

10 käskyä, tai paremminkin vinkkiä, uuspareja kohdattaessa

2020

**1. Kohdatkaa jokainen pari
ainutlaatuisena**

Parisuhde – uusperheen perusta

Uusperhe syntyy kahden aikuisen parisuhteesta.

Uusi suhde voi olla eron taustalla tai tulla vastaan eron jälkeen.

Tavallisin haaste uuspareilla on heidän keskenään erilaiset käsitykset ja odotukset perhemallista tai parisuhteen muodosta. Pyritäänkö ydinperheen kaltaiseen suhteeseen, ainoastaan parisuhteeseen suuntaavaan suhteeseen vai suurperhemalliin, jossa mennään ja tullaan koko ajan.

Alku eroaa ensiparien alkutaipaleesta. Mukana on jo alusta asti ainakin toisen lapsia eikä aikaa kahdenkeskiselle kuhertelulle juurikaan ole. Uusperheessä pari kohtaa yleisestikin erilaisia vanhemmuuden ja parisuhteen haasteita kuin ensimmäisissä liitoissa.



Parisuhde – uusperheen perusta

Onnistuneessa uusperheessä aikuisten parisuhteen keskeisiä elementtejä ovat menneisyyden ja aikaisemman parisuhteen selvittäminen, uusien toimintamallien ja -tapojen oppiminen sekä parisuhteen säännöllinen hoitaminen.

Parhaimmillaan uussuhde on parisuhde 2.0, mikäli aiemmista virheistä on otettu opiksi ja itsetuntemusta on jalostettu ero prosessin myötä riittävästi. Samoja käytösmalleja ei siis viedä mukanaan uuteen parisuhteeseen, ollaan valmiita muuttamaan vuorovaikutusta sekä otetaan vastuuta omasta käyttäytymisestä ihmissuhteissa.

Ulkopuolisuuden tunne korostuu uusperheiden parisuhteissa enemmän kuin ensisuhteissa, johtuen siitä että kaikki osapuolet eivät ole olleet rakentamassa perhettä alusta alkaen.

(Pekka Larkela/ Supli)

Uusperheen alkutaival – ajatuksia kokemusasiantuntijalta

"Pyri olemaan neutraalin ystävällinen ja utelias kaikkia uusia "bonussukulaisia" kohtaan. Ei kannata kiinnittää huomiota ennakko-oletuksiin. Joskus ensimmäisellä kerralla tavatessa ei natsaa, mutta myöhemmin kehittyvät oikein loistavat välit ja perhepiiriin tulee hienoja tyyppejä."

"Mieheni ex-vaimon äiti oli tiiviisti lasten kanssa tekemisissä, ja alkuun hän kohteli minua hyytävästi sekä syytti tyttären perheen rikkomisesta. Vuosien mittaan me olemme jo täysin asiallisissa väleissä, jos jossain kohtaamme. Siihen auttoi, että olin lasten tukena mutta en tuupannut omia kasvatusneuvoja koskaan."

"Olen myös oppinut, että ei ole pakko olla kaikkien kanssa bestis. Voimme aivan hyvin viettää useammat juhlat, joissa jokaisessa on lämmin ja mukava ilmapiiri, sen sijaan että änkisimme kaikki saman katon alle väkisin."

"Joskus tilanteet tuntuivat piinallisilta ja mietin selviävätkö edes. Lopulta kaikki väistyy, laimenee, paranee ja oikenee ajan kanssa. Mikään ei kestä ikuisesti."

(Anonyymi haastattelu 2019, uusperheellinen jo 12 v.)

2. Termit haltuun

Kuka on kukin ja mikä on mikin?

Ensisuhde ei välttämättä ole puolisoiden ensimmäinen suhde, mutta sellainen suhde, johon on sitouduttu vahvasti pitkällä tähtäimellä ja perhe perustaen.

Uussuhde on nimensä mukaisesti kahden aikuisen muodostama parisuhde, jota on edeltänyt ainakin toisen osapuolen ero aiemmasta parisuhteestaan.

Uusperhe on virallisen määritelmän mukaan perhe, johon kuuluu vähintään yksi alaikäinen lapsi, joka on vain toisen puolison. Perheen kaikki lapset eivät ole yhteisiä.

Uusioperhe on perhe, joka vanhempien eron jälkeen palaa uudestaan yhteen ja jatkaa aikaisemman ydinperheen mukaisessa kokoonpanossa

Lähivanhempi ja etävanhempi kuvaavat fyysisiä asumisjärjestelyitä lapsen kanssa. Lapsi voi olla kirjoilla vain yhdessä osoitteessa ja täten siellä asuva vanhempi määrittyy lähivanhemmaksi.

Millä nimellä haluamme tulla kutsutuiksi?

Jokaisessa uusperheessä muotoutuu omanlaisensa termistö, joka on kyseisen perheyksikön oma yhteinen kieli. Tutustumalla perheen kieleen saa rakennettua luottamusta sekä ymmärrystä vahvemmaksi.

Vaihtoehtoja on lukuisa määrä ja sävyerot voivat olla merkittäviä, kuten puhutaanko puoliveljestä vai velipuolesta.

Onko aikuinen positiivisemmän oloinen bonusäiti vaiko negatiivisempaa mainetta kantava äitipuoli? Kutsutaanko vain pelkällä etunimellä ilman mainintaa vanhemmuudesta?

Lähivanhempi, etävanhempi, äitipuoli, isäpuoli, bonusvanhempi, bonusisovanhemmat, siskopuoli, bonusveli, ex-puoliso, ex-anoppi, bonusappi, anoppi, ex-puolison sisarukset, nyksän kummit..

3. Tunnistakaa uusperheen kehitysvaiheet

Uusperheen seitsemän vaihetta

Vaiheita ei käydä läpi järjestyksessä ja kriisit hidastavat ja voivat palauttaa edelliseen vaiheeseen.

1. Haavevaihe

Aikuiset uskovat vilpittömästi, että kaikki tulevat onnellisiksi ja sopeutuvat ja rakastavat toisiaan ikuisesti.

Vallalla on halu korvata rikkoutunut perhe ja hyvittää lapsille erosta aiheutunut tuska. Toiveissa on rakastaa ehjäksi.

Lapsipuolet otetaan rakastaen vastaan ja lapset yrittävät olla välittämättä uudesta äiti- tai isäpuolesta toivoessaan vanhempien palaavan vielä yhteen.

2. Yhdenmukaistamisvaihe

Aikuiset pyrkivät perheen yhdenmukaistamiseen ja yhteishengen luomiseen.

Isä- tai äitipuoli hakee lapsipuolilta hyväksyntää, mutta tulee usein torjutuksi.

Torjutuksi tulo nostaa pintaan vaikeita tunteita, joita lasten biologisen vanhemman on joskus vaikea ymmärtää. Hän saattaa tulkita uuden puolison tunteet haluttomuudeksi sitoutua hänen lapsiinsa, mikä nostaa esiin epäonnistumisen pelon.

Uusperheen seitsemän vaihetta

3. Ristiriitavaihe

Kielteiset tunteet valtaavat alaa ja äiti- tai isäpuoli pettyy torjuntoihin ja alkaa voida huonosti.

Lasten biologinen vanhempi on vaikeassa ristiriidassa uuden kumppaninsa ja lastensa tarpeiden välissä.

Lapset osaavat hyödyntää vanhemmille aiheutuneen ristiriitatilanteen.

Eteenpäin pääsy vaatii ulkopuolista sysäystä, ystävien tukea, tietoa uusperheen kehityksestä tai pari- ja perheterapiaa.

Tunteiden jakaminen rehellisesti ja luottamuksella on tärkeää, ettei uusperhe juutu tähän vaiheeseen, joka johtaa lopulta puolisoiden vieraantumiseen toisistaan.

4. Selvittelyvaihe

Ristiriitoja aletaan aktiivisesti selvittää.

Tunteita, tarpeita ja odotuksia ilmaistaan avoimesti ja rohkeasti.

Riitaisuus laittaa puolustuskanalle, jolloin biologinen pohja voimistuu ja uusi kumppani jää ilman tukea ja kokee helposti ulkopuolisuutta.

Tilannetta rauhoittavat yhteiset pelisäännöt: aikaa on löydettävä paitsi kaikille lapsille myös parisuhteelle.

Uusperheen seitsemän vaihetta

5. Toimintavaihe

Ratkaisuja aletaan toteuttaa käytännössä, vaikka lapset vastustaisivat alussa.

Potero vaiheen vahvistamat biologiset rajat ylitetään ja perherakenne muuttuu.

Merkki edistymisestä on, ettei biologista vanhempaa tarvita aina lasten ja uuden kumppanin välisen selvittelyyn.

Perhe luo omat uudet rituaalinsa ja tapansa toimia yhdessä.

6. Vahvistumisvaihe

Meidän lauma - aika, jossa uusperheen aikuisten suhde toimii ja isä- tai äitipuolen ja lapsipuolten välit ovat parantuneet.

Isä- tai äitipuolen rooli vakautunut.

Perusta on niin vahva, että ulkoiset vaikeudet voidaan kohdata yhdessä.

Uusperheen seitsemän vaihetta

7. Helpotuksen vaihe

Perheelle on syntynyt oma identiteetti eikä sen tarvitse kysyä enää oikeutusta olemassa ololleen.

Perhe-elämä koetaan riittävän hyväksi.

Läheisyys kasvaa ja suhteet tulevat avoimemmiksi.

Menneille vaikeuksille voidaan jo nauraa yhdessä.

(Kaisa Raittila & Päivi Sutinen 2008).



4. Luokkaa yhdessä parisuhteen rajat

Meidän omat säännöt



Uusperheessä parisuhde kahden aikuisen välillä on perusta koko perheen hyvinvoinnille, joten selkeät rajat sekä säännöt ovat tärkeitä.

Pariskunnan tulee luoda turvallinen ja selkeä "koplansa", joka ei heilahtele sen mukaan mitä mieltä entiset puoliset tai muut läheiset ovat. Heidän tulee suojata oma selustansa ja varjella suhdettaan tekemällä selvät rajat. On myös tervettä suojata puolison mieltä suodattamalla mahdolliset negatiiviset viestit entisen puolison osalta.

Yhteistä aikuisten välistä aikaa ei ilmaannu itsestään, jos perheessä on pieniä lapsia, joten se täytyy priorisoida kalenteriin.

Lasten kiukuttelu kuuluu asiaan, eikä ole henkilökohtainen loukkaus, vaikka saattaa siltä tuntuakin. Saattaa myös tuntua vaikealta laittaa teini-ikäiselle rajoja, mutta kenenkään ei tarvitse kohdata kotona epäasiallista käytöstä. Ideaalisesti murrosikäisille on yhtenevät säännöt molemmissa kodeissa.

Lomatoiveista ja aikatauluasioista puhutaan ensin oman kumppanin kanssa, vasta sen jälkeen aloitetaan neuvottelut ex-puolisoiden kanssa.

Kun entiset puoliset jäävät osaksi uusperheen elämää, koti menettää merkityksensä suojapaikkana ja yksityisalueena. Uusperheessä eletään akvaarioelämää, jossa kaikki tekemiset ja tekemättä jättämiset ovat entisen puolison suurennuslasin alla.

Pariterapeutti ja uusperheneuvoja Kirsi Joronen kiteyttää hyvin toivoessaan, että haluaisi laittaa jokaisen uusperheen portin pieleen kyltiin, jossa lukee: Asiattomilta pääsy kielletty.

(Kaisa Raittila & Päivi Sutinen 2008)

Erään uusperheen omat säännöt

1. Meidän kotona syömmme yhteistä päivällistä klo 19, ilman puhelimia. Muut perheet saavat tehdä aivan kuten tykkäävät.
2. Perhepalavereissa jokainen saa esittää toiveensa, ja niitä pyritään kuulemaan sekä toteuttamaan mahdollisuuksien mukaan. Aikuiset kuitenkin tekevät lopulliset päätökset.
3. Meidän kotona noudatamme omia viikkorahakäytäntöjämme. Edelleen, muut perheet saavat tehdä talousasioissa kuten parhaaksi näkevät.
4. Pyrimme aina puhumaan toisillemme kauniisti. Puhumme kunnioittaen, tai vähintäänkin asiallisesti myös kaikista muista. Kaikilla ihmisillä on oikeus mielipiteisiinsä, mutta ne voivat jäädä kotimme seinien ulkopuolelle.
5. Aikuisilla on aikuisten aikaa klo 21 eteenpäin. Silloin jokainen on omassa huoneessaan valmiina yöpuulle.
6. Kotitehtävätaulukko täytetään sunnuntaisin yhdessä, ja sitä noudatetaan koko viikko. Yhteistyössä tehdyt vaihtarit ok.

(Anonyymin uusperheen haastattelu 2019)

5. Tiedostakaa, että uusperheessä käy prosessien kuhina

Ihmissuhteiden viidakko

Lasten myötä vanhemmuus jatkuu, vaikka parisuhde on päättynyt. Miten entinen puoliso kuuluu puheissa, arjessa ja millä sävyllä? Onko eroprosessi jäänyt kesken vai käyty molemminpuolisesti läpi? Miten on mahdollisesti pyydetty ja annettu anteeksi?

Parisuhteen alkaessa monet sukulaiset saattavat suhtautua uuteen puolisoon epäluuloisesti, varauksella tai välinpitämättömästi. Etenkin uusperheen alkutaipaleella nämä ulkopuoliset odotukset ja paineet saattavat tuntua raskailta kantaa.

Uussuhteessa saa usein aika paljon "bonusta" eli mukana seuraavat esimerkiksi lasten isovanhemmat ex-puolison suvusta, ex-puolison sisarukset, kummit ja muut mahdollisesti lasten elämässä tiiviisti olleet aikuiset.

Ei ole pelkästään MEistä kyse

Tehtävät uusperheen perustamisessa

- Aikaisempiin parisuhteisiin ja perheisiin eriytymisen ja yksilöitymisen työstäminen, suhteiden määrittely
- Uudessa perhemuodostelmassa jokaisen oman paikan löytäminen, roolien määrittäminen
- Suhteiden muodostuminen kaikkien uusperheen jäsenten välillä
- Entisiin kuvioihin, edellisiin parisuhteisiin jääneiden lasten roolien muotoutuminen uusperheen kuvioissa ja suhteissa
- Suhteet entisiin puolisoihin ja näiden sukuihin
- Suhteet entisiin ja uusiin ystäviin, kummilapsiin jne.

(Sanna Aavaluoma Erityistason perheterapeuttikoulutus/ Suomen Psykologinen Instituutti ry. 2011)

Uusparin eka kerta

- Seksuaalisuus ja intiimiys ovat teemoja, joita uuspari tavallisesti käsittelee avoimesti, kun ei olla enää niin nuoria ja ujoja.
- Ensisuhteessa vanhempien ja lähiverkoston mallit ja kokemukset ovat vahvasti läsnä, uusparisuhteessa vaikuttavat sen lisäksi aikaisemmissa parisuhteissa ja seksisuhteissa olemisen kokemukset. Tämä voi tuntua haastavalta, ikään kuin ex-puolisot olisivat ylimääräisinä siellä sängyssä.
- Uudessa parisuhteessa voi mahdollistua aivan uudenlainen ulottuvuus myös seksuaalisesti. Aiemmin pidättyväinen nainen tai mies voi kokea erilaisen vapauden sekä rohkeuden toteuttaa itseään seksuaalisesti.
- Jännittäminen on luonnollista, etenkin jos edellinen suhde on ollut pitkä, tai kumppani on ollut koko iän sama.
- Seksuaalisen vertailun kohteeksi joutuminen satuttaa molempia osapuolia, ja aiempia seksikokemuksia ei tulisi koskaan käyttää lyömäaseena uutta kumppania kohtaan.

(UPN-koulutusdiat 2019-2020, Malinen-Larkela 2011)

6. Tunnistakaa uusperheitä kuormittavat tekijät...

Uusparia kuormittavia tekijöitä

- keskeneräinen eroprosessi ja tähän liittyvät tunteet
- huoltajuuskiistat
- mustasukkaisuus, ulkopuolisuudentunteet tai kateus puolison ex-kumppania kohtaan
- logistiset haasteet; kodit, koulut, harrastukset..
- uudet ja vanhat sukulaissuhteet
- yhteistyövanhemmuuden vaikeudet

(UPN-koulutusdiat 2019-2020)



Uusparia kuormittavia tekijöitä

- pelko tai haluttomuus sitoutua uuteen yritykseen
- syyllisyys erosta ja huoli lapsista ja heidän sopeutumisestaan
- lasten kapinointi uutta kumppania kohtaan
- erilaisten vuorovaikutuskulttuurien yhteen törmääminen
- parin moninaiset roolit; puoliso, biologinen/sosiaalinen vanhempi, ex-puoliso jne.
- ongelmallisissa tilanteissa kerran eronneet turvautuvat eroon helpommin

(UPN-koulutusdiat 2019-2020)

7. Mutta muistakaa keskittyä voimavaroihin

Uusparia voimauttavia tekijöitä

- yhteinen usko parisuhteeseen, jakaminen ja eläminen yhdessä
- tasapuolisuus: suhtautumisen kaikkiin uusperheen jäseniin on oltava tasapuolista
- aikuisten lojaalius toisiaan kohtaan
- yleinen oikeudenmukaisuus ja luottamus uusperheessä
- puolison lapset on hyväksyttävä
- parisuhdetta hoidetaan yhteisellä ajalla
- asiat jaetaan avoimesti parisuhteessa
- sitoutumistahtoa vaikeuksienkin keskellä

(UPN-koulutusdiat 2019-2020 sekä Malinen-Larkela, 2011)

Uusparia voimauttavia tekijöitä

- sama poliittinen ja hengellinen tausta
- luodaan oma historia, meidän perheen inside-jutut ja vitsit
- puhutaan kauniisti
- pidetään ME - henki näkyvillä yhteisillä valokuvilla ja muistoilla
- ollaan kiinnostuneita puolison kuulumisista
- laaditaan meidän perheen omat säännöt
- lukko makuuhuoneen ovesa



(UPN-koulutusdiat 2019-2020 sekä Malinen-Larkela, 2011)

**8. Olkaa uteliaita, monimuotoisuus
kukki uusperheissä**

Ilmiöt perheen sisällä

Aikaisemmin uussuhteiden taustalla oli useimmiten leskeys, nykyään avo- tai avioero.

Leskeyden kautta syntyneessä uusperheessä ex-puolisosta voi tulla kiiltokuva ja saavuttamaton täydellisyyden perikuva, johon kenelläkään muulla aikuisella ei ole mahdollista yltää.

Uusparin arjessa voi olla yhtäaikaisesti vilkasta lapsiperheen elämää ja tahattoman lapsettomuuden suurta kaipuuta sekä tuskaa. Usein lapsettomat bonusäidit ja -isät kokevat ulkopuolisuutta kodissaan ja elämässään. Tunteina vellovat riittämättömyys ja mustasukkaisuus. Kun samalla suree omaa lapsettomuuttaan, voi olla vaikea kohdata lapsiperheen arki. Ulkopuoliset saattavat tulkita ettei kyseessä ole lapsettomuus niinkään kun perheessä lapsia mukana elämässä.

Joskus ex-puolison menneisyys tai nykyelämä tuo varjoja uusperheen arkeen. Esimerkiksi rikollinen elämäntapa, päihteet, mielenterveysongelmat tai muut riippuvuudet vaikuttavat elämän monilla osa-alueilla.

Ilmiöt perheen sisällä

Kun vanhemmat ovat keskellä omaa muutosprosessiaan ja yrittävät selviytyä omista elämänhaasteistaan, heidän voi olla vaikea kuulla, saati keskittyä lasten tarpeisiin ja heidän tukemiseensa. Silloin on hyvä, että lähellä on muita lapselle turvallisia ja läheisiä aikuisia, jotka ottavat vastuun ja huolehtivat heistä.

Isä- tai äitipuolen ei heti tarvitse ryhtyä tunnetasolla toisen lapsen vanhemmaksi, jos ei siihen pysty. Vanhemmuus syntyy luonnostaan ajan kuluessa. Uusperheen perhesuhteiden muodostuminen vaatii ennen kaikkea aikaa. Puolisolla on lupa olla toisen lapselle sellainen aikuinen kuin on.

Etenkin teini-ikäiset tyttäret kokevat äitipuolen hyvin vahvasti kilpailijakseen. Äitipuolen käsikirjan kirjoittajan Maija Rauhan ohje isille on, että isän tulee selittää mustasukkaiselle lapselleen, että hän tarvitsee rinnalleen aikuisen kumppanin. Hän rakastaa sekä lasta että puolisoaan, mutta eri tavalla. Lapsi ei koskaan voi, eikä hänen tule korvata aikuista kumppania.

Tutkimusten mukaan uusperheissä yhteenkuuluvaisuuden tunteen kehittyminen kestää useimmilla perheenjäsenillä kolmesta viiteen vuotta ja aika on vielä pidempi, jos perheessä on nuoruusiässäolevia jäseniä

**9. Sallikaa kaikkien tunteiden tulla
näkyviksi**

Tunteiden koko kirjo

Riemu uudesta mahdollisuudesta, uudesta alusta on usein voimakas ja kaikki elämän osa-alueet tuntuvat ikään kuin kirkastuneilta. Maailmassa on uudet värit ja mieli on uusparilla keveä. Aikuisten riemun toivotaan tarttuvan lapsiin.

Voittamattomuus on liikkeelle paneva voima, ainakin uusperheen alkutaipaleella tuntuu, ettei kukaan eikä mikään voi tulla tähän väliin. Kaikki tuntuu mahdolliselta ja jopa helpolta.

Rakkaus on suurta ja sitä riittää paitsi puolisolle, myös lapsille. Kuitenkaan rakkautta ei voi pakottaa, ei lapsilta mutta ei myöskään itseltä mitä tulee ei-biologisiin lapsiin.

Pelko voi syntyä jos kaikki ei soljukaan kuten alun perin oli toivonut ja uskonut. Pelko nostaa päätään kun uusperheen kiintymyssuhteet eivät vahvistu halutulla nopeudella tai ensimmäiset erimielisyydet kumpuavat uusparin välille.

Tunteiden koko kirjo

Epävarmuus voi ilmetä aikuisilla sitoutumisen epävarmuutena tai epävarmana omasta asemasta puolison lapsien suhteen. Myös lapset voivat tuntea epävarmuutta esimerkiksi siitä onko heillä oikeus kiintyä uuteen isä- tai äitipuoleen vai ovatko he silloin epälojaaleja omalle vanhemmalleen.

Mustasukkaisuus näyttäytyy uusperheissä usein yllättävilläkin tavoilla. Aikuisen ihmisen saattaa olla vaikea tunnustaa olevansa aidosti mustasukkainen puolison biologiselle lapselle, joka tuntuu saavan epäreilun paljon ihailua, huomiota, aikaa ja läsnäoloa. Lapsen tarpeet menevät aikuisen edelle, joka herättää voimakkaita reaktioita. Mustasukkaisuutta voi tuntea myös kumppanin entistä puolisoa ja heidän yhteisiä kokemuksiaan kohtaan.

Syällisyys voi herätä pienistä asioista, kuten jos aikuinen hankkii uuden puolison lapsille materiaa, jota ei ole voinut ostaa biologisille lapsilleen. Vanhemmat saattavat tuntea usein syällisyyttä siitä, kenelle antavat aikaansa. Vaikka uusperheeseen syntyy uusi lapsi, entisistä parisuhteista syntyneet lapset tarvitsevat myös huomiota, tukea ja apua. Kaikki lapset tarvitsevat aikaa, se taas vie aikaa uudelta puolisolta

Viha saattaa olla piilossa, mutta se sykkii sisällä. Viha suuntautuu puolison biologisia lapsia kohtaan, entistä puolisoa tai muita menneisyydestä muistuttavia henkilöitä kohtaan. Myös edelliseltä kumppanilta peritty tapa voi olla uudelle kumppanille punainen vaate

Tunteiden koko kirjo

Avuttomuus korostuu kun ei voi uusperheenä suunnitella ajankäyttöä tai tehdä itsenäisiä päätöksiä ottamatta huomioon muualla asuvan vanhemman toiveita. Etenkin lapsen asioissa puolet päätösvallasta on aina uusperheen ulkopuolella. Asiat voivat muuttua arvaamattomasti ja nopeasti, jolloin äiti- tai isäpuoli kokee avuttomuutta kontrolloida omaa elämää.

Ulkopuolisuus on tunteena hyvin yleinen vieras uusperheessä. Sitä voi tuntea niin aikuinen, lapsi kuin monetkin perheenjäsenet yhtäaikaisesti. Selvää dynamiikkaa ei ole syntynyt vaan kaikki vierailevat kodissa, jossa jokainen hakee omaa paikkaansa. Myös lapset tai isovanhemmat saattavat tehdä selväksi, että entinen ydinperhe oli se ainoa oikea perhe.

Häpeä herää kun ei pystynytään tarjoamaan lapsille ehjää perhettä. Myös omat vanhemmat saattavat saada häpeän pintaan jos suvussa on aiemmin näytetty kestävien perhesuhteiden mallia. Äidit, joiden lapset jäävät erossa isälleen ovat edelleen harvinaisuus sekä tabu, josta kannetaan suurta häpeän taakkaa.

10. Muistakaa, että puolison roolia tavoitellut voi olla myös vanhemman roolissa

Isäpuolena

- Uusperheiden isäpuolet hakevat kasvatuksellista rooliaan keskimäärin pitempään kuin äitipuolet (Nielsen 2017)
- Alkuvaiheessa vuorottelevat tuoreen parionnen, optimistisuuden ja elämänvoiman tunnot syyllisyyden, pessimismin, voimattomuuden, surun ja vihan tunteiden kanssa (Kajoniemi 2007)
- Ajan ja energian jakaminen biolasten ja lapsipuolten kesken usein suuri haaste, jossa joutuu tasapainottelemaan ja kokemaan riittämättömyyttä
- Riitainen ero kuormittaa ja hidastaa eniten isäpuolen rooliin asettumista; pahin on taistelu biolapsista vieraannuttamista vastaan. Vastaavasti isäpuolten hyvinvointia ja parisuhdetyytyväisyyttä nostaa onnistunut yhteistyövanhemmuus entisen puolison kanssa (Häkkänen-Nyholm 2010)

Isäpuolten ”kokemuksen syvällä rintäänellä”:

- Kuuntele tarkkaan kun lapsi haluaa kertoa sinulle jotakin: Pysähdy, käänny häneen päin ja katso häntä silmiin. Unohda silloin kaikki muu. Kiinnitä huomiota teidän molempien puhetapaan ja kieleen, että kuulette, saatte selvää ja ymmärrätte toisianne!
- Anna jokaiselle lapsellesi hetki jakamatonta aikaasi, kysy kuulumiset, ota osaa, rohkaise, anna neuvo, katso tulevaisuuteen, unelmoi jne.
- Lue lapsesi kanssa yhdessä, myös isompien lapsien kanssa, sillä isän kanssa lukemisella on iso merkitys.
- Vaikka olisi kuinka suuri houkutus arvostella puolison exiä ja heidän vanhemmuuttaan, niin purkaa huuleen ja olkaa aikuisia. Lasten ei tarvitse kuulla pahoja sanoja biologisista vanhemmistaan, joille he ovat aina kuitenkin lojaaleja,
- Hyväksyttävä se, että (puoli)isyys on välillä haastavaa, oikeuksia ei ole mutta velvollisuuksia on, Joskus tulee auttamatta olo kuin olisi vain kävelevä lompakko.
- Muista, että omat äidillään asuvat biologiset lapset voivat ymmärrettävästi olla mustasukkaisia ja kateellisia, kun heidän isä viettää enemmän aikaa niiden lasten kanssa jotka asuvat uusperheen kodissa.
- Arvostakaa mahdollisuutta olla ns. korjaava suhde, isähahmo ja miehen malli.
- Aikuinen ei ole immuuni ulkopuolisuuden kokemukselle. Pienten lasten kanssa luottamuksen rakentaminen on helpompaa ja on hyvä tunnustaa, että liki täysi-ikäisyyden kynnyksellä olevien nuorten kanssa suhde ei kehity enää samanlaiseksi lapsi-vanhempi-suhteeksi.

(Lukuisat itse isäpuolen roolissa olevat henkilöt UPN 2019-2020)

Äitipuolena

- Uusperheiden miehet ovat tyytyväisempiä kuin uusperheiden naiset – liekö syynä äitipuolten monimutkainen asema uusperheessä?
- Äitipuoliperheissä enemmän lukkiutumista negatiiviseen vuorovaikutuskehään kuin muissa uusperhetyypeissä.
- Miehen entinen puoliso puuttuu uusperheen asioihin enemmän kuin muissa perhemuodoissa. On siis korostuneesti edustettuna ettei miehen entinen puoliso hyväksy nykyistä suhdetta ja äitipuolta uusperheen arjessa.
- Äitimyytti elää vahvana: "äidin tulee olla aina rakastava ja kärsivällinen". Myös äitipuolen pitää toteuttaa äitimyyttiä –ja vieläpä moninkertaisesti todistaakseen ettei ole paha ja ilkeä: rakastaa lapsipuoliaan uhrautuen ja odottamatta takaisin vastarakkautta. (Murtorinne – Lahtinen 2013)

(UPN-koulutusmateriaali/ Heikinheimo 2019-2020)

Äitipuolena eri tavoin

1. **Ydinperhemalli:** äitipuolet ovat lapsipuolilleen äidin roolissa ja poikkeuksetta asuvat lasten kanssa
2. **Suurperhemalli:** äitipuolet ovat lapsipuolilleen lisävanhempia, joilla on tärkeä rooli, mutta eivät pyri korvaamaan biologista äitiä. Perheeseen kuuluu useita lapsista huolehtivia aikuisia.
3. **Parisuhdemalli:** äitipuoli mieltää itsensä enemmänkin lapsen ystäväksi/tuttavaksi. Parisuhde on ensisijainen.
4. **Biologinen malli:** biologiset siteet ovat ensisijaisia. Äitipuoli keskittyy luomaan perhettä puolisolleen ja biologisille lapsilleen.
5. **Vetäytymis-tai ei-perhemalli:** äitipuoli kokee itsensä perheen ulkopuoliseksi. Suhteet lapsipuoliin ovat ongelmallisia eikä äitipuoli koe saavansa tukea puolisoltaan.

(Elizabeth Churchin 2004)



Lähteet

Kurki Anne: Uusperhe-Suomi sanakirja. Johnny Kniga, Helsinki 2009.

Malinen Vuokko, Larkela Pekka: Parisuhde – uusperheen ydin. Väestöliitto, Helsinki 2011

Murtorinne-Lahtinen Minna: Hyvä paha äitipuoli uusperheen arjessa. Kirjapaja, Helsinki 2013

Raittila Kaisa, Sutinen Päivi: Huonetta vai sukua. Elämää uusperheessä. Kirjapaja, Helsinki 2008

Rosenborg Marika, Törmänen Tarja: Uusperheen käsikirja. Otava, Helsinki 2019.

Uusperheneuvojakoulutus 2019-2020, koulutusmateriaalit

www.supli.fi