

Uusperhekoulutus

18.9.2014

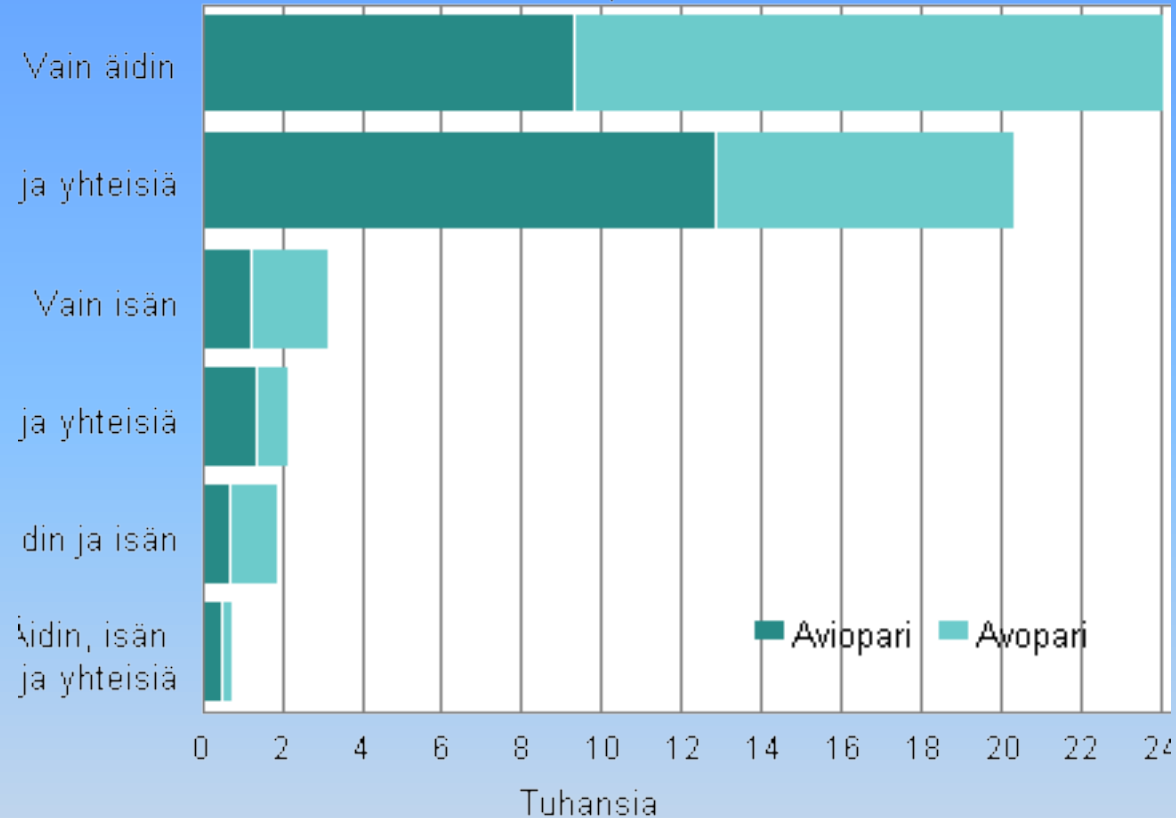
Kati Kuusio

Ylen avoin tarina

<http://areena.yle.fi/tv/1495908>

Uusperheen tunnelmiin

Perheen alle 18-vuotiaat lapset ovat



Uusperheitä vuonna 2013: 52 709

Alle 18-vuotiaita lapsia 2013: 109 568

Tilastokeskus 2014.

Uusperheen määritelmiä

- Perhe, jossa asuu pariskunnan lisäksi jommankumman tai molempien lapsia entisestä liitosta (Tilastokeskus, suppea)
- Lisäksi yhteiset lapset, kotoa poismuuttaneet, etävanhemman luona vierailevat (Luku?)

Uusperheen määritelmiä

- Vanhemmuudesta käsin
- Parisuhteesta käsin
- Systemistä käsin
- Yhteisen nimittäjän kautta

Ydinperheen pariskunnan ero

- Yhteinen päätös, jättäjä/jätetty
- Sarja muutoksia, jolloin perhe organisoituu uudella tavalla
- Sarja menetyksiä
- Selvittämättömät ristiriidat, erilleen kasvaminen
- KRIISI → viha, suru, pettymys... ero haavekuvasta
- Mahdollisuus

Kun erotaan

- 5 K:ta; kiukku, katkeruus, kaipaus, kaiho, kauniit muistot
- Virallinen ero/psykologinen ero
- Erokriisissä pitkällä, kun kostohaaveet tai toivo toisen kurjemmasta olostä ovat loppuneet
- Viimeinen eron vaihe, kun kumppani rakastuu toiseen ja perustaa uuden perheen

Eron vaikutus lapsiin

- Lapsi menettää vanhempansa parina → surutyö, ymmärrys siihen
- Eroamisen tavat vaikuttavat:
 - Ero pitkän pohdinnan tuloksena
 - Nopea ero
 - Yllätysero
 - Ero ratkaisuna muun elämän tai elämäntavan ongelmiin
 - Lapset eroamisen käytännöissä

Eron vaikutus lapsiin

- Usein lapsi yrittää tehdä kaikkensa, että vanhemmat yhdistyisivät uudelleen
- Selviytyminen yksin tai toisen tai molempien vanhempien tukija
- Näkymätön lapsi
- Huoltajalapsi
- Muutosten pelko
- KRIISI

Mahdollisuusnäkökulma erossa

- Lapsuuden ajan suhteet näkyviksi → tunteet vanhempia kohtaan työstettäväksi
- Irtautuminen lapsuuden perheestä
- Miehellä mahdollisuus todelliseen kasvuun isäksi

Uusparisuhde

- Perustana rakkaus → sitoutuminen, intohimo, läheisyys
- Lapset jo valmiina
- Menneisyyden haamut esillä
- Mitä paremmin uuspari voi, sen paremmin voi uusperhe
- http://www.youtube.com/watch?v=JkIC_xlMX4I Lapsen tapaaminen, Leijonasydän

(Uus)parisuhteen kehitysvaiheet

- Symbioosivaihe, eriytymisen vaihe, kumppanuuden vaihe
- Uusparisuhteessa alusta asti lapset
- Rakastuminen, joka sulauttaa kaksi perhettä yhdeksi
- Avoin puhe, roolien määrittely
- Käsi kädessä uusperheen kehitysvaiheiden kanssa

Uusparisuhteen erityispiirteitä ja voimavaroja

- Uusperheen dynamiikan vaikutus, uusperheen kehitysvaiheet
- Parisuhdeongelmista ikuisia ja ratkaisemattomia 2/3 → Miten pari oppii näiden kanssa elämään?
- Vuorovaikutuksen jatkuminen erimielisyyksistä huolimatta
- Erilaiset käsitykset ja odotukset perhemallista ja parisuhteen muodosta
- Perheen sisäiset lait ja dynamiikka suosiollisempia omille lapsille puolisoa vastaan
- Ulkopuolisuuden tunne

- Parisuhteen ja vanhemmuuden vaikutus toisiinsa
- Ulkopuoliset tekijät
- Kahdenkeskisen ajan vähyys
- Epäonnistumisen pelko, onnistumisen pakko
- Mustasukkaisuus, syyllisyys, omat lapsuudenkokemukset
- Onko ero käsitelty? → Eksä syntipukki
- Pariskunnan huomio ja panos
- Rajojen asettaminen uusparin omilla säännöillä
- Avoimuus, puhuminen
- Arkirakkaus, uusparin oma aika

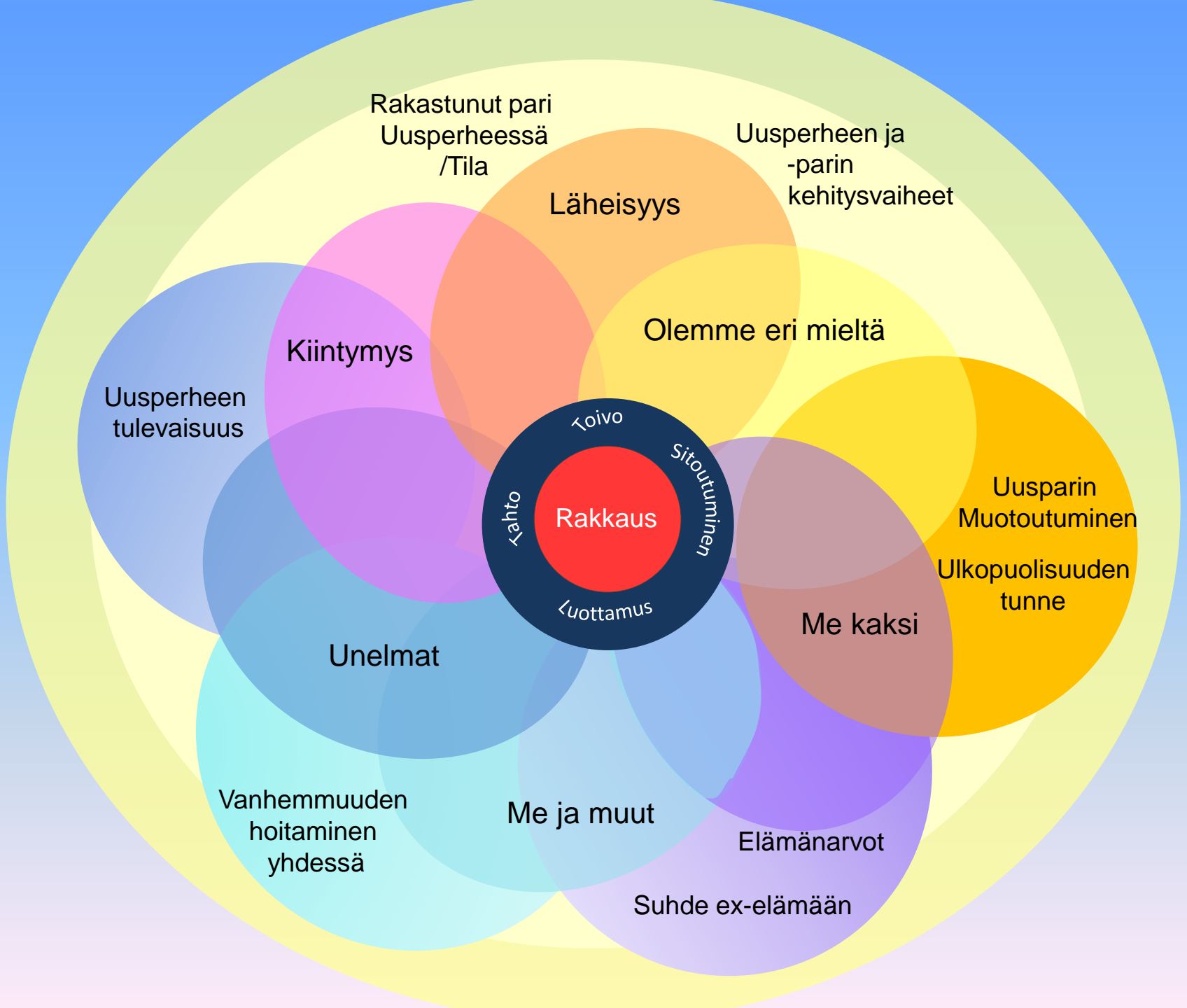
- (Malinen 2014)
- Naisten hyvinvointi uusparisuhteessa: rakentava riitely, onnellisuuden tunne ← toimivan parisuhteen kokemus
- Miehen hyvinvointi uusparisuhteessa: vakavien ongelmien kokemus, kiintymys ja ystävällisyyden osoitukset

Ongelmien ennaltaehkäisyä, uusparisuhteen vahvistusta

- Laaditaan perheen omat säännöt
- Otetaan omaa aikaa ja kahdenkeskistä aikaa
- Luodaan omaa historiaa, omaa riittä
- Otetaan omia valokuvia uusperheestä
- Vuorovaikutustaitoihin huomiota
- Pienistä asioista puhuminen
- Viikoittaiset perhepalaverit
- Aito kiinnostus puolison kuulumisiin
- Yhdessä harrastaminen, me-ajattelun kehittäminen

Uusparisuhteen kehrä

- Kuvaa toimivaa parisuhdetta; liikkeessä olevaa, kehittyvää, dynaamista
- Kehrän pyöriessä vuorovaikutus virtaa ja parin aloitteet ja reaktiot toisiinsa etenevät harmonisesti



Kehrän sisin

- **Rakkaus** → tunneyhteyden luominen ja säilyttäminen, rakkauden opettelu
- jota ympäröi ja suojaa **toivo** → uusi mahdollisuus
- **Sitoutuminen** → toiseen ja yhteiseen tulevaisuuteen, yhteiseen perheeseen
- **luottamus** → suhde kantaa, luottamuksen rakentaminen
- **tahto** → olla suhteessa, onnistuminen, arki
- **Parisuhdeusko** → kohtaaminen tunnetasolla uudestaan ja uudestaan

Suhde ex-elämään/me ja muut

- Saadut mallit ja unelmat
- Uudet vuorovaikutuskuviot
- Irtautuminen lapsuudenperheestä, sitoutuminen uuteen perheeseen
- Rajat ”meihin ja muihin” → perheytyminen

Me kaksi uusperheessä

- Yksi oman näköinen kulttuuri, yhteiset juhlat
- Vanhojen arvojen romuttaminen, uudet rituaalit
- Ulkopuolisuuden sietokyky
- Uusparin ja puolison lasten väliset suhteet
- Myönteisen tunneyhteyden säilyttäminen

Elämänarvot

- Eettiset ja moraaliset periaatteet, ihanteet, standardit
- Samanlaiset → uusperhe selviytyy hyvin
- Ydinperheen vs. uusperheen arvot

Rakastunut pari uusperheessä/tila

- Tabu
- Hyväksynnän hakeminen
- Onko oma ero käsitelty ja tunneyhteys entiseen kumppaniin katkaistu?
- Romanttisen rakkauden yhdistäminen vanhemmuuteen

Kiintymys

- Fyysinen ja henkinen läheisyys
- Lapsuuden kiintymyssuhteet → vaikutus uusparisuhteessa
- Kiintymyssuhdehäiriöt
- Jatkuvat kiintymyksen ja kiinnostuksen osoitukset
- Toisen ”mielen sisäisillä kartoilla” pysyminen

Läheisyys

- Läheisyyden ja kiintymyksen tarpeet → tarve kiinnittyä toiseen ihmiseen ja kokea intiimiä läheisyyttä
- Lapsuuden kaipuu parisuhteeseen
- Kumppanin valinta
- Seksuaalisuus ja intiimiys + emotionaalinen kiintymys ja keskinäiset odotukset
- Haasteena vanhemmuus ja vanhempipuolen ulkopuolisuuden tunne ja vanhemman syyllisyys
- ”Arkirakkaus”
- <http://www.youtube.com/watch?v=OS0Tg0ljCp4&app=desktop> sanaton vuorovaikutus

Uusparin muotoutuminen

- Kolmioajattelu
- Vanhemman ja lasten luoma kolmio uusperheessä → uusi kumppani systeemin ulkopuolella → jännite → uudet kolmiot
- Uusparin oma kolmio

Ulkopuolisuuden tunne

- Uusvanhemmalle tai vanhempipuolelle tyypillinen tunne uusperheessä
- Isän ulkopuolisuuden tunne *ydinperheessä*
- Uusperheen kehitysvaiheet
- Avoin puhuminen
- Uusperheen dynamiikasta vai lapsuudesta?

Olemme eri mieltä

- Haluaako parisuhteessa olla onnellinen vai oikeassa?
- Kompromissit
- Vuorovaikutuksen jatkaminen erimielisyyksistä huolimatta
- Riittävä sitoutuminen, tahto suhteeseen, taito kuunnella ja ymmärtää voimakkaitakin tunteenpurkauksia
- Ristiriitojen ja ongelmien ratkaisu kehrän keskiössä → mikäli tämä ei toimi, kehrä EI pyöri + seksuaalisuus

Vanhemmuuden hoitaminen yhdessä

- Uuspariskunta pysyy yhdessä, kun ratkaisee sosiaalisen vanhemmuuden kysymyksen
- Biologinen vanhempi määrittelee uuden vanhemman valtuudet
- Vanhemmuus riippuu uusparisuhteen laadusta
- Perustana suhteessa toimiva vuorovaikutus = puhe + ei-kielellinen vuorovaikutus + empatia
- Uusperheen vanhempien yhteistyö
- Säännöt, yhteinen historia, perhepalaverit

Uusperheen/uusparin tulevaisuus

- Menneisyyksien päälle yhteinen asia
- Hyvin toimiva uusperhe → jokainen osa toiminnallisesti itsenäinen
- Vierailevat lapset
- Vanhemmuuden antaminen ja vastaanottaminen → puolison paikka
- Lapset tunneilmapiirin kuljettajina

Uusparisuhteen kehrän vaikutukset ympäristöön

- Uuspari käsittelee avoimesti → luurangot esiin
- Kehrän pyöriessä hyvin uusparisuhteesta korjaava suhde → lämmin energia ympäristöön, muihin ihmissuhteisiin, LAPSIIN
- Parisuhde lasten koti
- Uusparisuhde uusperheen ytimessä → lapset löytävät paikkansa
- Huomio ja hoitaminen

Uusperhe

- <http://www.youtube.com/watch?v=ZmsQKczJZKY>
Niko 2
- Erilaiset uusperheet
- Uusi kokonaisuus, jolla suhde vanhaan
- Ideaali perheestä ja malli edellisestä biologisesta perheestä
- Jokaisella uusperheen kehitysvaiheet
- Osittain myös sijaisperheissä ja sateenkaariperheissä

Uusperheen kehitysvaiheet

Patricia L. Papernow 1984

- **Aloitusvaihe** : Fantasia, Syventyminen, Tietoisuus
- **Uudelleen organisoitumisen vaihe** : Mobilisointi, Toiminnan vaihe
- **Vakiintumisen vaihe** : Yhteys, Päätösvaihe
- 4-12 vuotta
- *Normaali* uusperheen kehitys
- Ensimmäiset 3-4 vuotta kriittistä aikaa

Aloitusvaihe 2-3 vuotta

- **Fantasia:** uskomukset, myytit, fantasiat, eheytetään rikkinäinen perhe, vanhempipuoli palvoo lapsipuoliaan ja toisinpäin...
- **Syventyminen/Mukautuminen:** fantasia ei toteudu, voimakkaat negatiiviset tunteet vanhempipuolella, jotakin on pielessä
- **Tietoisuus:** vanhempipuolet nimeävät tunteitaan, kokevat niitä, näkevät kaavaa niiden syntymiselle, tietoisuus muutoksen tarpeesta, mutta vain omassa päässä

Uudelleen organisoitumisen vaihe 1-3 vuotta

- **Mobilisointi:** vanhempipuoli puhuu ääneen tunteistaan, tarpeistaan ja havainnoistaan; konflikteja ja kaaosta, kun erimielisyydet ensi kertaa esiin
- **Toiminnan vaihe:** uuspari alkaa ratkaista *yhdessä* erimielisyyksiään, empaattinen ymmärrys, vanhoja tapoja pois ja uusia luodaan, rajat

Vakiintumisen vaihe

- **Yhteyden vaihe:** läheisyys lisääntyy vanhempipuoli-lapsipuoli suhteessa, uusvanhempiasiat eivät kuormita uusparisuhdetta, erimielisyydet perustana vanhempipuolen roolille
- **Päätösvaihe:** vanhempipuoli-lapsi-suhteet taka-alalle; uusperheen omat normit ja yhteinen historia, sureminen

Vanhempipuolena uusperheessä

- Riippuu parisuhteesta
- Roolien sekavuus
- Biologisten lasten, puolison lasten, uuden puolison taholta tulevat erilaiset odotukset ja paineet
- Biologinen vanhempi määrittää vanhempipuolen roolin uusperheessä ja tekee sen selväksi lapsille
- Ulkopuolisuuden tunne
- Valmis arjen malli
- Syntipukin tai pahuuden rooli
- **Tahto** ja biologisen vanhemman antama **tila** → mahdollisuus **tunteisiin**

Äitipuolena uusperheessä

- <http://www.youtube.com/watch?v=T8sAXDUFSCs> Äitipuolesta
- <http://www.youtube.com/watch?v=t9y8GYLjCJo> Ensin

Äitipuolena uusperheessä

- **Myytit ja uskomukset**
- Ilkeän äitipuolen kierre: rakkaus lapsipuoleen → epäonnistuminen → riittämättömyys, epäonnistuminen → yrittää enemmän → kokee, että lapsipuoli kiittämätön → epäreilu kohtelu → puolisoiden väliset erimielisyydet
- Äitipuolet rakastavat lapsipuoliaan
- Biologinen äiti parasta lapselle
- Isän vastuu vanhemmuudesta
- Jatkuva neuvottelu

Isäpuolena uusperheessä

- Mitä kauempana biologinen isä, sen tärkeämpi isäpuoli erityisesti pojille
- Isäpuolen paikka uusperheessä tekemisen kautta
- ”Lapsellinen isäpuoli”: asuvatko omat lapset saman katon alla? Tasapainoilu, syyllisyys (sen hoito), biologisten lasten kateus ja mustasukkaisuus
- Lapseton isäpuoli: ymmärtämisen vaikeus vanhemmuudesta, läheisyys lapsiin kasvaa hitaammin, epärealistiset odotukset, kiintymistä enemmän

Lapsena uusperheessä

- Ikä, suhteet biologisiin vanhempiin ja biologisten vanhempien välit
- Solidaarisuus ja lojaalius biologisille vanhemmille (lupa tunteisiin vanhempipuolta kohtaan)
- Uudet lapset uusia aikuisia nopeammin perheeseen
- Lapsi käy läpi kaikki kehitysvaiheensa uusperheessä
- Mitä pienempi lapsi, sen helpompi sopeutua uusperheeseen ja vanhemmuuden merkitys painottuu
- Uusperheessä lapsi takaisin lapsen paikalle
- Mahdollisuus elää oidipaalivaihe
- Korjaavaa kokemusta kiintymyssuhteista ja perhedynamiikasta

Sisaruksena uusperheessä

- Biologisilla sisaruksilla yhteinen historia
- Vanhin lapsi, keskimmäinen vai nuorin lapsi?
- Uusperheessä suhteiden syntymiseen vaikuttavat lasten iät ja asumisjärjestelyt
- Uusperheessä lasten asema sisarusten kesken muuttuu
- Täyssisarukset, sisarpuoli, uussisarukset
- Ei välttämättä samanlaista perheyhteyden tunnetta tai solidaarisuutta

Uuspari kriisikeskuksessa

- Ydinperheen katsantokanta
- Myytit ja uskomukset
- Tietoisuus

10 askeleen mallin soveltamista kriisityössä

Scott Browning ja Elise Artelt 2012

- Uusperhe koostuu kuudesta eri alajärjestelmästä, joista jokainen on tärkeä
- Kun jokainen järjestelmä tasapainossa itsessään ja keskenään, ei huomio enää uusperheasioissa

10 askeleen mallin soveltamista kriisityössä

Scott Browning ja Elise Artelt 2012

- Uusperheen rakenteen tunnistaminen → tietoisuutta uusperheen dynamiikasta
- Uusperheen sisäiset suhteet
- Uusperheen kokemusten normalisointi
- Kun huoli selvä, empaattista ymmärrystä toisen näkökulmasta → erilaiset näkökulmat
- Kulttuurisesti hyväksytyjen kliseiden, uskomusten, väärintulkintojen sekä leimojen ja stereotyyppioiden tunnistaminen → Kenelle suurin ”kipu”?
- Biologisten suhteiden vahvistaminen

10 askeleen mallin soveltamista kriisityössä

Scott Browning ja Elise Artelt 2012

- Ymmärrys muutoksista, joita lisääntynyt sitoutuminen tuonut
- Olosuhteet voimakkaammat kuin yksilö
- Erimielisyyksiin liittyvien käyttäytymisten kaavat
- Laajennetun perheen vaikutus uusperheeseen

Rakentava riitely

- Aika ja paikka
- Pariskuntahetket suojattuna
- Molempia tyydyttävät ratkaisut
- Minä-muodossa puhuminen
- Aikalisä
- Kuuntelu
- Puhutaan pienetkin asiat
- Mistä todellisuudessa riidellään?
http://www.sosiaalikollega.fi/menetelmat-ja-osaajat/parisuhdeohjelma/Vestliitto_parisuhdekurssin_diat2014.pdf
- Parisuhdeongelmista ikuisia ja ratkaisemattomia 2/3
- Ei liian pian ongelman ratkaisuun
- Kun pulssi yli 90, ei tilaa rakentavalle riitelylle
- Riidan jälkipuinti

Uusperheen ja –parisuhteen tunnemaailman koontia

- Ydinperheen rakenne, jossa heikko parisuhteen osajärjestelmä, kiinteäsidoksinen vanhemman ja lapsen välinen liitto, ”ulkopuolisen” sekaantuminen perheeseen → *viittaa sairaalloisuuteen; uusperheessä normaali lähtötilanne*
- Uusperhe-elämään lähdetään tietoisesti
- Uusperhe perheytynyt, jos puhutaan meistä, ei sinun ja minun lapsista
- Mustasukkaisuus, syyllisyys, voimattomuus, turhautuminen ja vihan tunteet puolison lapsia kohtaan normaalia

Uusperheen ja –parisuhteen tunnemaailman koontia

- Uusperhe käy läpi kaikki uusperheen kehitysvaiheet
- Tarvitaan ulkopuolisuuden sietokykyä, joustavuutta, kärsivällisyyttä ja lojaliteettiristiriitojen sietokykyä
- Uusparisuhteen toimiminen uusperheessä keskiössä
- Haasteena parisuhteen hoito jatkuvasti liikkeellä olevan systeemin keskellä, menneisyyden ollessa läsnä, laajentuneen ihmissuhdeverkoston sekä ulkopuolelta tulevien paineiden keskellä

Uusperheen ja –parisuhteen tunnemaailman koontia

- Uusperheen ja –uusparisuhteen ongelmia voidaan ennaltaehkäistä
- Uusperheen aikuiset ottavat vastuun perheestä → kun aikuisilla hyvä olla, on lapsillakin hyvä olla
- Uusperhe on aina uusi mahdollisuus