

Hyvä 1½-vuotiaan lapsen äiti ja isä

Lapsiperheen elämään sisältyy monenlaisia ilonaiheita, mutta välillä arki voi olla melko rankkaa. Vanhemmat voivat hyötyä siitä, että he joskus kiireenkin lomassa pysähtyvät pohtimaan omaa elämäänsä ja keskustelemaan siitä yhdessä. Tästä hyötyvät yleensä myös lapset ja näin koko perhe.

Tähän lomakkeeseen on koottu vauvaperheille keskeisiä asioita, jotka voivat olla perheelle voiman lähteitä tai arkea kuormittavia. Lomakkeen avulla voit tarkastella tekijöitä, jotka sinun tai perheesi elämässä tällä hetkellä **antavat voimia** tai **kuormittavat arkea**. Tunnistaessasi näitä tekijöitä sinun on helpompi miettiä mahdollisesti tarvittavia muutoksia suhtautumis- ja toimintatavoissasi. Halutessasi voit keskustella perheesi voimavaroista myös neuvolassa.

Rengasta joka kohdassa neljästä vaihtoehdosta yksi, joka vastaa parhaiten elämäntilannettasi.

Lomakkeen täytti: Äiti ____ Isä ____ Äiti ja isä yhdessä ____
(Äidille merkintä X ja isälle O)

	Pikkulapsiperheen elämäntilanne	täysin samaa mieltä	osittain samaa mieltä	osittain eri mieltä	täysin eri mieltä
1.	Otamme lapsen tarpeet huomioon perheemme ajankäytössä	1	2	3	4
2.	Työn(opiskelun) ja perhe-elämän yhteen sovittaminen on ollut sujuvaa	1	2	3	4
3.	Kotimme on lapselle turvallinen kasvupaikka	1	2	3	4
4.	Asuinympäristömme on lapsiystävällinen ja turvallinen	1	2	3	4
	Vanhemmuus ja lapsen hoito				
5.	Minulla on riittävästi aikaa olla lapsen kanssa	1	2	3	4
6.	Lapsen hoito sujuu minulta	1	2	3	4
7.	Minulla on monia mukavia hetkiä lapsen kanssa				
8.	Minua ei huolestuta mikään lapseni kehityksessä	1	2	3	4
9.	Uskallan käsitellä myös lasta kohtaan tuntemiani kielteisiä tunteita	1	2	3	4
10.	Pystyn asettamaan rajoja lapselle	1	2	3	4
11.	Perheessämme on säännöllinen päivärytmi	1	2	3	4
12.	Lapsen syömistilanteet sujuvat yleensä ongelmitta	1	2	3	4
13.	Perheemme saa riittävästi unta	1	2	3	4
	Parisuhde				
14.	Olen tyytyväinen parisuhteeseeni	1	2	3	4
15.	Osaamme riidellä ja sopia	1	2	3	4
16.	Kotityöt jaetaan perheessämme oikeudenmukaisesti	1	2	3	4

		Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä
17.	Vuorottelemme aika ajoin lapsen hoitamisessa	1	2	3	4
18.	Pyrimme tekemään mukavia asioita yhdessä	1	2	3	4
19.	Saamme tarvittaessa apua sukulaisilta tai muilta läheisiltä	1	2	3	4
20.	Meidän on mahdollista saada lastenhoitoapua	1	2	3	4
21.	Paikkakunnallamme on riittävästi lapsiperheille tarkoitettuja palveluja	1	2	3	4
	Perheen terveys ja elämäntavat				
22.	Tunnen itseni terveeksi	1	2	3	4
23.	Kenelläkään perheenjäsenistä ei ole huolta aiheuttavaa sairautta tai vammaa	1	2	3	4
24.	Kenenkään perheenjäsenen päihteiden käyttö ei aiheuta huolta	1	2	3	4
25.	Meillä on riittävästi perheen yhteistä aikaa	1	2	3	4
26.	Perheessämme ei käytetä fyysistä väkivaltaa	1	2	3	4
27.	Perheessämme ei käytetä henkistä väkivaltaa	1	2	3	4
	Perheen tulevaisuudennäkymät				
28.	Taloudellinen tilanteemme ei huolestuta minua	1	2	3	4
29.	Perheessämme ei ole työttömyyttä tai sen uhkaa	1	2	3	4
30.	Meillä on riittävät voimavarat selvitä tässä elämäntilanteessa	1	2	3	4

Muut minulle/perheellemme voimia antavat tekijät:

(esim. ystävät, sukulaiset, harrastukset, päivähoito, mielenterveyspalvelut, perhetyö, sosiaalityö, A-klinikka, seurakunta)

Muut elämäntilannettamme kuormittavat tekijät:

Mistä asioista erityisesti haluaisitte keskustella neuvolakäynnillä: