



# Meidän perhe - uusperhe



Tekijät:

Katja Kurjenrauma, Raision perheneuvola

Elina Ketola, Naantalin lastenneuvola

Uusperheneuvojakoulutus 2013

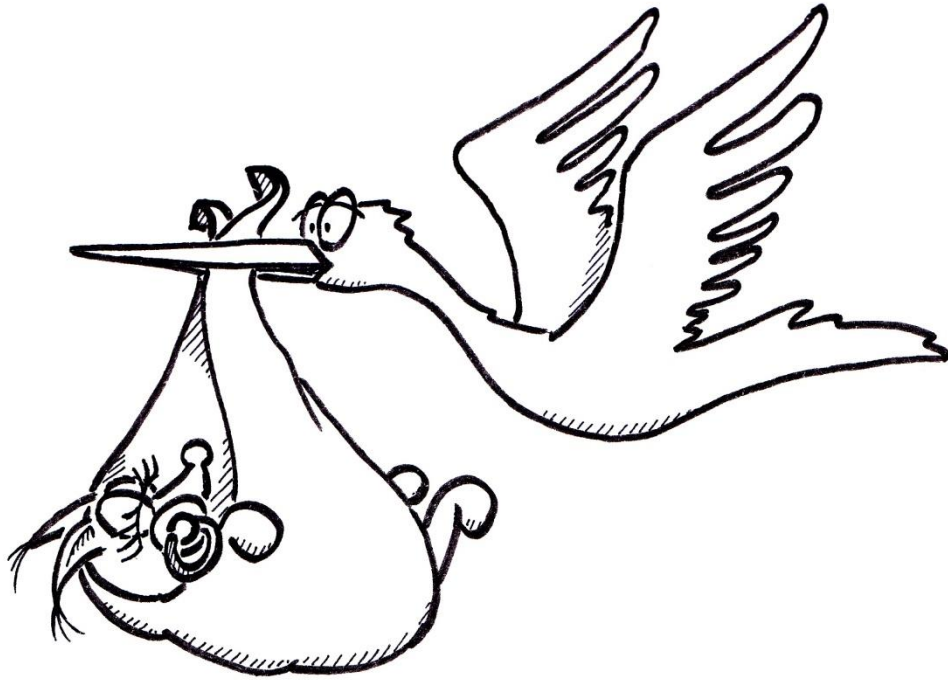
Kuvitus: Teemu Niemelä

Suomen Uusperheiden Liitto ry



Osaavaa  
kansalaistoimintaa

**OK**-opintokeskus



Uusperheellisyys on osa monen lapsiperheen elämää. Vanhemmuus ja parisuhde kulkevat uusperheessä rinnakkain alusta alkaen. Vanhemmilla voi olla erilaisia rooleja suhteessa perheen lapseen, myös lapset etsivät uusperheessä omaa paikkaansa sisarusten keskuudessa.

Vauvan syntymä uusperheeseen vaikuttaa jokaisen perheenjäsenen elämään. Monet uusperheen vanhemmat kertovat yhteenkuuluvaisuuden tunteen lisääntyneen. Sisaruksissa vauvan syntymä herättää paljon iloa, joskus myös mustasukkaisuutta.

Tämä oppaan tarkoituksena on antaa vanhemmille tietoa uusperheistä. Perhe-elämän arki tuo kaikille vanhemmille hetkiä jolloin ajatukset ovat täynnä kysymyksiä. Vaikka jokainen perhe on ainutlaatuinen, on asioita, joita perheet kokevat yhteisiksi. Tästä oppaasta voi uusperheen vanhempi löytää vastauksia asioihin, joita on mielessään pohtinut.

## PARISUHDE ON UUSPERHEEN PERUSTA

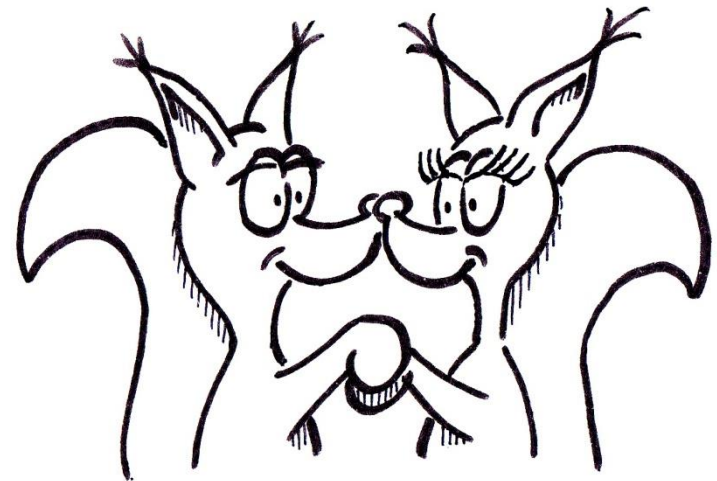
Uusperhe on perhe, jossa kaksi aikuista elää parisuhteessa ja ainakin toisella tai molemmilla on aiemmasta parisuhteesta lapsi/lapsia, jotka ovat mukana jo liittoa solmittaessa tai yhteen muuttaessa. Lapset ja aikuiset muodostavat siten yhdessä uusperheen.

Uusperheen parisuhdetta vahvistaa onnistumisen tahto, sitoutuminen ja usko parisuhteeseen. Uusperheen parisuhteelle on merkittävää, että aiempi eroprosessi on käyty loppuun ja tunneyhteys ex-puoliso on päättynyt. Eroon liittyvän surutyön tekeminen on eritahtista eri perheenjäsenillä. Lapsen surutyö vanhempien erosta voi olla vielä kesken vaikka vanhempi olisi jo uudessa parisuhteessa. Vanhempien on hyvä ymmärtää lasten usein toivovan omien vanhempien palaavan yhteen ja uusperheen parisuhteen päättävän. Lapset surevat vanhempien eroa joskus pitkäänkin.

Elämäkokemus ja eroprosessin läpikäyminen kasvattaa tavallisesti ymmärrystä ja auttaa aikuisia arvostamaan uutta parisuhdetta. Omien parisuhteelle haitallisten toimintatapojen tiedostaminen, sekä aiempaa realistisemmat odotukset vahvistavat aikuisia löytämään toisenlaisia toimintatapoja uudessa parisuhteessa.

Yksi uusperheen parisuhteen haasteista on se, miten vahvistaa parisuhdetta kun ulkopuoliset voivat arvioida tai jopa kyseenalaistaa sitä. Eron jälkeen mm. sukulaisten huoli saattaa korostua jopa velvollisuutena puuttua uusperheen sisäisiin asioihin. Uusperheen parisuhde ja vanhemmuus kaipaavatkin rajoja, jotka suojaavat perhettä ulkopuolisilta paineilta.

- Parisuhteen onnellisuutta voi edistää puhumalla ja kuuntelemalla toista sekä olemalla valmis tekemään kompromisseja.
- Parisuhteen ja perheen kannalta on tärkeää, että uusperheen aikuiset järjestävät riittävästi kahdenkeskistä aikaa arjen keskelle.
- Uusparin on hyvä miettiä yhdessä, ketkä voivat auttaa arjessa esim. lastenhoidossa.
- Etenkin uusparin alkuvaiheessa lapset ovat usein mustasukkaisia omasta vanhemmastaan. Aikuiselta vaaditaan puolisoa huomioidessa tasapainottelua, ettei aiheuteta liialti kateutta ja mustasukkaisuutta lapsissa.



## VANHEMMUUDEN ERI LAISET ROOLIT

Uusperheessä vanhemmuus ja parisuhde kulkevat rinnakkain alusta alkaen koska ainakin toinen aikuisista on jo vanhempi. Kun uuspari aloittaa perhe-elämän, astuu toinen puoliso vanhemmuuteen eri-ikäisille lapsille ilman normaalia yhdessä kasvamista. Puolisot joutuvat tasapainottelemaan vanhemman roolin ja puolison roolin kanssa mikä voi joskus aiheuttaa keskinäisiä konflikteja. Erilaiset odotukset, kokemukset ja toiveet elävät uusperheen arjessa, Ne voivat myös tuoda ristiriitoja ja jännitteitä, joita perheenjäsenet eivät ole osanneet odottaa.

Lapsen identiteetin kasvualusta on hänen omien vanhempiensa välinen suhde. Uusperheen vanhempien kasvutehtävänä onkin tiedostaa se tosiasia, että vanhemmuussuhde ex-puolisoon säilyy, vaikka parisuhde on päättynyt. Yhteistyön onnistumisen kannalta keskeistä on ex-puolisoon liittyvien pettymysten erottaminen vanhemmuuteen liittyvistä asioista.

Biologisen vanhemmuuden lisäksi vanhemmuuden eri ulottuvuuksia ovat juridinen, psykologinen ja sosiaalinen vanhemmuus. Uusperheen "sosiaalinen vanhempi" on aikuinen, joka on perheessä läsnä ja paikalla oleva vanhempi olematta kuitenkaan lapsen biologinen vanhempi. Lapsen ja äiti- tai isäpuolen välille syntyvä kiintymys edellyttää aikuisen aktiivisuutta ja sitkeyttä. Aikuisen tehtävänä on voittaa lapsen vastustus. Voi olla, että lapsi alitajuisesti pelkää tämän aikuisen lähtevän, jos häneen uskaltaa kiintyä.

Menneisyys on uusperheessä aina läsnä, eikä uusperheessä olla parisuhteesta huolimatta koskaan täysin kaksin lapsia koskevien päätösten kanssa. Uusperheessä vauvaa odottava pari joutuu



ratkaisemaan, kertooko ja miten kertoo raskaudesta ex-puolisoille. Vauvan syntymä on lapselle tärkeä asia mutta se voi herättää myös ristiriitaisia tunteita ja pelkoa siitä, ettei toinen vanhempi hyväksy tilannetta. Raskaus ja vauvan syntymä voi herättää vielä voimakkaita tunteita entisissä puolisoissa. Lapsen kannalta olisi hyvä, että lapsen kumpikin biologinen vanhempi tukee lasta hyväksymään uusperheeseen syntyvän vauvan.

Lapsen syntyessä uusperheen "ydinperhemäisyyden" sanotaan lisääntyvän. Joskus perhemäisyyden lisääntyminen saattaa johtaa etävanhemman ja lapsen yhteyden heikentymiseen ja esim. tapaamisten vaikeutumiseen. Joskus lapsen voi olla vaikea lähteä tapaamisiin pois vauvaperheen luota.

- Lapsi on kiintynyt kumpaankin biologiseen vanhempansa. Lapsi on lojaali molemmalle vanhemmalleen, siksi kummankin vanhemman sanat ja teot ovat hänelle merkittäviä ja tärkeitä.
- Vanhemmuussuhteen toimivuuteen kannattaa panostaa. On hyvä, jos eronneet vanhemmat pystyvät keskustelemaan lapsiin liittyvistä asioista avoimesti ja selkeästi, toisiaan loukkaamatta.
- Lapsen kannalta on merkittävää, miten toisaalla asuva vanhempi kokee uusperheen vauvan ja hyväksyykö hän oman lapsensa kiintymyksen vauvaan.
- Uusperheen vanhempi ei saa lapsen kiintymystä annettuna. Aktiivinen kiinnostus lasta kohtaan on ensimmäinen askel kiintymyksen muodostumiseen.
- Sosiaalisesti vanhemmaksi kasvaminen on kasvuprosessi, jossa pitää ja saa tuntea monenlaisia tunteita.

## SISARUSSUHTEISTA

Uusperheen lapsella saattaa olla kolmenlaisia sisaruksia. Biologisten täyssisarusten lisäksi voi olla sisko- tai velipuolia. Lapsi voi saada myös ns. uussisaruksia, jotka ovat äiti- tai isäpuolen edellisestä liitosta. Sisarussuhde on paitsi elämän pisimpiä suhteita, myös laadultaan erityinen verraten muihin ihmissuhteisiin. Sisarussuhde on lapsen varhaisten sosiaalisten taitojen kasvualusta. Parhaimmillaan uusperhe tarjoaa lapselle kokemuksen isommasta lapsiyhteisöstä, jossa voi rauhassa harjoitella erilaisia ihmissuhdetaitoja.

Uusperheen sisarussuhteista tekee erityisen se, että lapset tulevat usein erilaisista perhekulttuureista. Sisarusjärjestys voi muuttua uuden perheen muotoutuessa. Usein kuopuksen ja esikoisen paikat jaetaan uudelleen. Lapsissa tämä tilanne voi herättää monenlaisia tunteita ilosta pettymykseen. Toisilleen ennestään vieraista lapsista ei tule toisilleen läheisiä automaattisesti vanhempien uuden parisuhteen myötä.

Useimmille lapsille uudet sisarukset merkitsevät lisää leikki- ja harrastuskavereita. Tavatessaan toisiaan usein ja säännöllisesti he voivat tuntea olevansa toisilleen läheisiä ja melkein kuin siskoja ja veljiä keskenään. Sisarussuhteet voivat jäädä myös etäisiksi esimerkiksi ikäeron tai vähäisen kanssakäymisen vuoksi. Isommilla lapsilla kaverisuhteet voivat muodostua uussisarussuhteita merkityksellisimmiksi.

Vauvan syntymä vaikuttaa sisarusten elämään uusperheessä. Tunteet voivat vaihdella hällistä rakkauden tunteista mustasukkaisuuteen. Uusperheessä vauvan syntymä voi olla sisaruksille myös konkreettinen merkki siitä, että vauvan vanhemmat ovat sitoutuneet toisiinsa ja näin vahvistaa perheen yhteyttä.

Toimivien sisarussuhteiden rakentuminen vaatii aikaa ja hioutumista. Lapset odottavat vanhemmalta uusperheessä tasavertaista, mutta samalla yksilöt huomioivaa kohtelua. Vanhemman haasteena on osoittaa erityistä huomiota omalle lapsellensa kuitenkin niin, ettei liian vahva

tunneside muodosta kateutta sisarusten välille. Arkinen sisaruus, asioiden jakaminen ja yhdessä eläminen sisältävät luontaisestikin sisarusten välistä kilpailua. Haasteita lasten tasapuoliselle kohtelulle uusperheessä asettaa se, että osa lapsista asuu perheessä usein vain osan aikaa. Tehtävässään rakkauden, huomion ja materian jakajina vanhempien kannattaa olla kuulolla miten lasten keskinäiset suhteet kehittyvät.



- Uusiin sisaruksiin tutustuminen vie usein aikaa
- Samat mielenkiinnon kohteet voivat lujittaa suhteita ja luoda yhteenkuuluvuuden tunnetta.
- Jokainen lapsi kaipaa jakamatonta kahdenkeskistä aikaa
- Lapset arvostavat tasavertaista ikäkauden huomioivaa kohtelua
- Lapset arvostavat yksilön huomioivaa kohtelua
- Kaikki riitely ei ole vaarallista tai tuhoavaa, sillä riidoissa opitaan tärkeitä taitoja. On hyvä, että kotona voi osoittaa ja vastaanotetaan erilaisia tunteita.



## MEIDÄN PERHE - UUSPERHE

Lapsen käsitys perheestä muodostuu hänen oman elämäkokemuksen kautta. Uusperheessä lapsen mieleen rakentuu helposti kahden tason perheet: arkiperhe ja tunneperhe. Arkiperhe, eli perhe-elämän arkinen



tapahtumapaikka, sisältää mm. asumisen rajat, perheen rajat ja biologisen perustan, aikuisuuden ja lapsuuden rajat. Lapsen tunne-perheelle oleellista ovat läheiset ja lämpimät tunnesuhteet lapsen ja hänen perheeseensä lukemien ihmisten välillä. Aikuisilta vaaditaan ymmärrystä, joustavuutta ja lasten tunteiden huomioonottamista lapsen tunne-perheeseen liittyen, mutta myös kykyä tehdä selväksi arki-perheen realiteetit.

Erilaiset perhesuhteet ja elämänhistoriat ovat omiaan synnyttämään uusperheissä enemmän ulkopuolisuuden tunteita kuin ydinperheissä. Samassa uusperheessä voi olla lapsia, joista toiset ovat kokeneet vanhempien eron, toiset eivät. Asumiskäytännöt ryhmittelevät uusperheen lapsia: uusperheeseen syntyneet lapset asuvat biologisten vanhempiensa kanssa, vastaavasti lapset joiden vanhemmat ovat eronneet, asuvat erilaisin asumisjärjestelyin. Näistä taustatekijöistä johtuen perheen sisälle voi syntyä erilaisia ryhmittymiä jonka seurauksena usein toisen "ryhmän" jäsenet kokevat itsensä ulkopuolisiksi.



Ulkopuolisuutta voivat kokea esim. lapset suhteessa vanhemman uuteen parisuhteeseen; aikuinen suhteessa puolison ja tämän biologisen lapsen suhteeseen sekä aikuinen suhteessa puolison ja tämän ex-puolison suhteeseen. Vauvan synnyttyä ulkopuolisuuden kokemusta syntyy vanhemmille lapsille koska heidän näkökulmastaan vauvan, äidin ja isän välille muodostuu erityinen yhteys. Ulkopuolisuuden tunnetta voi vähentää puhumalla omista tuntemuksista avoimesti sekä tarkastelemalla tilanteita toisen näkökulmasta.

Kun uusparille syntyy yhteinen lapsi, muuttuu perheen elämä monella eri tasolla. Monet kertovat yhteenkuuluvaisuuden tunteen lisääntyneen vauvan syntymän myötä. On luonnollista, että lapsen syntymä uusperheeseen voi herättää vanhemmissa myös epävarmuutta. Aikuiset voivat pohtia, muuttuuko vanhempien lasten merkitys heidän elämässä; miten ehdimme huomioida kaikkia lapsia? Miten vanhemmat lapset suhtautuvat uuden lapsen syntymään, mitä he ajattelevat ollessaan toisen vanhemman luona?

Uusperheen haasteeksi muodostuu usein rajojen asettaminen ja säilyttäminen uusperheen sisällä, koska perheessä on (vauvan syntymän jälkeen) sinun, minun ja meidän yhteisiä lapsia. Jokainen uusperhe on erilainen joten rajojen määrittelyt on tehtävä oman perheen tarpeiden mukaisesti. Yhteisten sääntöjen luominen on tärkeä osa perheen muodostumista ja vanhemmuutta uusperheessä.

Uusperheen pari, aikuiset, luovat perheen yhteiset säännöt ja tuovat ne sitten lapsille. Perheessä on hyvä keskustella avoimesti myös siitä, että menneisyydessä on toimittu ehkä eri tavoin, oli erilaiset säännöt ja erilaiset tavat toimia. Arjen tavoista sopiminen ja perheenjäsenten roolien selkeyttäminen lisäävät lasten turvallisuuden tunnetta. Roolien selkeyttämisen tavoitteena on asettaa uusperheen vanhemmat tasavertaisiksi toimijoiksi ja antaa lasten olla lapsen roolissa.

Yhtenä työkaluna rajojen asettamisessa ja perheen yhteisten käytäntöjen luomisessa uusperheet voivat käyttää perhepalavereja. Perhepalaverissa puhutaan ja sovitaan toimintatavoista, niin että lastenkin ääni tulee kuuluviin. Perhepalaveri on yhteinen hetki arjen keskellä, jossa luodaan yhteenkuuluvuuden tunnetta.



- Kaikilla perheenjäsenillä on paitsi tarve kuulua omaan perheeseen myös tarve olla erityinen ja hyväksytty. Uusperheessä ulkopuolisuuden tunteet ovat yhteisiä. Siksi ulkopuolisuuden tunteista puhuminen on uusperheessä erityisen tärkeää.
- Aikuisen tehtävänä on tunnistaa lapsen ulkopuolisuuden kokemuksia ja sanoittaa sekä selittää niitä lapselle.
- Uusperheen vanhempien pitää yhdessä määrittää selkeästi vanhemmuutensa perheen kaikkiin lapsiin.
- Kun uusperhe syntyy, tuo kumpikin perhe mukanaan omia toiminta- sekä vuorovaikutustapojaan. Näistä erilaisista tavoista toimia on tärkeää keskustella perheessä. Perhepalaverissa luodaan "meidän perheen säännöt" ja keskustellaan niistä kaikkien perheenjäsenten kuullen.
- Luomalla perheelle omia perinteitä, rutiineja ja tapoja toimia arjessa ja juhlissa, vahvistuu perheen aikuisten ja lasten kokemus "meidän perheestä".

## UUSPERHEEN KEHITYSVAIHEET

### Unelma onnesta

Kaikki sujuu hyvin, kunhan vain rakastamme toisiamme.  
Luovun kaikesta tämän onnen vuoksi.  
Nyt haluan onnistua!  
Perheessämme on isän mentävä aukko?  
Olen vihdoin äiti!

### Hämmennys

Uusperhe ei toimikaan?  
Kuka, mitä, miten?  
Keneltä voisin kysyä?  
Uusia sukulaisia - pitääkö luoda suhteet?  
Mikä on roolini ja asemani? Kenen isä oikeastaan olen?  
Pitääkö äitipuolen sietää ja sovittaa kaikki?  
Mikä on minun perheeni?

### Täysrähinä

Paineet alkavat purkautua!  
Perheenjäsenet tuntevat pettymystä, syyllisyyttä ja vihaa.  
Päätetään erota tai jatkaa ja työskennellä kriisin läpi.

### Vakaus ja sitoutuminen

Miten hoidamme suhdettamme?  
Selviämmekö, voiko joku tukea?  
Olemme valmiit rakentamaan yhteistä tulevaisuutta ja onnea!

Lähde: Esite, Suomen Uusperheiden Liitto

## LISÄTIETOA

Suomen Uusperheiden Liitto ry  
[www.supli.fi](http://www.supli.fi)

Väestöliitto  
[www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi)

[www.perheaikaa.fi](http://www.perheaikaa.fi)



Uusperheeseen liittyvissä kysymyksissä sinua auttavat myös äitiys-, lasten- ja perheneuvolan työntekijät

## LÄHTEET

Broberg, M. (2010): Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D 52. Väestöliitto

Hirvonen, H., Korhonen, A. (toim.) (2009): Vertaistuesta voimaa uusperheen arkeen - opas vertaisryhmäohjaajille. Suomen Uusperheellisten Liitto ry. Multiprint, Helsinki.

Laajasalo Taina, Salmi Silja (2013): Kun kolmesta tulee neljä. Opas toisen lapsen saaville perheille. Atena kustannus oy

Larkela, P. (2012) Uusperheen parisuhde. Perheterapia 3/12. Suomen Mielenterveysseura. AO-PAINO, Mikkeli.

Malinen, V., Larkela, P. (2011): Parisuhde - uusperheen ydin. Väestöliitto. Oy Fram Ab, Vaasa.

Rauha, M. (2003): Äitipuolen käsikirja. Nauti elämästä uusperheessä. WSOY, Helsinki.

Ritala-Koskinen, A. (2001) Mikä on lapsen perhe? Tulkintoja lapsen uusperheistä. Väestötutkimuslaitos. Väestöliitto, D 28.

Räisänen, M., Suhonen, M., Wahlberg, K-E. (2013): Uusperheen sisarussuhteet strukturalistisen perheterapian näkökulmasta perheneuvolatyössä. Perheterapia 1/13. Suomen Mielenterveysseura. AO-PAINO, Mikkeli.

Wallerstein, J., Lewis, J., Blakeslee, S. (2007): Avioeron perintö. Eron lapset aikuisina. Therapie-säätiö, Helsinki.