

VIVIAN NICK
KIRSIKKA SIMBERG

Äitikirja

KIRJA
VANHEMMAKSI
TULEVALLE



HELSINGISSÄ
KUSTANNUSOSAKEYHTIÖ OTAVA

© Vivian Nick & Kirsikka Simberg ja Kustannusosakeyhtiö Otava
Kansi ja taitto: Tuukka Koivisto (Kobra Agency)
Tekstin- ja tiedonloubinta kielletty.
ISBN 978-951-1-52687-2

OTAVA
KIRJAPAINO
Keuruu 2026



Tämän kirjan omistaa



JOHDANTO

Vanhemmuus mullistaa elämän. Se voi alkaa yllättäen tai pitkän puntaroinnin päätteeksi, tai ottaa aikansa tapahtuakseen. Alusta alkaen se ottaa tilaa vanhalta elämältä ja limittyy sen kanssa, mihin on tottunut.

Matka läpi raskauden, synnytyksen ja ensimmäisten vanhemmuuden viikkojen on täynnä pieniä yksityiskohtia ja suuria tunteita. Jotkut näistä asioista haluaa unohtaa kokonaan, jotkut tallettaa ikuisesti. Juuri sitä varten tämä kirja on tehty: jotta vanhemmaksi tuleva voisi kirjata ylös omia tunteitaan, havaintojaan ja kokemuksiaan vanhemmuudesta, ja jotta ne säilyisivät kirjan sivuilla ja muistoissa myös silloin, kun univelkaa on kertynyt tai kun jälkikasvusta on tullut aikuisia.

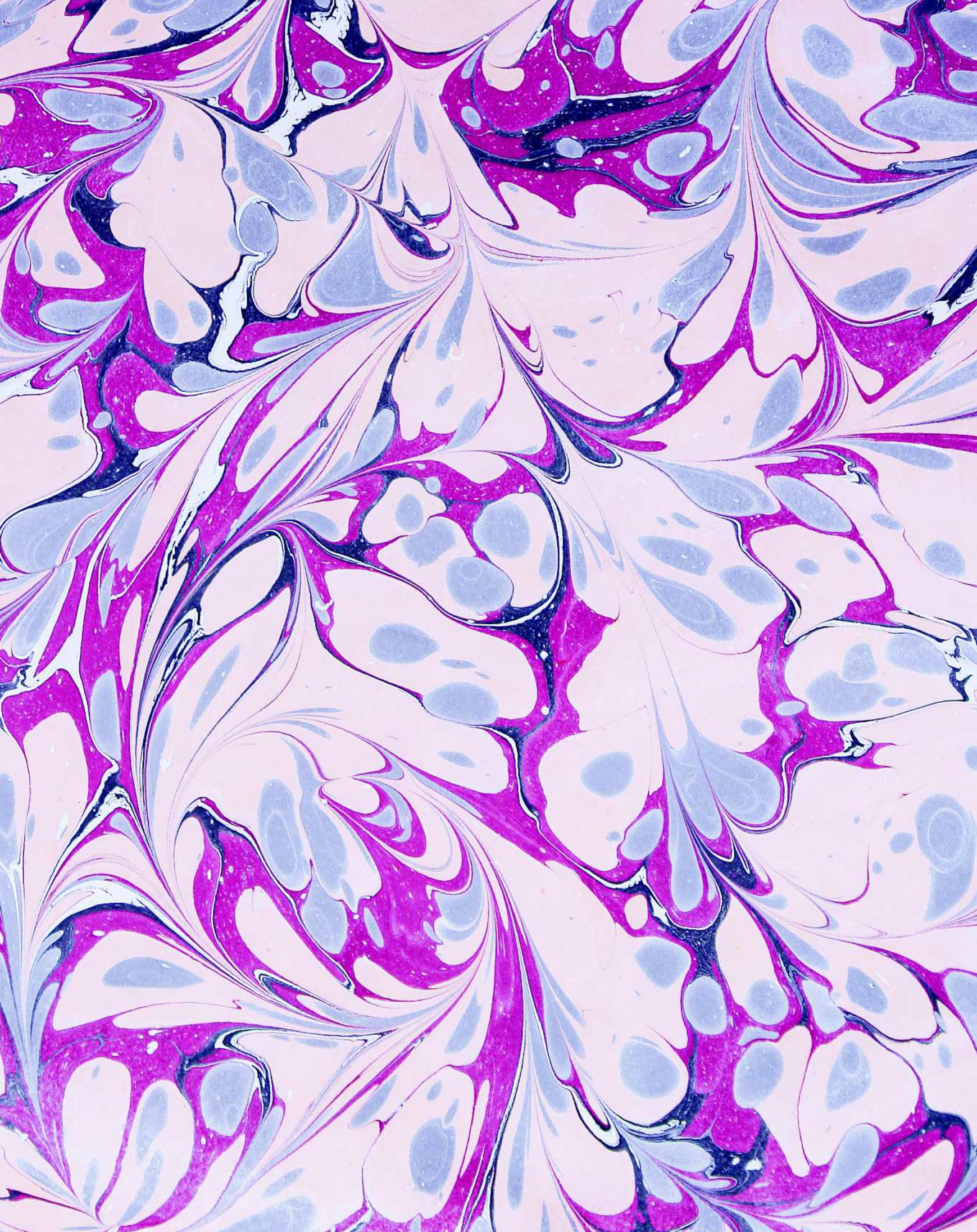
Kirja johdattaa pohtimaan ja purkamaan, jakamaan iloa ja tallentamaan pieniä hetkiä. Siihen voi vuodattaa yön pimeiden tuntien tunnelmia kuin hyvälle ystävälle. Tätä kirjaa voi täyttää omaksi ilokseen tai vaikkapa aikanaan lapsilleen annettavaksi – jokainen tapa on oikea.

Sinulle vanhemmaksi tuleva, me haluamme sanoa:

Sinä olet täydellinen vanhempi juuri sinun lapsellesi.
Tulet selviämään mistä tahansa.
Muista iloita tästä matkasta.

Helsingissä
13.10.2025

Vivian & Kirsikka



Haaveet ja lähtötilanne

Milloin aloit haaveilla vanhemmuudesta?

Mikä sai sinut ajattelemaan, että "nyt voisi olla oikea aika"?

**OLIKO PÄÄTÖS PIKAINEN VAI
PITKÄÄN KYPSYTELTU?**
Millaisia ajatuksia tuleva vanhemmuus herätti?

**TULEVAAN VANHEMMUUTEEN LIITTYVIÄ
TOIVEITA JA UNELMIA:**

**TULIKO VASTAAN PETTYMYKSIÄ TAI
ODOTTAMATTOMIA VIIVYTYKSIÄ?**

**MILLAISIA TUNTEITA
MATKA HERÄTTI SINUSSA?**

Mahdolliset **HOIDOT**

*Kävittekö läpi lapsettomuushoitoja
tai tutkimuksia?*

Millaisia kokemuksia niistä jäi?

*Oliko hoidoissa jokin hetki, joka
jäi mieleesi erityisen kirkkaana?*