

**Vauvan vanhempana – iloa ja uuvuttavaa arkea**

Tiedote 20.3.2015



Vanhemmaksi tuleminen on elämän suurimpia muutoksia, joka useimmiten tuo mukanaan paljon hyvää. Mutta mitä tehdä jos elämä vauvan syntymän jälkeen menee poskelleen: parisuhde takkuaa, kohtuuton väsymys vie ilon ja vauvan kanssa ei pärjätä? Tutuksi tullut hokema ”kielteiset tunteet kuuluvat vanhemmuuteen” on silloin ohutta lohduttelua, sanoo psykologi **Hannele Törrönen**, jolta on juuri ilmestynyt teos **Vauvan kanssa vanhemmiksi – Selviytymisen ja ilon kirja** (Kirjapaja). Raastavimmillaan perheessä koetaan epätoivon hetkiä, jotka voivat painaa vanhempien mieltä vielä vuosikymmentenkin jälkeen.

Vanhemmuudesta puhutaan ikään kuin se olisi tyylivalinta tai toisaalta rationaalisesti äidin ja isän työnjakoasiana. Hannele Törrönen muistuttaa, että vanhemmuus on suurten tunteiden aikaa ja aina suhdetta ennen kaikkea vauvaan. Miten vauva nähdään ja miten hänen kanssaan ollaan, ovat keskeiset kysymykset.

Kirjassa pohditaan äitien väsymystä. Miten menneiden sukupolvien äitien nääntymys ja jopa katkeroituminen ovat vaikuttaneet äidiksi tuleviin naisiin? Vallalla on pitkään elänyt käsitys siitä, että lapset vain ”pyöräytetään” ja että vauvan itku vahvistaa keuhkoja. Niinkö? Mitä puhumatonta ja ymmärtämätöntä on suomalaisen äitiyden psykohistoriassa, Törrönen pohtii.

Kirjassa rohkaistaan vanhempia ajattelemaan moni asia uusiksi ja etsimään ratkaisuja selviytymiseen yhdessä vauvan kanssa. Vauva on valmis ja odottaa vanhempiaan vuorovaikutuksen tanssiin jo heti synnyttyään. Kun vanhemmilla on vaikeaa, on heidän hätänsä ja ahdistuksensa rauhoittaminen ensisijaista, jotta he kykenisivät olemaan levossa vauvansa kanssa ja avoimia hänen viesteilleen.

**Hannele Törrönen** kirjoittaa ainutlaatuisen upeasta mutta haastavasta vauvavaiheesta suurella sydämellä, asiantuntemuksella ja huumorilla niin psykologina kuin omakohtaisesti äitinä ja isoäitinä. Kirja on tarkoitettu vauvojen ja pikkulasten vanhemmille sekä vauvaperheen läheisille ja ammattilaisille.

”Monet asiat ovat menneet eteenpäin, mutta se tosiasia, että jotkut vanhemmat ajautuvat tässä vaiheessa syviin ongelmiin, ei ole muuttunut. Kynnys hakea apua on varmasti madaltunut, hyvä niin”, Törrönen toteaa.

**HANNELE TÖRRÖNEN** on psykologi, psykoterapeutti ja vauvaperhetyön asiantuntija. Hänen asiantuntemuksensa on ollut käytössä myös lastensuojelussa ja vauvoihin ja lapsiin kohdistuneen väkivallan kysymyksissä.

Hannele Törrönen, Vauvan kanssa vanhemmiksi – Selviytymisen ja ilon kirja. Kirjapaja, Helsinki. 213 s.

ISBN 9789522881939. Kl 14.8 / 38.1. Ovh. sid. 32,90.

**Lisätietoja:** Kirjapaja/viestintä Marja-Liisa Saraste 09 6877 4568 [marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi](mailto:marja-liisa.saraste@kirjapaja.fi) tai Hannele Törrönen 0400 434 914 hannele.torronen@gmail.com

**Arvostelukappaleet ja kuvapyynnöt:** Minna Vatja, [minna.vatja@kirjapaja.fi](mailto:minna.vatja@kirjapaja.fi)

