

Hyvä ero
-Uusperheen terve kasvualusta

Virpi Hopeakangas
Suomen Uusperheiden Liitto ry
Uusperheneuvojakoulutus
21.11.2017

Sisällysluettelo

1. Johdanto.....	1
2. Parisuhdeongelmat.....	3
2.1. Erosta selviytyminen	4
3. Parisuhde päättyy, vanhemmuus jatkuu.....	6
3.1.Lapsen ääni.....	7
4. Ympäristö tukee tai hajottaa	9
4.1.Ammattiapu	10
5. Pohdinta	12
Lähteet	14
Liite 1	

1. Johdanto

Kehittämishankkeen aiheen valinta aiheutti aluksi päänvaivaa; haluaisinko ratkaisukeskeiseen psykoterapiaan suuntautuneena myönteisenä ihmisenä alkaa tutkia lähtökohtaisesti negatiiviseksi miellettyä aihetta, eroa? Eikö rakentavampaa olisi keskittyä hyvän parisuhteen vaalimiseen ja mahdollisten riitatilanteiden selvittämiseen niin, että parisuhde voisi jatkua ja eheytyä entisestään? Uusperheen lähtökohtana useimmiten (leskeytyneitä lukuunottamatta) on kuitenkin se, että jompikumpi uusparista tai ainakin toinen on eronnut ja uutta suhdetta lähdetään rakentamaan siltä pohjalta. Uusperheen rakentaminen on erittäin paljon kitkattomampaa, jos uuteen suhteeseen lähteneet ovat pystyneet tekemään ns. ”hyvän eron”. Edellinen suhde täytyy hoitaa loppuun-omien toiveiden ja tarpeiden kohtaaminen sekä uskallus olla yksin, on tärkeää (Väestöliitto, Åberg. R., 2013, s. 104). Näen tärkeänä hyvän eron merkityksen uuden parisuhteen optimaalisen onnistumisen lisäksi lapsille- sekä eronneiden vanhempien yhteisille lapsille, että mahdollisille uusperheen tuleville lapsille. Aihe on yhteiskunnallisesti merkittävä-v.2015 Suomessa solmittiin 24 708 avioliittoa ja avioeroja tilastoitiin 13 939 (SVT, 2017). Uusperheessä elävien lasten määrä v.2016 oli Suomessa 108 421 (SVT, 2017). Ilmiö ei ole outo maailmallakaan. Visher & Visher arvioivat jo vuonna 1981 Yhdysvalloissa olevan yli 35 miljoonaa aikuista bonusvanhemman roolissa ja joka kuudennen lapsen olevan bonuslapsi (Goldenberg I. & Goldenberg H., 1985, s.14). Näin perustellen aiheen tutkiminen sai mielessäni lunastettua parhaan paikan kehitystyön aiheeksi. Lisäksi aihe kiinnostaa minua henkilökohtaisesti. Olen muodostanut mieheni kanssa uusperheen jo vuonna 1994 tilastollisesti erittäin harvinaisessa kokoonpanossa; miehelläni oli tuolloin kaksi lasta edellisestä suhteesta ja lapset oli ”jaettu” äidin ja isän kesken (toinen lapsi asui vakituisesti isälläään ja toinen äidilläään; joka toinen viikonloppu lapset tapasivat toista vanhempaansa ja sisarustaan.) Koen, että mieheni ja vanhempien lastensa äidin ero ei ole ollut ns. hyvä ero. ”Käsittämätön ero johtaa vain konfliktiin, joka ei välttämättä sammuu koko elinaikana. Aika ei paranna haavoja” (Väestöliitto, Åberg R., 2013, s. 110). Minulla olisi myös monta hyvää neuvoa nuorelle itselleni menneisyyteen. Uusperheen elämää pohtivassa kirjassa ”Huonetta vai sukua” todetaan, että kyvyttömyys hallita kokonaisvaltaisesti omaa elämää kuluttaa äitipuolen voimia erityisesti-oletus siitä, että uusperheen isä voisi parantaa tilanteita selvittämällä

keskeneräiset asiat entisen puolisonsa kanssa on erehdys. Todellisuudessa monen asian ohi on jo aika ajanut, eikä eron aikaisiin tunnesuhteisiin tai tapahtumiin voida enää palata, vaikka eron nostattama katkeruus vaikeuttaisikin monin tavoin uusperheen elämää. (Raittila & Sutinen, 2008, s.157-158). Esimerkiksi tämän ymmärtäminen olisi ollut itselläni kohdallaan, kun alle 20-vuotiaana sinisilmäisenä idealistina pyrin korjaamaan mieheni ja hänen ex-puolisonsa välejä sekä kanssamme asuvan lapsipuoleni ja hänen etä-äitinsä välejä. ”Idealisti ajattelee toiveen hyvästä suhteesta entisiin puolisoihin kuuluvan järkevien ja kypsien aikuisten elämään” (Raittila & Sutinen, 2008, 142). Aloittaessani tutkimaan tarkemmin aihetta ajattelen jopa, että avioliittoa solmittaessa olisi hienoa, jos pari sitoutuisi osallistumaan tiettyyn määrään ammattilaisen ohjaamaa terapiaa, mikäli liitto päättyy eroon. Tämä vähintään siinä tapauksessa, että parilla on lapsia. Ei ehkä romanttisin ajatus, mutta onhan yhteiskunnassamme jo avioehtokin otettu vastaan mahdollisuutena-ehkä aika voisi olla kypsä jo tällaisellekin. Lukuisat avoparit taas saavat miettimään, kannattaisiko terapiajärjestelmää sittenkin jotenkin sitoa neuvolatoimintaan. Pastori ja parisuhdeterapeutti Hellström sanoo, että suuri osa avioeroista tulee, kun lapset ovat pieniä. Kaikkiin avioliittoihin eivät myöskään lukeudu lapset-tämänkin perusteella neuvola voisi olla oikea paikka terapian pariin ohjaamiseen. Toisaalta neuvolatyöntekijät ovat jo nyt kuormittuneita heille säilytetyistä vastuista-resurssien lisääminen olisi jo nykyisillä vastuilla tarpeen.

Onnettomat liitot eivät useinkaan johda ystävällisiin eroihin (Goldenberg I. & Goldenberg H., 1985, s.279). Goldenbergit esittävätkin Elkinin jo 1977 nostaman ajatuksen kirjassaan: Avioliiton purkautumisen jälkeisenä aikana voi olla tarpeellista pitää perheterapia istuntoja, että perheenjäsenten sopeutuminen muutoksiin heidän elämässään helpottuisi (Goldenberg I. & Goldenberg H., 1985, s.277-278). Uusperhetutkimukseen osallistuneet uusperheellisetkin neuvovat selvittelemään vanhan liiton ennen kuin aloittaa uuden liiton (Malinen & Larkela, 2011, s.70).

Työni tarkoitus on rakentaa vanhempien eron yhteydessä ja eron jälkeen hyödynnettävä lasten turvaverkkomalli. Tätä voin käyttää omassa työssäni terapeutina. Mallia on mahdollista jakaa myös opasteeksi eroa suunnitteleville tai jo eronneille pareille. Kun vanhemmat saavat tukea, voivat lapsetkin paremmin.

2. Parisuhdeongelmat

Melkein aina parisuhdeongelmat alkavat vuorovaikutusongelmista (Väestöliitto, Åberg R. toim., 2013, s.25). ”Erimielisyydet eivät riko liittoa, vaan se, ettei niiden kanssa pystytä elämään” (Kontula O., 2017). Harmillisen harva pari hakee ongelmiinsa apua ennen kuin tekee päätöksen erosta. Kun umpikujaan ajautunut suhde keinottoman parin kesken jatkuu, saattavat toimimattomat yritykset ratkaista ristiriitoja nakertaa suhdetta entisestään (Väestöliitto, Åberg R., 2013, s. 34). Tässä kohden pariterapia -ja neuvonta olisivat enemmän kuin paikallaan; aina sekään ei silti tarkoita sitä, että parisuhde jatkuisi. Parisuhteen ei tarvitse olla elinikäinen silloin, kun se ei ole molemmille hyväksi-on hyväksyttävää, että elämään voi kuulua eripituisia parisuhteita (Väestöliitto, Åberg R., 2013, s. 104). Väitteeni onkin, että niiden parien osalta, jotka terapiassa käyvät ja siitä huolimatta päätyvät eroon, on parempi (terveempi, jäsennellympi) tilanne jatkaa yhteistyötä lasten vanhempina, kuin pareilla, jotka eivät tätä polkua ole kulkeneet. ”Harvoin uuteen rakkauteen siirtyminen onnistuu suoraan käsittelemättä jääneen eron jälkeen” (Väestöliitto, Åberg R., 2013, s. 104).

Vuorovaikutusta kuvataan terapiamaailmassa usein tennisotteluna. Maarit Kallio maalailee molempien lyöntitavan vaikuttavan pelin etenemiseen ja pallon liikkeisiin-vastapuoli voi olla kuinka hyväsydäminen tai teräshermoinen tahansa, silti toinen osapuoli voi tuhota pelin aivan yksinkin tehokkaasti (Kallio, M. 2016, s.153). Hän toteaa myös, että elämää on uskallettava elää, ei vain opiskella-on uskallettava laittaa kädet saveen; mutta siellä on oltava kahdet kädet (Kallio, M. 2016, s.139).

Pari -ja perhepsykoterapeutti Vuokko Laurila kertoo, että usein suhteen toinen osapuoli haluaa ja toivoo eroa voimakkaammin kuin toinen. Joskus toinen on voinut pohtia eroa yksinään jo pitkän aikaa, kun taas toiselle ajatukset ja ero tulee suurena yllätyksenä (Pelo, M., 2015). Tämän olen kokenut olevan totta myös omassa tuttavapiirissäni. Pariterapiaan hakeudutaan usein liian myöhään; apua pitäisi hakea jo silloin, kun vasta toinen osapuoli on tyytymätön suhteen tilaan. Jos eroa on mietitty tarpeeksi kauan ja huolella, ja sen on todettu olevan huonoista vaihtoehdoista paras,

on päätös oikea (Pelo, M.,2015). Avioliitossa sinnittely ei ole aina voitto-lohdullisesti ajateltuna ero on myös mahdollisuus (Heikinheimo, 2017).

2.1 Erosta selviytyminen

Eron jälkeen toipuminen on mahdollista. Eroryhmät, psykoterapia ja itsehoitomenetelmät hyödyttävät monia eronneita. Yksi parhaista itsehoitomenetelmistä on kirjoittaminen; sen avulla voi tunnistaa ja käsitellä vaikeita tunteita. (Helin S. & Halttunen L., 2016, s.158). Oikea elämä on kipua ja kauneutta. Jokainen meistä on keskeneräinen, eikä ennen elämämme viimeistä päivää sille ole loppua. "Käy hitaasti peremmälle itseesi, myötäkarvaan silittäen". (Kallio M., 2016, s.13-14). Itsetuntemus on merkittävässä roolissa erokriisistä selviytymisessä. Kun ihminen joutuu stressaavaan ja vaikeaan tilanteeseen, hän käyttää selviytymisstrategioita; coping-keinot ja defenssimekanismit pyrkivät palauttamaan tasapainon ja poistamaan ahdistuksen sekä suojaavat sisäistä eheyttä (Vilkkö-Riihelä A., 1999, s.35-37). Goldenbergit kirjoittavat Kaslowin (1981) ajatuksesta, että yksilöt käsittelevät erokokemuksiaan samalla tavalla, kuin muitakin kriisejään ja stressinaiheuttajiaan elämänsä aikana. Ennenkin järkevästi ja maltillisesti toimineet kykenevät siihen Kaslowin mukaan eron jälkeenkin ja säilyttävät toimintakykynsä (tosin hetkellistä "hulluutta" saattaa ilmetä). Somaattiseksi ja avuttomaksi heittäytyjät taas tuntevat olonsa toivottomaksi ja tulevat eron jälkeen helposti epätoivoiseksi. (Goldenberg I. & Goldenberg H., 1985, s. 277).

Insoo Kim Berg kirjoittaa teoksessaan "Family based services" (1994), että perheiden kategorisoiminen tietyn ongelman mukaan on helppoa, mutta ei vie toivottuun tulokseen. Hän jatkaa, että yksilöllinen hoito perheelle heidän maailmankatsomuksensa ja toimintatapojensa huomioiden kasvattaa yhteistyötä, voimauttaa perhettä ja laskee myös työntekijän turhautumista (Berg, I., 1994, s. 190-191). Kaikkia eroperheitä ei siis kannata yrittää hoitaa samalla kaavalla, vaikka yhtäläisyyksiä onkin. Perhettä / yksilöä voi johdattaa eron jälkeiseen toivottuun tulevaisuuteen esimerkiksi Bergin samaisessa teoksessa esittelemän ihmekysymyksen kautta. Kun asiakas saadaan ajattelemaan, että ongelma on ratkaistu ja ihme on tapahtunut, luodaan hänelle toivoa tulevaisuuteen sekä uskoa

omaan persoonalliseen mahdolliseen itseen; ei siis muiden ajatuksia siitä, millaista elämän tulisi olla (Berg, I. 1994. s. 97).

Terapiaan tullut ihminen puhuu usein ongelmien, ristiriitojen ja hankaluuksien menneisyydestä. Teemoissa heijastuvat kelpaamattomuus, menetys, epäonnistuminen ja turhuuden tunne. Tarinan uudelleenrakentamisen avulla ihminen pääsee kertomaan elämäntarinaansa eteenpäin vähemmälle huomiolle jääneitä tapahtumia ja kokemuksia hyödyntäen. Terapeutti rohkaisee asiakasta mm. laajentamaan ajatteluaan ja käyttämään kykyään antaa asioille merkityksiä. (White, M., 2007, s.63). Myönteiseen määrittelyyn voivat siivittää myös taitavasti valitut terapeutit reflektioryhmät-ne kertovat ihmisen tarinan uudelleen tunnustuksen antamiseen tähtäävällä tavalla (White, M. 2007, s. 167). Itse ajattelisin, että eroperheet /yksilöt voisivat hyötyä tällaisestakin työskentelystä-tapahtuneet asiat käydään läpi ja ne hyväksytään myönteisen kerronnan kautta. Haasteita ei silti piiloteta; niistä otetaan opit matkaan mukaan!

Miesten erokoulu on auttanut jo tuhansia miehiä selviämään eron aiheuttamista ahdistavista tunteista. Erokoulun järjestämiseen on tullut aloite poliisilta; erotilanteen ja tunteiden käsittelyyn nähtiin tarve-jos kriisi jää käsittelemättä, asiat helposti kärjistyvät, eikä tulos ole silloin hyvä. (Järvinen, E., 2016). Erokoulu perustuu Väestöliiton psykoterapeuttien kokemuksiin ja tieteelliseen tutkimustietoon. (Väestöliitto, 2017). Eron taustalla voi olla myös väkivaltaa, päihdeongelmia, peliriippuvuutta tai muita erikseen hoitoa vaativia tekijöitä. Näihinkin ongelmiin kannattaa hakea apua. Verkkoauttamisen sivustoja on omilla sivustoillaan esitellyt mallikkaasti mm. Suomen Sosiaali- ja terveys ry Soste-täältä löytyy sivustolinkki myös eroon apua kaipaaville (Soste, 2017). "Apua eroon.fi – sivusto kannustaa perheitä hakemaan apua erotilanteeseensa. Erotilanteeseen on saatavilla monenlaista maksutonta tukea ja tietoa eri toimijoiden järjestämänä. Hyvä ero on mahdollinen!" Vertaistuki on tässäkin elämäntilanteessa suuri apu. (Ensi- ja turvakotien liitto, 2017). Erokriisi herättelee aina muutosta. Eron voi jopa nähdä pakotettuna kasvumahdollisuutena. Erokriisistä voi siis sukeutua myös kasvattava kokemus. (Alkio, 2017).

3. Parisuhde päättyy, vanhemmuus jatkuu

”Vaikka aviopuolisot purkavat parisuhteensa, heidän vanhemmuussuhteensa jatkuu. Jaettavia ja yhteisesti hoidettavia asioita eronneilla on eron jälkeen enemmän kuin ennen eroa. Jos erossa on lapsia, he ovat aina etusijalla. Asumisjärjestelyt tehdään lasten parhaaksi. Tätä uutta ajatusmallia aikuisten on syytä harjoitella eron jälkeen vaikkapa hyvän psykoterapeutin puheilla” (Väestöliitto, kohti erorauhaa, 2017).

Kansainväliset esimerkit viitoittavat lapsen edun huomioimisen ja sovittelun tietä; esimerkiksi Australiassa tulee käydä perheasiain sovittelussa jo ennen erohakemuksen jättämistä, Norjassa taas pakollinen sovittelu tapahtuu erohakemuksen jättämisen jälkeen (Aula M. & Hujala A., 2008). Belgiassa kansalaistoimintana syntynyt erokouluhanke toteaa sovittelukirjallisuuden ja erotutkimusten pohjalta, että on mahdollista erota loukkaamatta ja työstää eroa, kunnes on pyydetty ja annettu anteeksi. Erokoulun mukaan 90 prosenttia riidoista eron jälkeen on seurausta eroilmoituksesta, mikä on epäonnistuneella tavalla annettu-sosiaalisen median kautta tai ”lappu pöydällä” taktiikalla toiminta on loukkaavaa. ”Nopeasti eroon -ajattelu kiinnittää eroavan parin toisiinsa tunnesitein, sillä loukkaantuneet tunteet eivät jätä rauhaan vuosikymmeniin.” (Vaaranen, H, 2014).

Perheneuvojan puheille eronneita lasten vanhempia kannustaa menemään myös Suzie Hayman (1999, s.40). Puhtaalta pöydältä aloittaminen ei ole yleistä edes ensimmäiseen avioliittoon tai avoliittoon ryhtyviltä, mutta uusperheessä painolastina on tietysti vielä enemmän tavaraa. Tämän takia ex-suhteesta irtautuminen ja sen päätökseen vieminen kunnialla ovat tärkeitä asioita. (Hayman, 1999, s.39).

Uusperheen kiperimpänä ongelmana saattaa olla juuri se, että uuspuolisot eivät vanhemmuuden siteen vuoksi kykene koskaan täysin kääntämään uutta lehteä. Uuden suhteen luominen vanhan suhteen varjossa on haastellista varsinkin, jos toisella tai molemmilla on lapsia. Jos vielä molemmilla tai jommallakummalla on muistona ”jätetyksi tuleminen” entisestä suhteesta, ovat ongelmat selvempiä. (Hayman, 1999, s.53-54).

Vanhemmuus ja parisuhde ovat eronneet toisistaan huoltajuuslainsäädännön muutosten vuoksi. Eron jälkeisestä vanhemmuudesta ei pitäisikään puhua entisten puolisoitten yhteisenä projektina. Isän ja äidin vanhemmuus on kummankin erilaista ja erillistä vanhemmuutta. Huoltajuus on jaettavissa, vanhemmuus ei. Toinen vanhemmista voi rajoittaa tai auttaa toisen vanhemman mahdollisuuksia luoda suhde lapseen. Jos eron jälkeen huoltajuuteen liittyvät järjestelyt keskitytään hoitamaan mahdollisimman hyvin, ei eronneita puolisoita sido yhteen ristiriitaisia tunteita ja rooli ongelmia (sekä eronneille että uusperheen uudelle aikuiselle) aiheuttava vanhemmuus. (Raittila & Sutinen, 2008, s.159).

3.1.Lapsen ääni

Lapsen myönteisen itsetunnon kehittymiseen tarvitaan mielikuva siitä, että hän on rakastettu. Jos lapsi kokee toisen vanhemman hylänneen hänet, tulee hylkäämiskokemus osaksi minuutta. Vanhempien pitäisi unohtaa keskinäiset halveksuntansa ja riitansa, kun lapsesta on kysymys. (Vilkkö-Riihelä A., 1999, s. 509).

Parhaillaan käynnissä oleva ”Näe mut-Se mej”-kampanja kiinnittää huomion lapseen eron keskellä. Lasten asema ja hyvinvointi ovat tärkeitä huomioida erityisesti, jotta he eivät joutuisi riitojen välikappaleiksi (Näe mut-Se mej-kampanja, 2017). Psykologi Sirpa Salo toteaa väitöstutkimuksessaan, että vanhempien ero on yksi yleisimmistä elämän stressitekijöistä, jotka vaikuttavat lapseen. Vanhempien parisuhdeongelmat nostavat riskiä lasten mielenterveysongelmille. Vanhemmat voivat kuitenkin tukea lastaan suojelemalla lapsia riitelyltä ja jättämällä heidät ristiriitojen ulkopuolelle. Tutkimuksen perusteella lapsia pitäisikin siis vastoin yleistä ajattelumallia suojella riitelemiseltä (Salo, S, 2011).

Tampereen Mannerheimin lastensuojeluliiton väki kohtasi Lapsi ja ero -hankkeen merkeissä useita eronneita lapsiperheitä ja kävi lukemattomia mielenkiintoisia keskusteluja ammattilaisten kanssa. Kohtaamiset toivat vahvistusta ajatukselle siitä, että eropalveluita tarvitaan lisää jo varhaisessa vaiheessa. ”Vanhempien ero muuttaa

lapsen elämää ja vaikuttaa konkreettisella tavalla lapsen arkeen. Eron vaikutukset lapsen elämään ovat usein moninaisia ja asian tutkiminen elämän monimuotoisuuden vuoksi hankalaa. Millaista elämä on ollut ennen eroa? Mikä muuttuu ja mikä säilyy lapsen elämässä eron jälkeen? Miten ero on tapahtunut ja miten sitä on perheessä käsitelty? Harvinaisia eivät ole tarinat siitä, että lapsi joutuu vielä aikuisiälläkin pohtimaan, voiko kutsua vanhempia samaan aikaan omiin juhliinsa. Tämä kertoo osaltaan siitä, miten kipeä ja pitkä prosessi erosta selviytyminen saattaa olla.” (MLL, Tampere, 2013).

Lahden ensi- ja turvakoti ry on tehnyt mahtavaa työtä kootessaan tehtäväkirjan lapsille vanhempien erotessa. Tällaisia konkreettisia työkaluja soisi käytettävän laajemmaltikin-ko. tehtäväkirja on suunnattu 6-12 vuotiaille lapsille, joiden vanhemmat ovat eronneet. ” Ero on yksi lapsen elämän suurista muutoksista ja sen käsittelyyn sekä lapsi että vanhemmat tarvitsevat usein apua ja tukea” (Meritie A., Pitkänen M., Ketonen M., 2015).

Uusperheen synnyttyä lapset saattavat olla tyytyväisiä uusparin riidoista, koska heillä voi elää toive biologisten vanhempien yhteen palaamisesta. Toisaalta varsinkin riitaisasta ex-perheestä kokemuksia omaavat voivat myös toivoa uusperheen onnistuvan. (Malinen & Larkela, 2011, s.51). Kun vanhemmat ovat kypsyneet eron myötä ja hoitaneet eronsa vastuullisella tavalla, voi lapsi säilyttää tunnesuhteensa niin äitiin kuin isäänkin. Eronneiden perheiden lapset voivat myös saavuttaa täyden potentiaalinsa ja viettää onnellista sekä rikasta elämää, kun heidän vanhempansa osaavat rajoittaa konfliktejaan. (Malinen & Larkela, 2011, s.68, 71).

4. Ympäristö tukee tai hajottaa

Jokainen meistä on jo elämän varhaisvuosista asti ollut oman maailmansa vuorovaikutussuhteiden rakentaja ja vastaanottaja-tarve toisen yhteydelle ja turvalle

ei meistä koskaan katoa (Kallio, M. 2016, s. 85). Mielipide on ilmaus asenteelle ja arvot ovat läheisiä käsitteitä asenteille. Ennakkoluulot ovat usein negatiivisia asenteita. Ennakkoluuloja voidaan vähentää tietoa ja koulutusta lisäämällä. Paremmiin koulutetut ihmiset sietävät ristiriitoja ja erilaisuutta paremmin kuin vähän koulutetut. (Vilkko-Riihelä, A.1999, s. 690-691). Asenne tuo ratkaisun ristiriitoihin sisällämme-kun voimme projisoida inhon ja pelon johonkin selkeään kohteeseen, mieli tasapainottuu. Negatiiviset tunteet voidaan purkaa etsittyyn syntipukkiin; todellinen itsetuntemus torjutaan, koska totuus voisi olla liian ahdistava. (Vilkko-Riihelä, A., 1999, s.696). Joskus eron jälkeen syntipukiksi löytyy jomman kumman eronneen uusi kumppani. Usein se on myyttien ja satujen vahvistama paha äitipuoli. Uusperheen dynamiikkaa ja erityisesti äitipuolen asemaa siinä tutkinut sekä uusperheessä pitkään elänyt Taru Meritie on oppinut kantapään kautta armollisuutta itseään kohtaan: ”Yritin olla täydellinen äitipuoli. Tein kaikkeni, ja silti joku saattoi sanoa jotain ikävää. Tuli tunne, että kyllä on kiittämätöntä porukkaa!” (Tiessalo, P. 2017). Samasta teemasta kirjoitetaan uusperheille suunnatussa oppaassa ”Sinun, minun, meidän”: ”Suhteen tai avioliiton päättyessä mukaan vedetty uusi kumppani saa mitä suurimmalla todennäköisyydellä syntipukin leiman otsaansa. Häntä syyttävät jätetty osapuoli, lapset ja molempien puolten sukulaiset”. Vaikka uudella kumppanilla ei olisi osaa eikä arpaa liiton hajoamiseen, häntä syytetään silti. (Hayman,1999, s.127-128). Uusperheessä molempien sukulaiset ja exät haluavat tavallisesti puuttua uuden perheen toimintatapoihin- puuttumista on tärkeää rajata silloin, kun siihen ei ole selkeää perustetta (Väestöliitto, 2017).

Kuormittavissa elämäntilanteissa toisen ihmisen antamaa turvaa ja tunnesäätelyapua kaivataan enemmän. Olemme aina vastuussa ja vaikuttamassa siihen, millaisia säätelyitä ja tunteita viritämme myös toinen toisissamme. (Kallio, M. 2016. s.99-101). Erotilanteissa koko yhteisön (perhe ja sukulaiset, läheiset ystävät) olisikin hyödyllistä työskennellä asian tiimoilta heränneiden tunteiden kimpussa-riittävän jäsenytyneinä ja käsiteltyinä niiden säätelykin olisi helpompaa. Toisaalta olemme elämän tarjoaman kivun kanssa aina jossain määrin yksin-täydellisesti ei kukaan muu voi tietää, mistä haavoitut ja rikkoudut, mitä tunnet ja mitä käyt kulloinkin läpi (Kallio, M., 2016, s.111).

Erokokemusta ei ole syytä vähätellä. Tutkimukset ovat osoittaneet jopa sen, että vanhemman tai puolison kuolema on usein helpommin käsiteltävä tunne kuin liiton hajoaminen sekä heti että pidemmän ajan kuluttua-parisuhteen päättyessä

kuolemaan, kaikki läheiset ymmärtävät surevan tunteet (Hayman, S., 1999, s. 29). Avioeron kokenut lapsi voi eron aiheuttaman perusturvallisuuden järkkymisen vuoksi olla myös tavallista helpommin manipuloitavissa (Rauha, 2003, s.208).

Uusperheessä parisuhde joutuu monien haasteiden eteen. Ulkopuoliset esittävät usein omia tuomioitaan uudesta perheestä. Pariskunnan on pyrittävä tällöin hioutumaan vahvemmaksi-muiden mielipiteet, arvot ja asenteet täytyy pystyä jättämään ulkopuolelle. Ex-puolisoille on myös tehtävä rajat selviksi-entisten puolisoiden ei pidä päästä käyttämään valtaa uusperheeseen. (Malinen & Larkela, 2011, s.62-63). Brobergin tutkimuksen mukaan perheyksikön ulkopuoliset suhteet koetaan ongelmallisemmaksi kuin sisäiset suhteet perheessä, n. 60% perheistä ulkopuoliset suhteet aiheuttavat siis hankaluuksia. Ihmissuhdeverkostot ovat silti tärkeitä lapsen hyvinvoinnin ja perheiden voimavarojen kannalta. Tutkimuksen mukaan uusperheys sinänsä ei ole riski lapsen hyvinvoinnille. Parhaimmillaan vanhempien parisuhde uusperheessä antaa lapselle mallin toimivasta parisuhteesta ja on samalla malli toimivasta vanhemmuudesta ja onnistumisesta. (Malinen & Larkela, 2011, s.72-73, 78). Viisaat kertovat mielellään mielipiteitään, missä ja miten lapsen on paras eron jälkeen asua. Isä -ja äitipuolien vahingollisuutta pohditaan, mutta saatetaan unohtaa millaisissa oloissa lapsi on ennen vanhempiensa eroa kasvanut. Julkinen keskustelu on jättänyt uusperheen aikuiset oman onnensa nojaan ja unohtanut lapsen hyvän rakentuvan myös uusperheessä sen aikuisten tarpeita ja taitoja tukien. (Raittila & Sutinen, 2008, s.163-164).

4.1 Ammattiapu

Suomessa ei vielä tällä hetkellä ole velvoitetta hakea ammattiapua eroon. Käytännössä eroaminen avioliitosta vaatii vain avioerohakemuksen toimittamisen käräjäoikeuden kansliaan. ”Kumpi tahansa puolisoista voi siis pistää avioeron vireille, eikä toinen voi sitä estää millään tavalla. Nykyisin avioerohakemusta tehdessä ei tarvita enää edes mitään perusteita vaan hakemuksen voi tehdä mistä syystä haluaa. Tämä käytäntö otettiin voimaan jo vuonna 1988 Suomessa.” (avioerohakemus.net). Avioliitosta eroaminen on vielä yksinkertaisempaa. Vaikka olen sen kannalla, että ihmisten ei tarvitse sinnitellä huonoissa tai epätyytyttävissä parisuhteissa, niin toivoisin silti yhteiskunnan kannustavan eroa suunnittelevia tai eropäätöksen jo tehneitä aikuisia ammattiavun piiriin. Ainakin siinä tapauksessa, että

perheessä on lapsia. Ulkopuolinen ammattiapu mahdollisimman varhaisessa eronvaiheessa ehkäisisi huoltoriitoja ja tätä kautta mahdollistaisi sopuisamman arjen moneen perheeseen. Tämä säästäisi myös yhteiskunnan varoja. Korjaava työ on kalliimpaa kuin ennaltaehkäisevä työ. Toisaalta osa eroavista pareista ottaisi varmasti mielellään vastaan kaiken tarjolla olevan tuen, mutta tämä kenttä näyttäytyy asiaan vihkiytymättömän silmissä suhteellisen sekavalta. On perheasianyksikköä, kunnan sosiaalitoimia, mielenterveystoimistoja, terveyskeskuksia, kirkon perheasiain neuvottelukeskuksia, yksityisiä psykologeja ja psykoterapeutteja, järjestöjä sekä muita kolmannen sektorin toimijoita. Paljon puhuttu yhden luukun periaate olisi tässäkin kohden toivottava tilanne. Ero haastaa vanhemmuuden lisäksi siis eropalveluja tuottavat tahot. Kristiina Alppivuoren kokoamassa selvityksessä Espoon kaupungille kysytään jopa, onko eropalveluiden sisään rakentunut toimintatapoja, jotka edistävät riitaisuutta sovinnon hakemisen sijasta. ”Suomalainen palvelujärjestelmä ei vastaa kunnolla eroavien vanhempien henkisen tuen ja sovittelun tarpeisiin eikä myöskään lapsinäkökulman vahvistamisen tarpeisiin. Oleellista on lastenvalvojatyön, perheasioiden sovittelun sekä varhaisen vaiheen palvelujen kehittäminen. Perheen auttaminen eron varhaisessa vaiheessa olisi huomattavasti helpompaa ja tuloksellisempaa kuin odottaa ongelmien kasvamista ylipääsemättömiksi. Tämä tarkoittaa uudenlaisia eropalveluja ja eropalvelujen kehittämistä ”. (Alppivuori, K., 2017)

5. Pohdinta

Tutustuttuani monipuolisesti aiheesta kirjoitettuihin kirjoihin ja muihin teksteihin olen entistä vakuuttuneempi siitä, että yhteiskunnallisesti olisi syytä tehdä järjestelyjä suuntaan, missä erotilanteessa avun tarjoamisesta ja vastaanottamisesta on tullut normi. Upeaa olisi myös, että ihmiset saisivat apua oikea-aikaisesti ja ponnistelematta. Itse erotyö näyttäytyy riittävän työläänä; avun hakemisen ja saamisen sen tueksi ei

enää tarvitsisi sitä olla (työlästä). Henkilökohtaisesti oli hienoa poimia tutkimuksista ja kirjallisuudesta vertaistukea itselleen vuosikymmenten taa. Tietyt sokkona tekemäni ratkaisut saivat myös tukea, kuten ” Äidiksi nimittäminen voi kuulostaa äitipuolesta suloiselta, mutta viisas äitipuoli ei kannusta lasta siihen, koska se on lähes aina arka paikka biologiselle äidille” (Rauha, 2003, s. 26). Bonustyttyäni keksi itse kutsua minua ja isäänsä vanhemmikseen, bioäidille pyhitettiin äidin titteli. Äidin luona asunut bonustytär taas puhuu ”porukoista”, kun tarkoittaa minua ja isäänsä. Myös etunimellä puhuminen on luonnikasta ja nykyään minua kutsutaan bonuslastenlasten myötä jo mammaksi.

Toisaalta olen löytänyt myös osioita, joiden jälkeen on avautunut uusia näkökulmia myös toisin tekemisen mahdollisuuksiin. Esimerkiksi Marja Rauha kirjoittaa, että ”Lapset haluaisivat ehkä olla enemmän isän kanssa kahdestaan ilman, että äitipuoli tunkee mukaan” (Rauha, 2003, s. 22). Olisi siis tärkeää järjestää kahdenkeskistä aikaa vain biologisen vanhemman kanssa. Tätä en / emme osanneet varmaan tarpeeksi huomioida. Omiin kokemuksiin viisilapsisen perheen toiseksi nuorimpana ei juurikaan kuulunut kahdenkeskistä aikaa vain toisen vanhemman kanssa; en ymmärtänyt sitä itse kaivata, enkä näin ollen tajunnut sitä bonuslapsilleni isänsä kanssa erityisesti järjestää (eikä miehenikään tajunnut). Molempien bonustyttyäni ollessa meillä liikuimme usein yhtenä perheenä. Jälkiviisaana tajuan, että varsinkin äitinsä kanssa asuneen tyttären olisi varmaan ollut hyvä saada viettää enemmän aikaa isänsä kanssa ilman minua ja isosiskoa.

Terapeutista oli myös saada tukea sille, että voin vihdoinkin hyvällä omallatunnolla ulkoistaa itseni mieheni ja hänen kahden vanhimman tyttärensä äidin väleissä tapahtuneista / tapahtumattomista asioista. Ammattiauttajat ovat sitä mieltä, että on asetettava rajat sille, miten paljon voi kantaa toisen menneisyydestä, jossa ei itse ole ollut osallisena. Uutta puolisoa kohtaan olisi reilumpaa, jos hänen ei tarvitsisi kohdata menneisyyden haamuille osoitettuja välienselvittelyjä ja iskuja. ”Uuden puolison ei siis tarvitse alistua vääräksi kohteeksi, vaan hän voi sanoa aivan selvästi, että tällä asialla ei ole mitään tekemistä minun kanssani.(Rosenholm, 1989, s.185).

Toivon lukemani ja kokemani pohjalta kehittämäni lasten turvaverkkomallin (linkki liitteessä 1) havainnollistavan vaiheita, joihin eroavan / eronneen pariskunnan, jolla on lapsia, olisi tärkeää kiinnittää huomiota. Turvaverkkomallia tutkaillessa täytyy huomioida, että päihde-, väkivalta- ja mielenterveysongelmien sävyttämä eron

lähtökohta on erilainen. Tällöin tukea eroon saa parhaiten näihin asioihin keskittyneiltä tahoilta. Esimerkiksi Suomen Mielenterveysseuran ja Väestöliiton kautta löytyy hyvin tukea näiden asioiden käsittelemiseen. Hyvää eroa tavoiteltaessa on tärkeää pitää mielessä, että siihen tarvitaan molempien osapuolien yhteistyötä ja halua saada mahdollisimman hyvät lähtökohdat muuttuvaan elämäntilanteeseen. Voidaan todeta, että hyvään eroon tarvitaan molemmat vanhemmat. Turvaverkkomallia tutkaillessani mietin sellaista, että ero vaatii todella paljon voimavaroja ja hyvää tahtoa. Koska vanhempien jaksaminen on usein eroa prosessoidessa vaarassa, on tärkeää, että lapsillekin on nykyään tarjolla omia kanavia työstää eron aiheuttamia tunteita eroauttamiseen koulutetun aikuisen kanssa. Yksi esimerkki tällaisesta ovat lasten erokoulut, joita Mannerheimin lastensuojeluliitto järjestää (MLL, 2017). Mitä perusteellisemmin erova pari jaksaa työstää asiaa, sen turvallisempi ja terveempi perusta on jatkaa elämässä eteenpäin sekä aikuisten että lasten kannalta. Ja toisaalta, mitä useamman vaiheen jättää huomiotta tai koittaa esimerkiksi uuden rakkauden huumassa kursia hätäisesti kokoon, sen suurempi riski on rakentaa tulevaa liian hataralle pohjalle sekä oman itsen että lasten suhteen. Turvaverkon kohtia ei voi kuitenkaan vain suorittaa mekaanisesti. Aikuisten on tarpeen hyväksyä tunteensa ja työskennellä rehellisesti kipeidenkin asioiden parissa-tämä kantaa lujasti eteenpäin. Optimaalista on, jos kommunikointikanava on avoinna jokaisen eroon liittyvän aikuisen ja lapsen kanssa-tämä koetaan monesti haasteeksi juuri käsittelemättömien tunteiden takia. Uskon, että nykyään eväät hyvään eroon ovat paremmin ulottuvilla-yhteiskunnan ohjaukselta silti kaivataan! Hyvään eroon kannattaa pyrkiä-se on todella uusperheenkin terve kasvualusta.

Lähteet

Alkio

P,

http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/erokriisit/tunteet_erossa/ Luettu 28.10.2017

Alppivuori, K. "Eropalvelut ja lastenvalvojan työ", 2017, s.3

Aula, M. & Hujala A., muistio avio-tai avoeron hoitamisesta lapsen edun mukaisesti, 2008, <http://lapsiasia.fi/tata-mielta/aloitteet/aloitteet-2009-2005/muistio-avio-tai-avoeron-hoitamisesta-lapsen-edun-mukaisesti/> Luettu 14.9.2017

avioerohakemus.net (Luettu 6.11.2017)

Berg, I. 1994, Family Based Services, A solution focused Approach, W.W, Norton & Company, New York.

Ensi- ja turvakotien liitto, 2017, https://apuaeroon.fi/nain_selvisin/ Luettu 25.9.2017

Goldenberg I. & Goldenberg H., Family Therapy an overview, 1985. Second Edition. Brooks / Cole Publishing Company. California.

Halttunen L. & Helin S., Huonon äidin seksikirja, miten selvittää hengissä parisuhteesta ja ruuhkavuosista, Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Hayman S., Sinun Minun Meidän opas uusperheille, 1999, Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Heikinheimo K., 2017, Uusperheneuvojakoulutus luentomateriaalit, Suomen Uusperheiden Liitto ry

Hellström J., 2017, Vaasa <http://www.vantaansanomat.fi/artikkeli/501357-tamako-tappaa-avioliitot-suomessa-tutkija-ja-terapeutti-eri-mielta> Luettu 13.9.2017

Järvinen, E., 2016, <https://suomenkuvalehti.fi/jutut/kotimaa/vaimo-lahti-tilalle-tuli-neuvottomuus-miesten-tunnetaidot-eivat-ena-riita-naisille/> Luettu 25.9.2017

Kontula O., 2017, Vaasa <http://www.vantaansanomat.fi/artikkeli/501357-tamako-tappaa-avioliitot-suomessa-tutkija-ja-terapeutti-eri-mielta> Luettu 13.9.2017

Malinen V. & Larkela P., parisuhde-uusperhe ydin, 2011, Oy Fram AB, Vaasa

Meritie A., Pitkänen M., Ketonen M., 2015, Grano Oy, Lahti, Lahden ensi- ja turvakoti ry, http://www.e-julkaisu.fi/lahden_ensi_ja_turvakoti/lilli_ja_miki/mobile.html#pid=24 Luettu 25.9.2017

MLL, Tampere, 2013, <https://tampere.mll.fi/eroperheiden-kohtaamispaikka/eroblogi/01-2013-nakokulmia-lapsilahtoise/> Luettu 19.9.2017

MLL <https://tampere.mll.fi/eroperheiden-kohtaamispaikka/kenelle-apua-eropalveluista/lapselle/> Luettu 6.11.2017

Näe mut - Se mej-kampanja <https://www.facebook.com/NaemutSemej/> Luettu 19.9.2017

Pelo, M., 2015, <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/11/16/ero-vai-parempi-parisuhde> Luettu / kuunneltu 25.9.2017

Raittila K. & Sutinen P., Huonetta vai sukua, elämää uusperheessä, 2008, Karisto Oy, Hämeenlinna

Rauha, M, Äitipuolen käsikirja-Nauti elämästä uusperheessä, 2003, WS Bookwell Oy, Juva

Rosenholm, H., Uusperhe, uusi mahdollisuus, 1989, WSOY, Juva

Salo, S., 2011, <https://www.jyu.fi/ajankohtaista/arkisto/2011/10/tiedote-2011-10-24-14-08-58-503946> Luettu 19.9.2017

Suomen virallinen tilasto (SVT): Siviilisäädyn muutokset [verkkojulkaisu]. ISSN=1797-6413. 2015, Liitetaulukko 1. Avioliittojen ja avioerojen määrä vuosina 1965–2015. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 8.9.2017].
Saantitapa: http://www.stat.fi/til/ssaaty/2015/ssaaty_2015_2016-04-21_tau_001_fi.html

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkojulkaisu]. ISSN=1798-3215. 2016, Liitetaulukko 4. Uusperheet 1990–2016 . Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 8.9.2017].
Saantitapa: http://www.stat.fi/til/perh/2016/perh_2016_2017-05-26_tau_004_fi.html

Soste, 2017, <https://www.soste.fi/elinvoimaiset-jarjestot/jarjestojen-tuottamat-palvelut/verkkoauttaminen.html> Luettu 25.9.2017

Tiessalo, P. 2017 <https://yle.fi/uutiset/3-9793881> Luettu 19.9.2017

Vaaranen H., 2014, <https://www.perheikka.fi/jutut/lapsi-perheessa/elamankriisit/kohti-erorauhaa/> Luettu 19.9.2017

Vilkko-Riihelä Anneli, Psyhyke-Psykologian käsikirja, 1999, WSOY-Kirjapainoyksikkö, Porvoo

Väestöliitto ry, Parisuhdekeskus. Toim. Åberg R., 2013. Oy Fram AB.

Väestöliitto http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhteen_kriisit/erokriisit/kohti-erorauhaa/ Luettu 13.9.2017

Väestöliitto, http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/uusperheen-parisuhde/1-elamanarvot-ja-suhde-ex-elamaa/ Luettu 19.9.2017

Väestöliitto, <http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/nettikurssit/miesten-erokoulu/> Luettu 25.9.2017

White, M., 2007, Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä

Liite 1

Alla olevasta linkistä pääset tutustumaan laatimaani lasten turvaverkkomalliin (Paina linkin päällä hiiren oikeaa painiketta -avaa hyperlinkki).

https://docs.google.com/presentation/d/1_Zj2QVr5MLFS7VTzVerTNSiDikY496oIDhEyJciinUU/edit?usp=sharing