

Uusperhetietoutta kriisityöntekijöille ja kriisityötä tekeville vapaaehtoisille

KOULUTUSPAKETTI

Sisältö

1. Aluksi	3
2. Kriisikeskus Mobile.....	4
3. Kriisityöntekijöiden koulutuspäivä.....	5
3.1. Uusperheen määritelmiä.....	5
3.2. Ydinperheen pariskunnan ero	6
3.2.1. Kun erotaan	7
3.2.2. Eron vaikutus lapsiin.....	8
3.2.3. Mahdollisuuskulma erossa	9
3.3. Uusparisuhte.....	10
3.3.1. (Uus)Parisuhteen kehitysvaiheet.....	11
3.3.2. Uusparisuhteen erityispiirteitä ja voimavaroja	12
3.3.3. Uusparisuhteen kehä	14
3.4. Uusperhe	21
3.4.1. Uusperheen kehitysvaiheet.....	21
3.4.2. Äitipuolena ja isäpuolena uusperheessä	24
3.4.3. Lapsena uusperheessä.....	27
3.4.4. Sisaruksena uusperheessä.....	28
3.5. Uuspari kriisityöntekijän vastaanotolla	29
3.5.1. 10 askeleen mallin soveltamista kriisityössä	29
3.5.2. Rakentavasta riitelystä	33
3.6. Uusperheen ja –parisuhteen tunnemaailman koontia	34
3.7. Koulutuksen käytännön toteutus	35
4. Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutusilta ja sen toteutus.....	37
5. Koulutuspäivän ja – illan antia	37
6. Lopuksi	39
Lähdeluettelo	40

1. Aluksi

Uusperheneuvojakoulutukseen kuuluvan kehittämishankkeen tarkoituksena on palvella minua sekä työyhteisöäni. Toteutan kehittämishankkeeni koulutuksena, jossa jaan kriisityössä tarvittavaa tietoa uusperheistä. Hankkeeni toteutus on kaksiosainen. Koulutan yhden päivän muita kriisityöntekijöitä ja yhden illan kriisikeskuksen vapaaehtoistyöntekijöitä. Jokaisella niin kriisityöntekijällä kuin vapaaehtoisellakin kriisikeskuksessamme on jonkinlaista tuntumaa uusperheistä, on se sitten omaa kokemusta, mediasta tullutta tietoa tai tuttavaperheen seuraamista. Itse uusperheen dynamiikasta, tunnemaailmasta tai prosesseista tietoa ei kuitenkaan ole. Kehittämishankkeeni tarkoitus on siis lisätä kriisityöntekijöiden ja vapaaehtoisten ymmärrystä uusperheistä sekä niistä prosesseista ja tunteista, joita uusperheisiin liittyy. Uusperheitä on asiakkaissammekin enenevässä määrin ja jo se kriisityöntekijän tai vapaaehtoisen tarjoama ymmärrys ja tietämys asioista voi tuoda helpotusta yhteyttä ottaneelle asiakkaalle. Kuuntelun ja ymmärryksen lisäksi voimme olla myös normalisoimassa asiakkaan kaotettakin arkea ja tällä tavalla ehkä myös pienentämässä taakkaa.

Tässä kehittämishankkeen kirjallisessa versiossa esittelen ensin Seinäjoen Kriisikeskus Mobilea, sen toimintaa, periaatteita sekä kriisityöntekijöiden ja vapaaehtoisten toimenkuvia. Tämän jälkeen avaan sekä kriisityöntekijöiden että vapaaehtoistyöntekijöiden koulutuksessa käsittelemiäni teorioita. Kehittämishankkeeseeni olen valinnut sellaiset teoriat ja aihealueet, jotka mahdollisimman hyvin palvelevat kriisikeskuksessa tehtävää työtä. Kriisityöntekijöiden koulutuspäivässä teorian lisäksi tarkoitukseni on esitellä lyhyesti menetelmiä, jotka voivat palvella niin uusparien kuin ydinperheen pariskuntienkin kanssa tehtävää työtä. Koulutuksieni perustana ovat erityisesti uusparisuhde sekä uusperheen voimavarakeskeisyys.

Teoriaosuuden jälkeen kuvaan suunnitelmani koulutuspäivän ja – illan toteuttamisesta. Pidän kriisityöntekijöiden koulutuspäivän torstaina 18.9. ja vapaaehtoistyöntekijöiden koulutusillan tiistaina 14.10. Tässä kehittämishankkeeni loppuraportissa avaan myös sitä, miten koulutukset sujuivat, millaista palautetta sain sekä sitä, kuinka tarkoituksenmukaisia valitsemani teoriat olivat.

2. Kriisikeskus Mobile

Seinäjoen Kriisikeskus Mobile on yksi Suomen 19 kriisikeskuksesta. Kattojärjestönä kriisikeskuksille toimii Suomen Mielenterveysseura. Paikalliset mielenterveysseurat (Seinäjoella Lakeuden Mielenterveysseura) hallinnoivat oman alueensa kriisikeskuksen toimintaa. Suomen Mielenterveysseura on asettanut kriisityön linjaukset, jotka antavat raamit kriisikeskuksissa tehtävälle työlle eli esimerkiksi kriisityöntekijän koulutusvaatimuksille, vastaanoton käyntien määrille sekä vapaaehtoisille järjestettävälle peruskoulutukselle. Raamit ovat kaikille kriisikeskuksille samat, mutta esimerkiksi aukioloajat sekä kriisityön lisänä oleva muu toiminta voivat vaihdella paikkakunnittain.

Kriisikeskus Mobile on aloittanut toimintansa Seinäjoella vuonna 1995. Tällä hetkellä kriisikeskus on avoinna maanantaista sunnuntaihin kello 10–18 ja iltaisin puhelinta päivystävät koulutetut vapaaehtoistyöntekijät. Päivittäisen kriisityön eli puhelimesta auttamisen ja asiakasvastaanoton lisäksi Mobilen toimintaan kuuluvat säännöllisesti järjestettävät kriisityöntekijävetoiset vertaisryhmät lähisuhdeväkivaltaa kokeneille naisille sekä lähisuhdeväkivaltaa tehneille miehille. Paikallisen kriisityön lisäksi Seinäjoella päivystetään valtakunnallista kriisipuhelinta niin kriisityöntekijöiden kuin vapaaehtoistenkin toimesta muutamana päivänä viikossa. Lisäksi kriisityötä tehdään valtakunnallisessa verkkokriisikeskuksessa Tukinetissä. Tuolla kriisityöntekijät kirjoittavat omien tuettaviensa kanssa sekä päivystävät kerran viikossa Live-keskustelupalvelua. Tänä syksynä Seinäjoen Kriisikeskus Mobilessa toimintansa on aloittanut myös Suomen Mielenterveysseuran hallinnoima Linity-hanke. Tämä on 4-5 kerran lyhytinterventio itsemurhaa yrittäneille. Kriisikeskuksen asiakkaat ovat aikuisia 20 ikävuodesta vanhuksiin saakka.

Kriisikeskus Mobile on matalan kynnyksen kolmannen sektorin auttamispaikka. Asiakas voi saada keskusteluapua välittömästi puhelimitse päivisin kriisityöntekijöiltä ja iltaisin koulutetuilta vapaaehtoisilta. Asiakas voi tulla keskustelemaan asiastaan myös paikan päälle kriisityöntekijän kanssa. Mobileen ei tarvitse lähetteitä, asioida voi nimettömänä ja kotikunnasta riippumatta eivätkä palvelut maksa asiakkaalle mitään. Yhteydenoton syyksi riittää asiakkaan itsensä kokema tarve puhua. Kriisikeskus tarjoaa lyhytaikaista keskusteluapua ja käyntejä kriisikeskuksessa voi olla

1-5. Tarkoituksena on antaa apua silloin, kun hätä on suurin. Mikäli nuo käyntimäärät eivät riitä, asiakas ohjataan julkisten tai yksityisten palvelujen piiriin.

Kriisityö on asiakkaan kohtaamista, empaattista ja aktiivista kuuntelua, läsnäoloa sekä rinnalla kulkemista pienen hetken ajan. Asiakkaan tunteille ja kokemuksille annetaan tilaa, tarjotaan uusia näkökulmia, tietoa sekä tarvittaessa palveluohjausta. Kriisityöntekijänä näkee asiakkaan tilanteen ammatillisen viitekehyksen kautta ja voi tätä kautta tarjota asiakkaalle erilaisia näkökulmia tilanteeseen. Vapaaehtoiset ovat koulutettuja maallikkoauttajia, jotka kuuntelevat ja tukevat asiakkaita puhelimesta. Perustana molempien työlle on se, että ollaan ihmisenä ihmiselle, puhutaan asioista suoraan niiden oikeilla nimillä sekä tuetaan asiakasta hänen kriisinsä aikana.

3. Kriisityöntekijöiden koulutuspäivä

Kriisityöntekijöiden koulutuspäivä tulee olemaan pituudeltaan noin kahdeksan tuntia eli kokonainen päivä uusperheasiaa. Päivän kantavana teemana on uusparisuhte sekä voimavarakeskeisyys ja tarkoitukseni on luoda looginen kokonaisuus uusperheestä sekä sen muodostumisesta ja vaiheista.

3.1. Uusperheen määritelmiä

Tilastokeskuksen (2014) mukaan uusperheitä on ollut vuonna 2013 52.709 kappaletta. Yhteensä Tilastokeskuksen määrittelemässä uusperheessä alle 18-vuotiaita lapsia asui vuonna 2013 109.568 kappaletta.

Tilastokeskuksenkin käyttämän suppean määritelmän mukaan uusperhe on perhe, jossa asuu uuden parisuhteen osapuolten lisäksi joko äidin tai isän alaikäisiä lapsia entisestä liitosta. Tämän lisäksi uusperheeseen voi kuulua yhteisiä lapsia ja jo kotoa pois muuttaneita täysi-ikäisiä lapsia. Toisaalta uusperheeseen voivat kuulua myös lapset, jotka vierailevat etävanhemman luona säännöllisesti. (Väestöliiton internet-sivut, 2014.) Tilastoissa uusperheiksi ei kuitenkaan luokitella

perheitä, joissa täysi-ikäiset toisen vanhemman lapset ovat jo muuttaneet pois kotoa sekä perheitä, joissa toisen osapuolen lapsen virallinen koti on muualla asuvan vanhemman luona. Mikäli nämä laskettaisiin mukaan, uusperheiden lukumäärä olisi huomattavasti Tilastokeskuksen esittämää lukua enemmän.

Yllä oleva määritelmä on uusperheestä käsin tehty. Uusperhe voidaan määritellä myös vanhemmuudesta, parisuhteesta ja systeemistä käsin sekä yhteisen nimittäjän kautta. Vanhemmuudesta käsin määriteltäessä uusperhe on perhe, jossa on isä ja äiti sekä vain toisen tai molempien lapsia edellisestä liitosta sekä mahdollisesti yhteisiä lapsia. Parisuhteesta käsin uusperhe on parisuhde, jossa on alusta alkaen mukava vähintään yksi lapsi, joka voi olla luona-asuva, yhteinen tai vieraileva. Tähän määritelmään lasketaan lisäksi täysi-ikäiset lapset. Systeemistä käsin uusperhe määritellään alituisesti vaihtuvana kokoonpanona erilaisia yhdessä asuvia ihmisiä, joiden yhdistävänä tekijänä ovat kaksi elämäkokemuksella varustettua aikuista, joista ainakin toisella on lapsi tai lapsia. Yhteisen nimittäjän kautta määriteltäessä uusperhe muodostuu niistä jäsenistä, jotka eri aikoina käyttävät samaa jääkaappia. (Larkela, luento 2014.)

Uusperhettä ei voi olla ennen kuin ydinperheen pariskunta on eronnut ja osapuoli tai osapuolet löytäneet itselleen uuden kumppanin. Ennen uuden syntymää on vanhasta luovuttava.

3.2. Ydinperheen pariskunnan ero

Syitä ydinperheen pariskunnan avioeroihin on varmasti yhtä monta kuin on eroajaakin. Toiset eroavat yhteisestä päätöksestä ja toisissa tilanteissa toinen on jättäjä ja toinen jätetty. Avioeroa voidaan ajatella sarjana muutoksia, joissa perhe organisoituu uudella tavalla. Motiivina on tällöin aikuisten halu parempaan elämään ja ero on tällöin molempien kumppanien vapaan tahdon ilmaus. Toisaalta taas kumppanit voivat kokea avioeron sarjana menetyksiä. (Rosenholm 1989, 40.) Pahimmillaan eron taustalla voi olla väkivaltaa, päihdeongelmia tai uskottomuutta. Selvittämättömät ristiriidat tai ”erilleen kasvaminen” voivat myös olla laukaisevana tekijänä eroa hakiessa. Oli syy mikä tahansa, ero on kuitenkin aina kriisi, joka vaatii käsittelyä. Tulee kohdata sen herättämät tunteet; viha, suru, pettymys... Usein ero haavekuvasta eli siitä, mitä on perheenä ja elämänään ajatellut, on vaikea ja vaatii surutyötä (Larkela, luento 2014). Kuitenkin hyvin läpikäyty

ero on voimavara niin omassa elämässä kuin uusperheessäkin (Laaksonen, luento 2014). Ero on siis myös mahdollisuus (Larkela, luento 2014).

Puhutaan siitä, että kun parisuhde on yhteinen, tulisi myös erota yhdessä. Ero tulisi suunnitella yhdessä, siihen tulisi lisätä vuorovaikutuksen velvoite, yhteinen vastuun velvoite lapsista sekä toisen vanhemmuuden tukeminen. (Malinen & Larkela 2011, 14.) Usein eron keskellä tunteet vievät kuitenkin voiton.

3.2.1. Kun erotaan

Ihmissuhteen katketessa ja pariskunnan erotessa Ilkka Laaksonen puhuu luennollaan (2014) viiden K:n vaiheesta. Nämä viisi vaihetta ovat kiukku, katkeruus, kaipaus, kaiho sekä kauniiden muistojen hyväksyminen. Ihmissuhteen katkeamisen jälkeen ensimmäisenä seuraa kiukku toista ihmistä ja eroa kohtaan. Kiukun jälkeen tulee katkeruus tapahtuneesta ja ehkä entisen kumppanin tekemisistä. Kaipaus tarkoittaa kaipausta vanhaan tuttuun tilanteeseen ja kumppaniin. Kaipaus seuraa kaiho eli ajatus entisen suhteen hyvydestä ja hyvistä puolista. Mikäli kaiho-vaihe jää päälle, vie se tilaa uudessa ihmissuhteessa. Entinen kumppani nähdään ehkä paremmassa ”valossa” kuin hän todellisuudessa onkaan ja tähän kuvaan uutta kumppania verrataan. Tämän vuoksi ”kaihon katkaisu” on tärkeää eli sen hyväksyminen, että vanhaan ei voi palata ja myös eron syiden sekä entisen kumppanin hyvien ja huonojen puolien näkeminen selkeästi. Viimeisenä vaiheena tunnepuolella erossa on kauniiden muistojen hyväksyminen. Suhde ja ero ovat läpikäytyinä ja entistä suhdetta voi muistella myös hyvällä.

Virallinen paperilla saatu ero on siis eri asia kuin psykologinen ero. Erokriisissä tietää olevansa pitkällä, kun lakkaa haaveilemasta kostosta tai toivomasta sitä, että toisella olisi yhtä kurjaa kuin itsellä. Viimeinen vaihe erossa on silloin, kun entinen kumppani rakastuu toiseen ja perustaa perheen toisen kanssa. Tunteet, oli se kaihoa tai kiukkua, voivat herätä entisessä kumppanissa uudelleen. Ero konkretisoituu ja tulee todelliseksi. Paluuta vanhaan ei enää ole. (Larkela, luento 2014.)

3.2.2. Eron vaikutus lapseen

Malisen ja Larkelan kirjassa (2011, 12.) esitellyn Judith Wallersteinin seurantatutkimuksen mukaan lapsi sisäistää mieleensä kokemuksen vanhemmista parina. Tästä mielikuvasta lapselle muodostuu käsitys ihmisten välisestä yhteydestä ja sen luovuudesta ja tuhoavuudesta. Tämä sisäistetty suhde kannattelee lasta hänen suuntautuessaan kohti omaa elämäänsä. Ydinperheen pariskunnan erotessa lapsi menettää suhteessa vanhempiinsa mielessään sisäistetyin oman paikkansa. Pahimmillaan vanhempien menettäminen parina voi merkitä lapselle kokemusta lapsuuden loppumisesta. Lapsen mielessä voi olla myös hämmennystä siitä, miten hän itse tulevaisuudessa omissa suhteissaan voi luottaa yhteyden jatkuvuuteen.

Erotutkija Aino Kääriäisen mukaan erilaisilla eroamisen tavoilla on suuri vaikutus siihen, millaiseksi vanhemmuus eron jälkeen muodostuu ja sitä kautta, miten ero vaikuttaa lapseen. Tapa erota jättää ihmiseen sellaisen vaikutuksen, joka voi pitkälti leimata koko vanhemmuutta. Eroamisen tapoja voidaan luokitella viisi; ero pitkän pohdinnan tuloksena, nopea ero, yllätysero, ero ratkaisuna muun elämän tai elämäntavan ongelmiin sekä lapset eroamisen käytännöissä. Pitkän pohdinnan aikana mietitään eron vaikutusta lapseen sekä molempien oman vanhemmuuden säilymistä. Nopeassa erossa, joka voi johtua esimerkiksi uskottomuudesta, ero tulee nopeasti, mutta vanhemmuus säilyy. Yllätyserossa ero on voinut olla pitkäänkin ilmassa, mutta siitä ei ole koskaan sovittu yhdessä. Erolla yllätetään ja tällöin se on hyvinkin traumaattinen eroamisen tapa. Erolla yllättäjä ei pysty näkemään seurausta vanhemmuudelle. Kun ero on ratkaisuna muun elämän tai elämäntavan ongelmiin Kääriäisen tutkimuksesta esiin nousee puhumattomuus. Tutkittavat vanhemmat kertoivat, kuinka puhumattomuus oli loukkaavampaa ja satuttavampaa kuin riidat, joita ei enää edes muistettu. Parisuhteessa on odotus tulla kuulluksi ja ymmärretyksi, mikä puhumattomuuden seurauksena särkyy. Usein puhumattomien vanhempien lapset joutuvat parisuhteissa välittäjiksi ja eron jälkeen sanansaattajiksi. Tällöin eron seuraukset lapsille ovat hyvinkin voimakkaita. Taas kun lapset ovat eroamisen käytännöissä, eroava pariskunta keskustelee lapsista sopimisesta sekä heidän huomioimisestaan ja tukemisestaan. Tällöin vanhemmuus syntyy eron jälkeen uudestaan ja vanhemmat pystyvät aidosti keskustelemaan ja olemaan vuorovaikutuksessa keskenään. He näkevät toistensa vanhemmuuden arvokkaana. (Malinen & Larkela, 2011, 12-13.)

Erotessa aikuiset ja vanhemmat kuvittelevat, että lapsi on kykeneväisempi käsittelemään vanhempien eron aiheuttamia tunteita, kuin todellisuudessa onkaan. Usein lapsi yrittää tehdä kaikkensa, että vanhemmat yhdistyisivät uudelleen. Monesti ei ymmärretä lapsen surua siitä, että hän on menettänyt vanhempansa parina. Eron jälkeen lapsi voi yrittää tulla toimeen yksin tai hänestä voi tulla omasta mielestään toisen tai molempien vanhempiensa tukija. (Malinen & Larkela 2011, 12.) Eron tavasta ja vanhempien omien tunteiden käsittelystä ja eron jälkeisen suhteen laadusta riippuen ”erolapsi” voi muuttua näkymättömäksi lapseksi tai huoltajalapseksi. Näkymätön lapsi haluaa aiheuttaa vanhemmilleen mahdollisimman vähän haittaa. Lapsi täytyy kuitenkin saada näkyväksi! Huoltajalapsista taas suurin osa on tyttöjä. He pitävät yllä isän tai äidin toimintakykyä opastamalla, neuvomalla, hoivaamalla tai olemalla uskottuna. Huoltajalapsi voi ottaa nuorempien sisarusten ”sijaisvanhemman” roolin ja hän huolehtii usein arjen askareista. Tällaisesta isän tai äidin ”pelastamisesta” lapsi saa itselleen ylpeydetunnetta. Lapsi täytyy kuitenkin palauttaa lapsen paikalle, vaikka tämä sitä usein kovastikin vastustaa. Lapsella on lapsen velvollisuudet eikä hän voi kantaa tai ottaa omakseen aikuisen velvollisuuksia ja vastuita. Huoltajalasten on usein aikuisuudessa vaikea solmia parisuhdetta. (Larkela, luento 2014.)

Eron jälkeisissä tunteissa voi olla myös paljon hyvää. Ennen eroa ilmapiiri kotona on voinut olla odottava ja painostava. Erotessa ilmapiiri muuttuu ja tästä ahdistuksesta irti päästäminen voi olla suuri helpotus. (Malinen & Larkela 2011, 14.) Mikäli lapsi kuuluu kiinteänä osana molempien vanhempien elämään, lasten käy hyvin. Muutosten pelko on kuitenkin läsnä erolasten aikuiselämässä. Kaikki lapset muuttuvat eroprosessissa omalla tavallaan. Ero on myös lapsille aina kriisi. (Larkela, luento 2014.)

3.2.3. Mahdollisuusnäkökulma erossa

Ydinperheen pariskunnan ero on aina myös mahdollisuus. Kun erotaan, lapsuuden ajan suhteet vanhempiin tulevat näkyviksi. Puolisot kokevat ja tuntevat sekä lojaaliutta että syyllisyyttä suhteessa nykyiseen kumppaniin. Nämä ovat samoja tunteita, joita he kokivat lapsena suhteessa äitiinsä ja isäänsä. Mikäli puoliso ei esimerkiksi ikinä ole voinut työstää pettymystään toiseen vanhempaansa, voi se eroprosessissa mahdollistua suhteessa omaan puolisoon. Eroprosessin aikana voi irtautua myös lapsuudenperheestään ja elämä itsenäisenä ihmisenä ja aikuisena voi alkaa. (Malinen & Larkela 2011, 14-15.)

Ydinperheessä jommallakummalla vanhemmalla on voinut olla vaikeuksia selvittää kolmio- tai monenkeskisistä suhteista. Lasten syntymä on voinut tuoda tämän vaikeuden näkyväksi. Eron aikana esimerkiksi äiti voi liittoutua lasten kanssa, jolloin isä jää ulkopuoliseksi. Tämä voi kuitenkin merkitä miehelle sitä, että hän ensimmäistä kertaa joutuu elämässään tilanteeseen, jossa eriytyminen oman lapsuuden perheen äidistä tulee mahdolliseksi. Ero voi merkitä miehelle myös todellista kasvua isäksi, joka hän ei ehkä ydinperheessä voinut olla. (Malinen & Larkela 2011, 14-15.) Ydinperheen ero voidaan nähdä myös mahdollisuutena yrittää uudelleen ja saada uusi suhde toimimaan entistä liittoja paremmin (Broberg 2010, 19).

3.3. Uusparisuhde

Uusperhetutkimuksissa parisuhde on jäänyt vähemmälle huomiolle, vaikka sen asemaa uusperheen toimivuuden kannalta pidetään keskeisenä. Parisuhdetta on tutkittu lähinnä lapsen tai isä- ja äitipuolisuhteen kautta tai sitä on verrattu ydinperheen parisuhteeseen. (Broberg 2010, 55-56.) Myös uuspariskunnan seurusteluajalta oleva tutkimustieto on vähäistä (Malinen & Larkela 2011, 74).

Parisuhteen, oli se sitten ensisuhde tai uusparisuhde, perustana on rakkaus. Kontkanen esittelee pro gradu-tutkielmassaan (2012, 7.) Sternbergin ajatuksen siitä, että tämä parisuhderakkaus koostuu kolmesta eri osa-alueesta. Rakkaus on siis sitoutumista, intohimoa ja läheisyyttä. Rakkauden intohimo tarkoittaa fyysistä vetovoimaa ja seksuaalista viritystä. Läheisyys puolestaan tarkoittaa emotionaalista läheisyyttä, vastavuoroisuutta ja lämpöä. Rakkauden sitoutuminen on monivaiheinen prosessi ja se merkitsee päätöstä ja tahtoa pysyä yhdessä sekä myös hoitaa suhdetta ja näitä eri osa-alueita. Kun nämä kaikki osa-alueet kuuluvat parisuhteeseen, voidaan puhua rakkausliitosta. Mikäli suhteessa jokin osa-alue puuttuu, tekee se suhteesta haavoittuvaisemman.

Uusparisuhde on hyvin erityinen suhde verrattuna ydinperheen parisuhteeseen. Kun ydinperheen parisuhteessa voidaan suhdetta rakentaa rauhassa, uusparisuhteessa lapset ovat jo valmiiksi mukana. Ensisuhteessa omat luurankonsa ja haamunsa voi pitää vielä kaapissa. Uusparisuhteessa taas mukana on jo alusta lähtien niin paljon ulkopuolisia tekijöitä (esimerkiksi lapset, entiset

kumppanit, ”entiset” sukulaiset...), että kaikki menneisyyden asiat nousevat parisuhteessa esiin. (Malinen & Larkela 2011, 50.) Mitä paremmin uuspari voi, sen paremmin voi myös uusperhe.

Uusperhettä rakennetaan siis parisuhteen varaan. Monet uusperheen osapuolet, heidän sukulaisensa kuin myös uusperheiden kanssa toimivat työntekijät katselevat uusperhettä ja uusparisuhdetta ydinperheen kautta, minkä lisäksi ajatuksia värittävät erilaiset myytit ja uskomukset. Lapset ehkä toivovat biologisten vanhempiensa yhteen paluuta, entiset kumppanit toivovat uuden suhteen epäonnistumista ja uuspariskunnan sekä työntekijöiden mielessä kummittelevat myytit esimerkiksi pahasta äitipuolesta tai äitipuolen ehdottomasta rakkaudesta lapsipuoliin. Nämä tuovat omat haasteensa uusparisuhteelle, jonka varaan uusperheen toimivuus - tai toimimattomuus rakentuu. (Larkela 2012, 18.)

3.3.1. (Uus)Parisuhteen kehitysvaiheet

Parisuhde voidaan jakaa kolmeen eri vaiheeseen; symbioosivaiheeseen, eriytymisen vaiheeseen sekä kumppanuuden vaiheeseen. Symbioosivaiheessa ollaan rakastuneita. Toisesta nähdään vain positiivisia asioita ja ollaan ”me”. Eriytymisen vaiheessa kumppanit alkavat kaivata omaa itsenäisyyttään ja toisessa nähdään ärsyttäviäkin piirteitä ja se ”todellinen” toinen, jota ei rakkauden huumassa ja omissa mielikuvissaan ole nähnyt. Kolmannessa eli kumppanuuden vaiheessa ei olla enää rakastuneita, vaan rakastetaan. Kumppanin eri puolet hyväksytään ja toisilleen annetaan suhteessa tilaa, tahdotaan olla yhdessä. (Mannerheimin Lastensuojeluliiton internet-sivut, 2014.)

Uusparisuhteen kehitysvaiheet etenevät samalla tavalla, mutta alusta lähtien mukana parisuhteessa ovat myös lapset. Rakastutaan vähintään yhtä rajusti kuin ydinperheen parisuhteessakin, mutta nyt kysymyksessä on rakastuminen, joka sulauttaa kaksi valmista perhettä yhdeksi yksiköksi (Rosenholm 1989, 16). Symbioosi- eli rakastumisen vaiheessa kaikki näyttää ruusuiselta ja usko uusperheeseen ja sen onnistumiseen on suuri. Eriytymisen tai itsenäistymisen vaiheessa huomataan, ettei kaikki olekaan niin ruusuista, miltä se aluksi tuntui. Uusparisuhde ja uusperhe tarvitsevat toimiakseen avointa puhetta sekä tukea. Uusparisuhteen kumppanit joutuvat määrittelemään omat roolinsa niin perheessä ja parisuhteessa kuin suhteessa toisiinsa ja suhteessa muihinkin tahoihin. Kolmannessa eli kumppanuuden vaiheessa sitoutumisen taso

uusperheeseen ja elämänsä jakamiseen ovat vahvoja. (Malinen & Larkela 2011, 47-48.)

Uusparisuhteen kehitysvaiheet kulkevat käsi kädessä uusperheen kehitysvaiheiden kanssa, joista enemmän luvussa 3.4.1.

3.3.2. Uusparisuhteen erityispiirteitä ja voimavaroja

Jokaisessa parisuhteessa on omat kriisinsä ja solmukohtansa. Kahden toisistaan välittävän ihmisen välille tulee väistämättä yhteentörmäyksiä, kun puoliset muuttuvat ja kehittyvät. Mitä vähemmän jaetaan asioita, sen kauempana ollaan toisistaan myös henkisesti ja samalla myös fyysinen läheisyys vähenee. Uusparisuhteen erityisyytenä ovat uusperheen dynamiikkaan liittyvät asiat.

Kaikista parisuhdeongelmista ikuisia ja ratkaisemattomia on noin kaksi kolmasosaa ja ratkaistavissa olevia yksi kolmasosa. Ikuisia ongelmia ovat esimerkiksi persoonallisuuserot, temperamenttierot, erilaiset elämäntavat, ideologiat, elämäntilafilosofiat. Ikuiset ongelmat pariskunta tunnistaa siitä, että niihin palataan ja niistä riidellään säännöllisin väliajoin. Tärkeintä on se, miten pari oppii elämään näiden ikuisten ongelmien kanssa; puhumaan niistä, ymmärtämään toisen ajatuksia ja ylipäättään sitä, mistä on kysymys. Onnellisen uusparisuhteen tausta ei ole vaikeuksien puute, vaan nimenomaan se, että puoliset oppivat jatkamaan vuorovaikutustaan erimielisyyksistään huolimatta. (Malinen & Larkela 2011, 49-50.)

Uusparisuhteen tavallisimpia solmukohtia ovat erilaiset käsitykset ja odotukset perhemallista tai parisuhteen muodosta. Ollaanko kuin ydinperhe, parisuhteeseen suuntautuneesti suhteessa vai kuin suurperhe, jossa ovi käy heilurimaisesti? (Malinen & Larkela 2011, 50.) Useat uusparisuhteen solmukohtat nousevat itsessään uusperheen dynamiikasta ja uusperheen kehitykseen luonnollisesti liittyvistä asioista (vrt. uusperheen kehitysvaiheet luku 3.4.1.). Usein perheen sisäiset lait ja dynamiikka ovat suosiollisempia omille lapsille puolisoa vastaan. Esimerkiksi uusperheessä, jossa on isä ja hänen biologiset lapsensa sekä äitipuoli, voi parisuhteeseen luoda haastetta äitipuolen ja lasten toimimattomat välit. Lapset voivat kokea äitipuolen vievän heidän oman äitinsä paikkaa ja taas äitipuoli kokee olonsa uhatuksi puolison antaessa enemmän huomiota lapsilleen kuin hänelle. Puoliso taas jää tässä kuviossa lojaliteettiristiriitaan suhteessa lapsiinsa ja uuteen puolisoonsa. Äitipuolet voivat hyvin herkästi tuntea myös ulkopuolisuuden tunnetta omassa kodissaan. (Larkela 2012, 20.) Uusperheessä parisuhde ja vanhemmuus vaikuttavat toisiinsa. Mikäli vanhempipuolella on hyvät välit lapsipuoliinsa, näkyy se myös parisuhteessa

tyytyväisyytenä ja taas esimerkiksi isäpuolen ollessa tyytyväinen parisuhteessa on hänellä yleensä myös hyvät välit lapsipuoliinsa. (Broberg 2010, 58.)

Paineita uusparisuhteelle aiheuttavat myös ulkopuoliset tekijät. Jo suhteen alusta alkaen mukana ovat vähintään toisen lapset, sukulaiset ja mahdolliset entisen kumppanin sukulaiset. Kaikilla on oma mielipiteensä ja käsityksensä uusparin suhteesta. Varsinkin alussa, kun ollaan muutenkin epävarmoja, nämä ulkopuoliset tekijät luovat suhteelle paineita. Kahdenkeskinen aika on vähäistä ja sekin aika saattaa mennä riitelyyn, kun vihdoinkin on aikaa purkaa erityisesti suhteen alussa kohdattavia paineita. Juuri ulkopuoliset tekijät ja ihmisten mielipiteet entisiä kumppaneita myöten saattavat aikaa myöten nakertaa parisuhdetta, mikäli uuspari ei hio suhdettaan vahvemmaksi. (Malinen & Larkela 2011, 62-63.)

Uusparisuhteen taustalla voivat vaikuttaa epäonnistumisen pelko ja onnistumisen pakko edellisen ydinperheen liiton epäonnistuttua. Riitoja saattavat aiheuttaa mustasukkaisuuden ja ulkopuolisuuden tunteet, omat lapsuudenkokemukset ja syyllisyys omien lasten ”jättämisestä”. Entisen suhteen ollessa vielä käsittelemättä, se vaikuttaa uusparisuhteeseen sitä heikentävästi. (Malinen & Larkela 2011, 56-57.) Onko edellinen ero jo käsitelty vai tuodaanko uusparisuhteeseen ensisuhteessakin esiintyneet ongelmat ja käyttäytymismallit? Voidaan ajatella, että uusparisuhde on niin häilyvällä pohjalla, että kaikki siihenkin kuuluvat negatiiviset tunteet kohdistetaan entiseen puolisoon. Uuspariskunnalla on yhteinen vihollinen eikä oman parisuhteen ongelmia tarvitse siis tarkastella. Kun uskalletaan puhua oman uusparisuhteen ongelmista, on suhde jo vakaalla pohjalla. (Larkela, luento 2014.)

Uusparisuhde kehittyy osaksi omallakin painollaan luvussa 3.3.1. esiteltyjen kehitysvaiheiden mukaisesti. Kuitenkin erityisyyksiensä, erityisesti suhteen ulkopuolisten tekijöiden (lapset, entiset kumppanit, sukulaiset...) vuoksi uusparisuhde vaatii myös molempien osapuolten huomiota ja panosta. Uusparisuhteen rakentumisessa korostetaankin rajojen asettamista uusparin ja muun maailman ja muiden suhteiden välillä, mikä tapahtuu uusparin omilla säännöillä. (Malinen & Larkela 2011, 74.) Avoimuus, asioista puhuminen ja ”kissan nostaminen pöydälle” vahvistavat uusparin suhdetta. Parisuhteen ollessa uusperheen ydin, täytyy suhteelle antaa sen ansaitsema arvo. Suhteen ydin taas on rakkaus, joka on tunteen lisäksi myös tahdon asia. Sille täytyy antaa aikaa ja tilaa ja arkeen rakennetut kohtaamisen hetket ovat tärkeitä. Uusparin on hyvä

konkreettisesti varata kalenteriinsa kahdenkeskistä aikaa, sillä itsestään sitä ei saa.

Makuuhuoneen ovesta voi olla myös lukko, joka on viesti myös lapsille aikuisten omasta ajasta ja tilasta. (Malinen & Larkela 2011, 27-28.) Tällaisilla teoilla pariskunta antaa uusparisuhteelleen sen arvon, mikä sille kuuluukin.

Malisen (luento 2014) myöhemmin julkaistavan väitöskirjatutkimuksen mukaan naisten hyvinvointi uusparisuhteessa koostuu rakentavasta riitelystä sekä siitä, kokeeko nainen itsensä suhteessa onnelliseksi. Jos nainen kokee uusparisuhteen toimivaksi, se vaikuttaa naisen onnellisuuteen sitä lisäävästi. Naisen hyvinvointia uusparisuhteessa nostaa myös samanmielisyys ja tiimihenki, johon vaikuttaa myös toimiva parisuhde. Miehen hyvinvointiin uusparisuhteessa vaikuttaa taas se, kokeeko mies uusparisuhteessa olevan vakavia ongelmia. Mies tuo uusparisuhteeseen kiintymyksen ja ystävällisyyden osoitukset naiselle ja nainen taas tuo suhteeseen rakentavan riitelyn. Nämä vaikuttavat uusparisuhteen onnellisuuteen sitä nostavasti.

Vahva uusparisuhde kestää paremmin uusperheen ja lasten ongelmat. Ongelmia ennaltaehkäisevät ja uusparisuhdetta vahvistavat seuraavat Malisen ja Larkelan teoksessa (2011, 19.) esitellyt seikat:

- Laaditaan perheen omat säännöt
- Otetaan omaa aikaa ja kahdenkeskistä aikaa
- Luodaan omaa historiaa, uuden perheen omaa riittä
- Otetaan omia valokuvia uusperheestä
- Kiinnitetään huomiota vuorovaikutustaitoihin
- Puhutaan pienistä asioista
- Pidetään viikoittaisia perhepalavereita
- Ollaan aidosti kiinnostuneita puolison kuulumisista
- Harrastetaan yhdessä ja kehitetään me-ajattelua esim. perhealbumien ja yhteisin lomamatkoin

3.3.3. Uusparisuhteen kehrä

Malisen ja Larkelan (2011, 24.) teoksessa esitelty uusparisuhteen kehrä – malli kuvaa toimivaa uusparisuhdetta. Kehrä kuvaa liikkeessä olevaa, kehittyvää, dynaamista ja toimivaa parisuhdetta. Kehrän pyöriessä vuorovaikutus virtaa ja parin aloitteet ja reaktiot toinen toisiinsa etenevät

harmonisesti. Kun kehrä pysäytetään, voidaan nähdä, mitä eri osa-alueita eli kehrän siivekkeitä tarvitaan siihen, että vuorovaikutus virtaa saumattomasti.

Kehran sisin

Kehran perustana keskellä on rakkaus, jota ympäröivät ja suojaavat toivo, sitoutuminen, luottamus ja tahto. Rakkaus on ydintarve ja tunne, jonka avulla selviämme hengissä aikuisiällä ja samalla se on voimakasta energiaa, joka toteutuu kahden ihmisen välillä. Parisuhteessa rakkaus on sellaisessa ulottuvuudessa, jossa se ylittää pelkän ihastumisen ja intohimon. Parisuhderakkauteen kuuluu tunneyhteyden luominen ja säilyttäminen ajasta ja paikasta riippumatta sekä kohtaaminen tunnetasolla yhä uudelleen ja uudelleen. Jokaiseen parisuhteeseen kuuluu rakkauden opettelua eli sitä, miten pari keskenään jakaa läheisyyttä, minkälaiset tavat pari rakentaa läheisyyden ylläpitämiseen arjessa sekä sitä, miten ilmaistaan toisen olevan tärkeä. (Malinen & Larkela 2011, 27-28.)

Rakkautta suojaavat siis toivo, sitoutuminen, luottamus ja tahto. Uusparille toivo merkitsee uuden aloittamisen mahdollisuutta sekä toivoa siitä, että heillä on mahdollisuus onnistua, toivoa tulevaisuudesta ja suhteen kantamisesta. Sitoutuminen merkitsee sitoutumista toiseen kumppanina ja sitoutumista yhteiseen tulevaisuuteen sekä yhteisiin haasteisiin ja mahdollisuuksiin. Uusparisuhteessa sitoudutaan myös yhteiseen perheeseen, kun ensisuhteessa sitoudutaan vain toiseen ihmiseen. Rakkautta suojeleva luottamus tarkoittaa luottamusta siihen, että suhde kantaa. Ei tarvitse koko ajan olla hälytystilassa, vaan voi huonoista päivistä huolimatta luottaa toisen olevan paikalla. Uusparisuhteeseen tultaessa kumppanien luottamukset ovat voineet särkyä, jolloin luottamuksen rakentaminen vie oman aikansa. Tahto merkitsee tahtomista olla suhteessa ja tahtomista suhteen onnistumiseen niin hyvinä kuin vaikeinakin hetkinä. Uusparisuhteessa erityisesti tahtoa koetellaan uusperheen arjessa. Rakkauden, toivon, sitoutumisen, luottamuksen ja tahdon toisiinsa sitoo parisuhdeusko eli usko siihen, että pariskunta kohtaa toisensa tunnetasolla yhä uudestaan. Luottamus tähän syntyy vähitellen ja se vaatii riittävästi jaettuina kokemuksia, arvoja ja merkityksiä, joiden syntymiseen tarvitaan arkista vuorovaikutusta. Yllättävästi, mitä enemmän uuspari kokee ulkopuolisia paineita liittyen kehrän sisimpiin kohtiin, sen nopeammin uusperhe perheyttyy ja sen lyhyempi on myös rähinävaihe eli parisuhdeusko on tällöin suuri. (emt. 28-29.)

Suhde ex-elämään/me ja muut

Uusparisuhteen kehrän sisintä ympäröivät siivekkeet ja malli lähtee liikkeelle suvusta ja siitä, minkälaisia malleja ja unelmia olemme saaneet lähtöperheestä ja omien vanhempiemme antamasta parisuhteen mallista. Uusperhe on haasteellinen kokonaisuus, sillä siinä kahden perheen yhdistyessä elämään tulee useampia uusia vuorovaikutuskuvioita. Uusparisuhteen osapuolet tuovat suhteeseen oman entisen perheensä, lapsuuden perheensä ja sukunsa vähintäänkin mielikuvissaan eli kaikki ne opit ja mallit, joita on elämässä saatu. Uusparisuhteen toimiminen vaatii myös tunneperäisten siteiden irtautumista lapsuuden perheestä ja sitoutumista uuteen perheeseen. Mikäli suhde alkuperäiseen perheeseen on liian riippuvainen, vaikuttaa se uusparisuhteeseen sitä heikentävästi. Uusperheeseen ja – parisuhteeseen vaikuttavat useat perheen ulkopuolisetkin ihmiset. Tämän vuoksi erityisesti uusperheen alkuvaiheessa on tärkeää laittaa rajat ”meihin ja muihin”, jotta perheytyminen voi tapahtua. (emt. 31-33.)

Me kaksi uusperheessä

Uuspariskunta luo itsensä näköisen parisuhteen, yhteishengen ja oman näköisensä perheen. Haastetta tähän tuo molempien lapsuuden perheistä ja ex-perheistä luotava yksi oman näköinen yhteinen kulttuuri, johon luodaan perheen yhteiset juhlat. Vanhojen arvojen romuttaminen on väistämättä uusparisuhteessa edessä ja uudet yhteiset rituaalit on luotava. Ulkopuolisuuden sietokyky on uusparilla olennaista eli se, miten sietää sitä, ettei ymmärrä kaikkea, mitä omassa kodissa tapahtuu ja miten ex-elämään ja ex-puolisoon luodaan suhde. Haasteellisinta usein on uusparin ja puolison lasten väliset suhteet. Ihmissuhteet eivät välttämättä muodostu niin lämpimiksi kuin on toivottu, mutta ne voivat muotoutua riittävän hyväksi. Olennaisinta uusperhettä rakentaessa on luopua vanhasta ja asettaa rajat, joiden sisällä uuden rakentaminen voi alkaa. Kun rajat ovat löytyneet ja uusperhe vankemmalla pohjalla, voidaan rajoja jälleen avata. Uusparisuhteessa oleellista on myös myönteisen tunneyhteyden säilyttäminen. (emt. 34-35.)

Elämänarvot

Arvoilla tässä tarkoitetaan eettisiä tai moraalisia periaatteita, ihanteita, standardeja eli niitä asioita, jotka tekevät elämästä merkityksellisen ja elämisen arvoisen. Mikäli uusparin arvot ovat samanlaiset, uusperheet selviytyvät hyvin eri tilanteissa. Usein ihmisten arvot muuttuvat erojen jälkeen. Ydinperheessä kiinnitetään monesti huomiota urakehitykseen ja taloudellisiin näkökulmiin, kun taas uuspareilla elämänarvot liittyvät usein perheeseen, parisuhteeseen ja

vanhemmuuden hoitamiseen yhdessä. Usein uuspareilla tärkeää on myös opiskelu, yhteinen vapaa-aika, yhteisöllisyys, muiden auttaminen sekä erilaiset henkiset ja hengelliset kokemukset. Monella uusperheelliselle tärkeää on se, että kaikki voivat perheessä hyvin. (emt. 35-36.)

Rakastunut pari uusperheessä/tila

Usein uusparin rakastuminen ja rakkaustarina on tabu ympäristössä, jossa he elävät. Lapset, entiset puoliset ja muu ympäristö reagoi monesti vahvasti eroon sekä uuteen puolisoon. Uuspari hakee usein hyväksyntää rakkaustarinalleen sieltä, mistä sitä saa. Uusparisuhteessa merkittävää on se, että vanha eroprosessi on käytyä loppuun ja tunneyhteys entiseen kumppaniin on katkaistu. Helposti se, että uusparisuhde rakennetaan vanhan erotrauman päälle, voi lisätä uusparien eroja. Seurusteluvaiheen romanttinen rakkaus voi olla vaikea yhdistää vanhemmuuteen erityisesti, mikäli perheessä on pieniä lapsia. Ajan kanssa lapsetkin kuitenkin tottuvat siihen, että toinen aikuinen on pysyvästi vanhemman elämässä läsnä ja että rakkautta riittää kaikille. (emt. 36-37.)

Kiintymys

Pariskunnan tutustumisesta lähtee muodostumaan kiintymys. Läheisyys, sekä fyysinen että henkinen, on tässä olennaista eikä sitä voi verrata muihin suhteisiin. Kiintymys opitaan jo lapsuuden varhaisissa kiintymyssuhteissa, minkä vuoksi niiden vaikutus näkyy parisuhteessa niin voimakkaasti ja sen vuoksi ne tulisi myös tiedostaa. (Malinen & Larkela 2011, 37.) Esimerkiksi lapsuuden kiintymyssuhdehäiriöt voivat vahvasti vaikuttaa parisuhteeseen. Kiintymystä ei voi syntyä, mikäli toinen ei pysty vastaanottamaan rakkautta. Ja taas toisaalta, miten rakkautta voi osata vastaanottaa, jollei sitä ole koskaan saanutkaan. (Laaksonen, luento 2014.) Jatkuva kiintymyksen ja kiinnostuksen osoittaminen uusparisuhteessa kantaa suhdetta pitkälle. Puolisoiden tulee olla ja pysytellä toistensa ”mielen sisäisillä kartoilla” ja näitä karttatietoja tulee päivittää riittävän usein. Toisen mielenliikkeitä ei voi tietää tai olettaa eikä asioita ratkaista toisen puolesta. Jokaisella on myös oikeus pitää joitain asioita ominaan ilman, että kumppani loukkaantuu siitä. (Malinen & Larkela 2011, 38.)

Unelmat

Toisen unelmia tulee kunnioittaa ja tukea, vaikka ne olisivat täysin saavuttamattomia. Uusperheissä on keskimääräistä enemmän unelmia. Ne kantavat arjessa ja sitouttavat, vaikei

niitä voikaan toteuttaa. Uusperheen unelmia voidaan alkaa luoda, kun yhteistä historiaa on alkanut syntyä. (emt. 38.)

Läheisyys

Läheisyyden ja kiintymyksen tarpeet liittyvät voimakkaaseen tarpeeseen kiinnittyä toiseen ihmiseen ja kokea intiimiä läheisyyttä. Kaikki se kaipuu, joka on jäänyt lapsuuden varhaisissa kiintymyssuhteissa puutteelliseksi, tuodaan parisuhteeseen. Sen vaikutukseen parisuhteessa on vaikeaa puuttua, mikäli ei ole tietoinen omasta lapsuuden kiintymystavastaan. Varhaisen lapsuuden kiintymyssuhteisiin perustuva sisäinen maailmamme vaikuttaa myös tiedostamatta kumppanin valintaan.

Parisuhteessa kohtaavat aikuisten seksuaalisuus ja intiimiys, jotka kulkevat käsi kädessä emotionaalisen kiintymyksen ja keskinäisten odotusten kanssa. Käsittelemättömät erimielisyydet näivettävät seksuaalista nautintoa. Haastetta läheisyyteen ja seksuaalisuuteenkin tuovat vanhemmuus sekä vanhempipuolien mahdollinen ulkopuolisuuden tunne ja syyllisyys. Syyllisyys syntyy usein tilanteissa, joissa lapsipuolet saavat enemmän huomiota ja aikaa suhteessa toisen biologisiin lapsiin. Uusparisuhteessa tämän syyllisyyden käsitteleminen on tärkeää ja sitä edesauttaa asiasta puhuminen ennen kuin tunne syvenee liiaksi.

Rakkaus ja läheisyys ovat arjen selviämiskeinoja. Oleellisinta ovat välittävät sanat, katseet ja eleet, läheisyys ja hellyys arjen keskellä. Uuspariskunnan rakkaus ei vaadi harvoja huippuhetkiä vaan ”arkirakkautta”. (emt. 40-42.)

Uusparin muotoutuminen

Perheitä voidaan tarkastella kolmioajattelun kautta. Lapsi syntyy kolmioon ja ylipäättään elämä on kolmiosuhteita luovaa. Kun pariskunnalle syntyy toinen lapsi, äidin, isän ja yhden lapsen muodostama kolmio hajoaa, mikä usein aiheuttaa parisuhteessa ja perheessä kriisin. Samalla muodostuu uusia kolmioita, joissa yksi perheen jäsenistä jää väistämättä ulkopuolelle ja saattaa kokea ulkopuolisuuden tunteita. Uusperheessä vanhemman ja lasten luoma ”kolmio” saattaa jatkua, mikä syrjäyttää vanhemman uuden kumppanin systeemin ulkopuolelle. Tästä syntyvät jännitteet voivat luoda uusia kolmioita, jotka eivät välttämättä ole uusparisuhteelle tai uusperheelle hyväksi. Uusparin tehtävänä onkin rakentaa oma kolmio uusparin yhteisen elämän perustaksi. Uusparin kolmioon voi kuulua yhteinen lapsi, avioliitto, talon rakennus tai vaikkapa yhteinen harrastus. (emt. 43-45.)

Ulkopuolisuuden tunne

Uusvanhempi tai vanhempipuoli kokee usein uusperheessä ja – parisuhteessa ulkopuolisuuden tunnetta (emt 46). Kuitenkin miehet *ydinperheissä* tuntevat ulkopuolisuuden tunnetta yhtä paljon kuin kumppanit uusperheissä (Larkela, luento 2014). Usein uusperheen kehitysvaiheisiin kuuluu perheen jakautuminen biologisten suhteiden mukaan, jolloin vanhempipuoli jää ulkopuoliseksi. Tämä saattaa aiheuttaa pahaa oloa vanhempipuolella perheen sisällä ja tässä vaiheessa asiasta tulee myös keskustella ja mahdollisesti hakea apua. Mikäli asiasta ei uskalleta puhua, voi suhde päättyä eroon. (emt. 46.) Jokaisen uusperheen jäsenen hyvin- tai pahoinvointi vaikuttaa uusperheen toimimiseen sitä lisäävästi tai heikentävästi.

Ulkopuolisuuden tunne uusperheessä on siis tavallista. Tärkeätä on kuitenkin tunteessaan tunnistaa se, tuleeko se uusperheen dynamiikasta vai onko se lapsuudesta asti tuttu tunne, joka juontaa juurensa kiintymyssuhteisiin. (Fast, luento 2014.)

Uusperheen ja uusparin kehitysvaiheet

Kehitysvaiheet ovat esiteltyinä tarkemmin luvuissa 3.3.1. ja 3.4.1.

Olemme eri mieltä

Ydinkysymyksenä parisuhteen riitatilanteissa on, haluaako olla parisuhteessaan onnellinen vai oikeassa. Ratkaistavissa olevien erimielisyyksien osalta pariskunnan on hyvä opetella tekemään kompromisseja. Parisuhteen kompromisseissa molemmat voittavat. Eli kummankin tulee saada pitää itselleen tärkeät asiat ja sen jälkeen aloitetaan kompromissien teko. Onnellinen parisuhde on sellainen, jossa puoliset pystyvät ja oppivat jatkamaan vuorovaikutustaan ongelmista ja erimielisyyksistä huolimatta. Näiden edellytyksenä on riittävä sitoutuminen ja tahto suhteeseen sekä taito kuunnella ja ymmärtää toisen voimakkaitakin tunteenpurkauksia. (Malinen & Larkela 2011, 50.) Ristiriitojen ja ongelmien ratkaisu on uusparisuhteen kehrässä keskiössä. Mikäli tämä ei toimi, kehrä ei pyöri. Lisäksi ristiriidat kulkevat käsi kädessä seksuaalisuuden kanssa. Mikäli pariskunnalla on vihamielisiä tunteita toisiaan kohtaan, seksuaalisuus on estynyt. (Malinen, luento 2014.)

Vanhemmuuden hoitaminen yhdessä

Uuspariskunta pysyy yhdessä, kun se ratkaisee sosiaalisen vanhemmuuden kysymyksen eli sen, miten vanhemmuus hoidetaan yhdessä (Malinen & Larkela 2011, 38). Lisäksi biologinen vanhempi

määrittelee uuden vanhemman valtuudet, joka on myös kestävän parisuhteen tae (Larkela, luento 2014). Vanhemmuus taas riippuu uusparisuhteen laadusta. Mikäli parisuhde toimii, se säteilee uusparisuhteen kehrämallin mukaisesti valoa ympäristöönsä ja ennen kaikkea lapsiin. Toimivan parisuhteen perustana taas on toimiva vuorovaikutus, joka käsittää puheen lisäksi myös ei-kielellisen vuorovaikutuksen ja empatian. Tunteet ovat parisuhteessakin oppaana siitä, missä mennään, mikä on hyvä, mikä vaarallista ja mikä väärää. (Malinen & Larkela 2011, 38-39.) Uusperheen vanhempien yhteistyön toimiminen on erityisesti lapselle tärkeää. Jotta yhteistyö voi toimia, tulee uusperheen rajat ainakin alkuvaiheessa sulkea. Uuspariskunta luo perheeseen säännöt ja tuo ne lapsille. Säännöt luodaan juurikin tämän perheen säännöiksi eli tässä perheessä toimitaan tällä tavalla. Uusperheen yhteisen historian ja riittien luominen auttavat uusperhettä perheytyämään. Usein riitojen aiheet nousevat siitä, että odotuksista ei puhuta yhdessä. Tämän vuoksi esimerkiksi viikoittaiset perhepalaverit ovat tärkeitä. Niissä uusperheen jokainen jäsen saa tuoda äänensä kuuluviin ja niissä ratkaisut tehdään yhdessä. (emt. 50-52.)

Uusperheen/uusparin tulevaisuus

Uusperheessä parin menneisyyksien päälle tulisi rakentaa jokin yhteinen asia; omakotitalo, lemmikkieläin tai valokuvakansio. Hyvin toimiva uusperhe huolehtii siitä, että sen osat ovat toiminnallisesti itsenäisiä. Eli jokaisen perheenjäsenen ja jokaisen alasysteemin tulee saavuttaa riittävä itsenäisyys siten, että keskinäinen yhteenkuuluvuuden tunne säilyy. Jotta uusparin osapuolet voivat hyvin, tulee määritellä omien perheen sääntöjen lisäksi myös vierailevien lasten kohdalla sovellettavat rutiinit ja säännöt. Kun molemmat kumppanit tietävät näiden vierailujen tavoitteet ja sisällöt, on ajan tekeminen kaikille miellyttäväksi huomattavasti helpompaa. Uusparisuhteen puolison oman paikan löytyminen perheessä on kiinni siitä, kuinka paljon toinen antaa ja kuinka paljon toinen ottaa vanhemmuutta vastaan. Lapset taas kuljettavat mukanaan perheidensä tunneilmapiirejä. Lapsen tullessa ex-perheestä uusperheeseen, voivat uusperheen jäsenet tunnistaa tämän ilmapiirin tuomisen outouden tunteesta ja siitä, että jokin ei täsmää. (emt. 54-55.)

Uusparisuhteen kehrän vaikutukset ympäristöön

Kun uuspari käy tätä kehrää läpi ja käsittelee esiin tulevia asioita avoimesti, tulevat myös kumppaneiden luurangot kaapeistaan esiin. Kehran pyöriessä hyvin uudesta parisuhteesta tulee korjaava suhde ja samalla kehrä säteilee lämmintä energiaa ympäristöön, muihin ihmissuhteisiin ja

erityisesti lapsiin. Vanhempien ja uusparinkin suhteella on ratkaiseva merkitys lapsen kehityksessä, suhteen sanotaan olevan lapsen koti. Uuspari on uusperheen ytimessä, minkä seurauksena myös lapset löytävät paikkansa uusperheessä. Uusparisuhde vaatii huomiota ja hoitoa tullakseen meidän parisuhteeksi ja samoin myös uusperheen perheytyminen meidän perheeksi on prosessi. (emt. 59.)

3.4. Uusperhe

Uusperheitä on monenlaisia. Ne voivat olla perheitä, joissa on äitipuoli ja jossa isä asuu lastensa kanssa. Uusperheet voivat olla perheitä, joissa lapset asuvat äitinsä kanssa ja äidin uusi kumppani on lapsille isäpuoli. Uusperheitä ovat myös perheet, joissa biologisen vanhemman lapset asuvat pääsääntöisesti entisen kumppanin luona ja ainoastaan vierailevat toisen vanhempansa ja hänen uuden kumppaninsa luona. Uusperheitä ovat myös perheet, joissa biologisen vanhemman lapset ovat jo aikuisia ja muualle muuttaneita. On uusperheen muoto millainen tahansa, jokainen niistä käy läpi uusperheen kehitysvaiheet (luku 3.4.1.) Uusperheelle tyypillistä dynamiikkaa ja kehitysvaiheita voi esiintyä myös esimerkiksi sijaisperheissä tai sateenkaariperheissä, joissa on kaksi äitiä tai kaksi isää ja jossa biologinen vanhempi on lapsensa elämässä mukana.

3.4.1. Uusperheen kehitysvaiheet

Uusperhe on aina uusi kokonaisuus, mutta sillä on myös aina suhde vanhaan. Lapset ja aikuiset näkevät ja kokevat tämän vanhan eri tavoin. Uusperheen jäsenillä on mielessään ideaali perheestä sekä malli edellisestä biologisesta perheestä. Kun omaa elämää verrataan tähän kuviteltuun malliin tai edelliseen perheeseen, voi perheen jäsen kokea uusperheen tilanteen vaikeaksi.

(Sutinen & Raittila 2008, 13.)

Patricia L. Papernow on kehittänyt vuonna 1984 mallin uusperheen kehityksestä ja sen vaiheista. Malli on kehämäinen ja perheen tilanteesta riippuen jo ohitettuun vaiheeseen saatetaan palata takaisin. Kehitysvaiheet kuuluvat *normaaliin* uusperheen kehitykseen ja näiden tietojen jakaminen uusperheen kanssa voi helpottaa koettua kaaosta. Ensimmäiset 3-4 vuotta ovat uusperheessä kriittistä aikaa, jolloin perhe joko ”onnistuu” tai eroaa.

Uusperheen kehitys voidaan jakaa kolmeen ”päävaiheeseen”; aloitusvaiheeseen, uudelleen organisoitumisen vaiheeseen sekä vakiintumisen vaiheeseen. Aloitusvaihe sisältää kolme vaihetta; fantasian, syventymisen ja tietoisuuden. Uudelleen organisoitumisen vaiheen sisällä on mobilisoinnin ja toiminnan vaiheet. Vakiintumisen vaiheessa käydään läpi yhteyden ja päätöksen vaiheet. Eli kaikkiaan uusperheen kehitykseen kuuluu seitsemän eri vaihetta. Vaiheiden läpikäyminen voi viedä aikaa 4-12 vuotta. Kun kaikki vaiheet on ohitettu, uuden stressaavan tilanteen sattua vaiheita voidaan käydä läpi uudestaan, mutta nyt nopeammassa tahdissa. Lisäksi uusperheen perusta on tällöin jo vahvempi. (Papernow 1984.)

Uusperheen kehityksen **aloitusvaihe** kestää 2-3 vuotta ja siihen kuuluu ensimmäisenä **fantasia**. Kun perustetaan uusperhettä uskomukset, myytit ja fantasiat ovat vahvoja. Eheytetään rikkinäinen perhe, vanhempipuoli palvoo lapsipuoliaan ja toisin päin. Vanhempipuoli näkee biologisessa vanhemmassa hoivaajan ja biologisen vanhemman fantasiana voi olla, että hän saa uudesta kumppanistaan taakan jakajan. Toisaalta lapset voivat fantasioida biologisten vanhempien yhteen paluusta ja siitä, että mikäli ei huomioi vanhempipuolta, tämä katoaa. Aloitusvaiheen fantasiat ovat voimakkaita, mutta samalla universaaleja ja uusperheen normaaliin kehitykseen kuuluvia. (emt.)

Toinen vaihe kehityksessä on **syventyminen** tai mukautuminen. Vanhempipuolet yrittävät fantasiansa mukaisesti liittyä perheeseen ja hyvinkin tiiviiseen biologinen vanhempi-lapsi-suhteeseen. Kun se ei onnistukaan, vanhempipuolet huomaavat kokevansa voimakkaita negatiivisia tunteita kuten mustasukkaisuutta, torjutuksi tulemista, hämmennystä ja riittämättömyyttä. He näkevät, kuinka biologinen vanhempi on suojelevampi lastaan kuin uutta kumppaniaan kohtaan. Vanhempipuolet (tarpeessaan tulla pidetyksi) ottavat tällöin enemmän kontaktia lapsipuoleensa. Lapselle taas lähentyminen vanhempipuoleen asettaa lapsen lojaaliristiriitaan suhteessa biologisiin vanhempiinsa. Vanhempipuoli kokee siis torjutuksi tulemista ja yksinäisyyttä. Biologiselle vanhemmalla tämä taas saattaa näyttytyä perääntymisenä ja tuoda uuden epäonnistumisen uhan hänen mieleensä. Syventymisen vaiheessa koetaan siis vahvasti, että jotakin on pielessä. Koetaan vahvojakin tunteita, mutta vielä ei saada käsitystä siitä, mikä todella on pielessä. (Papernow 1984.)

Kolmannessa eli **tietoisuuden vaiheessa** vanhempipuolet alkavat nimetä tunteitaan, kokea niitä ilman torjuntaa sekä nähdä kaavan tunteiden syntymiselle. Vanhempipuolet tunnistavat tulevansa torjutuksi ja jätetyksi ulkopuolelle uudestaan ja uudestaan ja tämän vuoksi kokevansa vahvoja negatiivisia tunteita. Vanhempipuoli onkin uusperheessä yleensä se, joka tulee tietoiseksi muutoksen tarpeesta perheessä. Tässä vaiheessa biologinen vanhempi taas alkaa tiedostaa paikkaansa ja painettaan ollessaan uusperheen keskiössä; läheisimpänä lapsille, uudelle puolisolle ja entiselle kumppanille. Nämä tunnistamiset ja tiedostamiset tapahtuvat tässä kehityksen vaiheessa yleensä vain kumppaneiden omassa päässä. Vielä on liian aikaista ymmärtää ja nähdä toinen toisensa asemaa ja kokemusta uusperheessä. Ja taas aloitusvaiheeseen jäädään jumiin, mikäli tunteistaan ei puhuta ja ymmärretä myös toisen kokemusta. Usein eteenpäin siirtymistä tukee vanhempipuolen saama tuki perheen ulkopuolelta. (emt.)

Toisessa päävaiheessa eli **uudelleen organisoitumisen vaiheessa** ensimmäisenä uusperhe käy läpi **mobilisoinnin**. Mobilisoinnin aikana vanhempipuoli alkaa vihdoinkin puhua ääneen edellisissä vaiheissa esiin nousseista tunteistaan, tarpeistaan sekä havainnoistaan. Mobilisoinnin aikana syntyy usein paljon konflikteja ja kaaosta, kun voimakkaasti latautuneet erimielisyydet nostetaan ensi kertaa esiin. Vaikka riitojen aiheet tämän vaiheen aikana ovat mitättömiä, ovat riidat kuitenkin osa suurempaa taistelua siitä, jatkuuko biologisen vanhemman ja tämän lapsen suhde kuten ennenkin vai muuttuuko koko perheen struktuuri. Biologinen vanhempi voi tässä vaiheessa kokea suurtakin stressiä siitä, vastaako lapsensa tarpeisiin, miellyttääkö entistä kumppaniaan vai tukeeko uuden parin suhdetta. (Papernow 1984.)

Uusperheen kehityksen viidennessä eli **toiminnan vaiheessa** uuspari alkaa ratkaista yhdessä erimielisyyksiään. Sekä vanhempipuoli että biologinen vanhempi ilmaisevat selkeästi omat näkökulmansa, tarpeensa ja tunteensa. Yhteisen työskentelyn ja tietoisuuden pohjana täytyy olla empaattinen ymmärrys toistensa näkökannoista. Molemmat puoliset yhdessä muuttavat perheen struktuuria. Vanhoja tapoja jätetään pois ja luodaan yhdessä uusia. Tärkeimmät muutokset liittyvät uusparin rajojen luomiseen; otetaan kahdenkeskistä aikaa, suljetaan makuuhuoneen ovi, kysellään toistensa mielipiteitä lasten kasvatukseen ja tapaamiseen liittyvistä asioista. Toiminnan vaiheessa luodaan myös uusperheen omia rituaaleja ja selvemmin tuodaan esiin uusperheen ja entisen puolison perheen eroja ilman niiden leimaamista oikeiksi ja vääriksi. Uudelleen organisoitumisen vaihe kestää 1-3 vuotta. (emt.)

Kolmannessa päävaiheessa eli **vakiintumisen vaiheessa** uusperhe käy ensimmäisenä läpi **yhteyden vaiheen**. Kun edellisen eli toiminnan vaiheen muutokset ovat siirtäneet lapset pois uusparisuhteesta ja biologisen vanhemman pois vanhempipuoli-lapsisuhteesta, yhteyden vaiheessa läheisyys ja ainutlaatuisuus lisääntyvät vanhempipuoli-lapsisuhteessa. Tässä vaiheessa uusparisuhdetta eivät enää kuormita uusvanhempiasiat, vaan niistä voidaan puhua ja tunteita voidaan jakaa. Erimielisyydet, jotka synnyttivät konflikteja aloitus- ja uudelleen organisoitumisen vaiheiden eri kohdissa, muodostavatkin nyt perustan vanhempipuolen roolille. (Papernow 1984.)

Uusperheen kehityksen viimeisessä eli **päätösvaiheessa** vanhempipuoli-lapsi väliset suhteet siirtyvät taka-alalle eivätkä ne tarvitse enää jatkuvaa huomiota. Viimeisessä vaiheessa uusperheessä on luotu omat norminsa ja yhteistä historiaa on alettu rakentaa. Yhteistä perhe-elämää leimaa tyytyväisyys. Samalla kuitenkin viimeiseen vaiheeseen kuuluu sureminen. Vanhempipuoli suree sitä, että joutuu jakamaan lapsen toisen muualla asuvan biologisen vanhemman kanssa. Ja taas biologiselle vanhemmalle (erityisesti muualla asuvalle) uusperheen kehityksen päätösvaihe on suremista siitä, että joku ulkopuolinen hoitaa vanhemman roolia omalle lapselle. Lähentyneet vanhempipuoli-lapsisuhteet konkretisoivat muualla asuvalle biologiselle vanhemmalle myös sen, että paluuta ydinperheeseen ei enää ole. (emt.)

3.4.2. Äitipuolena ja isäpuolena uusperheessä

Vanhempipuolen, oli hän sitten isäpuoli tai äitipuoli, asema on perheessä erityinen, sillä se riippuu parisuhteesta. Uusperheessä äiti- tai isäpuolen roolit voivat olla hyvinkin sekavia. Usein biologisten lasten, puolison lasten ja uuden puolison taholta tulevat odotukset ja paineet eroavat toisistaan huomattavasti. Totuttelu uuteen perheeseen, parisuhteeseen ja systeemiin vie aikaa. Biologinen vanhempi on uusperheessä se, joka määrittää vanhempipuolen roolin perheessä ja tekee sen selväksi myös lapsille. (Larkela 2011.)

Isä- tai äitipuoli elää lapsipuoltensa kautta jatkuvassa tietoisuudessa puolison menneisyydestä. Biologisen vanhemman syyllisyyden tunto epäonnistuneesta liitosta sekä suojelunhalu lasta kohtaan voivat saada tämän liittoutumaan lapsensa kanssa, jolloin isä- tai äitipuoli kokee ulkopuolisuuden tunnetta. Usein myös vanhempipuoli perheen ”uusimpana tulokkaana” joutuu sopeutumaan valmiiseen arjen malliin. Kun äiti- tai isäpuoli mukautuu satunnaiseen

ulkopuolisuuden tunteeseen, pystyy hän tarjoamaan puolisolleen tukea vanhemmuudessa. Tällaisten kompromissien kautta kaikki uusperheen jäsenet tuntevat olonsa hyväksi ja kuuluvansa perheeseen, jolloin uusperhekin toimii. (Larkela 2011.) Isäpuolen tai äitipuolen rooli uusperheessä voi olla myös kiittämätön syntipukin tai pahuuden rooli. Tavallaan vanhempipuoleen siirretään kaikki se pahuus, jota ei voi biologiselle vanhemmalleen ilmaista. (Larkela, luento 2, 2014.)

Äitipuolen rooli uusperheessä on haastava sille luotujen myyttien ja uskomusten vuoksi sekä usein äitipuolen itsensä itselleen asettamien odotusten takia. Uusperheessä vahingolliset ja usein todeksi uskotut myytit vainoavat enemmän naista kuin miestä (Sutinen & Raittila 2008, 43). Yleisin äitipuoleen kohdistuva myytti on ilkeän äitipuolen myytti. Malinen ja Larkela esittelevät kirjassaan *Parisuhde – uusperheen ydin* (2011, 16.) Brandon Cegliean ja Scott Gardnerin ”ilkeän äitipuolen kierteen”, joka sisältää toisiansa seuraavat seitsemän vaihetta. Ensimmäisenä äitipuolella on odotuksenaan rakkaus lapsipuoleen, mistä seuraa epäonnistuminen tämän täyttämässä. Tämä aiheuttaa riittämättömyyden ja epäonnistumisen tunteita suhteessa lapsipuoleen. Äitipuoli pelkää ilkeän äitipuolen leimaa ja yrittää entistä enemmän olla hyvä äitipuoli. Äitipuoli kokee, että lapsipuoli suhtautuu häneen kiittämättömästi ja epäkunnioittavasti. Tämä äitipuolen kokemus lapsipuolen suhtautumisesta johtaa epäreiluun kohteluun, mikä taas johtaa puolisoitten väliseen erimielisyyteen lapsipuolen ongelmallisesta käytöksestä.

Toisen myytin mukaan taas äitipuolet rakastavat heti lapsipuoliaan, mikä perustuu yleiseen käsitykseen äitiydestä. Äitipuolella saattaa myös itsellään olla paineet lapsipuoliensa rakastamisesta. Kolmas uusperheeseen vahvasti vaikuttava myytti on, että biologinen äiti ja myös isä ovat parasta lapselle. Tämän elävän myytin vuoksi etenkin uusperheen alkuvaiheessa muualla asuvan biologisen vanhemman annetaan helposti vaikuttaa haitallisestikin uusperheen elämään ajatellen, että se on lapsen edun mukaista. (Malinen & Larkela 2011, 16.)

Äitipuolen rooliin uusperheessä vaikuttavat vahvasti isän vastuu vanhemmuudesta. Mikäli biologinen isä antaa liaksi vastuuta äitipuolelle, voi tämä helposti väsyä johtaessaan uusperheen arkea uskomusten ja myyttien keskellä. Toisaalta taas, jos biologisella isällä on aktiivisempi rooli perheen arjessa, äitipuoli voi valita oman roolinsa vapaammin eikä lasten biologisen äidin tarvitse puuttua uusperheen elämään. Tällöin äitipuoli voi olla lapsille paremminkin toinen aikuinen ilman uupumiseen johtavaa vastuuta. Äitipuolena uusperheessä oleminen on jatkuvaa neuvottelua, sillä

äitipuolen identiteetti rakentuu suhteessa toisiin ja on riippuvainen toisista ja koska perinteiset mallit, käytännöt ja ihanteet eivät usein toimi uusperheessä. (Murtorinne-Lahtinen, luento 2014.)

Mitä kauempana lasten biologinen isä uusperheessä on, sen tärkeämpi arjessa on isäpuolen rooli erityisesti pojille. Tekemisen kautta isäpuolen on helpompi ottaa paikkansa uusperheessä verrattuna äitipuoleen, joka ottaa paikkansa suhteita luomalla. Isäpuolella ei ole niin kiire vahvistaa vanhemman rooliaan; isäpuolen kanssa ollaan paremminkin kavereita. Jos uusperheessä asuu molempien vanhempien biologisia lapsia, miehen on helpompi olla läheinen myös lapsipuolilleen. Taas mikäli omat lapset asuvat pääsääntöisesti muualla, isäpuoli tasapainoilee tasapuolisuuden kanssa. Isäpuoli voi tuntea syyllisyyttä arkipäiväisestä läheisyydestä lapsipuoltensa kanssa, kun omat lapset jäävät tästä arjesta paitsi. Samalla myös isän biologiset lapset saattavat tuntea ja ilmaista mustasukkaisuutta tai kateutta, koska tapaavat isäänsä sisarpuoliaan vähemmän. (Sutinen & Raittila 2008, 31.) Biologinen isä hoitaa syyllisyyttään joko vastaamalla välittömästi lastensa tarpeisiin tai hylkäämällä heidät kokonaan (Malinen, luento 2014).

Lapseton isäpuoli säästyy tasapainoilulta ja syyllisyyden tunteilta. Tällaisen isäpuolen voi olla kuitenkin vaikea ymmärtää toisen tarvetta huolehtia ensin lasten edusta ja sitten vasta omasta, sillä isäpuoli ei ole kasvanut pikkuhiljaa vanhemmuuteen. Usein läheisyys lasten ja lapsettoman isäpuolen välillä kasvaa hitaammin, isäpuoli kohdistaa lapsiin epärealistisempia odotuksia ja lapsia kohtaan tuntemat kielteiset tunteet ovat voimakkaampia kuin ”lapsellisilla” isäpuolilla. Ja toisaalta taas lapseton isäpuoli usein kiintyy lapsipuoliinsa enemmän kuin mies, jolla on omiakin lapsia. (Sutinen & Raittila 2008, 31-32.)

Vanhemmuuden perustana uusperheessä on *tahto, tila ja tunne*. Oli roolina isäpuolena tai äitipuolena oleminen lapsille, kaikki lähtee liikkeelle tahdosta. Vanhempipuoli *tahtoo* sitoutua uuteen kumppaniin ja hänen lapsiinsa eli koko pakettiin. Biologisen vanhemman taas on annettava vanhempipuolelle *tila* lasten elämässä toisena aikuisena. Vasta näiden jälkeen on *mahdollisuus tunteisiin* eli saada tunnesidettä syntymään lapsipuolen ja vanhempipuolen välillä. Tunne ei välttämättä ole rakkaus, eikä suhde toivotun läheinen. Kuitenkin suhteen ollessa riittävän hyvä ja tunteiden ollessa ainakin negatiivisesta pois, on vanhempipuoli reilusti uusperheen toisen aikuisen asemassa. (Larkela, luento 2014.)

3.4.3. Lapsena uusperheessä

Lapsen kokemukseen uusperheessä vaikuttavat vahvasti muun muassa lapsen ikä, suhteet biologisiin vanhempiin ja biologisten vanhempien välit. Lapsi on aina solidaarinen ja lojaali biologisille vanhemmilleen. Lapset myös itse määrittelevät perheensä ja usein heidän perheensä on tunneperhe eli ne ihmiset (ja eläimet), jotka lapsi tuntee kuuluvan perheeseen. Usein lapset ottavat uudet lapset uutta aikuista nopeammin omaan tunneperheeseensä. Lapsen näkökulmasta uudet aikuissuhteet vaihtelevat täydestä vanhemmuudesta kaverillisiin suhteisiin. (Larkela, luento 2014.) Lapsen biologisia vanhempia kohtaan tuntemansa lojaaliuden vuoksi lapselle täytyy antaa lupa tunteisiin eli siihen, että saa tuntea kiintymystä tai rakkautta vanhempipuoltaan kohtaan (Malinen, luento 2014).

Jos aikuisilla on uusperheessä ja sen muodostumisessa haasteitaan ja voimakkaita tunteita, niitä on myös lapsilla. Lapsi käy uusperheessä läpi kaikki kehitysvaiheensa. Eli riippuen lapsen iästä 10-11 kuukaudessa lapsi kertaan vauva, uusi tulokas-, uhmaikä ja murrosikä vaiheensa. Mikäli lapsi kestää uusperheen ravistelun, tulee hän toimeen monissa muissakin yhteistöissä. (Malinen & Larkela 2011, 66-67.) Mitä pienempi lapsi, sen helpompaa on hänen sopeutua uusperheeseen ja samalla sen enemmän myös vanhemmuuden merkitys painottuu (Larkela, luento 2014). Uusperheen pelisäännöistä tulee sopia heti aluksi eli siitä, kuinka puhutellaan eri perheenjäseniä, huonetoverijärjestelyistä sekä siitä, missä on lapsen oma tila ja rauha. (Malinen & Larkela 2011, 66-67.)

Kuten kappaleessa 3.2.2. *Eron vaikutus lapseen* todetaan, eron jälkeen lapsi voi helposti siirtyä perheessä esimerkiksi huoltajan asemaan eli puolison paikalle biologisen vanhempansa rinnalle. Kuitenkin uusperheessä lapsi palautetaan takaisin lapsen paikalle toisen aikuisen ottaessa puolison paikan biologisen vanhemman rinnalta. Uusperheessä siis lapsi parhaimmillaan pääsee, vastustuksesta huolimatta, takaisin lapsen paikalle ja lapsen vastuisiin ja velvollisuuksiin. Lapsen sisäiselle tiedostamattomalle maailmalle tärkeää on myös se, että on olemassa aikuinen, joka estää häneltä intimitetin vanhempansa kanssa. Uusperheessä siis vanhemman uusi kumppani antaa lapselle mahdollisuuden elää oman oidipaalivaiheensa, jos hän ei ole sitä voinut biologisten vanhempiensa välissä elää. Uusi vanhempipuoli, joka on yhtä aikaa esikuva ja kilpailija, tarjoaa uuden mahdollisuuden tämän vaiheen läpikäymiseen. (Malinen ja Larkela 2011, 66-67.)

Uusperhe ja uusparisuhde voivat parhaimmillaan tarjota lapselle korjaavaa kokemusta kiintymyssuhteista ja perhedynamiikasta. Uuspari pitää uusperheessä langat käsissään ja luo rakenteen, jonka alla perhe voi perheytyä. Samalla uuspari on myös vastuussa siitä, että tämä rakenne on kiintymyssuhteen korvike lapsille niin kauan, kunnes varsinainen kiintymyssuhde muodostuu. (Laaksonen, luento 2014.)

3.4.4. Sisaruksena uusperheessä

Biologisten sisarusten välillä side perustuu yhteiseen historiaan ja se voi olla positiivinen ja lämmin tai negatiivinen ja kylmä. Usein side on kiinteä, kun ikäero on pieni ja löyhä, kun ikäero on yli kuusi vuotta. Uusperheessä taas uussisarusten yhteinen historia alkaa uusperheen muodostuessa. Sisarussuhteiden syntymiseen ja syventymiseen uusperheessä vaikuttavat lasten iät ja asumisjärjestelyt. Uusperheisiin lapset tulevat useimmiten kouluiässä ja uussisarukset eivät välttämättä asu yhdessä. (Varis, luento 2014.)

Biologinen sisarussuhde toimii ensimmäisenä sosiaalisena kontekstina, jossa lapset voivat opetella vuorovaikutustaitoja kuten ristiriitojen sovittelua ja yhteistyötä. Sisarusasemaan perheessä vaikuttaa lasten syntymäjärjestys, sukupuoli ja edellä mainittu ikäero. Vanhin lapsista on usein vastuullisen, perään katsojan roolissa suhteessa nuorempiin sisaruksiinsa. Nuorin sisarus taas saa olla vapaammassa roolissa ja hän voi olla tottunut olemaan huolehdittavana. Nuorin sisarus voi olla pieni kauemmin kuin vanhin lapsi. Perheen keskimäinen lapsi taas joutuu usein taistelemaan saadakseen huomiota ja toisaalta voi myös välttyä vanhimmalle ja nuorimmalle lapselle asetetuista paineista. Uusperheessä uuspariskunnan lapset joutuvat aivan uuden tilanteen eteen, koska heidän asemansa sisarusten kesken muuttuu. Nuorimmasta voi tulla keskimäinen lapsi, esikoisesta kuopus tai esimerkiksi ainoasta lapsesta osa suurempaa sisarussarjaa. (Räisänen, Suhonen & Wahlberg 2013, 8-9.)

Uusperheessä on erilaisia sisarussuhteita. Täyssisaruksia yhdistää yhteinen historia, minkä vuoksi he voivat helposti tukeutua toisiinsa uusperheessä. Tämä voi olla samalla mahdollisuus ja este uusien sisarussuhteiden luomiselle. Kun uusperheeseen syntyy lapsi, tulee sisarussarjaan samalla sisko- tai velipuoli. (Varis, luento 2014.) Uusperheen sisarussuhteisiin vaikuttaa vahvasti se, missä uusperheen kehitysvaiheessa uusi sisarpuoli syntyy. Mikäli yhteinen lapsi syntyy hyvin alkuvaiheessa, perheenjäsenillä ei ole ollut vielä aikaa sopeutua muutokseen ja uusi sisarus saattaa

etäännyttää muita lapsia uusperheessä. Uusperheen kehityksen keskivaiheessa syntynyt yhteinen lapsi voi vahvistaa perheyhtymistä, mutta myös johtaa siihen, että vanhempipuoli keskittyy vain yhteiseen lapseen, jolloin uusperheen sisällä on ydinperhe, jonka ulkopuolelle ei-yhteiset lapset jäävät. (Räisänen ym. 2013, 9.) Uussisarusten eli ei yhteisiä biologisia vanhempia omaavien sisarusten väliset suhteet uusperheessä vaihtelevat eniten - läheisestä kiintymyksestä neutraaliin suhteeseen. Tutkimusten mukaan uussisarukset tulevat kuitenkin kohtalaisen hyvin toimeen keskenään. (Varis, luento 2014.)

Uusperheiden sisarussuhteet eroavat ydinperheen sisarussuhteista siten, ettei näillä sisaruksilla ole samanlaista perheyhteyden tunnetta eikä solidaarisuutta toistensa välillä. Tämä voi johtua siitä, etteivät uusperheen sisarukset välttämättä tapaa toisiaan kovin usein, elleivät he asu saman katon alla. Lisäksi suuri ikäero voi vaikuttaa siihen, ettei uussisaruksilla ole yhteistä jaettua historiaa lapsuusajasta. (Räisänen ym. 2013, 9.)

3.5. Uuspari kriisityöntekijän vastaanotolla

Monet asiakkaat, työntekijät ja terapeutit katsovat asioita ydinperheen kannalta. Yhdessä työskenneltäessä mukana kulkevat erilaiset myytit ja uskomukset, jotka haittaavat uusperheiden ja – parien kanssa tehtävää työtä. Tärkeintä on siis itse työntekijänä tulla tietoiseksi näistä uskomuksista sekä omassa päässään olevasta perhemallista. Ydinperheen mallia ei helposti pysty uusperheeseen soveltamaan, jonka vuoksi on tärkeää saada omat mallinsa laajemmiksi. Tällä tavoin pystyy olemaan myös uusperheasiakkaalle apuna ja tukena sekä laajentamaan myös asiakkaiden perhekäsityksiä uusperheestä.

3.5.1. 10 askeleen mallin soveltamista kriisityössä

Scott Browning ja Elise Artelt ovat esitelleet ”Stepfamily therapy: a 10-step clinical approach” – menetelmän, jossa uusperhe ja sen dynamiikka nähdään ainutlaatuisena. Tämän mallin mukaisesti uusperhe koostuu kuudesta eri alajärjestelmästä (uuspari; huoltaja ja hänen lapsensa; sisarukset; vanhempipuoli ja lapsipuoli; koko uusperhe; joitain jäseniä uusperheestä ja edellisestä ydinperheestä), joista jokaista pidetään uusperheen kannalta tärkeänä. Kun jokainen järjestelmä on kymmenen askeleen avulla tasapainossa itsessään ja keskenään, siirtyy terapian keskipiste

uusperheasioista yleisemmin kaikenlaisiin perheisiin liittyviin asioihin. Menetelmää sovellettaessa kriisikeskuksessa painopiste on erityisesti uusparissa. On kuin veteen piirretty viiva, jos menetelmää lähdetään kokonaisuudessaan soveltamaan kriisikeskuksessa siten, että mukaan otetaan myös esimerkiksi lapset. Missä vaiheessa työ muuttuukin perheneuvoloille tarkoitetuksi perhetyöksi ja ollaan kaukana kriisikeskuksen perustehtävästä? Tässä en siis esittele menetelmää kokonaisuudessaan siten, kuin se alkuperäisenä on, vaan kriisikeskukseen sovellettuna.

Askeleet lähtevät liikkeelle uusperheen rakenteen tunnistamisesta eli siitä, ketä kaikkia juuri tähän uusperheeseen kuuluu. Kriisikeskuksessa ajateltuna ensimmäisellä käynnillä siis kohdataan asiakas tai asiakkaat ja otetaan heidän uusperheasiaansa vastaan. Samalla myös lisätään asiakkaan tietoisuutta siitä, että itsessään uusperheen rakenne ja dynamiikka luovat tietynlaisia tunteita, kuten ulkopuolisuutta jäsenilleen. Eli lisätään tietoisuutta siitä, että koetut tunteet eivät ole kenenkään syytä. (Browning & Artelt 2012.)

Seuraavana tarkennetaan uusperheen sisäisiä suhteita. Eli esimerkiksi kartan tai sukupuun avulla kuvataan uusperheen suhteita, joiden avulla nähdään, miten erilaiset alajärjestelmät toimivat; mitkä ovat vahvimpia ja mitkä heikoimpia. Kymmenen askeleen menetelmän tarkoitus on vahvistaa uusperhettä yksi alajärjestelmä kerrallaan siten, etteivät huonoiten toimivat suhteet heikennä hyvin toimivia. Usein uusperheet yrittävät yhdistyä yhtenäiseksi perheeksi liian nopeasti. Uusperhe-elämä on kaoottista ja monesti uusparit yrittävät lievittää kaaoksen tunteita viettämällä aikaa yhdessä. Tällöin tulos on usein päinvastainen. Vasta silloin uusperhe voi olla yhtenäinen, kun uusien ihmissuhteiden on annettu syntyä luonnollisesti omalla painollaan ja uusperheen sisäiset alajärjestelmät ovat tasapainottuneet. (emt.)

Kriisityöntekijän tehtävänä on normalisoida uusperheen kokemuksia. Eli työntekijä tuo uusperheen tietoisuuteen tutkimuksia samanrakenteisista uusperheistä ja tätä kautta lisää perheen tietoa omanlaisensa perheen dynamiikasta ja tyypillisistä kokemuksista. Tällä tavoin uusperheen näkökulmaa laajennetaan ja ongelmien syitä viedään pois yksittäisistä perheenjäsenistä. Tässä vaiheessa tärkeää on huomioida uusparin kohtaaminen, ettei ennen todellista kohtaamista tuo tutkimustietoa tapaamiseen. Ja samalla tulee myös kunnioittaa jokaisen uusperheen ja – parin ainutlaatuisuutta. (Browning & Artelt 2012.)

Kun kriisityöntekijän kanssa on saatu selvä ymmärrys siitä, mikä uusparin kumpaakin osapuolta turhauttaa ja huolettaa, seuraavana on tarkoitus saada empaattinen ymmärrys toisen näkökulmasta. Työntekijän avulla uuspari saa myös ymmärrystä siitä, ettei heillä voi olla toistensa kanssa samankaltaista näkökantaa uusperheen asioihin. Toinen katsoo asioita esim. uusperheen lasten äitinä ja toinen uusperheen isäpuolena. Näkökulmat eivät voi olla samat. Empatian lisäämistä tehdään työntekijän johdolla siten, että molemmat uuspariskunnan osapuolet kertovat vuorollaan kokemastaan uusperheen ongelmasta. Toinen kuuntelee ja kertoo omin sanoin, mikä toista huolettaa. Ja sama tehdään toisin päin. Tarvittaessa kertominen toistetaan, mikäli kumppani ei ollut kertojan mielestä ymmärtänyt asiaa oikein. Tämän jälkeen työntekijä voi kysyä molemmilta osapuolilta ”onko jotain, jota kumppanisi voisi tehdä tai sanoa, joka saisi sinut kokonaan hylkäämään oman näkökantasasi ja ottamaan täysin toisen näkökannan?” Useimmiten ei ja tällöin kriisityöntekijä tuo selkeästi esiin sen, että uusperheen asiat ja huolet nähdään kahden erilaisen linssin läpi. Onnistuneen empaattisen ymmärryksen jälkeen ilmapiirin kireys yleensä helpottaa ja uuspari huomaa, ettei näissä asioissa ole voittajia tai häviäjiä, vaan ainoastaan erilaisia näkökulmia. Kriisityöntekijän tehtävänä on siis tunnistaa erilaiset näkökulmat, tuoda ne tietoisuuteen ja tätä empaattista ymmärrystä soveltaen ”empatisoida” molemmille osapuolille kumppanin näkökulmat. (emt.)

Kulttuurisesti hyväksytyt kliseet, uskomukset, väärintulkinnat uusperheessä sekä leimat ja stereotypiat haittaavat salakavalasti uusperheen toimimista ja perheenjäsenten keskinäistä vuorovaikutusta. Kriisityöntekijän tehtävänä on siis tunnistaa näitä uskomuksia ja tuoda niitä uusparin tietoisuuteen ja normalisoida eli tuoda ymmärrys niiden luonnollisuudesta, mutta myös niiden dynamiikkaa haittavasta vaikutuksesta. Eli esimerkiksi tyypillinen klisee on, että äitipuolen tulee rakastaa lapsipuoltaan. Useat uusperheen jäsenet sekä äitipuoli itse voivat luoda tällaista odotusta itselleen ja kun rakkautta ei tulekaan sekä äitipuoli itse että biologinen isä voivat tästä äitipuolta syyllistää. Lapsipuolen parasta ajattelevan äitipuolen motiivina ei tarvitse olla rakkaus. Lisäksi työntekijä voi selvittää sitä, mikä saa isän painostamaan äitipuolta tunteisiin, joita ei ole. Väärintulkinnat uusperheessä näkyvät esimerkiksi siten, että toinen ei ymmärrä, mitä toinen sanoo, joku uusperheen jäsen vihjaa epäselvästi eikä selvennä sanomaansa tai kun joku perheenjäsen sattuu kuulemaan yksityiseksi tarkoitettua tietoa. Näiden perusteella tehdään tulkintoja ja syntyy uskomuksia, jotka haittaavat koko uusperheen sisäistä vuorovaikutusta. Kriisityöntekijän velvollisuus on selvittää, kenelle syntyy näistä tilanteista suurin ”kipu”. Eli vaikka

useampi jäsen voi loukkaantua, työntekijä selventää, kenen kipu vaikuttaa haitallisimmin uusperheeseen pitkällä aikavälillä. Kriisityöntekijä tuo uusparin tietoisuuteen myös leimoja ja stereotyyppioita, jotka lukittavat perheenjäsenet tiettyihin rooleihin kuten huolehtijan tai sallivan äidin rooleihin. Tällainen nopea leimaaminen heikentää kunnollisten ihmissuhteiden rakentumista. Kun uutta kumppaniaan ei tunne kunnolla, voi leima tulla toiseen huomaamatta. Usein leimaa on vaikeaa muuttaa ilman ”raskaita todisteita” sen vääryydestä. Kriisityöntekijä auttaa uusparia selvittämään, mistä toinen toisensa leimaaminen on lähtenyt liikkeelle ja ovatko he valmiita näkemään toisensa monimuotoisuuden yksiuotteisuuden sijaan. Usein leimojen merkinä on kysymys ”onko tämä se sama ihminen, jota tapailin”. Kriisityöntekijän tehtävänä on laajentaa ”linsejä”, joiden läpi kumppanit toisiaan ja muita uusperheen jäseniä katselevat ja tuomitsevat. (Browning & Artelt 2012.)

Usein luonnollisesti syntyneet uusperheen alajärjestelmät jäävät uusperheissä vähemmälle huomiolle. Biologisia suhteita pidetään pysyvinä ja ajatellaan, etteivät nämä suhteet voi vaarantua. Vaikka suhteet sinänsä ovat vakaita, ne eivät välttämättä toimi kunnolla, minkä lisäksi uusperheen muodostaminen voi lisätä etäisyyttä näissä suhteissa. Kriisityöntekijä voi tuoda uusparille tätä näkökulmaa esiin ja myös sitä, kuinka tärkeää on kahdenkeskinen aika myös esimerkiksi biologisessa vanhempi-lapsi suhteessa erityisesti, mikäli lapsi haluaa läheisempää suhdetta. Kriisityöntekijä voi myös selvittää sitä, miten tämä vanhempi-lapsi alajärjestelmä on sopeutunut uuteen perheeseen. Kuinka uusperhe on vaikuttanut lapsen ja vanhemman yhdessäoloon ja kuinka usein heillä on kahdenkeskistä aikaa. (emt.)

Kriisityöntekijän tehtävänä kymmenen askeleen menetelmää sovellettaessa on myös uuspariskunnan opettaminen uusperheen omista systeemisistä toiminnoista. Eli kriisityöntekijä kuvaa esimerkiksi tutkimuksien avulla sitä, kuinka uusperheen oma dynamiikka vastaa muiden samassa tilanteessa olevien perheiden dynamiikkaa. Kriisityöntekijä auttaa uusparia ymmärtämään niitä muutoksia, joita lisääntynyt sitoutuminen on tuonut tullessaan. Usein uusparia auttaa sen ymmärtäminen, että olosuhteet ovat voimakkaammat kuin yksilö itsessään ja että pelkällä tahdonvoimalla ei voi pakottaa uusperheenjäsenten persoonallista dynamiikkaa tiettyyn suuntaan. Kriisityöntekijä voi nostaa esiin myös uusperheen erimielisyyksiin liittyvien käyttäytymisten kaavat. Eli kun yksi tekee näin, toinen tekee näin ja kolmas näin eli kaikkien

tekemiset vaikuttavat kaikkeen. Ja kun käyttäytymiset on liitetty tällä tavoin toisiinsa, ei syyllisten ja syyttömien etsiminen ole enää tarkoituksellista. (Browning & Artelt 2012.)

Kriisityöntekijä voi tuoda uusparin tietoisuuteen myös laajennetun perheen vaikutusta uusperheeseen eli sen, miten entisen puoliso ja heidän lapsensa vaikuttavat uusperheen dynamiikkaan (Browning & Artelt 2012). Kriisityöntekijä on siis uusparin apuna uusperheen prosesseissa. Alkuperäisessä kymmenen askeleen menetelmässä työntekijä tapaa eri alajärjestelmiä ja lopussa vielä koko perheen. Tässä soveltamassani kymmenessä askeleessa kaikki nivoutuu uuspariin ja heistä lähtevään ymmärtämiseen ja uusperheen dynamiikan tiedostamiseen. Tulevaisuutta ajatellen voisi miettiä, että tässä kohdassa olisi mahdollista laajempi yhteistyö esimerkiksi perheneuvolan kanssa, jolloin soveltamaani kymmeneen askeleeseen saataisiin vieläkin enemmän syvyyttä.

3.5.2. Rakentavasta riitelystä

Parisuhteessa ja uusparisuhteessa erityisen tärkeää on rakentava riitely. Miten riidellään?

Etsitäänkö syyllisiä ja syyttömiä vai todella ratkaistaan erimielisyyksiä? Kriisityöntekijän vastaanotolla voidaan harjoitella rakentavaa riitelyä, jota opettelemalla sitä voidaan soveltaa myös kotona.

Vinkkejä rakentavaan riiteltyyn:

- **Aika ja paikka** riidalle eli silloin, kun *molemmilla* on aikaa ja jaksamista keskittyä keskusteluun.
- Yhteiset viihteelliset, eroottiset tai sosiaaliset ”pariskuntahetket” suojataan ongelmakeskusteluilta.
- Rakentavan riidan ja yleensäkin riitelyn tavoitteen ymmärtäminen eli ei etsitä voittajia tai häviäjiä, vaan tarkoitus on etsiä **molempia tyydyttäviä ratkaisuja** suhteessa toimimattomiin asioihin. Molemmat siis joustavat niissä asioissa, jotka ovat itselle vähemmän tärkeitä ja tärkeistä asioista pidetään kiinni.
- Puhuminen **minä-muodossa** ja vain omista tunteista ja itsestään, ei toisen tunteita tulkiten tai toista syyttäen ”sinä et koskaan... sinä aina...”
- Riidan paisuessa ja tunteiden voimistuessa otetaan käyttöön **aikalisä**-malli eli pidetään tarpeeksi pitkä tauko, jotta osapuolet todella rauhoittuvat. Aikalisä koskee siis asiaa ja tilannetta, ei parisuhdetta.
- **Kuunnellaan** sitä, mitä toisella on sanottavanaan eli ei keskeytetä, vaan kuunnellaan loppuun asti ja tehdään yhteenveto toisen sanomisista. Sanoja selittää asiansa uudelleen, mikäli yhteenvedossa kuulija ei ymmärtänyt asiaa oikein.

- **Puhutaan pienetkin asiat** mahdollisimman pian selviksi, ettei niistä kasva hallitsemattomia tunnemöykkyjä. Pariskunta voi sopia esim. viikoittaisen ”ongelmien purkukeskustelun”, joka samalla säästää myös hyvät parisuhdehetket riitelyltä.
- **Mistä todellisuudessa riidellään?** Riidat voivat alkaa ja koskea kotitöitä, kaupassa käyntiä, likaisia sukia ym. Mutta mitä niiden takaa löytyy? Miksi juuri nämä asiat alkavat toisessa ärsyttää, mikä tunne niistä itselle tulee? Onko niiden takana arvostuksen puutetta, tasa-arvottomuutta, riittämättömyyttä vai mitä?
- **Parisuhdeongelmista ikuisia ja ratkaisemattomia on 2/3** ja ratkaistavissa olevia 1/3. Kumpia riidan aiheet ovat? Liittyvätkö ne toisen persoonallisuuteen, elämäkatsomukseen, elämäntapaan eli asioihin, jotka toisessa täytyy vain hyväksyä? Vai ovatko riitojen aiheet oikeasti ratkaistavissa?
- **Ei mennä liian pian ongelman ratkaisuun**, vaan keskitytään tarpeeksi kauan myös ongelmasta ja sen aiheuttamista tunteista puhumiseen.

(Nurminen 2014; Markman, Stanley & Blumberg)

Kun ihmisen pulssi on yli 90 riitatilanteessa, tunteet käyvät niin kuumina, että rakentavaa riitelyä ja keskustelua on turha jatkaa. Tässä kohtaa voidaan ottaa aikalisä tai tehdä esimerkiksi rentoutusharjoitus. Usein pariskunnilta jää myös riidan jälkipuinti väliin eli kaikki se, mitä riidan aikana tuns, toisen näkökulman ymmärtäminen ja kuuleminen sekä omien ja toisen toimintatapojen miettiminen. Jotta asioista voidaan päästä rakentavasti eteenpäin, tulisi myös jälkipuinti tehdä. (Malinen, luento 2014.) Malisen ja Larkelan teoksesta Parisuhde –uusperheen ydin (2011, 82-85) löytyy jälkipuintiin sopiva ”Riidan jälkeen”-harjoitus.

3.6. Uusperheen ja –parisuhteen tunnemaailman koontia

Ydinperheen rakenne, jossa on heikko parisuhteen osajärjestelmä, kiinteäsidoksinen vanhemman ja lapsen välinen liitto ja ”ulkopuolisen” mahdollinen sekaantuminen perheeseen, viittaa sairaalloisuuteen. Uusperheessä tämä taas on se lähtötilanne, josta normaali uusperheen kehitys alkaa. (Larkela, luento 2014.) Uusperhe-elämään ei kasveta pikku hiljaa, vaan siihen lähdetään tietoisesti (Malinen & Larkela 2011, 70).

Jos uusperhe on perheytnyt, perheenjäsenet puhuvat meistä eli ei sinun lapsista ja minun lapsista. (Larkela, luento 2014.) Uusperheen perheytyminen on prosessi, jossa kukin perheenjäsen löytää oman paikkansa ja näin muodostuneista suhteista tulee korjaavaa kokemusta.

Mustasukkaisuuden tunteet, syyllisyyden, voimattomuuden, turhautumisen ja vihan tunteet puolison lapsia kohtaan ovat normaalia uusperheessä ja uusparisuhteessa. (Larkela 2012, 22.) Samanlaisia tunteita voivat kokea myös uusperheen biologinen vanhempi ja uusperheen lapset. Jotta uusperhe voisi tulla ”meidän perheeksi” on sen läpikäytävä kaikki uusperheen kehitysvaiheet ja tietyt kaaoksen tunteet ja rähinävaiheet kuuluvat asiaan. Uusperheessä tarvitaan poikkeavia taitoja ja toimintatapoja, joista tärkeimpinä ulkopuolisuuden sietokyky, joustavuus, kärsivällisyys ja lojaliteettiristiriitojen sietokyky (Malinen & Larkela 2011, 77).

Uusperhe rakennetaan parisuhteen varaan, jolloin tärkeintä on saada parisuhde toimimaan. Uusparin muodostuessa erityistä on se, että aikuiset tulevat samalla sekä uusvanhemmiksi että puolisoiksi. Uusparille haastavaa on saada parisuhde toimimaan ja yhteinen rintama löytymään, kun parisuhdetta joudutaan hoitamaan jatkuvasti liikkeellä olevan systeemin keskellä, menneisyyden ollessa aina läsnä ja perheen laajentuneen ihmissuhdeverkoston sekä ulkopuolelta tulevien paineiden rasittaessa uusparisuhdetta. Uusperhe-elämä ei ole aina helppoa. Uusperheen ja uusparisuhteen ongelmia voidaan kuitenkin ennaltaehkäistä. Yhdessä uusperheen aikuiset ottavat vastuun perheestä ja muodostavat rintaman, johon uusperheen lasten hyvinvointi ja turvallinen kehitys perustuu. Kun aikuisilla on hyvä olla, on myös lapsilla hyvä olla. (emt. 77.)

Uusperhe on aina uusi mahdollisuus. Se voi parhaimmillaan antaa lapsille mallin toimivasta parisuhteesta. Se voi olla malli myös toimivasta vanhemmuudesta ja sen myötä lapsi saa olla lapsi. Rakastuneessa uusparissa on valtavaa myönteistä voimaa, joka säteilee ympäristöönsä ja antaa voimaa myös muille. (Malinen & Larkela 2011, 78.)

3.7. Koulutuksen käytännön toteutus

Kriisityöntekijöiden koulutuspäivä tulee olemaan luento. Teen PowerPoint dia-esityksen, johon kokoan kirjoittamastani teoriaosuudesta avainsanat. Päivän aikana tulen puhumaan nuo diat auki ja avaamaan teorian kriisityöntekijöille. Aloitan päivän ”Kumppanin arvostaminen”-harjoituksella (Malinen & Larkela 2011, 80). Eli jokainen meistä kertoo toisesta kolme asiaa, joiden vuoksi toista arvostaa ja selittää sen vielä auki. Tarkoituksena on saada hyvä tunnelma heti koulutuspäivän alkuun ja esitellä lomake, jota voi käyttää myös pariskuntia kohdatessa.

Alustuksen jälkeen avaan työntekijöille päivän kulkua eli luennon sisältöä ja tulevia taukoja. Tarkoitus on, että pidämme pienet kahvitauot aamu- ja iltapäivällä, joiden lisäksi käymme yhdessä ulkona syömässä. Diaesityksen aloitan uusperheen tilastoilla. Koko koulutuspäivän pidän mukana itse tekemiäni paperinukkeja, jotka havainnollistavat uusperheen ihmisten suurta määrää ja joiden avulla voin havainnollistaa mm. kolmioajattelua sekä uusperheen dynamiikkaa. Päivä tulee olemaan suurelta osin minun kriisityöntekijöille jakamaa tärkeäksi kokemaani tietoa uusperheistä. Pitkää luentoa elävöittämään otan mukaan paperinuket sekä esityksen aikana muutamia lyhyitä videopätkiä esim. erilaisista uusperhe-elokuvista. Pätkien tarkoituksena on johdattaa työntekijät uusperheen tunnemaailmaan. Rakentavan riitelyn kohdalla tulen myös jakamaan työntekijöille ”Riidan jälkeen”-harjoituksen (Malinen & Larkela 2011, 82-85), joita työntekijät voivat itse soveltaa asiakkaidensa kanssa.

Aloitan luentopäivän Yle Areenasta löytyvällä Avoin tarina: Uusperhe – videolla. Tämän avulla johdatan kriisityöntekijät uusperheen tunnelmiin ja tunnemaailmaan. Uusparisuhteen tunnelmiin johdatan YouTubesta löytyvällä Leijonasydän-elokuvan pätkällä, jossa tuleva isäpuoli tapaa ensimmäistä kertaa lapsipuolensa. Uusparisuhteen kehrän läheisyys osiossa näytän YouTube videopätkän taiteilija Marina Abramovićin teoksesta, jolla haluan tuoda esille sanattoman vuorovaikutuksen vaikuttavuutta. Uusperheen tunnelmiin johdatan Niko 2-elokuvan pätkällä. Äitipuolen myyttiä tuon esille pätkällä Tuhkimo-piirrettyelokuvaa sekä äitipuolen roolin monimutkaisuutta Stepmom-elokuvan trailerilla.

Aina yhden teoriakokonaisuuden ja videopätkän jälkeen herättelen kriisityöntekijöille myös keskustelua kyseisestä aiheesta. Mitä ajatuksia nämä herättävät? Mitä niistä tulee mieleen? Tarkoitus on keskustelujen avulla myös elävöittää luentoa ja tehdä päivästä vuorovaikutuksellinen. Pääpaino on kuitenkin luennossani, jonka sisällön jakamisen kriisityöntekijöille koen tärkeäksi ja tarpeelliseksi. Päivän lopuksi kerään työntekijöiden ajatuksia yhteen. Miltä päivä tuntui? Mitä ajatuksia uusperheasiat herättivät? Miltä sisältö tuntui? Mikä oli tarpeellista tai turhaa? Mikä jäi päällimmäisenä mieleen?

4. Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutusilta ja sen toteutus

Vapaaehtoisten koulutusilta tulee olemaan tietomäärältään kriisityöntekijöiden koulutusta suppeampi. Käyn suurimmaksi osin samoja teorioita läpi, mutta en niin syvällisesti kuin kriisityöntekijöiden päivässä. Lisäksi jätän kokonaan menetelmät vapaaehtoisten koulutuksesta pois. Aikaa koulutukseen olen varannut noin kaksi tuntia. Aloitamme koulutusillan kahvittelulla, joka rentouttaa illan tunnelmaa. Koulutusillassa käyn läpi uusperhetilastoa sekä uusperheen määrittelyä. Käyn lyhyesti läpi ydinperheen pariskunnan eroa sekä sen vaikutusta lapsiin, uusparisuhdetta sekä sen erityispiirteitä ja voimavaroja, uusperhettä ja sen kehitysvaiheita sekä äitipuolen, isäpuolen, lapsen ja sisaruksen roolia uusperheessä. Lopuksi kokoan yhteen uusperheen ja uusparisuhteen tunnemaailmaa.

Vapaaehtoisten koulutusilta tulee myös olemaan luento. Tärkeimmät avainsanat kokoan PowerPoint –dioihin, joita luennon aikana vapaaehtoisille avaam. Ajan vähyyden ja suuren tietomäärän vuoksi en vapaaehtoisten koulutuksessa käytä videopätkiä. Luentoa elävöitän kuitenkin fläppitaululla, johon piirrän esimerkin uusperheestä. Tämän avulla havainnollistan esim. uusperheen ihmisten suurta määrää sekä uusperheen kehitysvaiheita. Tarkoitukseni on saada myös vapaaehtoisten luennosta vuorovaikutuksellinen. Vaikka tärkeimpänä on uusperhetietouden jakaminen vapaaehtoisille, tavoitteenani on kuitenkin myös herätellä keskustelua esittämistäni teorioista sekä vapaaehtoisten omista ajatuksista kyseisiin teorioihin liittyen.

5. Koulutuspäivän ja – illan antia

Kriisityöntekijöiden koulutuspäivä kesti kokonaisuudessaan noin kuusi tuntia. Koko pieni työyhteisömme oli mukana eli itseni lisäksi kolme kriisityöntekijää sekä toimistotyöntekijämme. Toteutin päivän suunnitelman mukaisesti aloittaen ”Kumppanin arvostaminen” – harjoituksella ja käyden läpi koko diaesityksen sekä valitsemani videopätkät. Päivän aluksi jaoin myös työntekijöille tekemäni diat, joihin he halutessaan saattoivat kirjoittaa muistiinpanoja. Mukaan ottamani paperinuket palvelivat tarkoitustaan hyvin ja niiden avulla sain useissa teoriakohdissa konkretisoitua läpikäymääni asiaa. Keskustelua heräsi jokaisesta aiheesta ja työyhteisö sai uutta

tietoa uusparisuhteesta ja uusperheestä sekä sen dynamiikasta. Työntekijät kokivat valitsemani teorit hyviksi eivätkä he välittömästi päivän päätteeksi nähneet valitsemisani teorioissa mitään turhaa tai tarpeetonta. Videopätkät työntekijät kokivat hyviksi ja elävöittäviksi. Ainoastaan sanatonta vuorovaikutusta kuvaamaan valitsemani pätkä ei kunnolla auennut johtuen siitä, että selitin sen tarkoituksen huonosti auki. Kaiken kaikkiaan työntekijät kokivat saavansa päivästä paljon uutta ja tarpeellista tietoa. Luennon jälkeen keskustelimme paljon myös esimerkiksi uusperheen lakiasioista, joita en varsinaiseen luentoani ottanut mukaan lainkaan. Itse jäin kuitenkin miettimään sitä, että nyt tietoa tuli todella paljon yhdelle päivälle. Tämän kaiken tiedon omaksuminen ja käytännön asiakastyöhön saaminen vaatisi kenties useammalle päivälle jaetun koulutuksen, jolloin tieto jäisi kunnolla päähän ja avautuisi ehkä hiukan paremmin. Samalla esim. kymmenen askeleen menetelmää voisi harjoitella käytännössä ja sen käyttöönotto asiakastilanteissa olisi vaivattomampaa. Kokonaisuudessaan muuten sekä työntekijät että minä itse olen päivän toteutumiseen tyytyväinen.

Vapaaehtoisten koulutusiltaan osallistui 9 vapaaehtoista eli vajaa puolet aktiivisesti päivystävistä vapaaehtoisistamme. Ilta kesti suunnitelman mukaisesti noin kaksi tuntia ja kävin siinä diaesityksen avulla läpi valitsemani teorit. Fläppitaululle piirtämäni esimerkki uusperheestä selvensi monia teorioita ja sen avulla sain havainnollistettua esim. uusperheen kehitysvaiheita sekä lasten asemaa. Keskustelu teorioista oli illan aikana vilkasta. Erityisesti itse ydinperheessä olevat vapaaehtoiset kokivat uusperhetiedon hyvin kaoottiseksi ja jopa uhkaavaksi ja provosoivaksi. Eriäviä mielipiteitäkin syntyi ja erityisesti lasten asema uusperheessä herätti keskustelua esim. siitä, mikä on lapsen etu. Kuten kriisityöntekijöidenkin koulutuksessa, myös vapaaehtoisten illassa päällimmäiseksi tunteeksi uusperheistä jäi koulutettaville mieleen kaaos. Yksi vapaaehtoisista kommentoi iltaa lopuksi huumorilla siten, että ”muistavathan kaikki, että koulutus kuuluu vaitiolovelvollisuuden piiriin”. Tällä hän tarkoitti sitä, että mikäli kaikki tietäisivät uusperheistä tämän koulutuksen asiat, kukaan ei uskaltaisi uusperheeseen ja uusparisuhteeseen lähteä. Moni vapaaehtoinen kommentoi teorioita myös siten, että nyt he ymmärtävät tuttaviansa tilanteita tai omaa tilannettaan huomattavasti selvemmin. Jäin itse miettimään sitä, olisinko voinut tuoda uusperheasiaa esille eri tavalla siten, ettei päällimmäisenä koulutettavien mieleen olisi jäänyt kaaos. Illan aikana korostin kuitenkin voimavarakeskeisyyttä sekä uusperheen ja uusparisuhteen vahvuuksia eli mietin sitä, että tuo kaaoksen tunne kuului myös ehkä asiaan.

Kaiken kaikkiaan vapaaehtoisten koulutusilta oli antoisaa niin vapaaehtoisille kuin kouluttajalle itselleenkin.

6. Lopuksi

Jo uusperheneuvojakoulutuksen alusta lähtien minulle oli selvä, että lopputyöni tulee olemaan uusperhekoulutus sekä kriisityöntekijöille että vapaaehtoisille. Teorian kokoaminen koulutuspäiviin osoittautui työlääksi tehtäväksi. Uusperheneuvojakoulutuksen aikana on omalla tahdillaan sisäistänyt uusperheeseen liittyviä asioita ja teemoja. Useat asiat ovat itselläni selkeinä päässä, mutta niiden paperille tuominen ja sen sekavuus yllättivät. Toisaalta mietin sitä, että tätähän se uusperheen kehitys on; monenlaisia tunteita ja sekavuutta. Kun yhtä asiaa miettii, se tuntuu selkeältä. Mutta kun siihen lisää vielä yhden tekijän, asia muuttuukin jo sekavaksi. Eipä elämää muutenkaan saa lokeroitua ja laitettua siistiin nippuun, vaikka niin voisi toivoakin.

Kokosin kuitenkin tärkeimmäksi kokemani teoriat yhteen. Alusta pitäen mielessäni oli toteuttaa koulutukset luentomallisesti, sillä luentojen pitäminen on minulle tuttua ja mukavaa puuhaa. Tällaisen tietomäärän jakaminen pienessä ajassa voisi muulla tavoin myös jättää uusperhetiedon liian kevyeksi.

Koulutuksia pitäessäni minulle valkeni myös se, kuinka paljon olenkaan uusperheneuvojakoulutuksen aikana oppinut. Asiat ja teoriat ovat olleet melko selkeästi päässäni, mutta vasta koulutuksia pitäessäni huomasin sen, kuinka todellakin alan olla valmis uusperheneuvoja. Tiedot tuntuvat tulevan selkäytimestä, jolloin niiden soveltaminen ja näkeminen käytännössä on myös helpompaa. Olen omassa ”uusperheen kehitysvaiheessani” siirtynyt kaaosvaiheesta ”meidän perheen” vaiheeseen. Lopputyö, sen toteutus ja kirjoittaminen, oli viimeinen puuttuva palanen, joka kokosi kaiken jo tähän mennessä uusperheistä oppimani yhteen.

Lähdeluettelo

Broberg, M. 2010. Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 52/2010. Väestöntutkimuslaitos, Väestöliitto, Helsinki.

Browning, S. & Artelt, E. 2012. Stepfamily therapy: a 10-step clinical approach. American Psychological Association, cop. Washington DC.

Fast, A. 2014. Luento. Tunteet uusperheen parisuhteessa. Uusperheneuvojakoulutus 4.9.2014. Turku.

Kontkanen, A. 2012. Uusparisuhteen onnellisuuden ja eroaikeiden tekijät. Pro gradu-tutkielma. Psykologian oppiaine. Itä-Suomen yliopisto. http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20120672/urn_nbn_fi_uef-20120672.pdf. Viitattu 9.7.2014.

Laaksonen, I. 2014. Luento. Kiintymyssuhteiden muodostuminen uusperheessä. Uusperheneuvojakoulutus 6.2.2014. Turku.

Larkela, P. 2011. Uusperheen sudenkuopat. <http://www.rakkaudeksi.fi/artikkelit/parisuhde/uusperheen-sudenkuopat>. Viitattu 31.8.2014.

Larkela, P. 2012. Uusperheen parisuhde. Perheterapia 3/12, 18-26.

Larkela, P. 2014. Luento. Mikä on uusperhe? Tutkimuksia ja tulkintoja uusperheestä. Uusperheneuvojakoulutus. 7.2.2014. Turku.

Larkela, P. 2014. Luento 2. Sukupuu-menetelmä. Uusperheneuvojakoulutus. 6.3.2014. Turku.

Malinen, V. & Larkela, P. 2011. Parisuhde – uusperheen ydin. ISBN 978-952-226-094-9. VL-Markkinointi.

Malinen, V. 2014. Luento. Uusparisuhteen ja –perheen tukeminen. Uusperheneuvojakoulutus. 5.9.2014. Turku.

Mannerheimin Lastensuojeluliiton internet-sivut, 2014. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemman_hyvinvointi/parisuhde/parisuhteen_vaiheet/. Viitattu 7.7.2014.

Markmanin, H., Stanley, S. & Blumbergin, S. L. Riitele rakentavasti. Osatiivistelmän laatinut Ulla Andersson. http://www.kirkkonummenseurakunnat.fi/data/liitteet/riitele_rakentavasti.pdf. Viitattu 22.8.2014.

Murtorinne-Lahtinen, M. 2014. Luento. Äitipuolen identiteetin rakentaminen uusperheessä. Uusperheneuvojakoulutus. 4.2.2014. Turku.

Nurminen, E. 2014. Osaatko lukea puolisosia ajatuksia? Väestöliiton internet-sivut.

http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhdeesta/toimiva_parisuhde/osaatko-lukea-puolisosia-ajatuksi/. Viitattu 22.8.2014.

Papernow, P.L. 1984. The stepfamily Cycle: An Experimental Model of stepfamily Development. Family Relations Vol. 33, No. 3, Remarriage and Stepparenting (Jul., 1984), pp. 355-363.

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

Räisänen, M., Suhonen, M. & Wahlberg K-E. Uusperheen sisarussuhteet strukturalistisen perheterapian näkökulmasta perheneuvolatyössä. Perheterapia 1/13, 5-14.

Sutinen, P. Raittila, K. (toim.) 2008. Huonetta vai sukua. Elämää uusperheessä. Kirjapaja, Helsinki.

Tilastokeskus. Internet-sivut. 2014. http://www.stat.fi/til/perh/2013/perh_2013_2014-05-23_tau_004_fi.html. Viitattu 4.7.2014.

Varis, P. 2014. Luento. Sisarussuhteet uusperheessä. Uusperheneuvokoulutus 3.4.2014. Turku.

Väestöliiton internet-sivut. 2014.

http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/perheiden_monimuotoisuus/uusperheet/. Viitattu 4.7.2014.