiimipeliä

Tärppejä toimivaan tiimiin



KESKI-SUOMEN
HYVINVOINTI-
ALUE



TÄRPPI 5: Yhteisvanhemmuuden haasteet

Erimielisyydet ja haasteet ovat osa elämää, ja niitä tulee toisinaan eteen kaikille perheille.



“Välillä väsyneenä tiuskitaan toisillemme, mutta riidat ei koskaan kestä kauaa”

“Kyllä asiat sovitaan ja pystytään pääsee niistä eteenpäin, mutta itse se erimielisyyksien hetki saattaa olla joskus epärakentava, tai haluaisin siinä kehittyä”

– vauvaperheiden vanhemmat

Yhteispelin sujumiseen voivat vaikuttaa väsymys, erimielisyydet työnjaosta tai elämän muutoksiin liittyvät kuormitustekijät

Nämä neljä tapaa ovat tutkitusti huonoksi yhteisvanhemmuudelle:

- Toisen vähättely
- Sarkasmi ja vinoilu
- Arvostelu
- Päällepäsäröinti

Kannattaakin olla tarkkana, ettei näitä tule tehtyä huomaamatta!

Onkin hyvä muistaa, että:

- Kukaan meistä ei ole täydellinen, eikä onneksi tarvitsekaan.
- Yhteistyötä vanhemmuudessa voi oppia ja siinä voi kehittyä. Tähän löydät avuksi erilaisia harjoituksia nettisivuiltamme!
<https://www.jyu.fi/fi/hankkeet/tarppeja-toimivaan-tiimiin>
- Tukea on tarjolla, jos tuntuu, että yhteispeli ei lähde sujumaan omin voimin.



Onko neuvolassasi osattu ottaa puheeksi vanhemmuuden haasteet?

Vastaa nimettömään palautekyselyyn linkin tai QR-koodin kautta!

<https://r.jyu.fi/Fcl>