

VAUVAN TUNNEKASVATUKSEN ABC

Tiesitkö, että jo vauvat harjoittelevat tunnetaitoja? Kukaan ei synny valmiiden tunnetaitojen kanssa, vaan niitä opitaan pikkuhiljaa aivojen kehittyessä ja kokemuksen karttuessa.

TUNTEEN SALLIMINEN

Tunteen salliminen tarkoittaa tunteet hyväksyvää asennetta. Aikuinen ei yritä järkeillä pois lapsen tunnetta tai vähättele sitä, vaan antaa tunteelle tilaa ja suhtautuu empaattisesti.

Tunteiden salliminen voi olla vaikeaa, sillä haluamme lastemme olevan tyytyväisiä ja onnellisia. Lisäksi voimakkaat tunteet tarttuvat. Vauvan tunteisiin saattaa liittyä haastavaa käyttäytymistä, kuten tunti-kausien itkemistä. Kuitenkin vain sallimalla tunteet ne voi kokea ja vain koke-malla tunteita niitä voi oppia käsittelemään.

TUNTEEN SÄÄTELEMINEN

Vauva säätelee tunteitaan aikuisen avulla. Kun vauvan viesteihin vastataan ja häntä rauhoitellaan ja tyydynnetyään tarpeen mukaan, lapsi oppii tekemään tätä myöhemmin itsenäisesti.

Vauvalle tärkeitä tunnesäätelykeinoja ovat mm.

- Syli ja kosketus
- Rauhoittava kehonkieli, kuten lempeä katse ja rauhoittava äänensävy
- Tasainen liike
- Hyräily ja laulaminen

TUNTEEN TUNNISTAMINEN & NIMEÄMINEN

Jo vauva kokee ja ilmaisee **perustunteita**: iloa, surua, vihaa, pelkoa, inhoa ja hämmästyksiä.

Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen sekä tunnekokemusten sanoittaminen kasvattavat lapsen tunnesanavarastoa ja lisäävät ymmärrystä tunnekokemuksista.

*“Näytät niin iloiselta. Mikä ihana hymy!”
“Taidat olla innoissasi tästä lelusta..
Jalkasi ja kätesi heiluvat niin hurjasti!”
“Pelästyitkö sinä? Se olikin todella kova ääni. Se taisi olla ambulanssi.”*

TARPEEN KOHTAAMINEN & ONGELMANRATKAISU

Tunteen taustalla on aina jokin kohtaamista vaativa tarve. Vauvaa ei voi “hemmotella pilalle” vastaamalla tarpeisiin nopeasti, vaan se on vauvan kehityksen kannalta keskeistä!

Kehotarpeet aktivoituvat kun vauvalla on nälkä, väsy, kylmä tai muuten epämukava olo, **turvatarve** kun jotakin uutta tai yllättävää tapahtuu ja **yhteystarve** kun vauva kaipaa hänelle tärkeimpiä hoitajia. Vauvavuoden lopulla **tarve itsenäisyyteen** ja **arvostukseen** tulevat yhä tärkeämmiksi.