

KYMMENEN ASKELEEN UUSPERHETERAPIA

TEOREETTISESTI TOIMIVA JA KÄYTÄNNÖLLINEN
LÄHESTYMISTAPA KOHDATA UUSPERHEITÄ

Kirsti Lehtinen | Uusperheneuvojakoulutus 2017 | 19.11 2017

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO
2. LÄNSIUUDENMAAN PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUS
3. UUSPERHEIDEN MÄÄRITELMIÄ
4. UUSPERHEET LÄNSI-UUDENMAAN PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUKSEN ASIAKKAINA
5. KYMMENEN ASKELEEN UUSPERHETERAPIA

DIAGNOSTISET ASKELEET

- 5.1 UUSPERHEEN RAKENTEEEN TUNNISTAMINEN
- 5.2 ENSIMMÄISEN ISTUNNON OSALLISTUJAT
- 5.3 UUSPERHEEN ERILAISTEN ALASYSTEEMIEN TUNNISTAMINEN
ENSISIJAISET HOIDOLLISET VÄLIINTULOT
- 5.4 UUSPERHEKOKEMUSTEN NORMALISOINTI
- 5.5 EMPATIAN OSOITTAMINEN JA EMPATIAKOKEMUSTEN JAKAMINEN PERHEENJÄSENTEN JA ALASYSTEEMIEN KESKEN
- 5.6 HAITALLISTEN USKOMUSTEN TUNNISTAMINEN JA NIIDEN HAASTAMINEN
- 5.7 LUONTAISTEN ALASYSTEEMIEN (LAPSI-VANHEMPI) TUKEMINEN JA SEN VAHVISTAMINEN, ETTÄ NE OVAT KYKENEVIÄ ILMAISEMAAN YHTEISTÄ HUOLTAAN
- 5.8 UUSPERHEEN OMAN SYSTEEMIN JA SEN TOIMINNAN OPETTAMINEN PERHEELLE
UUSPERHEEN YHTEYDEN LÖYTÄMINEN
- 5.9 YHTEISEN VANHEMMUUDEN TUKEMINEN KOSKIEN PERHEEN KAIKKIA VANHEMMAN KALTAISIA AIKUISIA JÄSENIÄ
- 5.10 KOMMUNIKAATION LISÄÄMINEN JA ALASYSTEEMIEN YHDISTÄMINEN TOIMIVAKSI JA TYYDYTTÄVÄKSI UUSPERHEEKSI

6. POHDINTAA KYMMENEN ASKELEEN UUSPERHETERAPIAN KÄYTÖSTÄ
PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUKSISSA
7. LÄHDELUETTELO

1. JOHDANTO

Tämän tutkimuksen keskeinen tavoite on esitellä systeeminen terapiamuoto Stepfamily Therapy,(SfT), josta jatkossa käytän vapaata käännöstä nimeltä Kymmenen askeleen uusperheterapia. Olen tutustunut siihen opiskellessani Suomen Uusperheiden Liitto ry:n järjestämässä Uusperheneuvojakoulutuksessa vuonna 2017.

Vaikka uusperheitä on aina ollut, on niiden määrä viimeisten neljänkymmenen vuoden aikana ollut voimakkaassa nousussa avioerojen ja uusien liittojen solmimisen myötä. Sanotaan, että uusperheiden kanssa työskennellessä on kyseessä kaikki ne haasteet joita ensiperheissäkin, mutta sen lisäksi myös se kompleksisuus, jota entiset suhteet, niistä syntyneet lapset ja muut sukulaisuussuhteet tuovat mukanaan (Bray, 2008).

Työssäni perheneuvojana olen itse kaivannut selkeää ja käytännönläheistä lähestymistapaa kohdata uusperheitä. Mielessäni on herännyt monia kysymyksiä esimerkiksi omasta roolistani terapeuttina. Kuinka aktiivinen ja ohjaava minun tulee olla? Millaisissa asioissa tarjoan psykoedukaatiota, eli tuon esille tutkimustuloksia ja tietouutta ihmisten käyttäytymisestä ja ohjaan näin asiakkaideni toimintaa? Miten säilytän tasapuolisuuteni istunnoissa, jossa on voimakas imu asettua toisen puolelle? Miten istunnot pysyvät rakentavina ja rauhallisina? Mitä itsessäni olevaa siirtyy asiakastilanteisiin ja miten tietoinen olen tästä siirtymästä? Perheterapeuttien keskuudessa keskustellaan myös siitä, missä yhdistelmissä perhettä tavataan. Kymmenen askeleen uusperheterapia ottaa selkeitä kantoja näihin kysymyksiin. Vaikka jokainen terapeutti tekeekin työtään oman persoonansa kautta, on mielen perukoilla turvallisempaa, kun tietää selkeän kehyksen työskentelylleen.

Tässä terapiamuodossa ei ole selkeästi otettu kantaa koskeeko se myös samaa sukupuolta olevia pareja, jotka ovat muodostaneet ns. sateenkaariuusperheitä. Käytännön työssäni olen todennut, että ensimmäinen parisuhde saattaa olla heteroseksuaalinen, mutta seksuaalinen suuntautuminen tarkentua ensiliiton purkauduttua. Seuraava liitto voidaan solmia samaa sukupuolta olevan henkilön kanssa. Näkisinkin, että nämä liitot tuovat omia haasteitaan terapiaan. Vaikka kymmenen askeleen uusperheterapia sinänsä voisikin olla toimiva myös sateenkaariuusperheiden

kanssa toimiessa, tulisi uusvanhempiparin seksuaalinen suuntautuminen ja sen tuoma haaste esimerkiksi eri-ikäisille lapsille käsitellä omana osionaan terapian kulussa.

2. LÄNSIUUDENMAAN SEURAKUNTIEN PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUS

Perheneuvonta on yksi evankelisluterilaisen kirkon työmuodoista. Länsi-Uudenmaan seurakuntien perheasiain neuvottelukeskus on osa kirkon valtakunnallista perheasiain neuvottelukeskusten verkostoa. Perheasiain neuvottelukeskuksessa selvitetään parisuhteeseen, perheeseen ja henkilökohtaiseen elämään liittyviä kysymyksiä terapeuttisten keskusteluiden avulla. Tulosityitä ovat muun muassa pariskuntien vuorovaikutusongelmat, erokysymykset, uskottomuus ja erilaiset psykososiaaliset kriisit. Länsi-Uudenmaan seurakuntien perheasiain neuvottelukeskuksen toimintaa ylläpitää ja rahoittaa Lohjan ja Vihdin seurakunnat. Palvelut ovat maksuttomia ja luottamuksellisia ja työntekijöillä on vaitiolovelvollisuus. Palvelualue käsittää Lohjan, Vihdin, Hangon, Karkkilan ja Siuntion kunnat. Asiakkaana olo ei edellytä kirkon jäsenyyttä (Länsi-Uudenmaan seurakuntien Perheasiain neuvottelukeskuksen, esite).

Länsiuudenmaan seurakuntien perheasiain neuvottelukeskuksessa työskentelee vastaanottosihteeri, johtaja ja kolme perheneuvojaa. Koulutus pohjana virassa olevilla perheneuvojilla on erilaisia soveltuvia korkeakouluopintoja. Sen lisäksi viransaannin edellytys on osallistuminen kirkon omaan kolmevuotiseen perheneuvojan koulutukseen, joka aina vuoteen 2014 saakka antoi perheterapeutin pätevyyden (Länsi-Uudenmaan seurakuntien perheasiain neuvottelukeskuksen Johtosääntö 2016).

3. UUSPERHEITÄ KOSKEVIA MÄÄRITELMIÄ

Yhä useampi lapsiperhe on uusperhe. Uusperhe voi syntyä eron jälkeen tai leskeksi jäämisen seurauksena. Keskeistä uusperheen synnylle on aikuisten välisen parisuhteen synty. Samalla kun puhutaan uusperheestä, puhutaan myös uusparista ja uusparisuhteesta (Larkela ja Malinen, 2011). Vaikka länsimaissa parisuhde mielletään tunnesuhteeksi, ei se ole suinkaan ole ainoa syy perustaa perhe tai solmia liitto. Usein korostetaan voimakkaan rakkauden kokemuksen tärkeyttä (mm. Rosenholm 1989, Larkela ja Malinen, 2011). uusia liittoja solmitaan kuitenkin myös

muista syistä: taloudellisen turvan saamiseksi, avuksi lasten kasvatukseen, yksinäisyyden helpottamiseen tai läheisyyden tarpeen tyydyttämiseksi (Coleman ym. (2000).

Yksinkertaisimmillaan uusperheeksi määritellään perhe, jossa toisella tai molemmilla puolisoilla on lapsi tai lapsia aikaisemmista liitoista ja ainakin joku näistä lapsista asuu pääosin uusperheen taloudessa. Uusperheeseen voi kuulua myös parin yhteisiä lapsia. Myös toisen vanhempansa luona asuvat niin sanotut etälapset voidaan laskea kuuluvaksi uusperheeseen (Raittila ja Sutinen, 2008).

Laura Juuti (2013, 4) määrittelee uusperheen ”sopimuksenvaraisina jatkuvasti neuvoteltavina suhteina, jotka muotoutuvat eri tavalla ja eri tahtiin perheenjäsenten välillä”. Tämä määritelmä mukailee Mirja Tolkki-Nikkosen (1992) käsitystä

perheestä suhdekimppuna eikä pysyvänä rakennelmana. Molempien määritelmien nähdään korostavan uusperheiden dynaamista luonnetta.

Uusperheet ovat monimuotoisia. Yksiselitteisen määritelmän puuttuessa uusperhe määrittelee itse itsensä. Suomalaisessa tutkimuksessa haastateltujen lasten puheessa voi hahmottaa neljä erilaista määritelmää. Ensimmäisen määritelmän mukaan perheeseen kuuluvat kaikki ne, jotka asuvat yhdessä. Toisen määritelmän mukaan perheeseen voivat kuulua kaikki ne, jotka asuvat yhdessä, mutta tämän lisäksi myös muualla asuva biologinen isä tai äiti sekä hänen mahdollinen uusi kumppaninsa ja tämän perheenjäsenet. Kolmanneksi lapset saattavat määrittää perheenjäseniksi vain ne oman alkuperäisen biologisen perheensä jäsenet, joiden kanssa he asuvat yhteisessä kodissa. Tällä tavoin ajattelevat saattavat lukea perheenjäseneksi myös muita henkilöitä, joita he kokevat läheiseksi. Neljäs tapa hahmottaa oma perhe on rajata se alkuperäisen biologisen perheen jäseniin asuinpaikasta riippumatta (Raittila ja Sutinen 2008, 12–13).

Uusperheitä koskevassa kielessä esiintyy myös sana bonuslapsi, joka tarkoittaa uuden puolison mukanaan tuomaa lasta. Sana on todennäköisesti laina ruotsin kielestä (bonusbarn). Tällä sanalla on usein varsin positiivinen kaiku.

Tilastollinen määritelmä uusperheelle voi olla erilainen kuin perheen tai sen yksittäisen jäsenen kokema. Esimerkiksi alle 18-vuotiaat määritellään lapsiksi. Jos

perheen lapset ovat jo ylittäneet tämän ikärajan, ei enää puhuta uusperheestä, vaikka perhe itse mieltää itsensä uusperheeksi (Sutinen 2005, 5).

Perheessä voi asua myös parin yhteisiä lapsia. He eivät ole alttiita samoille riskitekijöille kuin uusparin ensiliitoista syntyneet lapset (Raittila ja Sutinen 2008, 16).

Uusperhe ei synny tyhjästä vaan sitä edeltää jokin muu tapa olla ja elää perheenä. Uusperheeseen vaikuttavat kaikki edeltävät suhteet. Uusperhettä edeltävää perhettä voidaan kutsua biologiseksi perheeksi (vanhempipari ja heidän yhteiset jälkeläisensä) tai voidaan käyttää termiä ensiperhe, ensimmäinen parisuhde, johon lapset hankitaan (Larkela ja Malinen 2011) Yhtä uusperhettä voi edeltää myös toinen uusperhe. Englannin kielessä on käsitteet ”family of origin” ja ”marriage of origin”, jotka voidaan suomentaa termeiksi lähtöperhe ja lähtöliitto.

Perhettä ja sukuyhteyttä rakennetaan myös sanaston avulla. Jo vanhastaan leskeyden kautta muodostuneissa perherakenteissa on ollut käytössä nimitykset äitipuoli, isäpuoli ja lapsipuoli. Ajatuksena on ollut, että kyseessä oleva vanhempi on kuollut ja uusi puoliso ottaa tämän paikan. Kun nykyään eron jälkeen perheeseen tulee isä- tai äitipuoli, hän ei korvaa lapsen biologista vanhempaa vaan hänestä tulee lisääikuisen perheeseen. Yleisesti koetaan, että isä- tai äitipuolen nimi on leimaava ja sisältää hankalan ja negatiivisen kaiun. Kielitoimisto suosittaa neutraalimpaa ilmaisua uusperheen äiti tai uusperheen isä. Tällöin ei kuitenkaan voida tietää, onko kyseessä esimerkiksi lapsen biologinen isä vai isäpuoli tai vastaavasti puhutaanko biologisesta äidistä vai äitipuolesta (Raittila ja Sutinen 2008, 12–15).

Uusperheessä asuvia lapsia kutsutaan yleisesti lähilapsiksi, muualla asuvia taas etälapsiksi. Vastaavasti voidaan puhua myös lähivanhemmasta ja etävanhemmasta. Määrittely pitää sisällään ainoastaan asumisratkaisun eikä ota kantaa tunnesuhteen laatuun tai syvyyteen (Raittila ja Sutinen 2008, 15–16).

4. UUSPERHEET LÄNSI-UUDENMAAN SEURAKUNTIEN PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUKSEN ASIAKKAINA

Vuonna 2016 Länsi-Uudenmaan perheasiain neuvottelukeskukseen hakeutui yhteensä 27 perhettä, jotka ilmoittivat olevansa uusperhe. Avo- tai avioliiton perhesuhteeseen ilmoitti 248 perhettä (Perheneuvonnan tilasto-ohjelma Perheneuvos vuodelta 2016). Tuntuu on, että uusperheeseen kuuluvat ihmiset myös kokivat hakeutumisen pääasialliseksi syyksi uusperhepulmat. Täysin varmaa tämä erottelu ei kuitenkaan ole eikä aiheesta ole tehty tutkimusta (Suullinen tiedonanto 25.10.2017, vastaanottosihteeri Nina Savolainen). Joskus perhe määritellään uusperheeksi vasta työskentelyprosessin aikana, kun aletaan tarkemmin tutkia ja selvittää perheeseen kuuluvia jäseniä esimerkiksi sukupuuta hyväksi käyttäen.

Perheasiain neuvottelukeskuksen omaksuman lähestymistavan mukaan perheitä autetaan vanhemmuuden kautta, tapaamalla vanhempia tai mikäli se ei ole mahdollista, toista heistä. Koko perheen mukaan tulo on kuitenkin täysin mahdollista. Kun lapsi perheessä tarvitsee apua tai erityisiä palveluita kehityksensä ja kasvunsa turvaamiseksi suositellaan hakeutumista kunnalliseen perheneuvolaan, jollainen on sekä Lohjalta että Vihdissä.

5. KYMMENEN ASKELEEN UUSPERHETERAPIA

Kymmenen askeleen uusperheterapia (Stepfamily therapy, SFT) on teoreettisesti vahva ja käytännönläheinen lähestymistapa kun uusperheitä kohdataan ja halutaan auttaa. Kymmenen askeleen uusperheterapia hyödyntää uusperheelle tunnusomaisia alasysteemejä. Siinä keskitytään luomaan hoidollinen yhteenliittymä (allianssi), jossa uusperheen dynaamisuuksia käsitellään johdonmukaisesti ja käytetään hoidon apuna (Browning ja Bray 2009, 69).

Kymmenen askeleen uusperheterapia toimii hoidon ohjenuorana. Askeleet eivät aina kulje samassa järjestyksessä, mutta alkuarvion teko (diagnostiset askeleet), hoidolliset väliintulot ja uusperheen yhdistyminen (integraatio) toimivat hyödyllisinä kohtina, joiden esiintymistä ja ilmenemistä tutkitaan ja seurataan. Tarkoituksena on luoda kehys,

jonka sisällä terapeutti tai muu uusperheen parissa työskentelevä pysyy ”maadoitettuna” joskus ylipääsemättömän tuntuissa työssään (mt., 69–70).

Jokainen uusperhe kohdataan omana ainutlaatuisena perheenään. Rakenteellinen dynamiikka ja sen mukanaan tuomat tunteenomaiset toimintamallit luovat tarpeen päivittää ja tarkistaa terapiassa käytettyä kieltä. Uusperhe koostuu yksilöistä, jotka muodostavat ja perustavat alasysteemejä. Jokainen alasysteemi on tärkeä hoidon kannalta. Kun alasysteemit ovat pääsääntöisesti vakaita, voidaan keskittyä perhe-elämän peruskysymyksiin joihin uusperheen dynamiikka ainoastaan vaikuttaa mutta joita se ei hallitse (mt, 70).

DIAGNOSTISET ASKELEET

5.1 Uusperheen rakenteen tunnistaminen

Ensimmäiseksi määritellään uusperheen rakenne. Kyseessä voi olla perhe, jossa on isäpuoli, äitipuoli tai uusperhe, jossa on nämä molemmat. Tätä tehtäessä voidaan jo lähteä miettimään tutkimuksia ja kirjallisuutta, joka käsittelee kyseistä aihepiiriä aina kolmenkymmenen vuoden takaa. Uusperheet ja niiden jäsenet kantavat huolta siitä, tulevatko he apua hakiessaan ymmärretyksi ja onko terapeutti tuttu näiden ilmiöiden ja vahvojen tunteiden kanssa. Uusperheen vanhempi saattaa kokea ulkopuolisuutta uudessa roolissaan. Tavallinen on myös tilanne, jossa uusperheen vanhempi tuntee olevansa ristivedossa, puun ja kuoren välissä biologisten lastensa ja uuden kumppaninsa välissä (mt, 70-71).

Laura Mannila (2015) on tuonut esiin lapsettomien äitipuolien äänen. He ovat tilastollisesti uusperheiden sisäinen vähemmistö. Uusperheen lapsettomat äitipuolet kokevat hänen mukaansa merkittävää stressiä. Äitipuolet ovat muutoinkin stressaantuneempia kuin isäpuolet. Äitipuoliin kohdistuu perinteisten sukupuoli-odotusten mukaisesti painetta toimia lasten hoitajina. Toisaalta heidän odotetaan pitävän etäisyyttä lapsiin jättäen äitiyden biologisen äidin alueeksi. Nämä vastakkaiset odotukset saattavat asettaa äitipuolen lähes mahdottomaan asemaan.

Länsi-Uudenmaan perheasiain neuvottelukeskuksesta ensimmäisen kontaktin uusperheisiin saa vastaanottosihteri, jolle asiakkuuteen haluavat perheet, pariskunnat

ja yksilöasiakkaat ilmoittautuvat soittamalla päivittäiseen vastaanottoaikaan. Vastaanottosihteeri haastattelee yhteydenottajan; kirjaa soittajan nimen ja henkilötiedot, selvittelee perherakenteen ja yhdessä soittajan kanssa määrittelee ja tiivistää avuntarpeen syyn ja kiireellisyyden. Tässä kontaktissa erikseen tutkitaan mahdollinen päihdekäyttö ja perheväkivalta (Suullinen tiedonanto, vastaanottosihteeri Nina Savolainen 2017). Joskus soitto perheasiain neuvottelukeskukseen johtaa ohjaukseen myös toisten palvelujen ääreen tai kokonaan toisen toimijan luo, esimerkiksi yhteydenottoon paikalliseen perheneuvolaan tai päihdehoitoyksikköön.

5.2 Ensimmäisen istunnon osallistujien määrittely

On tärkeää määritellä, kuka tai ketkä tulevat ensimmäiseen istuntoon. Usein se on uusperheen vanhempipari. Tämä päätös ei tapahdu ainoastaan muodon vuoksi vaan sille on olemassa hoidolliset perusteet. Kun ensimmäiselle istunnolle saapuu uusperheen vanhemmat yhdessä muodostuu parille selkeämpi yhteinen kuvaus pulmasta. Mikäli ensimmäiselle istunnolle osallistuu myös jommankumman biologinen lapsi, on yhteenotto todennäköinen joko lapsen ja isä/äitipuolen välillä tai sitten lapsen ja uusparin välillä. Tapaamalla uuspari ensin voidaan kommunikaatiossa tapahtuneita virheitä ja väärinymmärryksiä käsitellä ja oikoa. Vahvat tunteet vaativat nekin tilaa tullakseen käsitellyiksi (mt, 73).

Ensimmäisen istunnon osanottajat muovaavat myös terapiaistunnon rakennetta. Uusperheen äiti voi esimerkiksi asettua sen perheenjäsenen puolelle, jonka hän arvioi haavoittuvaisemmaksi. Toisaalta pelko asettumisesta jonkun puolelle voi johtaa liiankin varovaiseen kommunikaatioon (mt, 74).

Pariskunnan näkeminen yhdessä ensin ei ole vastalause systeemiselle ajattelulle, päinvastoin. Näin tehden päästään käsiksi uusparin keskeiseen alasysteemiin ja sen myötä koko uusperheen auttamiseen (mt, 74).

Keskeinen hämmennyksen aihe on se, miten seurustelusuhteen aikana aidosti toimivasta parisuhteesta huolimatta itse uusperhe-elämä saattaakin olla todella hankalaa. Tämä ei niinkään johdu puolison salattujen piirteiden yllättävästä esiintulosta, vaan siitä, että koko systeemi muuttuu. Varsinkin vuorovaikutus uusperheen ei-biologisen vanhemman ja lapsen välillä todennäköisimmin aiheuttaa

stressiä. Aloitustuntoto, jossa koko perhe on läsnä, voi muodostua kaoottiseksi ja kommunikaatiosta voi tulla kovaa ja repivää. Tämä vähentää uusperheen tai ainakin sen yhden jäsenen luottamusta terapeutin kykyyn hallita tilannetta ja näin tämä uusperheen jäsen voi jäädä pois työskentelystä. Halu olla kärjistämättä ennalta räjähdysherkkää tilannetta voi ehkäistä terapeuttisen työskentelyn kokonaan (mt, 75).

Jo ensimmäisellä istunnolla voidaan käyttää apuna sukupuutyöskentelyä. Sen avulla perheen usein monimutkainenkin rakenne saadaan visuaaliseen muotoon ja päästään myös määrittelemään jäsenten välisiä suhteita. Sukupuun on hyvä käsittää vähintään kolme sukupolvea (mt, 75-78).

5.3 Alasysteemien määrittelemien

Luodakseen kaoottiseen tilanteeseen järjestystä ja uusperheen jäsenten väliset suhteet läheisemmäksi uusperheen vanhemmat koettavat lisätä koko perheen yhdessä viettämää aikaa. Tämän hyvää tarkoittavan toiminnan seuraus saattaa kuitenkin olla aivan päinvastainen. Uusperhe on erilaisten alasysteemien summa. Kun tämä tosiasia ohitetaan ja pyritään luomaan nopeasti yhtenäinen systeemi kasvaa koko systeemin epävakaus (mt, 80).

Uusperhettä on edeltänyt joko ydinperhe tai yhden vanhemman perhe, ja sen jäsenet ovat tottuneet elämään tässä perhemuodossa. Mikäli uusperheen kehitysvaiheiden viimeistä vaihetta, ”meidän lauman” vaihetta (Sutinen ja Raittila 2008, 41) liiallisesti nopeutetaan tai pakotetaan syntymään voi lopputulos olla päinvastainen (Browning ja Bray 2009, 80).

Lapsi on yleensä läheisempi oman vanhempansa kuin isä-tai äitipuolensa kanssa, vaikka tämä vilpittömästi toivookin suhteen muodostuvan läheiseksi. Kun lapsi reagoi negatiivisesti isä-tai äitipuolen tuomaan paineeseen olla läheinen, kokee tämä sen torjuntana. Torjunnan takana saattaa kuitenkin pelko, että suhde perheen uuteen aikuiseen vaarantaa hänen suhteensa biologiseen vanhempaan. Jännite ja turhautuminen kasvavat ja uusperheen vanhemman voi olla vaikea nähdä omaa rooliaan tässä negatiivisessa kehässä (mt, 81).

Joskus toivotaan, että lapsi tai lapset tulevat vastaanotolle yksin. Syynä tähän saattaa olla se, että lapsella epäillään olevan diagnostisoitavissa oleva sairaus tai häiriö, mihin halutaan ammattilaisen arvio. Lapsen toivotaan ehkä saavan terapeutilta apua voimakkaisiin eroista tai uusperheestä johtuviin oireisiinsa. Kun huolen kynnyksy ylittyy myös terapeutin mielessä, osa istunnosta voidaan viettää lapsen kanssa yksin, ehkä niin, että vanhempi tuo lapsen ja on itse saatavilla odotushuoneessa. Terapeutin on herkillä korvalla kuulosteltava miten isä-tai äitipuoli reagoi ulkopuolelle jäämiseen samalla kun säilyttää herkkyyden lapsen kuulemisen suhteen. Joskus isä-tai äitipuoli voidaankin kutsua istuntoon, joskaan se ei ole aina hyödyllistä. Istunto, jossa lapsi yksin on, on luonteeltaan diagnostinen, ja tätä korostetaan vanhemmille (mt, 81).

Koska kymmenen askeleen uuspariterapia perustuu alasysteemien välisiin suhteisiin, on tärkeää, ettei yhtä alasysteemiä rohkaista vahvemiksi heikentämällä toista. Terapeutin rooli ei ole toimis negatiivisten aikomusten voimistajana ja äänitorvena. Lapsen yksittäisen istunnon merkitys voi olla kielteisten tunteiden tuulettaminen ja käsittely. Vaikka lapsi kertoo kielteisistä tunteistaan ei-biologista vanhempansa kohtaan voi se kuitenkin pohjimmillaan olla toive säilyttää läheisyys biologista vanhempansa kohtaan (mt, 82).

Tärkeitä alasysteemejä voidaan hahmottaa kuusi erilaista: uuspari, vanhempi-lapsi, sisarusten välinen alasysteemi, lapsipuoli-uusperheen vanhempi, koko uusperheen alasysteemi ja laajennetun, kaksi perhettä käsittävä alasysteemi. Näistä uuspari on uusperheterapiaan keskeisimmin osallistuva alasysteemi. Kaikki muutkin alasysteemit voivat osallistua terapiaan. Myös edeltävä sukupolvi voidaan kutsua terapiaistuntoihin. Terapeutti kysyykin itseltään: ”Mitkä alasysteemit eniten hyötyvät siitä, että tapaavat yhdessä?” (mt, 82).

Malinen ja Larkela teoksessaan Parisuhde, uusperheen ydin (2011) puhuvat liittoutumien ennalta ehkäisemisestä. He korostavat, että lasten etu on se, että uusperheen parisuhde toimii. Se luo turvallisuutta. Toisaalta lapset voivat olla tyytyväisiäkin uusparin riidoista, koska he yhä saattavat vaalia toivetta biologisten vanhempiansa yhteen paluusta. Kun perherakenteet muuttuvat, kun esimerkiksi uusi perhe, uusperhe syntyy, tarkoittaa se sen perheen uusien sääntöjen luomista. Vanhempansa rinnalla päätöksiin tasaveroisesti osallistunut lapsi palautetaan

entiselle paikalleen perheen lapseksi. Tämä saattaa olla sekä vastalauseita synnyttävä että helpottava kokemus.

5.4 Uusperhekokemusten normalisointi

Terapeutin on tärkeää omaksua tietoa uusperheiden kokemuksista ja myös jakaa tätä tietoa asiakkailleen. Esimerkiksi äitipuolet saattavat kokea erilaisia odotuksia uudesta roolistaan kuin puolisonsa ja myös paineistua näistä rooli-odotuksista. Ilmiötä kutsutaan normalisoinniksi. Ihmisiä yleensä ottaen helpottaa kun he voivat asettaa omat kokemuksensa johonkin yleiseen mittariin tai asteikkoon. Julkaistut tutkimustulokset voivat toimia tällaisena mittarina. Normalisoinnin tavoitteena ei ole osoittaa, että jokin perhe tai perhemuoto on ”normaali”. Enemminkin kerrotaan, että lukuisia uusperhe-elämään liittyviä ilmiöitä on tutkittu ja että niiden esiintyminen myös kymmenen askeleen uusperheterapiaan osallistuvilla perheillä on tunnistettu (Browning ja Bray 2009, 84).

5.5 Empatian esiintymisen tunnistaminen ja empatiakokemusten jakaminen perheenjäsenten ja alajärjestelmien kesken

Terapeutin on tärkeää varmistaa, että kummallakin uusperheen puolisoista on empaattinen, ymmärtävä näkemys siitä, miten toinen asiat kokee. Kun on kyse lapsesta, on tärkeää tukea ajatusta, että kummallakin uusperheen vanhemmista on oma erillinen katsantokantansa lapseen. Lapsen on tällöin mahdotonta olla läsnä terapiaistunnoissa (mt, 85).

Terapeutin tulee myös varmistaa, että kumpikin puolisoista kantaa mielessään huolta ja on kiinnostunut lapsen hyvinvoinnista. Vaikka intensiteetti ja tapa ilmaista tarvetta pitää huolta lapsesta voi olla hyvinkin erilainen (vrt. biologinen vanhempi/uusperheen isä tai äiti, joka ei ole biologinen vanhempi) on jokin taso siitä löydettävä. Koko viidettä askelta ei voi ottaa työskentelyn alle, jos on viitteitä siitä, että lapsen hyvinvointi ei ole tärkeä asia kummallekin puolisoista huolimatta biologisista verilinjaista (mt, 85). Suhde lapseen on erilainen vanhemmalla, joka on nähnyt koko kasvun kaaren aina vauvaiästä alkaen kuin sillä, joka tulee mukaan esimerkiksi vasta hankalassa teini-ikässä.

5.6 Haitallisten uskomusten tunnistaminen ja niiden haastaminen

Uusperheitä koskevat monenlaiset haitalliset uskomukset. Perheet tuovat niitä terapeutin tietoon oma-aloitteisesti. Näitä on kolmentyyppisiä.

Kulttuurisesti hyväksytyt itsestäänselvyydet ovat kaikkein salakavalimpia. Eräs sellainen on, että äitipuolen tulisi rakastaa lapsipuoltaan. Näin ei kuitenkaan aina ole, eikä rakkaus olekaan ehtona toimia turvallisena vanhempana, joka avustaa lapsen kasvatuksessa. Nainen saattaa tuntea suurta normatiivista painetta tästä asiasta ja myös syyllisyyttä. On myös kulttuurinen uskomus, että useat lapset tahtovat vanhempiansa jälleen yhdistyvän. On tärkeää auki puhua ja selventää näitä uskomuksia ja nähdä todellinen tilanne niiden takana. Näin päästään puhumaan perustunteista: esimerkiksi surusta, kun uusi puoliso ei rakastakaan lapsia entisestä suhteesta (mt, 89-90).

Virhetulkinnat uusperheen sisällä syntyvät usein, kun kuullaan informaatiota, joka ei ole tarkoitettu itselle. Kun vuorovaikutus on puutteellista, esimerkiksi puhelinkeskustelusta kuullaan vain osa tai se on irrotettu asiayhteydestään, mahdollisuus tulkintaan ja nimenomaan virhetulkintaan kasvaa. On tärkeää, että terapeutti ei syyllisty tai osallistu virhetulkintoihin, vaan tarkistaa aina tulkinnanvaraisissa tilanteissa viestin sisällön ja myös sen, onko hänellä lupa jakaa kyseessä olevaa informaatiota. Terapeutti voi toimia myös välittäjänä nuorten ja vanhempien välillä (mt, 91).

Leimat ovat myös osa hyödyttömiä uskomuksia. Tällaisia ovat esimerkiksi salliva äiti, elättäjä, jota ei arvosteta, murehtija ja (kuria pitävä) kersantti. Leimat johtavat polarisaatioon: mitä sallivampana miellän ex-puolisoni sitä oikeutetumpi on oma pakottava kasvatustyylini. Leimoista voi tulla pysyviä rooleja. Ne heikentävät mahdollisuutta luoda todellinen suhde. Kun leima lyödään nopeasti, ei enää nähdä ihmisen syitä toimia ja hänen tarkoituksensa. Leima alkaa elää omaa elämäänsä ja dominoida suhdetta (mt, 93).

5.7 Luontaisen alasysteemin (lapsi-vanhempi) tukeminen ja sen vahvistaminen, että se on kykeneviä ilmaisemaan yhteistä huoltaan

Uusperhettä koskevassa kirjallisuudessa vähiten huomiota saaneita alasysteemejä ovat ennen uusperhettä syntyneet sisarusten väliset alasysteemit ja lapsi-aikuinen alasysteemi, joihin kuuluvat myös pitkäaikaiset adoptiolapsi-aikuinen alasysteemit. Koska tämän sidoksen katsotaan olevan luonnostaan niin voimakas ja pysyvä, se usein jää huomiotta. Kuitenkin tämä sidos uusperheen sisällä saattaa tuoda paljon stressiä. Tätä alasysteemiä tutkitaan koko perheen käsittävissä istunnoissa ja tapaamalla lasta yksin omissa istunnoissaan. Tämän alasysteemin dynamiikkaan kuuluu, että vanhempi tuntee jäävänsä kahden rakastamansa ihmisen, oman biologisen lapsen ja uuden kumppaninsa väliin. Terapeutit myös arastelevat biologisen lapsi-vanhempialasysteemin tapaamista siinä pelossa, että isä-tai äitipuoli reagoi siihen voimakkaasti kokemalla itsensä ulkopuoliseksi (mt, 95).

Tutkittaessa vanhempi-lapsialasysteemiä on hyödyllisintä tavata lapsi ennen hänen vanhempansa. Lapsi saattaa kokea, että suhde biologiseen vanhempaan ei ole enää läheinen. Terapeutti voi asian ollen näin tukea suhdetta ja korostaa sen tärkeyttä. Vanhempi saattaa olla yllättynyt lapsen kokemasta: kun elämään on tullut uusi romanttinen suhde ja perhemuotoon muuttunut, huomio ei tunnu riittävän kaikkeen. Tärkeitä kysymyksiä ovat, että miten kahdenkeskinen läheisyys lapsen ja vanhemman välillä toteutuu ja miten sitä ylläpidetään samoin kuin miten ja kuinka usein aikaa tähän kahdenkeskisyyteen löydetään. Etsitään korjaavia toimia (mt, 95).

Uusi puoliso voi pelätä joutuvansa syntipukiksi puolisonsa ja tämän biologisen lapsen yhdessä viettämän ajan vähentymiseen tai etäännyneeseen suhteeseen sinänsä. Terapeutin on hyödyllistä tavata uuspari yhdessä seuraavassa istunnossa. Uuspari tarvitsee keskinäistä yhteistä aikaa, mutta jos vanhempi-lapsialasysteemi heikkenee liiallisesti voi se salakavalasti uhata koko uusperhealasysteemin olemassaoloa vakavalla tavalla (mt, 95).

5.8 Uusperheen oman systeemin ja sen toiminnan opettaminen perheelle

Terapeutti voi omilla väliintuloillaan selkiyttää perheelle siinä vallitsevaa systeemiä. Kyse ei ole vastuun poisottoa, vaan päinvastoin se lisää jokaisen perheenjäsenen omaa osuutta ja vastuuta vuorovaikutuksesta. Perheenjäsenet siis vaikuttavat toisiinsa samalla kuin ovat toistensa vaikutuksen kohteena. Terapeutti kertoo uusparille miten heidän lisääntynyt sitoutumisensa vaikuttaa koko systeemiin. Kun tulee ymmärrys, että pelkällä tahdonvoimalla ei voida pakottaa jokaista uusperheenjäsentä johonkin tiettyyn suuntaan, on kylvetty siemen koko uusperhealasysteemin systeemiseen ymmärtämiseen. Syyllisten etsimisen sijaan alkaa kasvaa ymmärrys (mt, 96).

Bray (2008) korostaa voimakkaasti terapeutin roolia. Hänen näkemyksensä mukaan terapeutti on aktiivinen muutoksen agentti, joka on asiakkaidensa parisuhteen puolella. Tähän rooliin kuuluu opettajan (educator) rooli. Terapeutti voi toimia myös valmentajana (coach) tai konsulttina (consultant), joka auttaa tekemään vaikeita päätöksiä.

Samoilla linjoilla on myös Gottman (1994, 1999). Kun pariskunta istunnolle tullessaan riitelee, sietää Gottman tätä riitaa vain saadakseen tietoa riidan rakenteesta ja kertoo sitten havainnoistaan asiakkaille kiitosten kera, ovathan nämä tuoneet istuntoon jotakin siitä, mitä kotona tapahtuu. Istunnoilla Gottman ei salli riitelyä.

5.9 Yhteisen vanhemmuuden tukeminen koskien perheen kaikkia vanhemman kaltaisia aikuisia jäseniä

Yhdeksäs askel rakentuu aikaisempien askelten varaan. Siinä tunnistetaan, että uusperheeseen vaikuttaa kaikki laajentuneen perhealasysteemin jäsenet. Systeeminen ajattelu helpottaa uusperheen jäseniä välttämään negatiivisia yhteenliittymiä, sukuriitoja ja vihanpitoa. Vaikka tämän askeleen tarkoitus on ensisijassa tukea ex-puolisoiden yhteistä ja jaettua vanhemmuutta, voidaan ajatella, että vanhemmuuden funktioita hoitavat myös isovanhemmat sekä uusperheen myötä syntyneet isovanhempipuolet (mt, 97).

Kymmenen askelen uusperheterapian mukaisesti työskentelevä terapeutti etsii mahdollisuuksia kytkeä työskentelyyn laajennetun perheen (sekä etä-että lähivanhempien perheen). Näin tapahtuu varsinkin silloin, kun kommunikaatio on epäselvää lapsen kahden kodin välillä ja se aiheuttaa pulmia. Kun työskennellään sekä lähi-että etävanhempien kanssa terapeuttien yleisin huoli on vihan tunteet vanhempien välillä ja niiden haitallinen vaikutus lapseen. Näissä istunnoissa onkin läsnä ainoastaan aikuisia (mt, 97). Toisaalta lapset voivat olla jo tottuneita vanhempien riitoihin ja olla ainoastaan tyytyväisiä siihen, että vanhemmat ylipäänsä puhuvat toisilleen (Ahrns, 2004).

Terapeutin on tärkeää olla istuntojen johdossa. Hän on vastuussa siitä, että istunnot eivät muodostu huutokilpailuksi, joiden aihe kumpuaa ex-puolisoiden välisestä historiasta. Tämä vastuu painaa terapeutteja ja tekee heidät hermostuneiksi. Kuitenkin voidaan todeta, että yleensä vanhemmat ovat huolissaan lastensa tarpeista. Selkeä työjärjestys joka keskittyy nykyhetken ratkaisua vaativiin ongelmiin auttaa pitämään painopisteen poissa menneistä loukkaantumisista. Tämä auttaa suurella todennäköisyydellä kumpaakin perhettä (Browning ja Bray 2009, 98).

Terapeutilla on suuri paine valita puolensa. Äärimmäisen harvoin toisen perheen puolelle asettuminen puolustaa paikkaansa. Tasapuolisuus ei ole niinkään tekniikka kuin tapa ajatella. Vaikka terapeutti näkee tärkeäksi isän ja pojan välisen suhteen tukemisen on tärkeää myös tunnustaa isän nykyisen parisuhteen tärkeys. Vaikka terapeutti on terapeuttisessa suhteessa nykyiseen uusperheeseen, on tärkeää säilyttää tietoisuus laajemmasta perheyhteydestä (mt, 98).

5.10 Kommunikaation lisääminen ja alasysteemien yhdistäminen toimivaksi ja tyydyttäväksi uusperheeksi

Kymmenen askeleen uusperheterapian viimeinen askel on vakaammaksi muodostuneiden alasysteemien yhdistäminen kiinteämmäksi ja vakaammaksi uusperheeksi. Kun jännite on laskenut, voidaan järjestää kahden keskeinen istunto lapsipuolen ja uusperheen isän tai äidin kesken. Tämä istunto lapsen tai lasten ja isä-tai äitipuolen välillä voidaan sijoittaa juuri ennen koko uusperheen istuntoa. Näiden istuntojen tarkoitus on tukea myönteistä tunnetta

perhesuhteista. Myötätuntoa toisia kohtaan lisätään. Tarkoitus ei ole luoda valheellista kuvaa vuorovaikutuksesta vaan kymmenen askeleen uusperheterapeutti varmistaa aktiivisen toimintansa kautta, että vuorovaikutus uusperheen jäsenten välillä soljuu eikä eksy ristiriitoihin. Jos uusperheen jäsenet ovat kyvyttömiä keskustelemaan rakentavasti, varataan kullekin mahdollisuus riidan selvittämiseen ja tila omalle kantansa esittämiseen ilman, että joku valitaan voittajaksi (mt, 99.)

Terapeutin vastuulle jää huomioida mikäli joku alasysteemi, joka on jo alkanut edistyä itsenäisenä yksikkönä, ei kykene toimimaan koko uusperheen alasysteemin sisällä. Jos tällainen tilanne esiintyy, on viisasta ottaa esille erityiset teemat kun koko perhe on koolla. Näitä teemoja ovat mustasukkaisuus, hylätyksi tulemisen tunne ja harhaanjohtava suojeleminen (mt, 99).

Useinkaan erilliseen istuntoon ei kutsuta lasta yhdessä isä-tai äitipuolensa kanssa. Näin voidaan kuitenkin tehdä istuntojen ollessa ennen kaikkea hyödyllisiä joskaan ei nautinnollisia (mt, 99).

6. POHDINTAA KYMMENEN ASKELEEN UUSPERHETERAPIAN KÄYTÖSTÄ PERHEASIAIN NEUVOTTELUKESKUKSISSA

Tyypillisin tapa työskennellä perheasiain neuvottelukeskuksissa on toimia perheen hyväksi parisuhteen kautta. Kymmenen askelen uusperheterapiassa työskentelyn fokus on löytää alasysteemit ja toimia niiden kanssa ja niiden kautta kohti uusperheen integraatiota. Jossakin määrin tämän työskentelyotteen mukainen toiminta vaatii lähestymistavan muutosta tai ainakin painopisteen muuttumista pareja ja perheitä tavatessa. Näkisin, että tämä on täysin mahdollista, ja varmastikin suurin osa perheneuvojista jo toimiikin näin, tavaten koko perhettä tai sen alasysteemejä vaihdellen tavaten. Jokainen terapeutti tekee työtänsä oman persoonansa ja oman orientaationsa mukaisesti.

Tähän terapiamuotoon tutustuminen ja sen mukaan työskenteleminen luo ennen kaikkea strukturoidumman ja tavoitehakisemman tavan tehdä työtä uusperheiden hyväksi. Se auttaa välttämään tiettyjä karikoita, esimerkiksi perheenjäsenten jääminen työskentelystä pois tulee epätodennäköisemmäksi,

kun tunnistetaan selkeästi heidän vaikeat tunteensa ulkopuolisuuden kokemuksen suhteen.

Käytössäni oleva artikkeli ei selkeästi ota kantaa siihen, tapaako uusperhettä yksittäinen terapeutti vai terapeuttipari. Tämä jää terapeutin/terapeuttien itsensä ratkaistavaksi, vaikka oma mielikuvani syntyy yhden terapeutin läsnäolosta.

Työnohjauksellisiin kysymyksiin ei myöskään oteta kantaa. Tätä asiaa pidän kuitenkin itsestään selvyytenä ajatellen terapeutin ammatillista kehitystä ja työssä jaksamista.

7. LÄHDELUETTELO

Ahrons, C. (2004) *We are still family: What Grown Children Have to Say About Their Parents' Divorce*. New York: HarperCollins

Coleman, M. Ganong, L ja Fine M., (2000) Reinvestigating remarriage: Another decade of process. *Journal of Marriage and Family* 62.

Bray, J.H. (2008) *Couple Therapy with Remarried Partners*. Teoksessa: *Clinical Handbook of Couple Therapy*. New York, London: The Guilford Press

Browning, W ja Bray J. H (2009) *Stepfamily Therapy: The 10 steps*. Laajennettu artikkeli, joka alun perin ilmestyi teoksessa "Treating Stepfamilies: "A Subsystem Based Approach" by W. Browning and J.H. Bray (Eds.), *The Wiley-Blackwell Handbook of Family Psychology*. West Sussex: Blackwell. Uusperheneuvokoulutuksessa vuonna 2017 käytössä ollut moniste.

Gottman J. M. (1994) *Why marriages succeed or fail*. New York: Norton

Gottman J.M. (1999) *The marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. New York. Random House

Juuti, L. (2013) *Uusperheellisten parisuhdeinterventioon osallistuneiden pariien kokemuksia uusparisuhteesta ja uusparin suhdeverkostoista*. Pro Gradu-tutkielma Itä-Suomen yliopisto/Filosofinen tiedekunta/Kasvatustieteiden ja psykologian osasto/Psykologia

Larkela P. ja Malinen V. (2011) *Parisuhde - Uusperheen ydin*. Helsinki: Väestöliitto

Länsi-Uudenmaan seurakuntien Perheasiain neuvottelukeskukseen esite. Ei vuosilukua.

Länsi-Uudenmaan seurakuntien Perheasiain neuvottelukeskukseen Johtosääntö. (2016)
Lohja

Mannila L. (2015) *Lapsettomat äitipuolet*. Artikkelit *Perheterapia*lehdessä 3/2015. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura/Koulutuskeskus

Rosenholm H. (1989) *Uusperhe – Uusi mahdollisuus*. Porvoo-Helsinki-Juva: WSOY

Raittila K. ja Sutinen P. (2008) Huonetta vai sukua. Elämää uusperheessä. Helsinki: Kirjapaja

Savolainen Nina (2017) Suullinen tiedonanto 25.10 2017

Sutinen P. (2005) Vanhempana ja aikuisena uusperheessä. Helsingin yliopiston kasvatustieteen laitoksen tutkimuksia. Helsinki: Helsingin Yliopisto

Tolkki-Nikkonen M. (1992) Perhe: rakenteista prosesseihin. Teoksessa Alanen L. ja Kähkönen P.(toim.) Arki, perhe, politiikka. Näkökulmia perheeseen ja perhetutkimukseen. Jyväskylän yliopiston perhetutkimusyksikön julkaisuja 3.