

# ERO- JA UUSPERHEIDEN LAPSEN HYVINVOINNIN TUKEMINEN SEKÄ VÄLINEITÄ LAPSEN NÄKÖKULMAN HUOMIOIMISEKSI

Uusperheneuvojakoulutus 2019-2020

Suomen uusperheiden liitto ry

Kehittämistehtävä

Maija Pirinen

# SISÄLLYSLUETTELO

1. Johdanto	2
2. Vanhempien ero ja uusi parisuhde lapsen hyvinvoinnin näkökulmasta	3
2.1. Vanhempien ero	3
2.2. Vanhemman uusi parisuhde ja uusperheen muodostuminen	5
3. Lapsen hyvinvoinnin tukeminen eron ja uusperheytyymisen vaiheissa	7
3.1. Vanhempien yhteistyövanhemmuus avainasemassa	7
3.2. Uusperheen parisuhde kannattelee lasta	9
3.3. Ammatilliset palvelut lapsen ja vanhempien tukena	10
3.4. Välineitä lapsen hyvinvoinnin ja tarpeiden esiin nostajina	11
3.4.1. Vanhemmuussuunnitelma	11
3.4.2. Kaksi kotia- sovellus	13
3.4.3. Lapsen kirje vanhemmalle	14
3.4.4. Nuoren ajatuksia vanhempien erosta	14
4. Pohdintaa	15
5. Liitteet	16
Liite 1. Vanhemman kymmenen teesiä lapsen ja nuoren tukemiseksi	16
Liite 2. Rakentava riitely	17
Liite 3. Kaksi kotia -sovellus	18
Liite 4. Lapsen kirje vanhemmille vuoroasumisesta	19
6. Lähdeluettelo	20

## 1. Johdanto

Lapsella on oikeus perheeseen. Perheen tarkoitus on tarjota lapselle turvallinen ja tukeva kasvualusta kohti aikuisuutta. Lapsi tarvitsee perheen ja turvallisia aikuisia ympärilleen. Lapsi luo kasvaessaan perheessä kiintymyssuhteen henkilöihin, jotka hänen hoidostaan ja huolenpidostaan vastaavat. Vanhempien tai perheen parisuhteessa olevien aikuisten parisuhteen eron myötä lapsen perheen perherakenne muuttuu eivätkä pysyväksi mielletyt perhesuhteet lapsen kasvualustana välttämättä aiemmassa muodossaan enää jatku. Samoin vanhemman uusi parisuhde ja uusperheen muodostuminen on lapselle iso muutos.

Vanhempien ero sekä uusi parisuhde koskettavat monen suomalaislapsen elämää. Täysin kattavia tilastoja ei ole saatavilla, mutta Väestöliiton asiantuntijoiden arvion mukaan yli 30 000 lasta kokee vanhempien eron vuosittain (Yle uutiset 22.12.2019). Uusperheiden osuus kaikista lapsiperheistä oli 9% vuonna 2018, noin vähän reilut 50000 perhettä. Alle 18-vuotiata lapsia uusperheissä oli kyseisenä ajankohtaan reilut 100 000 (SVT 2018). Useimmiten uusperhe syntyy vanhempien eron jälkeen, joten sekä vanhempien eron että uusperheytyksen voidaan sanoa koskettavan tuhansia, jopa kymmeniätuhansia suomalaislapsia.

Vanhempien ero on usein lapselle iso kriisi. Toki se voi olla myös helpotus, erityisesti hyvin riitaisten vanhempien perheissä tai päihde- tai väkivaltaperheissä, mutta uskoisin, että näissäkin tilanteissa lapsen huoli toisen vanhemman selviytymisestä ja suhteen jatkumisesta jollakin tasolla elää. Eroperheiden lasten osalta on vaarana lapsen jääminen yksin kriisin keskellä. Ero on kriisi myös eroaville aikuisille, eikä omassa tunnemyrskyssään välttämättä tule ajatelleeksi lapsen tarpeita tai ei ole voimavaroja niitä huomioida. Samoin uusperheytyminen voi merkitä riskiä lapsen hyvinvoinnille, jos vanhempi ei esimerkiksi uuden suhteen tunnehuumassa kykene antamaan lapselle riittävästi aikaa uuteen aikuiseen tutustumiseen, edessä olevaan muutokseen tai tukea uuden tai uusien suhteiden rakentamiseen. Silloinkin, kun uuden parisuhteen löytyminen on lapsenkin vaikkakin sanoittamaton toive, on lapsen tarpeiden tunnistaminen ja niihin vastaaminen olennaista. Valitettavasti kaikilla vanhemmilla ei ole riittävästi mentalisaatiokykyä pohtia oman eron tai uusperheytyksen vaikutuksia lapsen näkökulmasta.

Tässä kehittämistehtävässä kuvailen, mitä vanhemman avioero ja toisaalta uusperheytyminen merkitsee lapsen hyvinvoinnin ja tarpeiden näkökulmasta, miten vanhemmat voivat tukea lastaan elämän isoissa muutoksissa sekä miten yhteiskunnan palveluissa eron ja uusperheytyamisen keskellä olevaa lasta tukea. Esittelen myös viimeaikaisempia (sekä jo pidempäänkin käytössä olleita) lapsilähtöisiä menetelmiä vanhempien, eroauttajien ja uusperheneuvojien tueksi.

## **2. Vanhempien ero ja uusi parisuhde lapsen hyvinvoinnin näkökulmasta**

### **2.1. Vanhempien ero**

Ero on prosessi, johon voi sisältyä katastrofin siemen, mutta myös uuden ja entistä paremman elämän alku. Vanhempien ero on paitsi aikuiselle, myös lapselle kriisi, josta selviytyminen vie aikaa. Syyllisyyden tai riittämättömyyden tunteiden valtaamana vanhemmat saattavat uskoa, että lapset selviytyvät luonnostaan tai ainakin hyvin nopeasti eron aiheuttamasta kriisistä. Kyseessä on kuitenkin lapsen hyvinvoinnin näkökulmasta harhakäsitys. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 21, 35) Voi näyttäytyä, että lapsi sopeutuu hyvin, kriisi voi ilmaantua lapsen myöhemmissä kehitysvaiheissa. Lapset tarvitsevat pitkän ajan, jopa kolmesta viiteen vuoteen toipuakseen vanhempiensa erosta. (Ayalon & Flasher 1997, 15, 43). Ensimmäiset tai pari ensimmäistä vuotta eron jälkeen voivat olla lapselle vaikeimpia. Viidenneksellä lapsista oireilu jatkuu kauemmin, osalla jopa aikuisikään asti. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 21, 35) Joissakin tapauksissa, kuten vanhempien hyvin vakavien ja useita vuosia kestävien riitojen vuoksi, erosta toipuminen voi lapsella pitkittyä (Makkonen 2009, 3).

Vanhempien ero voi vaikuttaa lapseen monella tavalla. Vaikutukset ovat myös yksilöllisiä, lapsen iän, persoonallisuuden ja sukupuolenkin mukaan. Tutkimuskirjallisuudessa nostetaan esiin useita tyypillisimpiä vanhempien avioeroon liittyviä lapsen hyvinvointia haittaavia kokemuksia. Lapsi voi kokea syyllisyyttä vanhempien erosta, etenkin jos lapsi on pieni eikä kehitystaso huomioiden kykene käsittämään tilannetta. Lapsen itsetunto voi alentua. Lapsi voi myös kokea tehtäväkseen vanhempien parisuhteen pelastamisen. Lapsi voi tuntea vihaa vanhempiaan kohtaan perheen hajottamisesta. Lapsen epäsosiaalinen käytös voi lisääntyä. Lapsi luonnollisesti ajattelee eron vaikutusta omaan elämäänsä, mikä aiheuttaa pelkoa, huolta ja stressiä lapsen elämään. Lapsi kokee surua, menetystä ja

pelkoa yksin jäämisestä, ikävän tunteita toista vanhempaa kohtaan tai pelkoa toisen vanhemman menettämisestä. Tyypillistä avioerolapselle on lojaliteettiristiriitojen tunteminen. (Makkonen 2009, 3-4). Ero voi olla traumaattinen kokemus, jos vanhemmat eivät huomioi lapsen tarpeita eron tapahtuessa, esimerkiksi tilanteissa, joissa toinen vanhempi muuttaa perhekriisin seurauksena äkillisesti pois perheen kotoa lapsen saamatta selitystä tapahtuneelle. Vanhemmat saattavat lasta suojellakseen pitää asian salassa. (Ayalon & Flasher 1997, 38, 39) Lapselle kuormittavaa on, jos lapsi ei saa riittävästi tietoa erosta tai siihen liittyvistä järjestelyistä, jolloin lapsen oma mielikuvitus alkaa täyttämään aukkoja ja rakentamaan vääränlaista kuvaa tilanteesta (Makkonen 2009,10). Eroon voi liittyä tavallisesti muita stressitekijöitä kuten taloudelliset vaikeudet, muuttaminen toiselle paikkakunnalle, tärkeän harrastuksen loppuminen ja tuttujen kaveruussuhteiden katkeaminen. Näiden tekijöiden merkitys varsinkin isomman lapsen kehitykselle voi olla hyvin suuri. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 25,26, 35)

Lapsena eron kokeneet kuvaavat eron olleen heille jopa sokki, elämän yllättävä tilanne, jossa itse on sivustaseuraaja ja joka on häirinnyt normaalia kehitystä ja vaikuttanut aikuisuuteenkin, aiheuttaen vielä aikuisenakin tunteita. Eron vaiheessa he ovat kokeneet voimakkaita hylkäämiseen ja turvattomuuteen liittyviä tunteita. Joissakin tilanteissa lapsi voi joutua tukemaan tai suojelemaan vanhempaansa saamatta itselleen lainkaan tukea vaikeaan elämänvaiheeseen. (Makkonen 2009, 8-9)

Kaikista haitallisinta lapsen kehitykselle on vanhempien jatkuva riitely. Riidat ovat tutkimusten mukaan yhtä haitallisia lapsille sekä eroperheissä että ensiperheissä. Perheen sisäiset konfliktit ovat yhteydessä lapsen myöhempään sopeutumiseen. Sen sijaan vanhempien ero, johon ei liity pitkittyneitä riitoja, ei näytä olevan yhteydessä lapsen myöhempiin ongelmiin. Riitaisissa parisuhteissa ja pitkittyneissä ero- ja huoltajuusriidoissa vanhemmat voivat kaikin tavoin huonosti, mikä heijastuu lapsen. Vanhemman masentuneisuus heikentää vuorovaikutusta lapsen kanssa. Lapsen suhde etävanhempaan voi etäännyä. Näissä pitkittyneissä, kuten myös väkivaltaisissa riidoissa lapsi on alttiimpi psyykkisille ja psykosomaattisille oireille, lapsen kohdatessa emotionaalista hätää ja turvattomuutta. Lapset eivät totu riitoihin vaan herkistyvät niille. Jatkuessaan oireilu voi johtaa sopeutumisongelmiin, joilla on taipumus muuttua pysyviksi käytösmalleiksi. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 29, 31, 35) Jos vanhemmat kritisoiivat jatkuvasti toista vanhempaa, näyttää lapsen luottamus molempiin vanhempiin vähenevän. Sen lisäksi, että lapsi alkaa

suhtautua ristiriitaisesti moitittuun vanhempaan, on lapsen psyykkinen vointi vaarassa heiketä. Lapsi kärsii siitä kielteisten tunteiden ilmapiiristä, minkä toisen vanhemman jatkuva arvostelu tuottaa. Lapsesta voi tulla vanhemman pahoinvoinnin säiliö.

Pahimmillaan lapsi yrittää ratkaista asian osallistumalla toisen vanhemman arvosteluun sisäistäen vanhemman kielteisiä asenteita. Tämä paitsi heikentää lapsen psyykkistä vointia, myös hänen kykyään terveeseen arviointiin elämässään. (Vanhanen, 2019, 76)

Lapsen käyttäytymisen ja tunne-elämän oireet vanhempien erottua eivät muodosta mitään tunnistettavaa oirekuvaa, vaan ne voivat olla hyvin erilaisia. Lapsen pahoinvointi voi näkyä levottomuutena, itkuisuutena, ärtyvyytenä, raivokohtauksina, kontakteista vetäytymisinä tai erilaisina psykosomaattisina oireina, kuten univaikeuksina, vatsa tai päänsärkyinä.

Lapsella voi esiintyä vanhempien eron jälkeen kielteisiä vaikutuksia koulumenestyksen, käyttäytymisen, psyykkisen sopeutumisen, itsetunnon ja sosiaalisten suhteiden alueella. Tutkimusten mukaan alle kouluikäiset lapset kärsivät muita enemmän vanhempien erosta. Jos ero tapahtui ennen kuuden vuoden ikää, lapsilla oli enemmän ahdistuneisuutta, ylivilkkautta ja oppositionaalisuutta. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 27, 28, 35)

Vanhempien keskinäisen yhteistyökyvyn puute, runsaat muutokset ja lapsen tarpeiden huomioitta jättäminen heikentävät lapsen toipumista. Lasta kuormittavassa tilanteessa vanhempien erotessa lapsi tarvitsisi erityistä suojelua. (Makkonen 2009,12).

Joissakin olosuhteissa ero voi olla lapsen hyvinvointia edistävä ratkaisu. Vanhempien ero parantaa lapsen tilannetta erityisesti tilanteissa, joissa vanhempien liitto on ollut pitkäkestoisesti riitaisa. (Broberg, 2010, 37). Niiden liittojen hajoaminen, joissa on ollut väkivaltaa tai sen uhkaa, helpottaa lapsen stressiä (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 35).

## 2.2. Vanhemman uusi parisuhde ja uusperheen muodostuminen

Uusperheen perustaminen on lapsen elämään vaikuttava iso muutos. Lapsi päätyy uusperheeseen vanhempiensa eron jälkeen ja vanhempansa valinnan tuloksena ikään kuin olosuhteiden pakosta. Eron jälkeen on saattanut seurata vaihe yksinhuoltajaperheen elämää tai lapsi siirtyy suoraan uusperhe-elämään vanhempiensa ero jälkeen. Aina taustalla ei ole ero vaan lapsi siirtyy yksinhuoltajaperheestä suoraan uusperhe-elämään. (Broberg, 2010, 37). Lapsen näkökulmasta lapselle merkityksellisimmät ihmissuhteet eivät välttämättä löydy uusperheen sisältä. Lapselle uusperhe saattaa konkretisoida

vanhempiensa eron, mistä syystä lapsi saattaa oireilla siihen liittyen vasta tässä vaiheessa ymmärtäen sen lopullisuuden. (Emt., 37,38)

Lapsen hyvinvointiin uusperheessä ovat yhteydessä monet tekijät, kuten perherakenne, sosioekonominen asema, perheen voimavarat, vanhempien välinen yhteistyö, vanhemmuuden ongelmat, sosiaalinen tuki, uusperheen suhteiden laatu. Lisäksi siihen vaikuttavat lapseen liittyvät yksilölliset tekijät ja lapsen ikä. Ylipäänsä se, miten lapsi selviytyy vanhempiensa erosta, on yhteydessä uusperheeseen sopeutumisessa.

Tutkimuksissa näyttävät lapsen uusperheeseen sopeutumisen ongelmissa korostuvan lapsen ja uuden aikuisen, isä- tai äiti- tai isäpuolen välisen suhteen ongelmat. äiti- tai isäpuolen voi olla vaikeuksia hyväksyä puolison lapsi perheen jäseneksi. Suhteen rakentamista saattaa myös häiritä lapsen lojaalisuus toisaalla asuvaa vanhempaansa kohtaan, jos on tiedossa hänen olevan yksinäinen ja onneton. (Broberg, 2010, 38-39, 51, 130).

Uusperheellisten ja sitä kautta uusperheiden lasten elämää kuormittavat huomattavasti myös muut uusperheen sisäiset suhteet. Biologisten vanhempien välinen suhde ja yhteistyön haasteet näyttävät merkittävää roolia lapsen hyvinvoinnille. Toisaalla asuva vanhempi voi hankaloittaa uusperheen elämää esimerkiksi muuttamalla jo aiemmin sovittuja tapaamisaikatauluja. Uusperheen parisuhteen haasteet, riitaisuus tai näkemuserot, esimerkiksi ei-yhteisten lasten kasvattamisessa heijastuvat lapsen elämään. Broberg, 2010/ Emt., 127-129, 130, 131). Lapsi voi olla tyytyväinen uusparin riidoista, koska heillä elää toive vanhempien yhteen paluusta (Malinen ja Larkela, 2011, 51). Lisäksi kuormitusta aiheuttavat lapsen etävanhempisuhteet sekä uusperheen yhteisten toimintatapojen ja arjen rakenteiden muodostuminen etenkin uusperheen alkumetreillä (Broberg, 2010, 130, 131).

Uusperheen muodostuminen tuo kuitenkin etuja lapsen elämään. Lapsi voi kokea uudelleen perheyhteyttä saadessaan uuden aikuissuhteen ja uusia ihmissuhteita. Mikäli lapsella ei ole toimivaa suhdetta etävanhempaan, uusi aikuinen perheessä voi olla hänelle korvata puuttuvan vanhemman. Uusperhe voi normalisoida ja rauhoittaa lapsen elämän eron ongelmien jälkeen. (Broberg, 2010/ Emt., 39,40) Lapsi ei välttämättä aina toivo paluuta entiseen elämään. Jos ex-perhe on ollut riitaisa, lapsi voi toivoa, että uuspari onnistuu. (Malinen ja Larkela, 2011, 51) Uusperheessä ihmissuhdeverkoston toimivuus näyttää kuitenkin merkittävää roolia uusperheen voimavarojen ja sitä kautta lapsen hyvinvoinnin kannalta (Broberg, 2010, 132).

### 3. Lapsen hyvinvoinnin tukeminen eron ja uusperheytyymisen vaiheissa

#### 3.1. Vanhempien yhteistyövanhemmuus avainasemassa

Jos eroavat vanhemmat kykenevät erottamaan keskinäiset kiistansa vanhempana olemisesta, on lapsella paremmat mahdollisuudet omaksua uudet perherakennelmat ja kehittää sopivia suhtautumismalleja (Ayalon & Flasher 1997,43). Vanhempien välinen toimiva yhteistyö on arkista keskustelua ja kuulumisten vaihtoa lasten asioista ilman, että lapsi joutuu vanhempien väliin. Yhteistyövanhemmuus mahdollistaa lapsen oikeuden molempiin vanhempiinsa eron jälkeen. Toimiva yhteistyö suojaa lasta eron kielteisiltä vaikutuksilta, esimerkiksi vanhempien riitelyn jatkumiselta tai ihmissuhteiden katkeamiselta. Lapsi tarvitsee kasvunsa tueksi yhteyden vanhempiinsa. Lapselle on tärkeää säilyttää luottamus vanhempiinsa ja hänestä huolehtiviin muihin aikuisiin myös erotilanteissa ja kahden kodin arjessa. Vanhempien keskeisenä tehtävänä on huolehtia lapsen turvallisuuden tunteesta ja ennaltaehkäistä tilanteita, joissa lapsi joutuisi valitsemaan puolensa vanhempien välillä. (Ensi- ja turvakotien liitto, Yhteistyövanhemmuus, 23.5.2020)

Yhteistyövanhemmuus on lapsen asioiden hoitamista yhdessä ja yhteistyössä. Yhteistyövanhemmuutta voi kuvata myös vanhemman mielentilana, jossa aikuisen ajattelussa on tilaa toisen vanhemman läsnäololle lapsen elämässä. Pohja yhteistyövanhemmuuden toteuttamiselle syntyy, kun vanhempi on valmis hyväksymään, että ex-kumppani tulee erosta huolimatta olemaan vanhempana osa lapsen elämää sekä tietoisesti asettamaan lapsen hyvinvoinnin etusijalle. (Ensi- ja turvakotien liitto, Yhteistyövanhemmuus, 23.5.2020)

Ero johtuu aina jostakin ja pienikin lapsi tarvitsee selityksen tapahtuneelle. Erosta puhuttaessa lapsen ikä, kehitystaso, sanavarasto ja temperamentti on otettava huomioon. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 95). Vanhemmat pyrkivät säästämään lapsensa tunteita kertomalla erosta mahdollisimman vähän. Kuitenkin päinvastainen toimintatapa olisi lapsen kannalta paras. Erosta on hyvä puhua, kun perhe on vielä yhdessä, mutta päätös erosta on varmistunut. Parasta olisi, että molemmat vanhemmat kertoisivat lapsella yhtä aikaa, vaikka ovat päättäneet erota, ratkaisu lapseen ei ole kadonnut. Suositeltavaa olisi myös, että kaikki sisarukset olisivat paikalla yhtä aikaa, sisaruksille ei synny ulkopuolisuuden



tunnetta. Jatkuvuuden turvaamiseksi on kerrottava lasta ja perhettä koskevista järjestelyistä tai jos jokin järjestely ei ole vielä selkiintynyt. Suhteen tiivistäminen isovanhempaan tai muuhun läheiseen voi tuoda kaivattua pysyvyyttä lapsen elämään. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 28, 98, 99) Vanhempien olisi kyettävä oman kriisinsä keskellä käymään eron liittyviä asioita lapsensa kanssa, vaikka juuri lapsen selviäminen huolestuttaa eniten ja aiheuttaa usein syyllisyyttä. Mikäli vanhemmalla ei tähän ole voimavaroja, olisi vanhempien hyvä hakea tähän ulkopuolista apua verkosta tai ammattilaiselta. (Emt., 95, 96).

Lapsi saattaa pyrkiä velvollisuudentunnosta suojelemaan vanhempiaan kuuntelemalla vanhemman surua, kantamalla hänen reaktioista vastuuta. Lapsi saattaa kuitenkin varoa kuormittamasta vanhempiaan omalta psyykkiseltä kivultaan ja hallitsemaan omia tunteitaan. Lapsen näkyvän käyttäytymisen ja sisäisen tunnetilan välillä voi olla ristiriita. Lapsen todellisia tunteita voi ymmärtää ainoastaan mentalisaation avulla, pyrkimällä tavoittamaan toisen näkyvän käyttäytymisen taustalla olevia tunnetiloja. Lapsi tarvitsee luvan saada ilmaista itseään vapaasti, pakottomatta. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 96-97).

Suhteiden säilyminen molempiin vanhempiin on keskeistä lapsen selviytymistä tukeva tekijä (Makkonen, 2009, 60). Yhteisvanhemmuus turvaa lapselle tiiviimmän suhteen molempiin vanhempiin eron jälkeen. Suhde etävanhempaan suojaa lasta. Tutkimusten mukaan vaikuta myös koulumenestyksen säilymisenä ennallaan, vaikkakaan se ei ainoana mittarina kerro paljoa. (Pruuki & Sinkkonen 2017, 27)

Kun vanhemmat oppivat ymmärtämään lapsensa kokemusta paremmin, heidän on helpompaa toimia lapsen edun mukaisesti. Eron jälkeen kummankin vanhemman tapa huolehtia lapsestaan saattaa muuttua hieman ja vanhemmat luovat omat elämäntapansa uusiin koteihinsa. Lapsen kokemus siitä, että vanhemmat kunnioittavat toisiaan vanhempina, vaikka kodeissa elämäntapa, kulttuuri ja arvot sekä normit poikkeaisivat toisistaan, mahdollistaa lapsen sopeutumisen kahteen erilaiseen kotiin. Lapselle on tärkeää nähdä vanhempiensa keskustelevan hänen asioistaan korrektisti ja kokevan yhdessä iloa, surua tai kiukkua lapsensa edesottamuksista. Vanhemmuuden yksi tärkeä tehtävä on toimia lapsen tunteiden ja kokemusten säilönä sekä auttaa lasta käsittelemään hänen sisältänsä nousevia tunteita. Työkaluina tässä ovat keskustelu ja vanhempien

antama oma malli. Näiden prosessien kautta rakentuu lapsen kyky käsitellä omia tunteitaan sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla. (Vanhanen, 2019, 75-78)

Heli Pruuki (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 162-164) on koonnut vanhemman kymmenen teesiä lapsen ja nuoren tukemiseksi (**liite 1**). Teeseihin on koottu oleellisimpia asioita, jotka vanhempien on tärkeää muistaa eron jälkeisessä vastuullisuudessa vanhemmuudessa. Parhaimmillaan se alkaa jo ennen eroa. Eron jälkeinen vastuullinen vanhemmuus merkitsee vuorovaikutuksen jatkumista ja sitä, että kumpikin sitoutuu paitsi omaan vanhemmuuteensa, myös tukemaan toistensa vanhemmuutta. Tämä on mahdollista aikuisen ottaessa vastuun omasta hyvinvoinnistaan ja olemalla tilannetta rauhoittava aikuinen. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 9).

### 3.2. Uusperheen parisuhde kannattelee lasta

Uusperhe on haasteellinen perhe. Uutta perhettä perustettaessa opiskellaan uudenlaisia vuorovaikutussuhteita ja kommunikaatiota ja luodaan yhteisiä sääntöjä. Lapselle on tärkeää, että uusperheen vanhempien yhteistyö toimii. Rooliepäselvyyksien ja rakenteiden selvittämisen merkitys korostuvat uusperheessä ja lisäävät lapsen turvallisuuden tunnetta. Lapsen turvallisuus muodostuu etupäässä siitä, että aikuiset kantavat vastuun. (Malinen ja Larkela, 2011, 50,51)

Uusperheys sinänsä ei tutkimuksen valossa näytä olevan iso riski lapsen hyvinvoinnille, mutta se saattaa muuttaa perheen voimavaroja ja sitä kautta heijastua lasten hyvinvointiin. Uusperheen ihmissuhdeverkoston toimivuuden ja uusperheen lapsen hyvinvoinnin välinen yhteys näyttää selkeältä. Lapsi voi oireilla, jos ei saa tarvitsemaansa tukea etävanhemmaltaan. Toisaalta lapsen oireilu saattaa heikentää myös uusperheen suhdeverkoston toimivuutta. (Broberg, 2010, 211).

Uusperheitä perustetaan hyvin erilaisista lähtökohdista käsin. Näin ollen myös uusperheiden lapset tarvitsevat erilaista tukea. Tuki voi olla tarpeen lapsen ja äiti- tai isäpuolen suhteen vahvistamisessa. Mikäli lapsen ja etävanhemman suhde on katkennut tai heikko, uusperhe ja siinä elävä lapsi hyötyvät tämän suhteen vahvistamisesta. Olennaista olisi jo erotilanteessa tukea eroavia vanhempia, jottei vanhemmuussuhde sekoittuisi parisuhdekiistoihin. (Broberg, 2010, 212).

Parisuhde on uusperheen koossa pitävä voima. Ex-puolisot, sukulaiset, ystävät ja viranomaiset tuovat uusperheen haasteeseen oman lisänsä. Uusperheen aikuiset muodostavat yhteisrintaman ottamalla vastuun perheessä, mihin uusperheen lapsen hyvinvointi ja turvallinen kehitys perustuu ja mikä mahdollistaa, että todellinen lapsen etu toteutuu. (Malinen ja Larkela, 2011, 77) Hyvä ja toimiva uusperheen parisuhde suojelee kaikkia perheenjäseniä. Verrattuna ensisuhteeseen, uuspareilla on paljon ulkopuolisia tekijöitä ja kaikki menneisyyden asiat nousevat helposti näyttämölle. Uusperheessä parisuhteen ristiriidat liittyvät usein minun ja sinun lapsiin, tapaamisjärjestelyihin sekä ulkopuolisuuden tunteeseen. Ristiriitojen ratkaiseminen rakentavan riitelyn (**liite 2.**) avulla auttaa asioiden todellista ratkaisemista. Rakentava riitely virkistää tunne-elämää, vahvistaa sitoutumista ja läheisyyttä. Rakentava riitely poistaa jännitteitä ja puhdistaa ilmaa. Rakentavan riitelyn kautta itsetuntemus ja kumppanin tunteminen lisääntyvät. Rakentava riitely myös auttaa terveeseen puolisoiden väliseen erillisyyteen. (Parisuhteen palikat, 22.5.2020)

Tutkimusten mukaan sekä onnellisissa että onnettomissa parisuhteissa on ongelmia ja riitoja toisinaan ilman, että niillä olisi negatiivisia vaikutuksia lapsen hyvinvointiin. Kyse on siitä, miten riidat ratkaistaan eli se, että vanhemmat osaavat riidellä rakentavasti tai sopivat riitansa niin, että lapset näkevät sovun syntyneen. Lapselle vahingollisimpia ovat jatkuva toisen vanhemman nälviminen ja halveksiminen sekä väkivallan uhka. (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 31)

### 3.3. Ammatilliset palvelut lapsen ja vanhempien tukena

Lasten paikka on usein taustalla erotilanteissa. Jää paljolti vanhempien varaan, kuinka paljon lapsi saa tukea erotilanteissa ja myöhemmässä vaiheessa tapahtuviin muutoksiin, kuten uusperheen muodostumiseen. Vanhemman tehtävä on sekä suojella lasta aikuisten asioilta että tukea ja lisätä ymmärrystä tapahtuneelle. Akuutissa tilanteessa vanhemmuuden tehtävä on haasteellinen, koska vanhempi on itse keskellä omaa kriisiänsä. (Makkonen, 2009, 13)

Yhteiskunnan palvelut ja ammatillinen tuki eron ensivaiheissa on suunnattu pääosin vanhemmille ja tuki lapselle tulee siis vanhempien kautta. Perheoikeudellisissa palveluissa, joissa sovitaan huolto-, asumis-, tapaamis- ja elatusasioista sekä kunnalle lakisääteisessä perheasioiden sovittelupalvelussa työskennellään aikuisten kanssa, mutta

lapsen asemasta ja näkökulmasta. (Makkonen, 2009,13) Perheasioiden sovittelupalvelussa on mahdollista tavata lasta osana prosessia ja käytäntönä se on ns. lapsilähtöisessä sovittelumallissa. Käytännöt ovat kuitenkin erilaiset eri kunnissa eikä sovittelussa monestikaan tavata lasta lainkaan. (Makkonen, 2009,13)

Uusperheiden tueksi kunnat, seurakunnat ja yleishyödylliset yhteisöt tarjoavat parisuhdetyöskentelyä ja pariterapiaa sekä uusperheneuvontaa. Uusperheiden vuorovaikutussuhteiden tueksi järjestetään myös erityisesti lapsen ja sosiaalisen vanhemman suhteen vahvistamiseksi erilaisia bonusvanhempi- ja -lapsiryhmiä. Lapsiperheille suunnatuissa eropalveluissa lasten omat tapaamiset ovat usein mahdollisia.

Vuonna 2109 uudistettu laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta velvoittaa lapsen mielipiteen selvittämistä huoltoa ja tapaamisoikeutta koskevassa asiassa. Lapsen omat toivomukset ja mielipide on otettava huomioon sikäli kuin se on lapsen ikään ja kehitystasoon nähden mahdollista. Selvittäminen tehtävä siten, ettei siitä aiheudu haittaa lapsen ja hänen vanhempiensa välisille suhteille. (Finlex, Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 11 § [\(8.2.2019/190\)](#))

### **3.4. Välineitä lapsen hyvinvoinnin ja tarpeiden esiin nostajina**

#### **3.4.1. Vanhemmuussuunnitelma**

Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmassa (LAPE) sovinnollisuuden edistäminen oli keskeinen tavoite eropalveluiden kehittämisessä tarjoamalla ehkäisevää ja varhaista tukea niin, että riitoja ja huoltokiistoja vähennetään. Yhtenä keinona LAPE-hankkeessa laadittiin vanhemmuussuunnitelma, joka ohjaa vanhempia ratkomaan käytännön asioita lapsen tarpeista käsin, päätyneeseen parisuhteeseen liittyvistä pettymyksistä huolimatta. (Haavisto 2019, 59)

Vanhemmuussuunnitelma on tarkoitettu tueksi ja apuvälineeksi eron jälkeiseen vanhemmuuteen. Suunnitelma auttaa vanhempia keskustelemaan asiallisesti lasten arjen sujumisesta eron jälkeen. Suunnitelman avulla vanhemmat voivat sopia asioiden järjestämisestä ja keskinäisestä työnjaosta niin, että molemmat tietävät, mistä he ovat vastuussa ja mitä heiltä odotetaan. (THL, Vanhemmuussuunnitelma, 24.5.2020)

Vanhemmuussuunnitelma ei ole juridinen asiakirja eikä se korvaa virallisia sopimuksia. Sen sijaan suunnitelmassa nostetaan esiin lapsen arkeen, hyvinvointiin ja kasvuun liittyviä kysymyksiä, joita vanhemmat kenties haluavat yhdessä pohtia. Suunnitelmaan he voivat kirjata hyviksi katsomansa toimintatavat sellaisissa käytännön asioissa, joissa heidän mielestään on tärkeää noudattaa yhdessä mietittyjä linjauksia ja joista sopiminen auttaa heitä estämään epäselvyyksiä tulevaisuudessa. (Haavisto 2019, 59)

Vanhemmuussuunnitelmassa on kolme osaa. Osa 1 sisältää vanhemmille suunnattua psykoedukaatiota eron jälkeisestä vanhemmuudesta, rauhanomaisen eron mahdollisuudesta ja lapsen tarpeiden ensisijaisuudesta. Osa 2 sisältää ohjeita suunnitelman tekemiseen ja antaa esimerkkejä vanhempien erilaisista tavoista sopia käytännön asioista. Osa 3 on täytettävä suunnitelmapohja. Vanhemmuussuunnitelman keskeiset teema-alueet ovat kommunikaatio ja yhteydenpito, asumisjärjestelyt ja vanhempien luona vietetty aika, taloudellisen vastuun jakaminen, lapsen koulunkäynti ja päiväkotit, sekä muut kysymykset. Myös teini-ikäisten vanhemmille on oma osionsa. (Haavisto 2019, 59-60)

Vanhemmuussuunnitelman taustalla on kolme teoreettista kivijalkaa. Pohjalla on konfliktiteoreettinen näkemys ristiriidoista ja niiden kärjistymisen estämisen mahdollisuuksista. Konfliktin ratkaisemisen kannalta tärkeää olisi, että osapuolet pääsisivät keskustelemaan vaatimuslähtöisen puheen sijaan siitä, mitä ongelmaa he ovat ratkaisemassa, millaisia tarpeita ja arvoja heillä on, ja lapsia koskevissa asioissa erityisesti, millaisia tarpeita lapsella on asian suhteen. Vanhempien vaatimuksista lapsen tarpeisiin. Toiseksi suunnitelma pohjaa parisuhteen ja vanhemmuussuhteen käsitteelliseen erottamiseen toisistaan. Nykykäsityksen mukaan parisuhteen päättäminen ei kuitenkaan tarkoita vanhemmuussuhteen päättymistä, vaan vanhemmuus jatkuu erosta huolimatta ja vanhemman suhde lapseen säilyy. Vanhemmat joutuvat sekä hautaamaan parisuhdettaan että synnyttämään uutta eron jälkeistä yhteistyötä vanhempina. Erottelun tekeminen ja vahvistaminen vanhempien mielissä on vanhemmuussuunnitelman punainen lanka. Se voi olla vanhemmille vaikeaa ja raskasta, mutta mahdollista. Kolmannen kivijalan muodostavat neurobiologian löydökset harkitsevan ajattelun reunaehdoista. Lasten asioista puhuttaessa on tärkeää, että vanhemmat ovat rauhallisia ja tuntevat olonsa turvalliseksi. Silloin heillä on käytössään aivoista ne etuotsalohkon alueet, jotka vastaavat harkinnasta ja asioiden

erittelystä. Eron tunnemyrskyissä vanhemmat voivat kuitenkin usein joutua neuvottelutilanteisiin, joissa tunteet saavat vallan. Sietoikkuna- käsitteen mukaan ihminen joutuu näissä tilanteissa sietoikkunansa ulkopuolelle alkaen reagoida uhkaa tuottaviin viesteihin hyökkäämällä, pakenemalla, tai lamaantumalla. Vanhemmuussuunnitelmassa on pyritty etsimään keinoja, joilla tuetaan vanhempia pysymään sietoikkunassaan neuvottelutilanteen hankaluuksista huolimatta. Se on kirjoitettu siten, että siinä puhutellaan suoraan vanhempaa tai molempia vanhempia. Suunnitelma pyrkii myös välittämään myötätuntoa hankalassa elämäntilanteessa eläville vanhemmille kuitenkin esittäen vaatimuksen toimia tilanteessa vastuuta ottavan aikuisen tavoin.

Vanhemmuussuunnitelmassa annetaan myös käytännöllisiä vihjeitä siihen, miten voi menetellä, kun tunteet ottavat vallan keskustelutilanteessa. (Haavisto 2019, 60-64)

Suunnitelman kolme osaa ovat ladattavissa verkosta osoitteista:

Vanhemmuussuunnitelma, osa 1: Tietoa vanhemmille:

<https://thl.fi/documents/605877/5463151/Vanhemmuussuunnitelma+osa+1.pdf/5a2a2216-0c89-eb2c-5763-dd92d2a8fed?t=1576756027183>

Vanhemmuussuunnitelma, osa 2: Ohjeita suunnitelman tekoon:

<https://thl.fi/documents/605877/5463151/Vanhemmuussuunnitelma+osa+2.pdf/9e2ee9bc-b719-11c1-4730-6ae2f3615ec8?t=1576756066998>

Vanhemmuussuunnitelma:

<https://thl.fi/documents/605877/5463151/Vanhemmuussuunnitelma.pdf/f0f9f3b8-465b-d44d-f3be-e71f1a36fcac?t=1576755979086>

Vanhemmuussuunnitelma on ladattavissa verkosta myös ruotsiksi ja englanniksi osoitteesta:

[https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/kasvatus\\_ ja\\_ perheneuvonta/vanhemmuussuunnitelma](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/kasvatus_ ja_ perheneuvonta/vanhemmuussuunnitelma)

#### 3.4.2. Kaksi kotia- sovellus

Ensi- ja turvakotien liiton uusi sovellus tarjoaa työkalut arjen hallintaan, kun lapsen elämä jakautuu kahteen kotiin. Välillä yhteistyö on vaikeaa, jos välit ovat tulehtuneet tai lapsen

elämässä on paljon läheisiä aikuisia. Kaksi kotia -sovellus auttaa kahden kodin lapsia ja heidän läheisiään hoitamaan lapsen asioita hyvin. Kaksi kotia -sovellus helpottaa asioista sopimista ja vanhempien yhteistyötä antaen tukea uuden elämän hallintaan (**liite 3**). (Ensi- ja turvakotien liitto, 18.5.2020)

Eron jälkeinen yhteistyö perustuu vanhempien väliseen toimivaan vuorovaikutukseen. Asioista sopiminen voi olla haastavaa siksi, että vuorovaikutusongelmat voivat olla keskeinen syy siihen, että eroon on päädytty. Moni vanhempi on todennut yhteistyötä helpottavan, kun hän on ruvennut miettimään entistä puolisoa ”eksän” sijaan lapsen äitinä tai isänä. Lapselle on tärkeää, että arki sujuu, vanhemmat eivät riitele lapsen asioista eikä hän joudu viestittelijän asemaan. Vanhemmat voivat tehdä yhteistyötä heille parhaiten sopivalla tavalla, mutta lapsen näkökulmasta on riittävää, että puhevälit ovat asialliset ja vanhemmat pystyvät toimimaan yhdessä lapsen liittyvissä asioissa. (Ensi- ja turvakotien liitto, 18.5.2020)

#### 3.4.3. Lapsen kirje vanhemmille

Hennariikka Linnavuori on tutkinut vuonna 2007 valmistunutta väitöskirjaansa varten vuoroasuvien 8-18 –vuotiaiden lasten kokemuksia vuoroasumisesta. Hän uusi haastattelut lasten ollessa 18-29 –vuotiaita vuonna 2016, joiden myötä valmistui pitkittäistutkimus vuoroasumiskokemuksista. Näiden lasten kokemusten pohjalta hän laati lasten kirjeen vanhemmille vuoroasumisesta (**liite 4**). Lapset nostivat esille toiveitaan omien mielipiteiden huomioimisesta, käytännön järjestelyistä liittyen mm. lapsen tarpeisiin, arjen ja oman tilan järjestymiseen sekä toive tasapuolisesta kohtelusta, toiveesta saada sopeutua uuteen tilanteeseen myös, jos vanhemmalla on uusi puoliso sekä siitä, että vanhemmat voisivat sopia lasta koskevista asioista ilman riitaa. (Linnavuori, 2018)

#### 3.4.4. Nuoren ajatuksia vanhempien erosta

Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osasto toi ensi-iltaan v. 2019 Lasten oikeuksien päivänä elokuvan ERO-tus. Se on lyhytelokuva nuorten ajatuksista vanhempien erosta. Lyhytelokuva, jonka kesto on noin 10 minuuttia, on katsottavissa YouTube -kanavalta sekä Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osaston internet-sivustolta:

<https://tampere.mll.fi/eron-ensiapupiste/ero-tus-lyhytelokuva/>

#### 4. Pohdintaa

Vanhemmille on nykypäivänä tarjolla runsaasti tietoa, välineitä ja palveluita erojärjestelyihin ja eron hoitamiseksi hyvin. Monet vanhemmat tiedostavat tarvitsevansa apua ja heillä on huoli lapsen selviytymisestä vanhempiensa erosta ja toivovat tukea eron jälkeiseen vanhemmuuteen. Kuitenkin maassamme on paljon perheitä, jotka eivät päädy tuen piiriin syystä tai toisesta. Osa vanhemmista ei koe tarvitsevansa apua lainkaan, osa ei tiedä, mistä apua pyytäisi. Osaa vanhemmista voi avunhakemista estää pelko leimatuksi tulemisesta, mahdollisesti jopa joutumisesta lastensuojelun asiakkaiksi. Olisi tärkeä ratkaista, miten tavoittaa eroauttamisen tai uusperheneuvonnan piiriin ne lapset, joiden vanhemmat eivät ole kyenneet tai kykene tukemaan lasta eroprosessissa ja jotka sitä ilmeisimmin tarvitsisivat. Riittävää voi olla myös se, että vanhempiensa eron kokevat tai uusperheen muodostumisen haasteissa olevat lapset saisivat erityistä tukea ainakin vanhempiensa lisääntyneen ymmärryksen kautta.

Koska kaikki vanhemmat eivät hae aktiivisesti apua, olisi tärkeä pyrkiä ohjaamaan tiheällä seulalla perheitä eropalveluihin perheiden luonnollisissa elinympäristöissä, kuten neuvoloissa, varhaiskasvatuksessa ja kouluissa. Lähipiiristä saadulla tuella on suuri merkitys lapsen selviytymiselle (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 28, 35). Kuntien olisi tärkeä sopia selkeästä yhteistyömallista kunnan eropalveluiden ja muiden tahojen kanssa erityisesti silmällä pitäen lapsia ja perheitä, joissa tukea eniten tarvitaan. Tuen saaminen olisi hyvä myös saada varmistettua, jottei se jäisi ainoastaan erokriisissä olevien perheiden varaan.

Uudistettu laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta velvoittaa selvittämään lapsen mielipiteen vanhempien erotilanteessa. Se, miten tämä käytännössä toteutuu ja miten lapsen riippumatonta osallisuutta omaan asiaansa todellisuudessa vahvistetaan, on epäselvää. Lapsen mielipiteen selvittäminen on olennaista siitakin huolimatta, että vanhemmat tekevät päätökset. On tärkeää, että eroperheen lapsella olisi tila ja paikka ilmaista omia tunteitaan, tarpeitaan ja toivomuksiaan. Kokemus tuen saamisesta ja kuulluksi tulemisesta lievittää selvästi lapsen sopeutumisongelmia riippumatta siitä, keneltä tai mistä tuo apu on peräisin (Pruuki ja Sinkkonen, 2017, 28, 35).



## 5. Liitteet

### Liite 1. Vanhemman kymmenen teesiä lapsen ja nuoren tukemiseksi

1. **Katso silmiin.** Katso lasta tai nuorta silmiin, rauhassa, joka päivä. Nähdynsi tuleminen on ihan jokaiselle perustarve. Suomalaiset väistävät katsekontaktia usein myös lähisuhteissaan. Kuitenkin pelkällä ystävällisellä, hyväksyvällä, kiinnostuneella katseella lapseen voi viestittää jotakin korvaamattoman tärkeää: Olet minulle arvokas. Olen kiinnostunut siitä, miten sinä voi ja mitä minulle juttelet. Olet rakas.
2. **Anna turvaa.** Säilytä aikuisuus suhteessa lapseen. Huolehdi riittävästä pysyvyydestä. Kerro lapselle, että hän on tärkeä ja rakas. Ja että hänestä huolehditaan aina. Pidä lasta sylissä ja kainalossa.
3. **Turvaa oma riittävä hyvinvointisi ja ota vastaan apua.** On syvästi vastuullista vanhemmuutta hakea apua itselleen apua silloin, kun oma vointi on heikko. Lapsi tai nuori ei saa olla vastuussa omasta, vanhempiensa tai sisarustensa hyvinvoinnista. Säilytä aikuisuutesi.
4. **Pyri yhteistyövanhemmuuteen ja luovu riitelystä.** Lapselle on tärkeää, että yhteys äitiin tai isään ei katkea. Tutkimustiedon mukaan lapsi kärsii suuresti riitaisissa eroissa ja huoltokiistoissa. Anna lapsesi olla yksi niistä, jotka eivät joudu kärsimään omien vanhempiensa takia.
5. **Kerro lapselle, että hänellä on oikeus ja lupa vapaasti rakastaa kumpaakin vanhempansa.** Puhu toisesta vanhemmasta ja tämän sukulaisista arvostavalla tavalla. Käsitys omista vanhemmista vaikuttaa lapsen itsetuntoon.
6. **Älä katkaise tai vaikeuta lapsen ihmissuhteita.** Lapsella on oikeus omiin sukuihinsa ja esimerkiksi isovanhempiinsa. Auta häntä pitämään yhteyttä tärkeiden ihmisten kanssa.
7. **Kestä tunteet.** Tue lasta tai nuorta ilmaisemaan eron liittyviä tunteita ja ajatuksia. Vanhempien tehtävänä on ottaa niitä vastaan ja lohduttaa.
8. **Älä rakenna lapselle raskasta arkea.** Ota lapsen etu ensisijaiseksi periaatteeksi, kun valitset esimerkiksi asuinpaikkaa. Lapsella on oikeus tulla kuulluksi ja huomioon otetuksi omissa asioissaan kaikkina ikäkausina.
9. **Tue sisaruussuhteita.** Sisaruussuhteet ovat lapselle ja nuorelle tärkeitä. Ne ovat elämän pisimpiä ihmissuhteita. Tue sisaruksia empaattiseen ja lojaaliin suhteeseen toistensa kanssa. Auta heitä oppimaan selvittämään riidat ja pyytämään toisiltaan anteeksi.
10. **Ole lasta kohtaan kärsivällinen.** Lapsi tarvitsee aikaa sopeutumiseen: Hänellä on muutosten takia paljon kuormitusta. Harkitse tarkkaan, milloin, esittelet lapselle uuden kumppanin.

Lähde: Pruuki Heli. Vanhemman kymmenen teesiä lapsen ja nuoren tukemiseksi. Teoksessa Pruuki Heli ja Sinkkonen Jari (2017) Lapsi ja Ero -eväitä eteenpäin.

## Liite 2. Rakentava riitely

Parisuhde on kahden erilaisen ihmisen suhde, jossa ristiriidat ovat väistämättömiä. Tutkimusten mukaan sekä onnellisissa että onnettomissa parisuhteissa on ongelmia ja riitoja. Onnellisuuden kannalta keskeistä onkin, miten tulee ongelmien kanssa toimeen sekä miten pari osaa käsitellä ristiriitoja. Ristiriidat ovat parhaimmillaan mahdollisuus luoda läheisyyttä ja tutustua toiseen syvemmin. Tapa riidellä opitaan lapsuuden perheessä. Tämän vuoksi puolisoilla on usein erilaiset mallit riidellä. Lapsuuden kokemuksiin riidoista voi liittyä tunnetaakkoja, mutta tietoisuus niistä vapauttaa valitsemaan oman tavan toimia. Riidoista tekevät haastavia vihan tunteet. Kielteisetkin tunteet ovat tärkeitä, mutta suuttuneena voi tehdä asioita, joita ei tarkoita. Tapa riidellä saattaa olla monesti isompi ongelma kuin itse riidan aihe. Olennaista on käsitellä asioita turvallisesti.

Verrattuna ensisuhteeseen, uuspareilla on paljon ulkopuolisia tekijöitä ja kaikki menneisyyden asiat nousevat helposti näyttämölle. Uusperheessä parisuhteen ristiriidat liittyvät usein minun ja sinun lapsiin, tapaamisjärjestelyihin sekä ulkopuolisuuden tunteeseen. Rakentavalla riitelyllä on useita etuja. Se auttaa asioiden todellista ratkaisemista. Rakentava riitely virkistää tunne-elämää, vahvistaa sitoutumista ja läheisyyttä. Rakentava riitely poistaa jännitteitä ja puhdistaa ilmaa. Rakentavan riitelyn kautta itsetuntemus ja kumppanin tunteminen lisääntyvät. Rakentava riitely myös auttaa terveeseen puolisoitten väliseen erillisyyteen.

Rakentavan riitelyn keskeiset periaatteet:

- Erimielisyydet ovat luonnollinen osa perhe-elämää. Käsittele erimielisyydet loppuun asti.
- Pysy asiassa. Älä iske toisen heikkoihin kohtiin, älä kaivele vanhoja asioita tai puutu toisen sukulaisiin.
- Kuule ja kuuntele, mitä toinen sanoo. Älä keskeytä toisen puhetta.
- Älä hauku, nimittele tai vähättele toista.
- Kerro, miten toisen toiminta haittaa sinua, omasta kokemuksestasi käsin, syyttämättä toista: minusta tuntuu, että sinä et huomioi minua.
- Vältä ääri-ilmaisuja, kuten sinä aina, sinä et koskaan, taas, joka päivä...
- Älä vertaile kumppaniasi tai lastasi johonkin toiseen. Keskity asiaan, jota käsittelette.
- Pysy tämän hetken ongelmassa, älä kaivele menneitä.
- Älä arvostele tai kritisoi toista, vaan kerro omista tunteistasi: minusta tuntuu pahalta, kun sinä...
- Jos riita tahtoo karata käsistä, ota aikalisä. Sovi kumppanin kanssa, että keskeytätte asian käsittelyn ja palaatte siihen sovittuna aikana.
- Älä jätä toista riitelemään yksin, riitele riita loppuun saakka.
- Mieti, olisiko jonkinlainen kompromissi mahdollinen.
- Näe oma osuutesi riidassa ja tule riitakaveriasi vastaan, korjaa tarvittaessa omaa vuorovaikutustasi.
- Hyväksy tosiasia: kaikissa asioissa ei päästä yksimielisyyteen. Pyri kuitenkin sovintoon. Anna ja pyydä anteeksi.

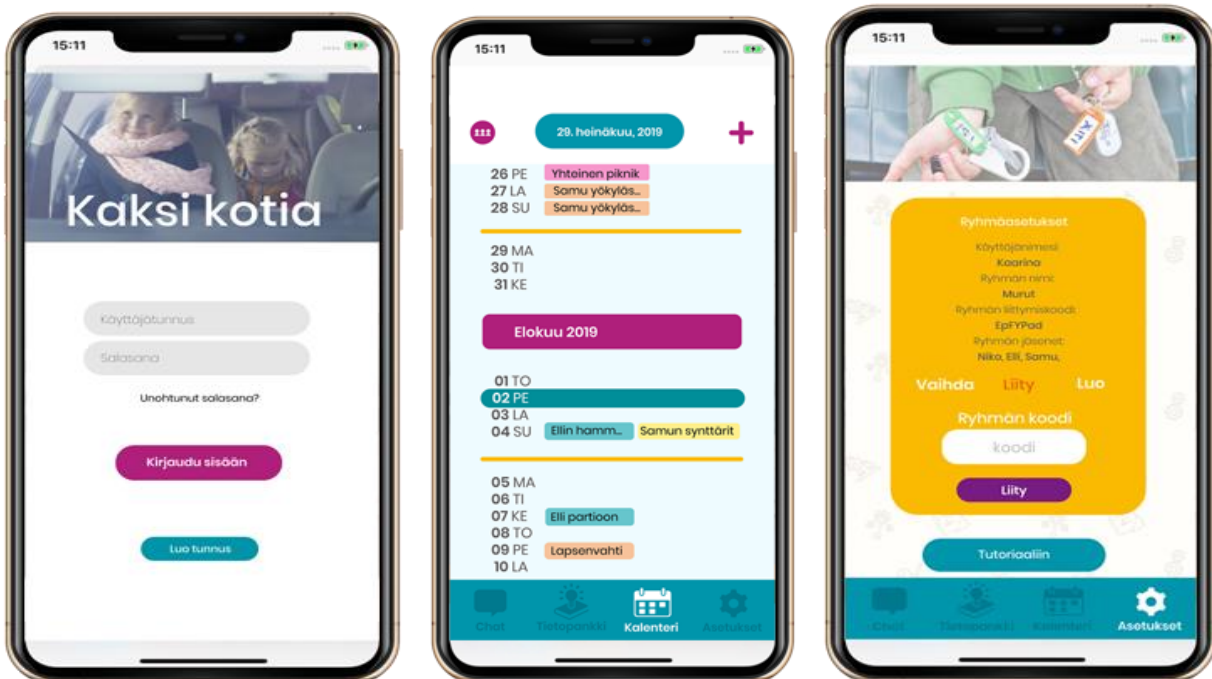
Lähteet: <https://www.vaestoliitto.fi/>, <https://www.mll.fi/>, <https://www.parisuhteenpalikat.fi/>

### Liite 3. Kaksi kotia -sovellus

**Kaksi kotia -sovellus yhdistää kahden kodin lapset ja heidän vanhempansa. Sovelluksesta löydät työkalut arjen hoitamiseen, kun lapset asuvat kahdessa kodissa.** Vanhempien erotessa lapsen tuttu elämä muuttuu. Vanhempien hyvä yhteistyö ja sopu eron jälkeen suojaa lasta eron kielteisiltä vaikutuksilta, esimerkiksi vanhempien riitelyn jatkumiselta tai ihmissuhteiden katkeamiselta. Lapset voivat myös paremmin, kun vanhemmat hoitavat asiat yhdessä ja huomioi lapsen tarpeet ja toiveet.

Sovellus sisältää elementit vanhempien toimivan yhteistyön edistämiseen ja lapsen asioiden hoitamiseen. Lapsen asioiden hoitaminen on sujuvaa ja yhteistyö on helpompaa.

- **Kalenteri** lapsen arjen ja tapaamisten suunnitteluun. Ryhmän yhteinen kalenteri auttaa aikatauluttamaan arkea ja kalenteriin voi merkitä lapsen menot kuten äidin ja isän viikot tai tapaamiset, syntymäpäivät, yhteiset menot tai sopia arjen muutoksista.
- **Chat-palvelu** keskusteluun vanhempien ja lasten tai vain vanhempien kesken. Chatissä keskustellaan yhteisistä asioista koko ryhmässä tai vain aikuisten kesken. Lapset voivat myös jakaa arkisia kuulumisia toisen vanhemman viikolla yhteisessä keskustelussa.
- **Tukea ja tietoa** eron jälkeiseen elämään ja lapsen aseman huomioimiseen.



Lähde: <https://apuaeroon.fi/kaksikotia/>

#### Liite 4. Lapsen kirje vanhemmille vuoroasumisesta

”Hei äiti ja isä!

Olen **surullinen, että erositte, mutta sopeudun** kyllä uuteen tilanteeseen, kunhan kuuntelette mielipiteitäni minua koskevissa asioissa. Minulla saattaa olla toiveita esimerkiksi asumisen suhteen ja kerron ne mielelläni, jos minulla on turvallinen olo, eikä minun tarvitse pelätä loukkaavani ketään. Jos en halua ottaa kantaa, on parempi, ettette painosta minua siihen. Toivon myös, ettei minun tarvitse kantaa vastuuta teidän aikuisten hyvinvoinnista.

**Minusta olisi mukavaa, jos asuisitte lähekkäin**, jotta minun olisi helppoa liikkua kotien välillä. Silloin myös koulunkäynti ja kavereiden tapaaminen on helppoa. Käyn mielelläni pistäytymässä kummassakin kodissa, jos minulla on lupa mennä ja tunnen olevani tervetullut. Asumiseen olisi kuitenkin hyvä sopia tietty rytmi, jotta voin tehdä omia suunnitelmiani sen mukaan. Voin joustaa tarvittaessa, jos minunkin tarpeisiini löytyy ymmärtämystä ja joustoa. Toivon, että silloin kun asun luonasi, sinulla on aikaa olla minun kanssani. Haluaisin asua sisarusten kanssa pääsääntöisesti samaan aikaan samassa paikassa. Aivan mahtavaa olisi, jos voisimme joskus viettää aikaa kaikki yhdessä.

Olisi kiva, jos minulla **olisi oma huone tai ainakin oma pysyvä tila** kummankin teidän luona. Siitä tulee minulle koti, kun saan sisustaa sen mieleiselläni tavalla ja säilyttää siellä minulle tärkeitä tavaroita. Toivon, ettei minun tarvitsisi hirveästi raahata tavaraa mukanani ja voisitte auttaa tavaroiden kuljetuksessa tarvittaessa. Toivon myös, että pystytte jakamaan kustannukset oikeudenmukaisesti.

Olisi tosi tärkeää, että **te aikuiset pystyisitte keskustelemaan ja sopimaan minua koskevista asioista ilman riitaa**. Me kaikki pääsemme helpommalla, jos pystytte sopimaan suurin piirtein samanlaiset säännöt kumpaankin kotiin. Jos teillä on erimielisyyksiä, toivon, että hoidatte ne aikuismaisesti ettekä sekoita minua niihin. Toivon erityisesti, ettette pyydä minua valitsemaan puolta teidän välillänne, koska olette molemmat minulle rakkaita. Minusta on ikävää, jos huomaan, että teidän on vaikeaa kuulla elämästäni toisessa kodissa ja joudun miettimään, mitä voin puhua missäkin.

Minua **ei haittaa**, pikemminkin päinvastoin, jos te löydätte **uudet puoliset**. Tarvitsen kuitenkin aikaa sopeutua tilanteeseen ja tutustua uuteen aikuiseen. Riippuu paljon iästäni ja kehitysvaiheestani sekä tietysti tästä toisesta osapuolesta, millaiseksi suhteemme hänen kanssaan muodostuu. Toivon, että hän pitää minusta. Lupaan kunnioittaa häntä perheessä olevana aikuisena, jos hän mielestäni ansaitsee tämän kunnioituksen ja jos myös te lupaatte kunnioittaa ex-puolisoanne ja hänen nykyistä puolisoaan. Jos perheeseen tulee tätä kautta lisää lapsia, on se ok, **kunhan kaikille riittää tilaa ja kaikkia kohdellaan tasapuolisesti**.

**Minulta kannattaa aina välillä kysäistä**, miten menee ja onko minulla toiveita asumisjärjestelyjen suhteen. Silloin tunnen, että olen tärkeä ja mielipidettäni arvostetaan. Tarpeeni saattavat erityisesti teini-iässä muuttua ja haluan ehkä muuttaa aiemmin sovittua järjestelyä. Toivon, että ymmärrätte, ettei se ole kritiikkiä tai merkki epäonnistumisesta ja suhtaudutte ehdotuksiini avoimin mielin. **Olette molemmat minulle tosi tärkeitä; olen kiitollinen, jos te pystytte asettamaan minut ja hyvinvointini ensisijaiseksi!”**

Lähde: Linnavuori Hannariikka, 22.3.2018. Lapsena vuoroasuneiden kokemuksia käsittelevän pitkittäistutkimuksen pohjalta koostettu lasten ajatuksia vuoroasumiseen. Muotoillut Makkonen Arja 11.10.2018, Tampereen perheneuvola.

## 6. Lähdeluettelo

Ayalon Ofra & Flasher Adina (1997) Ketjureaktio. Lapset ja avioero. Tampere. Vastapaino

Broberg Mari (2010) Uusperheen voimavarat ja lapsen hyvinvointi.

Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 52/2010. Helsinki. Väestöliitto.

Haavisto Vaula (2019) Vanhemmuussuunnitelma sovinnollista eroa tukemassa.

Teoksessa Hakulinen, T., Laajasalo, T. & Mäkelä, J. (toim.) Vanhemmuuden ja parisuhteen tuen vahvistaminen – Teoriasta käytäntöön. THL-Ohjaus 9/2019. Helsinki: THL

Makkonen Arja (2009) Lasten selviytyminen vanhempien av(i)oerosta tekstien kuvaamana. Tampereen yliopisto: Sosiaalityön tutkimuksen laitos. Sosiaalityön pro gradu -tutkielma.

Malinen Vuokko ja Larkela Pekka (2011) Parisuhde-Uusperheen ydin. Helsinki: Väestöliitto.

Pruuki Heli ja Sinkkonen Jari (2017). Lapsi ja ero -eväitä eteenpäin. Helsinki: Kirjapaja.

Vanhanen Tuija (2019) Yhteistyövanhemmuus ja lapsen hyvinvointi. Teoksessa Yhteistyövanhemmuus – Yhteistyövanhemmuuden käsikirja. Ensi- ja turvakotien liiton käsikirja 4. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry.

### Verkkolähteet:

Ensi- ja turvakotien liitto. Kaksi kotia -sovellus. [viitattu: 18.5.2020]. Saantitapa: <https://apuaeroon.fi/kaksikotia/>

Ensi- ja turvakotien liitto 16.12.2019. Kaksi kotia -sovellus yhdistää kahden kodin lapset ja heidän vanhempansa [viitattu: 18.5.2020]. Saantitapa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/kaksi-kotia-sovellus-yhdistaa-kahden-kodin-lapset-ja-heidan-vanhempansa/>

Ensi- ja turvakotien liitto. Ero lapsiperheessä. Yhteistyövanhemmuus [viitattu: 23.5.2020].

Saantitapa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/tukea-ammattilaiselle/ero-lapsiperheessa/yhteistyovanhemmuus/>

Finlex. Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta. [viitattu: 23.5.2020]. Saantitapa:

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361>

Linnavuori Hannariikka 22.3.2018. Vuoroasuminen lapsen näkökulmasta. Pitkittäistutkimus lapsena vuoroasuneiden kokemuksista. Erofoorumi 22.3.2018 Helsinki. [viitattu:

19.5.2020]. Saantitapa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/wp-content/uploads/2018/03/Hannariikka-Linonmaa.pdf?x52679>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 30.5.2017. Jatkuva riitely perheessä. [Viitattu 22.5.2020].

Saantitapa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/jatkuva-riitely-perheessa/>

Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osasto. *ERO-tus* - lyhytelokuva nuorten ajatuksista vanhempien erosta. [Viitattu 23.5.2020]. Saantitapa: <https://tampere.mll.fi/eron-ensiapupiste/ero-tus-lyhytelokuva/>

Parisuhteen palikat. Riidat. [Viitattu 22.5.2020]. Saantitapa:

<https://www.parisuhteenpalikat.fi/wp-content/uploads/2015/02/riidat.pdf>

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet [verkkojulkaisu].

ISSN=1798-3215. 2018, Liitetaulukko 4. Uusperheet 1990–2018. Helsinki: Tilastokeskus

[viitattu: 14.5.2020]. Saantitapa: [http://www.stat.fi/til/perh/2018/perh\\_2018\\_2019-05-22\\_tau\\_004\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/perh/2018/perh_2018_2019-05-22_tau_004_fi.html)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Vanhemmuussuunnitelma [viitattu: 24.5.2020].

Saantitapa: [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/kasvatus\\_ja\\_perheneuvonta/vanhemmuussuunnitelma](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/kasvatus_ja_perheneuvonta/vanhemmuussuunnitelma)

Väestöliitto. Rakentava riitely. [Viitattu 22.5.2020]. Saantitapa:

[https://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa\\_pariuhhteesta/toimiva\\_pariuhde/keskustelu\\_pariuhhteessa/rakentava-riitely/](https://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/toimiva_pariuhde/keskustelu_pariuhhteessa/rakentava-riitely/)

Yle uutiset 22.12.2019. Janika Sirén, 20, on eroperheen ainoa lapsi, eikä hän pidä joulusta: "Kun olen toisen vanhemman luona, tiedän, että toinen on yksin" [Viitattu 14.5.2020]. Saantitapa: <https://yle.fi/uutiset/3-11123724>