

# 0-1 - VUOTIAAN KEHITYS



Lined writing area with 20 horizontal lines inside a rounded rectangular frame.



## *Yhteisen arjen jakaminen alkaa*

- Äidillä ja isällä on vauvaan kohdistuvia tunteita, ajatuksia ja toiveita jo ennen tämän syntymää, ehkä jo ennen raskauttakin. Äidin voi olla isää helpompi kiintyä vauvaan jo raskausaikana, kun äiti tuntee vauvan kasvun ja liikkeet kohdussaan. Vauvan synnyttyä isäkin pääsee koskettamaan ja hoitamaan lasta ja luomaan häneen oman suhteen. Isän, äidin ja sisarusten äänet ovat vauvalle tuttuja jo kohtuajoista.
- Useat vauvat ovat aluksi rytmittömiä, syövät ja nukkuvat, kun parhaalta tuntuu. Vähitellen arkeen muotoutuu tietty rytmi. Suurin piirtein samoina toistuvat arjen rutiinit ovat vauvalle tärkeitä. Niistä hän oppii uusia asioita maailmasta ja itsestään sekä ennakoimaan tuttuja tapahtumia. Lapsen ajantaju, turvallisuuden tunne ja muisti kehittyvät.
- Vauva kutsuu jo olemuksellaan vanhempaa hoivaamaan häntä ja seurustelemaan kanssaan. Aluksi vauvan käsittely voi kuitenkin tuntua kömpelöltä ja vauva vieraalta. Ei tarvitse pelästyä, jos valtava rakkaus vauvaan ei puhkea heti alkupäivinä. Molemminpuolinen tutustuminen ja vauvan hoidon harjoittelu vievät aikaa ja kiintymyssuhde muotoutuu ja vahvistuu yhteisissä touhuissa.

## *Kehittymistä vuorovaikutuksessa vanhemman kanssa*

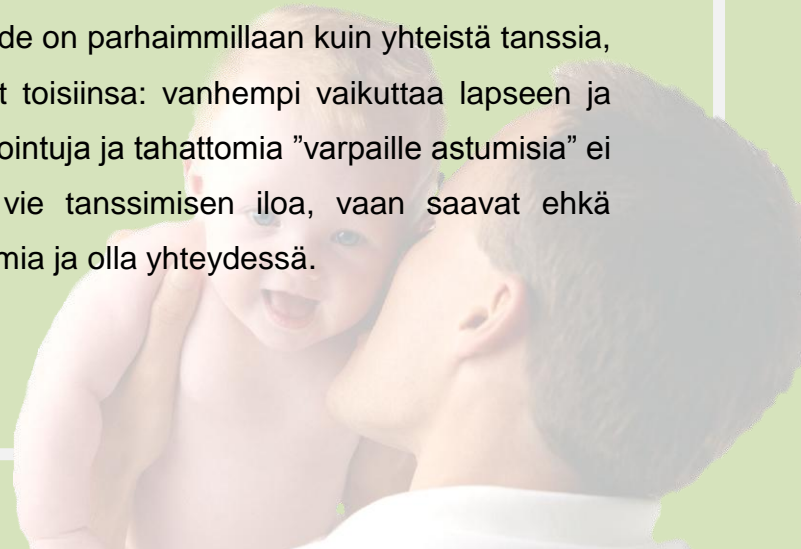
- Pikkuvauvatutkimus on tuonut uutta tietoa vauvojen psyykkisten valmiuksien kehitymisestä. Lapsen ensimmäiset ikävuodet ovat vaihe, jolloin luodaan erityisellä tavalla pohja myöhemmälle hyvälle kasvulle ja kehitykselle. Osin tämä tapahtuu aivojen tasolla: varhaisvuodet ovat kiihkeintä aivojen kehittymisen aikaa ja toistuvat kokemukset muovaavat osaltaan aivojen toiminnallisia rakenteita.



- Lapsi tarvitsee hoitajakseen aikuisen, johon hän voi solmia turvallisen ja pitkäkestoisen tunnesuhteen, tavallisimmin oman äidin tai isän tai molemmat. Puhutaan varhaisesta vuorovaikutuksesta ja sen merkityksestä.

## Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys

- Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan kaikkea lapsen ja vanhempien yhdessä olemista, kokemista ja tekemistä ensivuosina. Kun lapselle muodostuu varhaisissa vuorovaikutussuhteissa perusturvallisuuden ja luottamuksen kokemus, se heijastuu myöhempisiin ihmissuhteisiin ja luo pohjaa hyvän itsetunnon, minäkuvan ja empatiakyvyn kehittymiselle. Kun lapsella on riittävä perusturva, hän kykenee tutkimaan ja valloittamaan ympäristönsä: leikkimään, luomaan ja oppimaan uutta. Hän oppii myös hakemaan ja vastaanottamaan hoivaa ja tukea silloin, kun hän sitä tarvitsee.
- Hyvän varhaisen vuorovaikutuksen tunnusmerkkejä on mm. se, että vanhempi on riittävän herkkä lapsensa viesteille, tulkitsee niitä pääsääntöisesti oikein ja vastaa niihin johdonmukaisesti. Lapselle rakentuu mielikuva: minä olen hyvä, minun tarpeeni ovat tärkeitä, minusta on iloa, maailma on hyvä, turvallinen ja mielenkiintoinen paikka. Vauvaa hoivatessaan vanhempi välittää katseellaan, kosketuksellaan ja äänenpainoillaan: sinä olet erityinen, ihana ja rakastettu.
- Vanhempi pyrkii ymmärtämään vauvan tunnetiloja ja jakamaan niitä vauvan kanssa. Kun vauvaa itkettää, vanhempi menee vauvan luokse myötätuntoisena ja lohduttaen. Vanhempi auttaa lasta tunnistamaan tunteitaan ja tarpeitaan. Vanhemman avulla vauva voi lievittää ja sietää pahaa mieltään sekä jakaa ja lisätä hyvää oloaan.
- Vauvan ja vanhemman välinen suhde on parhaimmillaan kuin yhteistä tanssia, jossa askeleet sopivat ja sointuvat toisiinsa: vanhempi vaikuttaa lapseen ja lapsi vanhempaan. Yksittäisiä riitasointuja ja tahattomia ”varpaille astumisia” ei tarvitse pelästyä; ne eivät vielä vie tanssimisen iloa, vaan saavat ehkä kokeilemaan jotain uutta tapaa toimia ja olla yhteydessä.



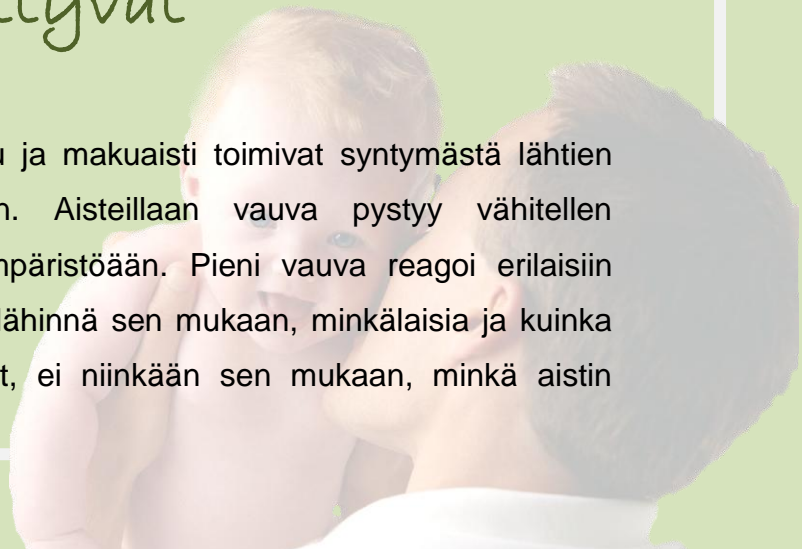
- Kukaan vanhempi tai mikään ihmissuhde ei ole täydellinen. Jos lapsen tarpeet kuitenkin laiminlyödään jatkuvasti ja hän kokee liian usein pettymyksiä, hänen on vaikea luottaa elämään tai itseensä. Vauva kokee itsensä yksinäiseksi, hylätyksi ja turvattomaksi.
- Varhaisessa vuorovaikutuksessa lapsen ja vanhemman välille syntyy kiintymyssuhde, joka muotoutuu ja vahvistuu yhteisissä arjen touhuissa. Suotuisassa tilanteessa kiintymyssuhde muodostuu turvalliseksi ja lapsi kokee, että vanhempi on hänen saatavillaan, auttaa ja lohduttaa tarvittaessa.

## Erilaiset temperamentit haastavat

- Lapset ja vanhemmat ovat perustemperamentiltaan erilaisia. Jotkut vauvat ovat helppohoitoisempia, rytmillisempiä ja sopeutuvampia kuin toiset. Toiset ovat varautuneempia ja tarvitsevat enemmän aikaa lämmitäkseen yhteiseen vuorovaikutukseen. Joskus vanhemman ja lapsen temperamentityypit sopivat luonnostaan yhteen ja vuorovaikutus sujuu heti helposti. Kaikille lapsille on tärkeää tulla hyväksytyksi omana itsenään.
- Jokainen vanhempi tuntee itsensä välillä uupuneeksi ja riittämättömäksi. Joskus vanhempi voi joutua tekemään enemmän töitä saadakseen lapseensa hyvän kontaktin ja yhteisen arjen sujumaan. Jos vuorovaikutukseen liittyy jatkuvasti ja voittopuoleisesti kielteisiä tunteita, vanhempi voi tarvita apua voidakseen eläytyä vauvaansa ja löytääkseen tämän kanssa toimivan vuorovaikutuksen. Muuten on vaarana, että vanhempi suotta leimaa itsensä huonoksi tai lapsensa tuhmaksi. Asiasta kannattaa keskustella neuvolassa.

## Vauvan aistit kehittyvät

- Lapsen näkö-, kuulo-, tunto-, haju ja makuaisti toimivat syntymästä lähtien vauvan kannalta riittävän hyvin. Aisteillaan vauva pystyy vähitellen erittelemään ja ymmärtämään ympäristöään. Pieni vauva reagoi erilaisiin ärsykkeisiin kokonaisvaltaisesti ja lähinnä sen mukaan, minkälaisia ja kuinka voimakkaita tunteita ne herättävät, ei niinkään sen mukaan, minkä aistin



välityksellä hän niitä vastaanottaa. Vauvaa tyynnyttää niin rauhallinen puhe kuin lempeä kosketuskin, mutta kova paukahdus tai kylmän käden kosketus saa hänet säpsähtämään ja itkemään. Voimakkaimpia ovat sellaiset aistimukset, jotka vauva vastaanottaa yhtä aikaa usealla aistimella. Vauvaikäisillä sanotaan myös olevan ns. kuudes aisti: vauva aistii kodin tunneilmaston, onko se esim. rauhallinen, riitaisa tai jännittynyt.

## Aistien kehittyminen

### *Näköaisti*

- Vastasyntyneen näöntarkkuus on huono. Kuitenkin näköaistimukset ovat näköaistin kehittymiselle tärkeitä. Vastasyntynyt näkee tarkimmin n. 20–40 cm päähän, häntä hoivaavan vanhemman kasvoihin. Vastasyntyneen lempikatsomista ovat ihmiskasvot. Ensimmäisinä elinviikkoina karsastus on tavallista. Pieni vauva räpyttää silmiään, kun niihin osuu kirkas valo. Lapsen saa katsekontaktin n. 2–3 vko:n iässä. Perusmuodoista vauva kiinnostuu ensimmäiseksi ympyrästä ja neliöstä. Alkuun vauvaa kiinnostavat mustavalkoiset kuviot ja n. 2-kuisesta eteenpäin värilliset kuviot. 3 kk:n iässä lapsi seuraa esineitä katseellaan ja tarkastelee omia käsiään. 5–6-kuinen lapsi siirtää katseensa esineestä toiseen. Lapsi huomaa pienet esineet ja poimii niitä peukalon ja etu-sormensa avulla n. 9 kk:n iässä, kun sorminäppäryys on kehittynyt riittävästi.

### *Tuntoaisti*

- Vastasyntyneen tuntoaisti on herkin suun alueella. Lapsen iholla on runsaasti hermopäätteitä, vauvaikäiset ovat herkkiä koskettamiselle. Ihokontakti, lähellä pitäminen, pajaaminen ja hellä koskettelu ovat ensiarvoisen tärkeitä vauvalle. Ne auttavat häntä hahmottamaan omaa kehoaan ja viestivät, että hän on hyvä ja rakastettu.



### *Hajuaisti*

- Jo n. 5 vrk:n ikäinen lapsi pystyy erottamaan oman äidin maidon sen tuoksusta. Vauva oppii tunnistamaan vanhempensa ihon tuoksun, kun hän saa olla sylissä ja lähellä.

### *Kuuloaisti*

- Vastasyntynyt reagoi koviin ääniin räpyttämällä silmiään ja pelästymällä. Vauva rauhoittuu helpoiten äänistä, jotka ovat tuttuja jo kohtuelon ajalta, esim. äidin puheesta ja musiikista. Kuukauden ikäinen kuulee jo varsin tarkasti ja kääntää katsettaan äänen suuntaan. 3 kk:n iässä lapsi lopettaa liikehtimisensä kuullessaan voimakkaan äänen. 5–6 kk:n ikäinen kääntyy kuulemansa äänen suuntaan. Vauva viihtyy yleensä paremmin ympäristössä, jossa on rauhallisia ääniä kuin täysin äänettömässä ympäristössä.

### *Makuaisti*

- Jo vastasyntynyt vauva aistii perusmaut, suolaisen, makean, happamen, karvaan ja ns. umamin (lihaliemimäinen maku). Näistä vauva suosii luonnostaan makeaa.

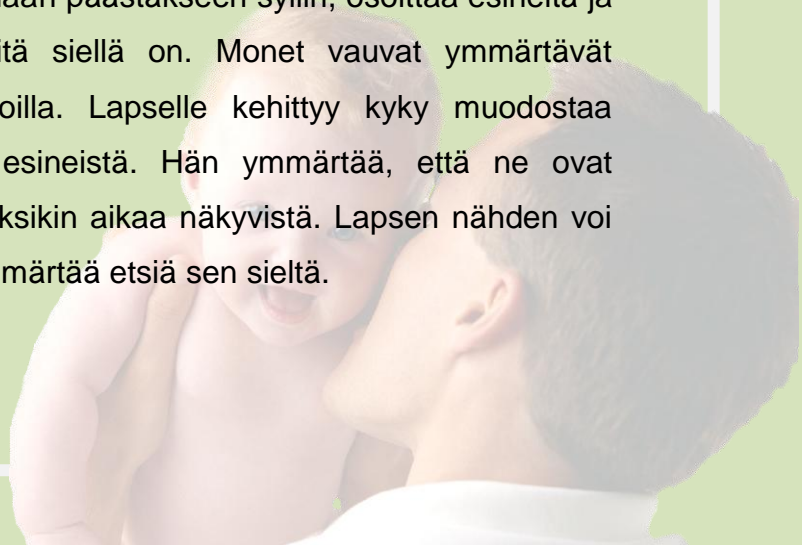
## *Lapsen vuorovaikutustaidot kehittyvät ja muuttuvat*

- Lapsi on syntymästään asti aktiivinen yksilö. Jo ennen puheen kehitystä vauva pyrkii ilmaisemaan itseään ja pääsemään vuorovaikutukseen vanhempiansa kanssa monin tavoin. Vähitellen vuorovaikutuksen tavat muuttuvat ja kehittyvät, lapsi oppii uudenlaisia tapoja hakea yhteyttä. Silti vanhat tavat eivät jää pois. Vauva ilmaisee itseään mm. ilmeillä, ääntelyillä ja kokonaisvaltaisesti huitomalla ja potkimalla. Kuukauden ikäinen lapsi katselee vanhempaansa tarkkaavaisesti. Ensimmäisten viikkojen ja kuukausien ikäisenä lapsi saattaa matkia joitain aikuisen ilmeitä.



## Vuorovaikutustaidot kehittyvät nopeaan tahtiin

- Lapsi suo yleensä ensimmäisen valloittavan hymynsä n. 6 vko:n ikäisenä. Samoihin aikoihin itketään ensimmäiset kyneleet. Lapsen toiminta saattaa 6–8 vko:n ikäisenä vaikuttaa muutenkin uudelta verrattuna ensiviikkoihin. Hän katselee esineitä tarkkaavaisemmin, erottaa tutut kasvot vieraista, hakee katsekontaktia ja on valveilla pidempiä aikoja. Lapsen ja vanhemman vuorovaikutus muotoutuu leikillisemmäksi ja monipuolisemmaksi.
- Vauvalle kannattaa jutella kaikesta ympärillä olevasta: ”Kylläpäs sinua nyt harmittaa. Onkohan sinun vaippasi märkä? No olihan se litimärkä. Vaihdetaan uusi vaippa, sitten on mukavampi olla.” Esineiden ja tunnetilojen nimeäminen luo pohjaa lapsen tunnetaidoille ja kielelliselle kehitykselle. Lapsi alkaa jutella pitkällä jokerteluilla ja kujerteluilla ja kurlutteluilla n. 2–3 kk:n iässä. Lapsen hymyily- ja jokerteluhaluille on ensiarvoisen tärkeää, että vanhempi vastaa niihin omalla hymyllään ja puheellaan. Lapsi haluaa vanhemman vastaavan hänen intoonsa ja iloiseen oloonsa!
- 3–4-kuiset vauvat ovat kiinnostuneita muista vauvoista ja lapsista ja yrittävät kosketella heitä. 4-kuiset lapset usein nauravat jo iloisesti ja saattavat kiljaldella riemusta. ½ vuoden ikään mennessä lapset alkavat hymyillä ja äännellä toisilleen. 5–6-kuinen vauva jokeltelee tutuille ihmisille sekä itselleen ja leluilleen. Lapsi myös hymyilee omalle peilikuvalleen.
- N. 7–9 kk:n iässä lapsen ja vanhemman vuorovaikutus saa uudenlaisia sävyjä, kun lapsi alkaa liikkua enemmän. Vauva myös käyttää enenevästi mielekkäitä eleitä: ojentaa käsivarsiaan päästäkseen syliin, osoittaa esineitä ja ojentaa kättään näyttääkseen mitä siellä on. Monet vauvat ymmärtävät ensimmäisiä sanoja 9 kk:n tienoilla. Lapselle kehittyy kyky muodostaa muistikuvia tutuista ihmisistä ja esineistä. Hän ymmärtää, että ne ovat olemassa, vaikka ne katoaisivat joksikin aikaa näkyvistä. Lapsen nähden voi piilottaa peiton alle lelun ja lapsi ymmärtää etsiä sen sieltä.





## Vierastaminen on yksilöllistä

- Suunnilleen 6–9 kk:n iässä lapsi alkaa pelätä vieraita ihmisiä ja eroa omista läheisistä, puhutaan vierastamisvaiheesta. Lapsi ymmärtää, että äiti tai isä on hänestä erillinen yksilö, joka oikeasti voi kadota. Aiempi mummin kulta voi nyt itkeä katkerasti mummin sylissä ja haluta vanhemman syliin. Lapsi voi kaiken kaikkiaan muuttua itkuisemmaksi ja ärtyisämmäksi. Vauvat ovat kuitenkin yksilöitä: vierastamisen voimakkuudessa ja ajoittumisessa on vaihtelua.
- Päivähoidon aloittaminen voi olla lapselle rankka kokemus, jos se ajoittuu vahvimpaan vierastamisvaiheeseen. Vanhempien läheisyys, lämpö ja hellät kosketukset ovat tässä iässä erityisen tärkeitä ja viestivät lapselle, että hän ja hänen kehonsa ovat hyviä.

## Lapsi kiinnostuu muista lapsista

- 9 kk:n ikäinen lapsi on usein jo selvästi kiinnostunut muista lapsista. Hän voi katsella heitä kiinnostuneena ja myös tutkia uteliaasti, joskus kovakouraisestikin. N. 10 kk:n iässä lapsi osoittaa helliä tunteitaan vanhemmilleen vastaamalla omalla halilla vanhemman haliin.
- Vuoden ikää lähestyvä lapsi nauttii yhä monipuolisemmista leikeistä vanhemman kanssa, esim. kurkistelu- ja taputusleikeistä ja sormiloruista. Hän osoittaa mieltänsä voimakkaasti, jos häntä kielletään jostakin ja estetään tekemästä asioita oman mielensä mukaan. Liikkumaan oppinut lapsi tarvitsee jo turvallisuutensa vuoksi uudenlaisia aikuisen asettamia rajoja, nappaamista pois vaarallisesta paikasta ja turvallisen tekemisen pariin johdattamista. Pelkkä sana "ei" ei vielä useinkaan riitä.

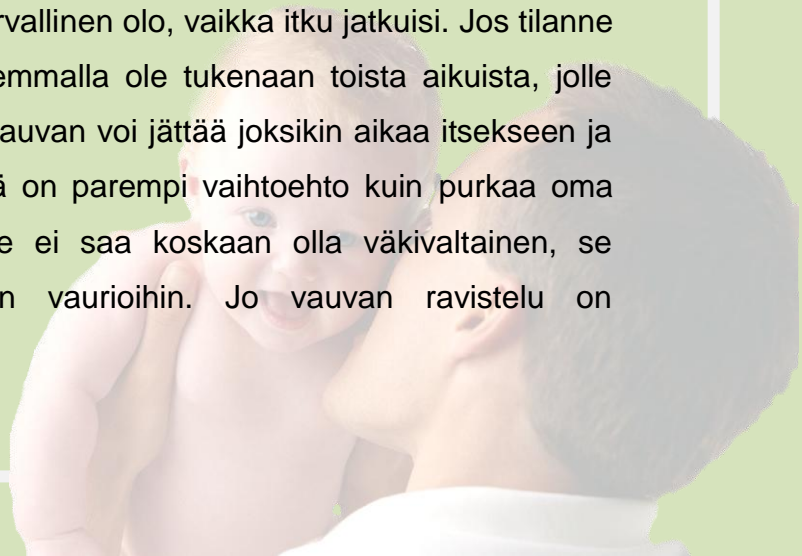


## Lapsen ensimmäiset sanat

- Lapsen ensimmäiset merkitsevät sanat ilmaantuvat n. vuoden iässä. Ensimmäiset sanat ovat yleensä lyhyitä ja liittyvät arjen ympäristöön, kuten äiti tai kukka. 1-vuotias tunnistaa useita sanoja ja ilmaisuja, jotka kuvaavat arjen tekemisiä: ”Mennäänpäs pesemään kädet!”
- Yleensä vanhempi on innoissaan lapsen ensimmäisistä, hapuilevista sanoista. Lapsi peilaa kaikkia toimintojaan vanhemmistaan ja vanhemman innostus saa hänet yrittämään entistä ponnekkaammin asioiden nimeämistä.

## Itku on vauvan viesti

- Itku on vauvan kutsu, joka kertoo, että kaikki ei ole hyvin. Vanhempi oppii usein ensi viikkojen ja kuukausien aikana erottamaan lapsensa erilaisia itkuja. Vauvat ovat kuitenkin erilaisia siinäkin, kuinka paljon heidän itkuissaan on sävyeroja. Itkun syy voi selvitä asiayhteydestä, esim. märkä vaippa, nälkä, pelästyminen, kylmyys, väsymys, kipu, pitkästyminen tai läheisyyden tarve. Yleensä vauva rauhoittuu, kun itkun syy poistuu. Joskus kuitenkin vauva vain itkee, vaikka vanhempi on kaikin tavoin varmistanut, että pienen tarpeet on jo tyydytetty ja pahan olon lähteet poistettu. Vanhemman voi olla raskasta sietää vauvansa itkua, vaikka vauvalla ei olisikaan mitään hätää. Vanhemman vaikeat tunteet tällaisessa tilanteessa kertovat siitä, että vanhempi ymmärtää vastuunsa vauvastaan ja tuntee empatiaa. Vanhempi voi rauhoitella itseään ja muistuttaa mieleensä, että vauvoilla on tapana välillä itkeä ja jonkin ajan päästä taas rauhoittua ja olla tyytyväisiä. Ei ole kyse mistään tavattomasta. Vauvakin rauhoittuu varmemmin, kun vanhempi pysyy rauhallisena. Vanhemman sylissä vauvalla on turvallinen olo, vaikka itku jatkuisi. Jos tilanne tuntuu sietämättömältä eikä vanhemmalla ole tukenaan toista aikuista, jolle antaa vauva välillä hoidettavaksi, vauvan voi jättää joksikin aikaa itsekseen ja vetäytyä itse rauhoittumaan. Tämä on parempi vaihtoehto kuin purkaa oma hermostuminen vauvaan. Vauvalle ei saa koskaan olla väkivaltainen, se johtaa sekä kehon että mielen vaurioihin. Jo vauvan ravistelu on hengenvaarallista.



- Kaikki vanhemmat ovat ajoittain hermostuneita ja ärtyneitä. Vauvavaiheen arki on vaativaa kaikesta ilosta ja onnesta huolimatta. Kannattaakin miettiä kuinka omaa jaksamistaan pitää yllä: jokin oma mieluisa tekeminen silloin tällöin, ystävien tapaaminen jne.

## Vauvan riemu kutsuu leikkimään

- Paitsi pahan mielensä, lapsi kertoo myös hyvän olonsa vanhemmalleen eri tavoin: rauhoittuu ja rentoutuu, kiljuu ja huitoo innostuneena ja riemuissaan, hymyilee ja kujertelee. Vauva haluaa jakaa vanhempansa kanssa kaikenlaisia tunteita. Vauvan iloiset ilmeet ja liikehdintä kertovat vanhemmalle, että vauva on hyvällä mielellä. Lisäksi ne houkuttelevat vanhempaa liittymään leikkiin ja ilonpitoon – houkutukseen kannattaa tarttua!
- Vauvan kanssa ei aina tarvitse järjestää varsinaisia leikkihetkiä, vaan vauvalle puhuminen ja katsekontaktin ottaminen, jumppaaminen ja paijaaminen, liittyvät luontevaksi osaksi yhteisiä hoitohetkiä. Vauvan kasvaessa hän alkaa yhä enemmän nauttia yhteisestä hassuttelusta ja nauramisesta. Vanhempi oppii tuntemaan lastaan ja tietää, milloin tämä on väsynyt ja kaipaa lepoa, milloin lapsi taas on virkeä ja valmis riehakkaampiin leikkeihin. Yöllä ei pidä innostua vauvan leikkikutsusta. Vauva opetetaan ja rauhoitetaan nukkumaan olemalla itse mahdollisimman vähäeleinen ja hoitamalla vain välttämättömät toimet hämärässä valossa.



## Vauvan keho kasvaa

- Täysiaikaisen vastasyntyneen pituus on keskimäärin 48–53 cm ja paino 2 700–4 000 g. Pään ympärysmitta on keskimäärin 35 cm. Lapsen paino laskee ensipäivinä n. 5–7 %, vauva saavuttaa syntymäpainonsa noin viikon ikäisenä.
- Ensimmäisenä ikävuotena lapsen fyysinen kasvu on huimaa. Ensimmäisen ½ v:n aikana syntymäpaino yleensä kaksinkertaistuu ja vauva kasvaa pituutta n. 15 cm. ½-vuotiaan vauvan pään ympärysmitta on n. 44 cm. 1-vuotispäivään mennessä syntymäpaino on yleensä kolminkertaistunut ja pituus lisääntynyt 25–30 cm. Yksivuotiaan pään ympärysmitta on n. 47 cm.
- Jokainen lapsi kasvaa kuitenkin omaa tahtiaan. Kun lasta neuvolassa mitataan, huomiota kiinnitetään siihen, että lapsen kasvu etenee tasaisesti kasvukäyrästöllä hänelle tyypillisellä tasolla, ja että lapsen kehitys on kokonaisuudessaan tasapainossa.
- Vauvaikäiselle ovat normaalia länget sääret ja lattajalat. Vauvan iholla on runsaasti hermopäätteitä, minkä vuoksi vauvaikäiset ovat herkkiä koskettamiselle. Lähellä pitäminen, hellä koskettaminen, sively ja pajailu edistävät lapsen kehitystä: fyysistä kasvua, psyykkistä kehitystä, liikunnallisia taitoja, puheen kehitystä, oman ruumiinkuvan syntymistä ja myönteistä itsetuntoa. Kaikenlainen lähekkäin oleminen, ihokontakti, hellittely ja sylihoito ovat tärkeää vauvan päivittäistä hoitoa.
- Vauvaharrastukset kuten vauvahieronta, vauvatanssi, vauvamuskari ja vauvauinti voivat auttaa vanhempaa löytämään erilaisia tapoja olla yhdessä vauvan kanssa ja tuoda yhteistä iloa. Harrastuksissa voi löytää myös seuraa muista vanhemmista. Kuitenkin ihan tavallinen hellä ja lapsen tarpeille ja toiveille herkkä hoiva, leikkiminen ja hellittely riittävät.



## Lapsen hampaat ja suun puhdistaminen

- Lapsen ensimmäinen hammas puhkeaa tavallisimmin alas eteen 4–8 kk:n iässä. Hampaiden puhkeamisikä ja -järjestys vaihtelevat suuresti eivätkä ole yleisen kehitystason mittari.
- Lasta voi alkaa totuttaa suun puhdistamiseen pienellä ja pehmeällä hammasharjalla jo ennen hampaiden puhkeamista. Ensimmäisen hampaan puhjettua hampaiden pesusta on tehtävä päivittäinen tapa. Uudet hampaat ovat erityisen alttiita bakteereille ja happohyökkäyksille. Älä ”puhdistaa” vauvan lusikkaa tai tuttia suussasi – kariesta aiheuttavat bakteerit tarttuvat syljen mukana aikuisen suusta lapsen suuhun.

## Vauvan koliikki-itku

- Joillakin vauvoilla esiintyy ensi kuukausina ns. koliikki-itkua. Tällöin lapsi itkee tuntikausia yhtäjaksoisesti, itku ajoittuu usein iltaan tai yöhön. Koliikin arvellaan johtuvan suoliston kypsymättömyydestä. Vauvan jatkuva itku uuvuttaa vanhempaa. Uupumus ruokkii helposti pettymyksen, syyllisyyden ja epäonnistumisen tunteita. On tärkeää muistaa, että kyse ei ole vanhemman huonommuudesta tai lapsen tahallisesta ilkeydestä. Uupuminen on luonnollista, vanhempi on yleensä tehnyt parhaansa. Itkevä vauva tarvitsee läheisyyttä ja vanhempi vakuuttelua siitä, että kaikki on hyvin itkusta huolimatta. Vanhempi voi tarvita tukea ja apua jaksakseen. Tukea voi saada niin puolisoilta, sukulaisilta, ystäviltä kuin neuvolastakin. Koliikki on ohimenevä vaiva, se helpottaa yleensä 3–4 kk:n iässä. Se on lopulta lyhyt aika, vaikka tuntuu itkun keskellä ja uupuneena ikuisuudelta.



## *Liikunnan oppimisen riemua*

- Lapsen liikunnallinen kehitys etenee kaikilla lapsilla omassa tahdissaan, mutta muutamien yhteisten peruseriaatteiden mukaan. Kehitys etenee ensinnäkin päästä jalkoihin: vauva oppii päänsä hallinnan ennen alavartalonsa hallintaa. Toisaalta kehitys etenee keskialueelta reunoille: vauva hallitsee keskivartaloaan ennen kuin hän hallitsee raajojaan.

## *Karkeamotoriikka kehittyy ensin*

- Vauvalla kehittyy ensiksi suurten lihasten hallinta, ns. karkeamotoriikka, ja sen jälkeen pienten lihasten hallinta, ns. hienomotoriikka. Lapsi esim. heiluttaa lelua ensin koko kädellään, sitten hän tarttuu leluun nyrkillään ja lopulta hän poimii esineitä peukalonsa ja etusormensa avulla. Vauvalla on luontainen halu kokeilla erilaisia liikunnallisia taitoja jo ennen kuin hänellä on niihin vaadittavia taitoja. Tätä vanhemman kannattaa tukea: lapsi oppii uusia asioita parhaiten, kun hän harjoittelee niitä omatoimisesti siinä vaiheessa, kun hänellä on siihen halu ja valmius.
- On mahtavaa seurata lapsen ponnisteluja ja sinnikkyyttä. Vauvan kanssa on mukava leikkiä ja auttaa häntä leikin lomassa harjoittelemaan taitoja, joita hänellä ei vielä ole. Muista kuitenkin, että yksilöllistä kehitysvauhtia ei voi nopeuttaa. Kunnioita sitä, mitä lapsesi osaa, anna hänen itse löytää taitonsa. Sen hän joka tapauksessa tekee ajallaan. Uuden taidon oppiminen vaatii lapselta aina tietyn kypsyystason.



## Mitä ihmeen heijasteita?

- Vastasyntyneellä on synnynnäisiä kehitysheijasteita ja refleksejä. Niistä valtaosa häviää ensimmäisten elinkuukausien aikana. Kuitenkin ns. suojeluheijasteet tulevat esille vasta noin ½ vuoden iässä.

## Moron heijaste eli säpsähdysheijaste

- Kun lapsen ylävartalon annetaan pudota lyhyen matkaa, lapsi heittää symmetrisesti sekä ylä- että alaraajansa sivuille, hän voi huitoa ja haroa ilmaa käsillään. Vastasyntynyt saattaa joskus ”morottaa” ollessaan alasti hoitopöydällä. Hän rauhoittuu, kun harovat kädet tuodaan rinnan päälle yhteen. Moron heijaste häviää yleensä 3 kk:n ikään mennessä.

## Etsimis- ja imemisheijaste

- Kun lapsen poskea paijataan, hän kääntää päänsä samaan suuntaan ja alkaa etsiä äidin nänniä. Lapsi alkaa imeä saatuaan nännin tai tutin suuhunsa. Tämä heijaste tulee esiin ensimmäisinä elinkuukausina.

## Kävelyheijaste

- Muutaman ensimmäisen elinviikon aikana lapsi nostelee jalkojaan ja ikään kuin kävelee, kun häntä pidellään kainaloista pystyasennossa ja jalkapohjat koskevat alustaan. Heijaste voi tulla jonkin aikaa näkyviin vedessä vielä sen jälkeen, kun se ei enää näy ”kuivalla maalla”.

## Asymmetrinen tooninen niskahеijaste

- Kun lapsen pää selinmakuulla kääntyy sivulle, saman puolen käsivarsi ja jalka ojentuvat ja vastakkaisen puolen koukistuvat. Heijaste ei välttämättä näy selkeästi, ja se häviää noin 2 kk:n iässä.



## Käsien ja jalkojen tarttumisheijasteet

- Kun vanhempi asettaa sormensa lapsen kämmentä tai jalkapohjaa vasten, lapsi tarttuu siihen sormillaan tai varpaillaan. Tämä heijaste häviää noin 3 kk:n ikään mennessä. Tämän jälkeen lapsi oppii tarttumaan tahdonalaisesti. Aluksi tarttuminen on helpompaa kuin irrottaminen.

## Suojeluheijasteet

- Kun lapsi lasketaan makuulle vatsalleen, hän ottaa käsillään vastaan n. ½ vuoden iässä. Tätä kutsutaan suojeluheijasteeksi eteen. N. 9 kk:n iässä lapsi ottaa istuessaan käsillään vastaan sivuille, ettei kaatuisi kyljelleen. Tätä kutsutaan suojeluheijasteeksi sivulle. N. vuoden iässä lapsi ottaa käsillään vastaan taaksepäin, jos hän meinaa kaatua istualtaan selälleen. Tätä kutsutaan suojeluheijasteeksi taakse.



TIEDOT KERÄTTY MLL: N VANHEMPAINNETISTÄ:

<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/>

MLL:n Vanhempainnetti tarjoaa monipuolista tukea vanhemmuuteen.

Sivusto tarjoaa tietoa lapsen kasvusta ja kehityksestä, kasvatuksesta sekä mm. unen ja leikin merkityksestä.

