

# SUPLIIKKI

SUOMEN UUSPERHEIDEN LIITTO RY

1 • 2022

- Nuoret puhuvat perheestä
- Nepsy-lapsi uusperheessä

# SUPLIIKI

## Julkaisija

Suomen Uusperheiden Liitto ry  
Lintulahdenkatu 10  
00500 Helsinki  
www.supli.fi

## Päätoimittaja

Kirsi Heikinheimo

## Toimitussihteeri

Elina Teerijoki  
elina.teerijoki@pp1.inet.fi

## Taitto

Tanja Holmberg  
tanja.holmberg@gmail.com

## Kannen kuva

Sini Salminen, Kiiruun koulu

## Painopaikka

Printon AS

## Painosmäärä

1500 kpl

Suomen Uusperheiden Liitto ry (Supli) on valtakunnallinen järjestö, joka tarjoaa palveluja uusperheille ja uusperheitä työssään kohtaaville ammattilaisille.



## Lehden kuvat

Shutterstock, Adobe Stock  
tai Suplin kuva-arkisto,  
jos ei muuta mainittu.

Henkilökuvat kotialbumeista.



## SISÄLLYSLUETTELO

3	Pääkirjoitus
4	Nuoret puhuvat perheestä
7	StepApp-valmentajana työssä nuorten kanssa
8	Viisitoista vuotta uusperhetyötä
10	Suplin hallitus 2022 esittäytyy
12	Uusperheen ongelmia vai normaaleja nuoruusiän vaiheita
14	Nuoren kasvu omaksi itsekseen uusperheessä
16	Neuropsykiatrinen valmentaminen ja nuori uusperheessä
19	Kirjavinkkejä lapsille ja nuorille
20	Neljä teetä tukee nuorta uusperheessä
22	Järjestöuutiset

## TOIMISTON TERVEISET

Vuosi on vaihtunut, Suomen ensimmäiset aluevaalit käyty ja sosiaalipalveluilla on todellinen muutoksen mahdollisuus. Kun uusia rakenteita luodaan ja palveluja uudistetaan, on tärkeää tehdä sitä yhdessä eri asiantuntijatahojen kanssa. Yksi asiantuntija uusperheiden lapsi- ja parisuhdeasioissa olemme me, suplilaiset.

Suplin uusi hallitus aloitti toimikautensa vuoden alussa. Jokaisella kymmenellä hallituksen jäsenellä on joko henkilökohtainen tai ammatillinen kokemus uusperheellisyydestä, ja juuri kokemus antaa heille syvän ymmärryksen uusperheiden elämään. He ovat sydämellä mukana Suplin toiminnassa.

Toinen asiantuntijataho olette te, Suplin jäsenet. Teillä on tosielämän kokemustietoa siitä, millaista uusperheessä on elää. Teillä on tietoa kompastuskivistä ja keinoista mennä niiden yli. Te voitte tuoda tieteellisen tiedon rinnalle näkökulman uusperheiden arkeen, tehdä näkyväksi uusperheiden erityiskysymykset.

Yksi keino jakaa omia kokemuksiaan on vertaistilaisuuksiin osallistuminen. Vertaistuki on parhaimmillaan arjen asioiden jakamista, ongelmien ja onnistumisten, ihmiseltä ihmiselle. Toisen auttaminen antaa itselle paljon ja voimaannuttaa, mutta yhtä lailla siitä saa työkaluja omaan elämään.

Yksi Suplin ydintehtävistä on järjestää vertaistapahtumia ja koulutusta. Koronan myötä osa toiminnasta on muutettu etänä tapahtuvaksi. Samaan aikaan lähitapaamisia jatketaan mahdollisuuksien mukaan. Jatkossa vanhat ja uudet tavat jatkavat rintaa ja yhä useampi voi löytää itselle sopivimman tavan osallistua. Olisiko tämä se vuosi, kun sinä lähdet mukaan vertaistoimintaan? Olet lämpimästi tervetullut, koska jokainen perhe, jokainen ihminen ja jokainen kokemus ovat tärkeitä.

Lisätietoa Suplin järjestämistä tapahtumista ja kursseista löytyy nettisivuiltamme.

Hyvää kesän odotusta!

*Saija Ristolainen-Kotimäki*  
järjestösihteeri

# Mitä juuri sinulle kuuluu?



**P**idät kädessäsi vuoden 2022 ensimmäistä Supliikkia. Maailma ympärillämme on muuttunut tavalla, jota varmasti kukaan ei ole osannut odottaa. Sota ja siitä seurannut inhimillinen, mutta myös informaatioon liittyvä kriisi herättävät tunteita. Mitä voimme tehdä ja mihin uskoa?

Monella kylmän sodan ajan nuorella on herännyt tuttu epämääräinen varuillaan olon tunne. Joku on keskittynyt kuuntelemaan kaikki uutiset ja lukemaan kaiken käsiin saamansa Venäjän ja Ukrainan historiasta. Toinen tasapainoilee uutisvirran ja arkeen keskittymisen välillä. Kolmas tarvitsee uutissulkua jaksakseen keskittyä arjen pyörytykseen. Turvallisuuden tunne ja toivo ovat koetuksella.

Tämän lehden teemana on uusperheessä elävät nuoret. Kriisinkin keskellä lapset kasvavat ja nuoret kehittyvät. Nuoret kaikkialla pohtivat, oman kehitysvaiheensakin johdosta, arvoja ja elämäntapaa, joihin he voisivat itse sitoutua. Herääminen ymmärtämään ympäristössä tapahtuvia valintoja sekä omien tekojen seurauksia johdattavat moraalisten kysymysten äärelle. Nuori lukee ympäröivien aikuisten kasvoista heidän tapansa suhtautua pohdintaan, joka vaikuttaa myös nuoren käsitykseen itsestään. Tajunnan "räjähtäminen" saattaa haastaa niin biologiset kuin bonusvanhemmatkin keskustelemaan, sietämään, näyttämään mallia ja -pitämään itsestään huolta.

On tärkeää etsiä yhdessä keinoja vaikuttaa merkityksellisinä pitämiinsä asioihin. Mistä etsiä tietoa ja taitoja? Jokainen nuori haluaa olla hyvä ja onnistua valinnoissaan. Vaikka vanhemmista saattaa tuntua, ettei nuori kuuntele... hän kuuntelee.

Lapsiperheköyhyys on vakava tulevaisuuden haaste. Suomessa 13 % lapsista elää pienituloiseksi luokitellussa perheessä. Uusperheissä on lähtökohtaisesti enemmän lapsia ja nuoria kuin ensiperheissä. Vaikka kaikki eivät olisikaan kirjoilla samassa kodissa, moni uusperheen vanhempi on joutunut tasapainoilemaan talouden äärellä.

Supli on mukana maaliskuun lopussa alkaneessa Nuorten Komissiossa, joka on osa Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiön (Itla) Samalta viivalta – ratkaisuja lapsiperheköyhyyteen -ohjelmaa. Suplia edustamassa ja etsimässä ratkaisuja ongelmaan uusperheiden näkökulmasta on uusperheessä elävä nuori, Hulda Leino. Kuulemme Huldin ajatuksista syksyllä. Komission tehtävä on:

- vaikuttaa aktiivisesti lapsiperheköyhyyden keskusteluun ja ratkaisuihin
- ohjata aiheen tutkimustoimintaa
- tuottaa tutkimusta yhdessä Itlan tutkijoiden kanssa
- toteuttaa vaikuttamisviestintää komission työstä ja ilmiöön liittyvistä ajankohtaisista asioista

Tahto ja mahdollisuus vaikuttaa omaan elämämpiiriin on tärkeä, oman elämän käsikirjoitusta rakentava toimintamalli. Pienilläkin valinnoilla on valtava vaikutus. Tämä hetki vaikuttaa seuraavaan, joka taas seuraavaan. On löydettävä se, mikä on itselle elämässä tärkeää, ja etsittävä väylät, miten vaikuttaa. Jokainen tekee mokia, mutta luottamus siihen, että tästä selvittää, kantaa vaikeissa hetkissä. Toivon, että jokainen nuori saisi kokea olevansa merkityksellinen osa perhettään ja yhteisöään.

Rakkauden, tulevaisuuden ja  
uusperheiden asialla

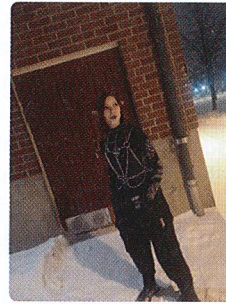
*Kirsi Heikinheimo*

# Nuoret puhuvat

Supliikki kysyi neljältä nuorelta, mitä sanasta perhe tulee mieleen ja mistä perhetunne syntyy. Samaan aikaan Someron Kiiruun koulun yhdeksäsluokkalaiset media- ja kuvaviestinnän opiskelijat kuvasivat ajatuksiaan perheestä



## Jole, 15:



Sanasta perhe tulee mieleen sanat turvallinen, tiivis ja iso. Perheeseen kuuluvat vanhemmat, olivat he mitä sukupuolta hyvänsä, heidän lapsensa ja lemmikit. Ajattelen tässä omaa perhettäni, joka minut on kasvattanut.

Perheeseen voi kuulua muitakin, kuten läheisiä ystäviä tai tätejä tai setiä. Perhe voi myös asua eri osoitteissa. Niin minunkin perheeni asuu, koska vanhempani ovat eronneet.

Lasken omaan perheeseeni isän, äidin, pikkoveljen ja pikkusiskon, äidin tyttöystävän ja hänen lapsensa, ja isän tyttöystävän ja hänen lapsensa. Poikaystäväni, hänen perheensä ja heidän kissansa kuuluvat myös perheeseeni, tulevaisuudessa toivottavasti vielä vahvemmin.

Olin alakoulussa, kun vanhempani erosivat. Kummallakin vanhemmalla oli lyhyitä suhteita ennen nykyisiä kumppaneita. Näitä lyhytaikaisia

# perheestä

kumppaneita en tuntenut perheekseni. Eron jälkeen en itse ollut valmiskaan hyväksymään uusia ihmisiä perheeseen.

Äidin nykyinen on ollut perheessä vähän yli vuoden, isän nykyinen vähän vähemmän aikaa. Perhetunne heidän kanssaan on syntynyt siitä, että on tehty yhdessä asioita, ja vähitellen on tullut turvallinen ja tuttu olo.

Uusperhe on sellainen perhe, jossa vanhemmat ovat eronneet tai toinen kuollut, ja lähdetään rakentamaan uutta perhettä. Minulla itselläni oli hyvin mahdollisuus saada tukea uusperheasioissa. Oli hyvä, että sai avoimesti kysyä asioita, jotka mietityttävät.

Uskon, että nuoret on helpoin tavoittaa somessa Instagramin tai Tiktokin kautta. Myös koulussa yh-

teiskuntaopin tunnilla on käsitelty erilaisia perhemalleja, uusperhettäkin.

Myös itse valittu perhe on ollut minulle alakoulusta saakka ihan selvä konsepti. Jos jonkun perhe ei tunnu turvalliselta ja luotettavalta, vaikka alkoholismista, niin aina voi valita oman itselleen vaikka lähiystävistä.

Toivon, että aikuisena omassa perheessäni olisi paljon lemmikkejä. Lapsia ei olisi paljon, eikä ainakaan isolla ikäerolla. Itse olisin ehkä toivonut olevani ainoa lapsi, sisaruskeni ovat paljon minua nuorempia. Tai sitten voisi tehdä niin kuin isovanhempani ja hankkia vielä yhden lapsen, kun isommat muuttavat pois kotoa. Isäni nuorin sisarus on vain kolme vuotta minua vanhempi.

## Saga, 14:



Perheestä tulee mieleen koti. Tavallinen malli on se, että perheessä on isä, äiti ja lapsi. Perhe voi muuttua, jos vanhemmat vaikka eroavat, ja perhe voi asua monessakin eri paikassa. Perheeseen voi laskea myös tosi läheisiä ystäviä. Lemmitkin kuuluvat perheeseen.

Omassa perheessäni on äiti, isäpuoli, isosisko, isovelji, pikkusisko, pikkuveli ja puolipikkusisko, joka on vasta vauva. Isäni kuoli kolme ja puoli vuotta sitten, ja isäpuoli tuli perheeseen kolme vuotta sitten. Pikku hiljaa ajan kanssa hänestä tuli osa perhettä. Kutsun häntä lempinimellä, jota muutkin hänestä käyttävät. Meillä on iso perhe, ja harvoin teemme jotain kaikki yhdessä, mutta esimerkiksi lautapelit tai korttipelit ovat sellaista meidän yhteistä tekemistä.

Uusperhe tarkoittaa perheen uutta alkua, sitä, kun vanhempi solmii uuden suhteen. Siinä olisi hyvä, että vanhemmat kysyisivät lapsiltakin, mitä lapset ajattelevat asiasta. Jos joku tarvitsee enemmänkin apua, uskon, että netistä sitä löytää parhaiten.

Aikuisena haluaisin, että omassa perheessäni olisi puoliso ja ehkä kaksi lasta.



## Miika, 16:

**P**erhe on ne ihmiset, jotka odottavat himassa. Lähimmäiset.

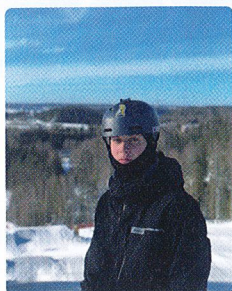
Minulla on kaksi perhettä, koska vanhempani ovat eronneet. Äidin puolen perheessä ovat äiti, pikkusisko ja faijapuoli. Iskän puolella on isä, pikkusisko, pikkuveli ja äitipuoli. Äitipuoli ei ole isän puolen sisarusteni äiti, vaan sisarukset syntyivät liitosta, josta isä on jo eronnut. Olen kaikille sisaruksilleni isovelji. En osaa sanoa, millainen isovelji, sitä pitäisi kysyä heiltä.

Äitini on ollut jo kaksitoista vuotta nykyisen puolisonsa kanssa, ja isäkin jo viisi vuotta naimisissa nykyisen kanssa. Nämä eivät siis ole uusia kuvioita enää.

Uusiin perheenjäseniin tottuu ajan kanssa, kun he ovat arjessa mukana. Aluksi tuntuu oudolta, että kotona on sellainen uusi tyyppi, mutta sitten vähitellen siitä tulee normaalia. Siinä vaiheessa heistä on tullut osa perhettä.

Uusperhe tarkoittaa perhettä, joka syntyy vanhempien eron jälkeen, kun alkaa uusi suhde. Uusperheessä voi olla vanhempien lisäksi kummankin entisten liittojen lapsia. Itse en aikoinaan kaivannut lisää tietoa uusperheasioista, mutta netissä on hyviä keskustelupalstoja, joissa on ammattilaisia vastaamassa, se on hyvä tapa löytää apua.

Valitun perheen ajatus tuntuu järkevältä. Voi olla henkisesti perhettä jonkun kanssa, vaikka ei olisi biologisesti sukua. Itse toivon, että joskus kolmikymppisenä minulla on lapsia ja vaimo, sellainen aika perusperhe.



## Kaisla, 15:

**P**erhe ovat läheiset ihmiset. Ei pelkääntään äiti tai isä, vaan jotkut voivat pitää isovanhempiakin osana perhettä. Aina ei tarvitse olla sukua, jos on vaikka sijaisperhe. Perheessä ei tarvitse olla lapsia, vaan kumppanin kanssa voi muodostaa perheen.

Minun perheessäni on paljon ihmisiä. Siihen kuuluvat äiti, isäpuoli, yksi biologinen sisarus ja kolme bonussisarusta. Olen vanhin kotona asuvista lapsista, isäpuoleni vanhin lapsi on jo muuttanut omilleen asumaan. Minulle läheisiä ovat myös isovanhemmat, tätini ja serkut, joiden luona on aina turvallinen ja tuttu olo, vaikka tavataankin harvoin.

Perhetunne syntyy siitä, että vietetään aikaa yhdessä. Kun isäpuoli tuli perheeseen muutama vuosi sitten, en aluksi luottanut häneen ja kerroin kaikki asiani vain äidille. Mutta kun muutimme yhteen ja aikaa kului, isäpuoli alkoi tuntua kuuluvan perheeseen.

Bonussisarusten kanssa vietettiin paljon aikaa jo ennen yhteen muuttamista, mutta hekin tuntuivat ensin kavereilta ja sitten vähitellen sisaruksilta. Jos puhun heistä jollekin vieraammalle, aiemmin sanoin heitä puolisisaruksiksi, mutta nykyisin puhun vain sisaruksista.

Isäni perhettä en tunne omaksi perheekseni, esimerkiksi en koe, että hänen naisystävänsä lapset ovat sisaruksiani. Käyn isän luona aika harvoin, eivätkä he ole tulleet samalla tavalla tutuiksi kuin äidin ja isäpuolen perhe.

Uusperhe-sanasta tulee mieleen, että on tosi iso perhe, kuten meillä on. Kun aikuiset alkavat perustaa uusperhettä, olisi hyvä, että he kehittäisivät kaikille lapsille ihan samat säännöt. Aina ei bonusvanhemman kanssa tule hyvin juttuun, mutta silloinkin aikuisen pitäisi tulla toimeen kaikkien lasten kanssa ja olla aikuismainen.

En vielä tiedä, millaisen perheen itse aikuisena haluaisin, mutta toivon että pysyn aikuistuttuani osana lapsuudenperhettäni.



*Jutun valokuvaajat:  
Moona Korpihuhta,  
Minttu Ojala  
ja Sini Salminen.*

*Sini Salminen on kuvannut myös lehden kansikuvan.*





## StepApp -valmentajana työssä nuorten kanssa



Osalistuin syksyllä 2021 Tampereella Suomen Uusperheiden liiton järjestämään StepApp -valmentajakoulutukseen. Olen lasten, nuorten ja perheiden hoitoon erikoistunut sairaanhoitaja Nokian kaupungin nuorisotiimistä. Pidän työstäni, sillä nuoret ovat usein motivoitavissa tekemään itseään koskevia hyviä valintoja. Tavoitteisiinsa päästäkseen he tarvitsevat vielä aikuisia avukseen.

StepApp-valmennus antaa ammattilaiselle hyviä näkökulmia uusperheen nuorten prosesseihin. Uusperheen nuoren kasvattaminen kohti tervettä aikuisuutta on parhaimmillaan monen aikuisen yhteistyötä. Usein uusperheessä kasvaminen haastaa lapsia jo kovin nuorena pohtimaan vanhemmista erillisiä arvovalintoja ja mielipiteitä. Ajattelen, että moni uusperheen nuori hyötyy perheen ulkopuolisesta aikuisesta, joka pystyy tukemaan näissä pohdinnoissa.

Uusperheen lapsia ja nuoria koskevassa luennossaan tuleville StepApp-valmentajille Kirsi Heikinheimo muistutti lainsäätäjän ajatelleen, että lapsilla on oikeus tavata itselleen merkittäviä aikuisia vanhempien eron jälkeen. Kyseessä on lapsen oikeus, ei aikuisten.

Nokian kaupungin nuorisotiimissä valittiinkin vuoden 2021 Lapsen oikeuksien viikon teemaksi "Nuorella on oikeus aikaan oman vanhemman kanssa." Nokia on saanut Unicefin Lapsiystävällinen kunta -tunnustuksen.

### Kysyimme työryhmässä 13-17-vuotiailta nuorilta, mitä ajatuksia heille tästä teemasta herää. Näin he vastasivat:

- saa apua ongelmien kanssa
- aika vanhemman kanssa olisi tärkeää, että olisi parempi suhde ja kivempaa yhdessä
- on tärkeää jutella päivän kuulumiset
- vanhemman ärtymys tai kireys harmittaa nuorta
- vanhempi laittaa lapsensa etusijalle
- saisi yhdessä tehdä jotakin asiaa, mistä molemmat nauttii
- vanhemmalla on velvollisuus pitää lupauksensa, jotta lapsi voisi luottaa vanhempaan
- lapsi saa valita tapaako erovanhempaa
- aika oman vanhemman kanssa on tärkeää
- tulee turvaa
- vanhemmat voivat opastaa ja kannustaa tai tukea elämässä
- etävanhemmasta on myös hyötyä
- sopia realistiset ulkoilu-, ruutu- ja kotiintuloajat
- nuoren kanssa ajan vietto pitäisi olla vanhemmalle omia menoja tärkeämpää varsinkin jos yhteistä aikaa ei vietä paljoa
- yhdessä tekemistä ja olemista, ruokailaan yhdessä ja harrastetaan

Vastauksista välittyi nuorten arvostus yhteistä aikaa kohtaan. Nuoret tarvitsevat rajaamista ja turvaamista, "olla möllöttelyä" ja höpöttelyä, nähdyksi ja kuulluksi tulemista.

Nämä viestit meille vanhemmille on otettava vakavasti. Nuoret eivät välttämättä tule pyytämään meiltä aikaa, vaikka kaipaavat sitä. Joskus joku kokee neempi vanhempi opasti minua: "Nuoren vanhemmuus on kuin uusi pikkulapsiaika; aina pitää olla saatavilla, sillä koskaan ei tiedä, milloin nuori haluaa avautua."

Kiireisessä nuorisopsykiatrian arjessa minulla on nuoren avautumista nopeuttaakseni käytössä salainen ase. Tämä jäänmurtaja on suomenlapinkoiran pentu. Koiran nimi on tärkeästä syystä Höpinä.

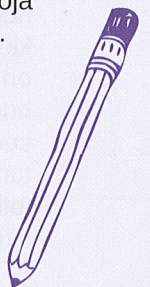
On kohteliasta aloittaa keskustelun vieraan ihmisen kanssa rupatteleamalla eikä menemällä suoraan kipukohtiin. Jos rupattelu sujuu, on helpompaa siirtyä asiapuheeseen. Kun vuoroaikautuksessa on tarpeeksi turvallista, nuori voi kertoa mieli-

piteensä ja lopulta vähän avautuakin. Höpinästä on helppo jutella tutustussa. Nuori voi seurata minun kontaktiani koirani kanssa ja tehdä helposti ensivaikutelman, minkälainen ihminen olen.

Höpinä on kullannarvoinen etenkin jännittäjien ja puhumattomien kanssa. Höpinä on käynyt töissä yhdeksänviikkoisesta asti, ja ammattilaisen ottein se ottaa nuoren vastaan täynnä hyväksyntää, ihailua ja kiinnostusta. Ihmisten keskustelun sujua se siirtyy nukkumaan, mutta saapuu avustamaan, jos jollakin menee puheenaihe tunteisiin. Koira tulee nuoren luokse innostuneena, kun tällä on hauskaa, ja istuu jalkojen juuren silitteläväksi, jos itkettää. Ihmisen paras ystävä ei tarvitse sanoja osoittaakseen myötäelämistä.

Höpötellen,

**Johanna Hellekoski**  
psykiatrinen sairaanhoitaja,  
nepsy-valmentaja,  
StepApp-valmentaja



# Viisitoista vuotta

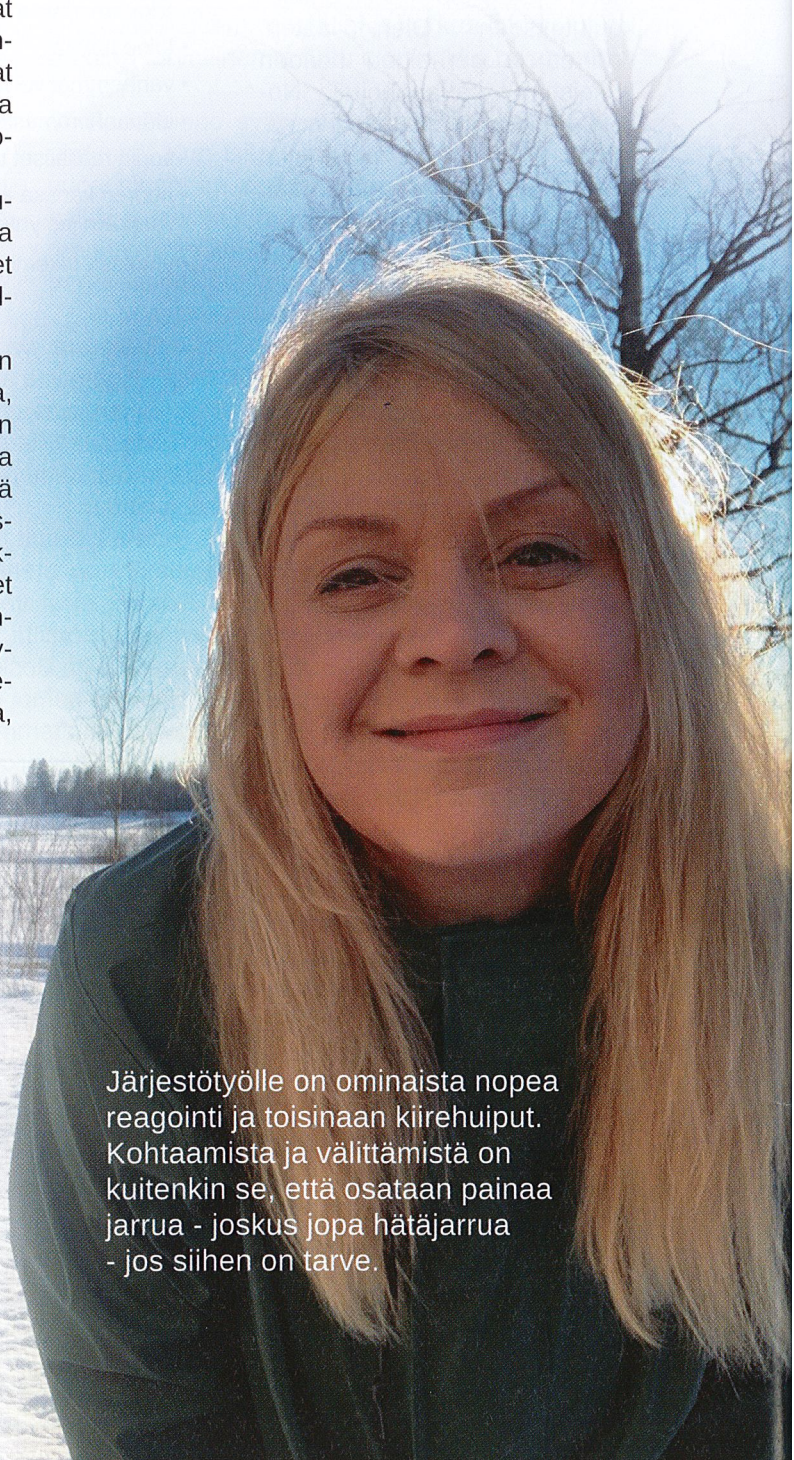
Elisa Jyllikoski on työskennellyt uusperheiden hyväksi ja uusperheiden kanssa jo pitkään. Tässä hän kertoo, mikä uusperhetyössä aina vain kiehtoo vuosien jälkeenkin.

**U**usperhetyössä tietyt arkkiteemat toistuvat ajasta tai kulttuurista riippumatta. On kiinnostava ajatus, että uusperheiden kohtaamat ilmiöt toistuvat samankaltaisina toisella puolella maailmaa, erilaisissa kulttuureissa ja jopa eri vuosikymmenissä.

Samalla uusperheilmioiden pysyvyys kietoutuu ihmeellisellä tavalla jatkuvaan muutokseen ja liikkeeseen. Uusperheiden perherakenne, suhteet ja tunne-elämä luovat alustaa kasvulle, muutoksille ja liikehdinnälle.

Tämä ilmiöiden toistuvuus ja samanaikainen liikehdintä on kiehtonut minua koko sen 15 vuotta, jonka olen saanut Suomen Uusperheiden Liiton palveluksessa työskennellä. Helposti innostuvana ja toisinaan vähän kärsimättömänäkin ihmisenä hätkähdin tänä keväänä viidentoista vuoden uusperhetyön taivaltani saman työnantajan palveluksessa. Käyttäytymistieteistä tiedän, että ulkoiset motiivit, kuten raha tai palkinnot, sitouttavat työntekijää vain löyhästi tai vähäksi aikaa. Halusin pysähtyä miettimään, mikä uusperheissä, uusperhetyössä ja Suplissa vuosi vuoden jälkeen innostaa, kiehtoo ja motivoi.

Uusperhetyössä Suplissa sain jo varhain huomata, että järjestötyö ja nimenomaan Suplin työkulttuuri kulkivat samaa latua oman arvomaailmani ja muutoshalukkuuteni kanssa. Vaikka työ uusperheiden parissa on ollut vaihtelevaa ja alati muutoksessa, on kuitenkin yksi arkkiteema, joka mielestäni sulkee sisäänsä uusperhetyön ytimen. Kaiken ytimessä on kohtaaminen. Kulumaton teema, joka innostaa, kiehtoo ja motivoi. Se on juurisyy, joka on sitouttanut minut Supliin. Sain huomata olevani koukussa kohtaamiseen. Vuosien varrella toivotin sitoutumisen yhteen työnantajaan tervetulleeksi, enkä enää yrittänyt paeta sitä.

A portrait of Elisa Jyllikoski, a woman with long blonde hair, smiling slightly. She is wearing a dark jacket. The background is a bright, sunny outdoor setting with bare trees and a clear blue sky.

Järjestötyölle on ominaista nopea reagointi ja toisinaan kiirehуйput. Kohtaamista ja välittämistä on kuitenkin se, että osataan painaa jarrua - joskus jopa hätäjarrua - jos siihen on tarve.



# uusperhetyötä

Viiteentoista vuoteen mahtuu luonnollisesti lukematon määrä erilaisia, innostavia uusperheitä koskettavia teemoja, joihin on etsitty ratkaisuja yhdessä niin vapaaehtoisten kuin ammattilaistekin kanssa. On mahdotonta kuvata vain yhtä tähtihetkeä, onnistumista, oivallusta tai innostumista Suplissa. Tämän jutun merkkimäärät eivät riittäisi työssäni kohtaamieni merkityksellisten ihmisten luettelemiseen.

Mieleeni muistuu lukemattomia erilaisia tilaisuuksia ja tapaamisia niin uusperheiden, vapaaehtoisten, luottamushenkilöiden kuin perhetyötä tekevien ammattilaisten ja tutkijoiden kanssa. Kaikki ne hetket, joissa käsiteltiin perhekäsitystä, hyvinvointia, selviytymistä, oppimista, vertaisuutta, mielenterveyttä, kriisejä ja itsemyötätuntoa, kelpasivat minulle.

## Ongelmat pöydälle

Suplin vahvuutena on rohkeus ja osaaminen tunnistaa ja tunnustaa ongelmia – ja 25 vuoden kokemuksella suunnistaa sitten kohti ratkaisuja. Pohjattoman surulliset menetykset, epäreilu ja epäoikeudenmukainen kohtelu ja elämän tielle heittämät monet muut haasteet ovat asioita, joihin Suplissa on aina kokemukseni mukaan pysähtytty, oli kyseessä sitten Suplin jäsen, vapaaehtoinen, yhteistyökumppani, työkaveri tai vaikkapa kaaottinen tilanne yhteiskunnassa.

Järjestötyölle on ominaista nopea reagointi ja toisinaan kiirehviut. Kohtaamista ja välittämistä on kuitenkin se, että osataan painaa jarrua - joskus jopa hätäjarrua - jos siihen on tarve.

Kohtaamisen teema tuo mieleeni lämpimiä muistoja toimestani vertaistoiminnan koordinaattorina ja Suplin upeista vertaisohjaajista, joilta olen oppinut uusperheistä eniten. Vapaaehtoisina lukuisissa eri tehtävissä toimivat uusparit, lapset ja nuoret innostavat valtavasti ja pitävät työntekijän sopivasti asian ytimessä – väkevin kosketus

uusperhe-elämän arjen haasteisiin ja ratkaisuihin tulee usein juurikin keskusteluissa ja kohtaamisissa uusperheellisten kanssa.

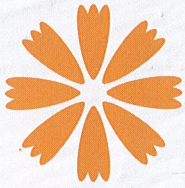
Myös uusperheneuvonnan asiakastapaamiset ovat edelleen yhtä herkkiä ja sykähdyttäviä kohtaamisia kuin viisitoista vuotta sitten. On palkitsevaa työskennellä ihmisten kanssa, joiden toimintaa ohjaa pääsääntöisesti rakkaus ja tahto saada perhe toimimaan. Verkostoissa kohtaamisella on erityisen suuri merkitys – yhteistyötä Suplissa on aina tehty rohkeasti, innovoiden ja perustehtävää, uusperheiden hyvinvoinnin edistämistä, kunnioittaen. Suplin toimintaan tuntuu ajautuvan herkästi verkostoistakin ne tiiviimmin tässä ajassa elävät ja perheiden tarpeita kuulostelevat toimijat.

Uusperhetyön innostavuuden ohella Suplin työyhteisö on motivoinut ja sitouttanut minua eniten. Opettajani sosionomikoulutuksessa antoi aikanaan kullannarvoisen neuvon – samalla kun valitset työpaikkaa, kiinnitä huomiota työyhteisöön, jonka valitset. (Kiitos Marjatta!)

Tärkein arvo minulle Suplissa on työttiimin kesken vallitseva avoin ja rehellinen vuorovaikutus. Kuten perheessäkään, ei Suplin tiimissä ole aina kaikki ollut helppoa – surua, menetyksiä ja draamaattisia käänteitä on ollut aivan kuten missä tahansa yhteisössä. Turvalliseksi työyhteisön tekee sen keskuudessa vallitseva luottamus, avoin vuorovaikutus ja tahto ajatella toisista hyvää. Työssä ja elämässä jaksamista vaalii se, että kokee kuuluvansa yhteisöön, jossa ei jää yksin, vaikka on vaikeaa.

**Elisa Jyllikoski,**  
Asiantuntija, StepApp-toiminta

# Suplin hallitus 2022 esittäytyy



1. Kuka olet ja mistä päin tulet?
2. Millainen perhe sinulla on?
3. Oletko ollut kauan Suplin toiminnassa? Millaisissa tehtävissä?
4. Mitä asioita Suplin olisi mielestäsi tärkeää tuoda julkiseen keskusteluun tai millaista toimintaa tarjota uusperheellisille? Onko sinulla ”sydämenasiaa”, jota haluat hallitustyössä edistää?

1. Olen **PETRI RAINIO**, Turussa syntynyt (Turun kaupungin kummilapsi), nyt perheeni kanssa Kaarinassa asuva 43-vuotias nuori mies.

2. Minulla on avovaimo Tuuli ja olemme kohta 4 vuotta eläneet yhteistä elämää. Hänellä on kaksi tyttärtä entisestä suhteestaan ja minulla kolme tyttärtä entisestä suhteistani. Lasten iät menevät 6, 13, 14, 15 ja 18. Yhteistä tekemistä on hyvät ruuat, mökkeily, retkeily ja ulkoilu. Aikaa tähän aina ei löydy, vaan sitä pitää kirjallisesti raivata :)

3. Olen ollut toiminnassa jo mukana ensimmäisen kerran vuonna 2005. Aloitin vertaisryhmässä, mistä pikkuhiljaa vertaisohjaajaksi. Olin myös hallituksen varajäsenenä jonkin aikaa. Pienen tauon jälkeen aloitin uudestaan hallitustyön varsinaisena jäsenenä ja nyt saan toimia puheenjohtajana.

4. Toivoisin lisää keskustelua siitä, mikä uusperhe on, minkälaisia haasteita siellä kohdataan, minkälaisia positiivisia asioita tai mitä tabuja meistä onkaan. Kaikista tärkeistä asioista yksi nousee mielestäni selkeästi esille, eli vuoroasumisen ongelmat. Se, miten vanhemmilla ei ole tasa-vertaisia mahdollisuuksia luoda turvallista kotia tai tarha/koulu-ympäristöä lapsilleen. Esimerkiksi etä- ja lähivanhemman taloudellisten tukien erot ovat aivan liian isot.



1. Olen **JENNI PERE** Tampereelta.

2. Minulla on aviomies ja meillä on 5 lasta ja 1 lapsenlapsi ja viimeisenä, muttei vähäisimpänä hamsteri Alina. Omaa koiranpentua jonotellaan parhaillaan.

3. Olen ollut mukana Suplissa vuodesta 2014, vertaistoiminnassa ja hallituksessa vuodesta 2017. Tällä hetkellä on menossa toinen vuosi hallituksen varapuheenjohtajana.

4. Hallituksella on hyvät linjat uusperheiden asioiden hoidossa yhdessä liiton työntekijöiden kanssa. Julkiseen keskusteluun tulee jatkossakin tuoda perheiden tasa-arvoa ja jokaisen perheen yksilöllistä ainutlaatuisuutta. Lapsiperheissä on tulevaisuus, niihin kannattaa siis satsata jo varhaisessa vaiheessa. Alueelliset erot palvelujen tasossa, kattavuudessa ja saatavuudessa ovat edelleen valtavat. Supli on viime vuosina kehittänyt palveluitaan paljon, nykyään on tarjolla myös paljon mahdollisuuksia osallistua etätoimintaan. Suplilla on valtava voimavara vertaistoiminnassa ja mielestäni liitto vertaisia aina ansiokkaasti kiittääkin.

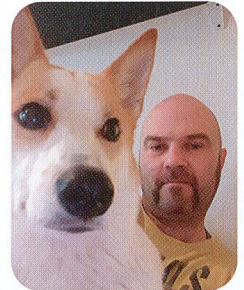


1. **TOMI MATILA** Muhokselta ja Oulun seudun uusperheellisistä.

2. Uusperheeseemme kuuluu avopuolison lisäksi mollemilta puolilta 2 lasta. Nuorin 15v asuu kotona, 16v käy joka toinen viikonloppu ja 18v ovat muuttaneet jo omilleen.

3. Suplissa olemme olleet mukana vuodesta -14 tai -15. Ensin osallistuimme VUA-ryhmään, jonka jälkeen pääsimme kouluttautumaan vertaisohjaajiksi. Tuota teemme yhdessä edelleen. Nyt olen pari vuotta ollut hallitustoiminnassa mukana.

4. Lisää tietoutta uusperheiden kanssa toimijoille - himmeli uusperheen ympärillä vaikuttaa perhedynamiikkaan ja perheytymiseen. Uuspareille edelleen laadukasta vertaistoimintaa ja neuvontaa. Sydämen asiana on ruohonjuuritason toiminta, vertaistoiminta, ihmiset ja heidän tarinansa. Toki myös ”pohjoisen äänen” tuominen hallitukseen.



1. Olen **SOFIA VIRTA** ja minulla on koti Kaarinassa ja Helsingissä. Olen koulutukseltani KM, opettaja, terapeutti ja uusperheneuvoja, mutta nyt saan tehdä unelmatyötänä kansanedustajana. On hienoa päästä Suplin hallitukseen edistämään uusperheiden asiaa – se koskettaa itseänikin läheisesti.

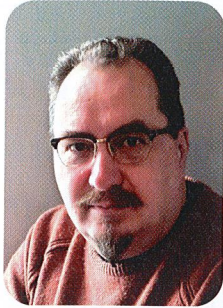


2. Elin aikaisemmin vuosia uusperheessä, jossa sain kunnian toimia myös bonusvanhempana. Elämä ei aina mene suunnitelmien mukaan, ja olemme jakaneet arjen viime vuodet kahdestaan pienen tyttäreni kanssa. Minulle perheen määritelmä on laava – eikä se rakennu biologian tai yhteisten seinien ympärille. Olemme onnekkaita, kun meillä on paljon välittäviä, tärkeitä ihmisiä ympärillämme.

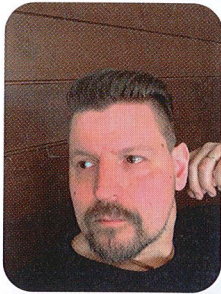
3. Olen käynyt vuosia sitten Suplin uusperheneuvoja-koulutuksen. Se oli todella antoisa vuosi ja sain paljon voimavaroja sekä ammatillisesti että myös henkilökohtaisesti omaan uusperhearkeen. Siitä saakka olen ollut enemmän ja vähemmän Suplin jutuissa mukana.

4. Haluan vahvistaa Suplin tärkeää työtä sen eteen, että jokainen voisi kokea perheensä ehjäksi ja kokonaiseksi riippumatta niistä rakennuspalikoista, joista perhe koostuu. Ja että jokainen tulisi perheensä ympärille ja kohdatuksi kunnioitavasti yhteiskunnan palveluissa. Vieraannuttaminen on myös teema, josta itselläni on kipeää kokemusta. Toivoisin voivani vaikuttaa siihen, että kenenkään ei tulisi joutua kokemaan sellaista ja jos joutuu, apua olisi tarjolla.

1. Olen **ANSSI TIETÄVÄINEN** Helsingistä.
2. Asustelemme vaimoni kanssa kaksin, uusperheemme neljä tytärtä ovat muuttaneet jo kukin tahoilleen.
3. Suplin toimintaan olen tullut tämän hallitustyöskentelyn kautta.
4. Työskentelen Keski-Uudella maalla kirkon perheneuvonnassa, ja työssäni uusperheiden ja -parien kysymykset tulevat vastaan lähes päivittäin. Ammatillisen taustani ja omien kokemusteni vuoksi pidän tärkeänä, että erilaisten auttajatahojen ymmärrys uusperheiden erityiskysymyksistä vahvistuisi ja syventyisi. Tässä Suplilla on merkittävä rooli.



1. Olen **JANNE HAAPANEN**, uusperheen isä Saarijärven Lannevedeltä.
2. Perheeseemme kuuluu aikuisten lisäksi kuusi lasta, joista neljä asuu meidän kanssamme.



3. Toimin puolisoni kanssa Suplissa vertaisohjaajana, ja nyt olen mukana myös Suplin hallituksessa.
4. Meidän perhe on saanut todella paljon Suplin toiminnasta ja toivonkin, että mahdollisimman moni uusperhe löytää mukaan Suplin toimintaan.

1. Olen **MIIA MERIKALLIO** ja asun puolisoni Timon kanssa 92-vuotiaassa Villa Toivossa Vantaalla, ensimmäistä kertaa 11 vuoteen kaksin.
2. Meidän perheeseen kuuluu kahdeksan nuorta aikuista (kolme tyttöä ja viisi poikaa) iältään 15-29 vuotta, taivastytär, kaksi miniää ja kaksi pojan poikaa Eino ja Aapo, joille olemme Immu ja ligu (mummi ja ukki). Uusperheen isovanhemmuus on siis meille myös ajankohtaista.
3. Olen ollut Suplin toiminnassa vuodesta 2011 alkaen moninaisissa rooleissa. Alussa osallistuimme itse Voimaa uusperheen arkeen- ja Rikasta minua-viikonloppuihin sekä perheleireille. Vuonna 2015-2016 koulutauduimme vertaisohjaajiksi, jonka jälkeen olemme itse saaneet olla ohjaamassa, kouluttamassa ja tekemässä vaikuttamistyötä. Nyt toimin Suplin hallituksessa ja vapaaehtoistoiminnan kehitystyössä.
4. Sydämenasiani on vapaaehtoistoiminta ja vertaisuus. Voimme tarjota luotettavaa uusperhetietoa, vertaistukea ja toivota uusperheille ja heitä kohtaaville ammattilaisille. Perheiden monimuotoisuus ja yhdenvertaisuuden haaste puhuttelevat. Uusperheiden ja niissä heräävien tunteiden normalisointi tukee perheytymistä ja perheiden resilienssiä. Yhdessä olemme enemmän!



1. Olen **TARJA TÖRMÄNEN**. Muutin juuri Helsingin Puistolaan avopuolisoni ja kuusivuotiaan Punttikoiran kanssa.
2. Perheeseeni kuuluu mieheni lisäksi kaksi jo omillaan asuvaa, aikuista uusperhelasta sekä heidän biologinen äitinsä, joka on henkinen siskoni. Lisäksi perheeseen kuuluvat pikkusiskoni ja kaksi pikkuvehjeäni heidän perheineen sekä kolme lähintä ystävätärtäni.
3. Suplin toiminnassa olen ollut aktiivisesti mukana hallituksen jäsenenä nyt toista vuotta. Uusperhetietoutta sekä uusperheiden hyvinvointia ja onnistumismahdollisuuksia olen edistänyt muun muassa kirjoittamalla Marika Rosenborgin kanssa Uusperheen käsikirjan (Otava, 2019).
4. Toivon, että voimme erityisesti vaikuttaa Suplissa uusperheiden huomioimiseen yhdenvertaisena perhemuotona ja lisätä ihmisten tietoisuutta erilaisista perheistä ja valitusta perheestä yhteiskunnan toimintayksikkönä.



Kuva: Samuel Glassar

1. **MARJA OLLI**, asun Nokialla ja teen töitä Lempäälässä. Pirkanmaalta siis.
2. Perheeseeni kuuluu puoliso sekä 16- ja 18-vuotiaat nuoret.
3. Valmistuin uusperheneuvojaksi vuonna 2013, ja sen jälkeen työroolistani käsin yhteydenpito Supliin on ollut vahvaa. Vuodesta 2020 hallituksen jäsen.



4. Supli on mielestäni asian ytimessä uusperheiden asioissa, on tärkeätä jatkaa uusperheiden kuulemista ja olla aktiivinen ilmiöiden esille tuomisesta uusperheiden elämästä. Itse haluan erityisesti olla sanoittamassa uusperheiden maailmaa lasten ja perheiden palveluiden työntekijöille kunnissa ja tulevalla hyvinvointialueella.

1. Olen **LEO KYLÄTASKU**, muusikko-soitonopettaja Porvoosta.

2. Meillä on vaimoni Ainon kanssa neljän lapsen uusperhe. Kaksi nuorinta lasta ovat yhteisemme. Lisäksi perheeseemme kuuluu saksanpaimenkoira Siiri.
3. Olen uusi suplilainen.
4. Toiveeni olisi saada Suplin korkealaatuista ja tunnustettua nykyistäkin paremmin esille. Kansanedustaja Sofia Virta on tuonut esiin juuri nyt ajankohtaista tekemisen paikkaa: Suplin ja suplilaisten kannattaisi lobata vasta perustettuja hyvinvointialueita. Aluevaltuutettuna pyrin saamaan tästä itsellenikin hyvää tekemistä uusperheiden asian eteen.



## PERHETYÖN AMMATTILAISET POHTIVAT:

# UUSPERHEEN ONGELMIA VAI NORMAALEJA

Teini-ikä haastaa vanhemmuutta ylipäättään, mutta mitä tapahtuu, kun nuoruusiän mielen myllerrykset yhdistetään uusperheen tuomaan muutosprosessiin? Kuinka uusperhe-elämän saa sujumaan sopuisasti? Perhetyötä tekevät **Emilia Heinolainen** ja **Tiia Lahti** kertovat kokemuksiaan uusperheiden nuorten kanssa työskentelystä.

**N**uoruusiän kuuluu luonnollisena kehitystehtävänä vanhemmasta irtautuminen, minkä vuoksi kavereiden kanssa vietetty aika voi viedä voiton etävanhemman viikolopuilta. Yhteys bonusvanhempaan ei myöskään aina muodostu aikuisten toiveista huolimatta tiiviiksi.

- Aikuisten on hyvä ymmärtää, että he luovat nuorelle ristiriitaa vaatiessaan häntä kiintymään bonusvanhempaan samalla kun nuoren kehitystehtävä vetää tätä toiseen suuntaan. Monesti bonusvanhempi pääsee lopulta nuoren silmissä ihan ok rooliin, vaikkei heistä läheisiä tulsikaan, kertoo Tiia, joka työskentelee nuorten vastaanotto- ja arviointiyksikön ohjaajana.

On hyvä pohtia, tarvitseeko nuoruusiässä enää ryhtyä rakentamaan uutta perhettä, vai voisiko bonusvanhempi olla kasvatusauktoiteetin sijasta kaverillisempi. Perheen haasteita voidaan harvoin ratkoa korjaamalla nuorta, sillä onnistumiseen tarvitaan muutosta myös aikuisilta.

- Nuorten kanssa tilanteet kärjistyvät helposti, mutta vastaavasti ne voi saada helposti sujumaan. Tärkeintä on, että nuori kokee olevansa uudessa

perheessä rakastettu ja hyvä sellaisena kuin on, jatkaa Tiia.

### Haastavatkin tunteet pitää uskaltaa ottaa puheeksi

Pinnan alla voi muhia vahvoja tunteita, vaikkei nuori sano suoraan, ettei uusperhekuvio miellytä. Vanhemmilla tulee olla rohkeutta kysyä ja auttaa nuorta tunteiden sanoittamisessa. Lisäksi tulee olla tarkkana, ettei nuori ala kantaa liikaa huolta vanhemmastaan ja uusperheen asioista.

- Nuorilla voi olla kateuden tai epäreiluuden tunteita uusperheessä. Myös käsittelemättömän suru, pettymys, harmitus tai ikävä vanhempien eroon liittyen voi aiheuttaa haasteita. Nuoren kannalta on tärkeää, että vanhemmat ottavat vastaan ja hyväksyvät näiden tunteiden olemassaolon, perheohjaaja Emilia kertoo.

- Yksi yleisistä työssä kohtaamistani uusperhehaasteista on lojaliteettiristiriita, jossa lapsi pelkää menettävänsä biologisen vanhempansa suosion, jos osoittaa pitävänsä uudesta bonusvanhemmasta. Kaikki voittavat, jos vanhemmat ymmärtävät tämän ja pystyvät tukemaan lasta ristiriidan purkamisessa, Tiia jatkaa.

### Uusperheen vaiheet tutuksi ammattilaisille

Perheiden parissa työskentelevien ammattilaisten kannattaa tutustua uusperheaiheiseen kirjallisuuteen, sillä uusperheet ovat kasvava asiakasryhmä.

- Uusperheissä on paljon samaa kuin muissakin perheissä, mutta myös erityisiä piirteitä, joita ei välttämättä ajatella. Uusperheiden ja niihin liittyvien ilmiöiden ymmärtäminen auttaa ammattilaista tukemaan yhteisvanhemmuutta paremmin, Emilia pohtii.

Uusperheilmiöiden ymmärtäminen auttaa tunnistamaan paremmin myös eronneen parin sekä uusperheen tunteita. Esimerkiksi huoltajuuskiistat ovat voineet tuottaa vanhemmille paljon käsittelemätöntä surua, pettymystä ja vihaa, jotka näkyvät perheessä jännitteinä.

# NUORUUSIÄN VAIHEITA?

- Ammattilaisten on hyvä tuntea vähintään uusperheen eri vaiheet. Ne auttavat perheitä normalisoimaan omaa tilannetta sekä ammattilaista tukemaan perhettä kehitysvaiheesta toiseen, jatkaa Tiia.

## Eväitä uusperheneuvojakoulutuksesta

Emilia ja Tiia valmistuvat toukokuussa Suplin koulutuksesta uusperheneuvojiksi. Koulutus on auttanut vuoden aikana monia syventämään ymmärrystä uusperheen prosessista sekä

tuonut uusia työkaluja arjen työhön.

- Koulutus on syventänyt omaa pohjaani työskennellä niin uusperheiden kuin perheiden kanssa yleisestikin. Koulutus on mielestäni hyvä silloin, kun oivallukset tulevat käytännön asiakastyössä – silloin tietää, että tieto on sisäistetty ja pystytty soveltamaan käytäntöön. Uusperheneuvojakoulutuksen kohdalla on käynyt juuri näin, kehuu Tiia.

**Priska Autio**



Pinnan alla voi muhia vahvoja tunteita, vaikkei nuori sano suoraan, ettei uusperhekuvio miellytä.



## VINKIT VANHEMMILLE

### **Panosta yhdessäoloon. Ole kiinnostunut nuoren maailmasta.**

Vaikka nuoren yksityisyyden tarve lisääntyy ja mieli kokee muutoksia, on vanhemman tärkeää pysyä nuorelle läsnä. Kysy säännöllisesti, mitä kuuluu, ja mistä nuori pitää juuri nyt. Pidä yhteyttä puhelimitse ja viesteillä, jos nuoren vierailut vähenevät kavereiden kanssa vietetyn ajan vuoksi.

### **Vahvista välittämistä. Kysy, anna tilaa ja hyväksy toisen näkemykset.**

Sano nuorelle ääneen, kuinka ilahdut hänen näkemisestään. Salli kaikki tunteet ja hyväksy nuoren erilaiset näkemykset. Muutostilanteisiin liittyy luontaista takapakkia – tue nuorta ja kannusta: asiat voidaan korjata ja niistä päästään eteenpäin.

### **Pidä huolta hyvinvoinnistasi.**

Huolehdi omasta terveydestäsi ja riittävästä palautumisesta. Sinulla on lupa nauttia ja levätä, kun lapset ovat toisen vanhemman luona.

### **Kommunikoi lasten asioista exän kanssa.**

Panosta avoimen keskusteluväljän luomiseen lasten asioissa. Toiselta vanhemmalta voi tulla tärkeää tietoa lapsen elämäntilanteesta, vaikka keskustelu herättäisikin välillä vahvoja tunteita.



## NUOREN KASVU OMAKSI ITSEKSEEN UUSPERHEESSÄ

vieraana Raisa Cacciatore

**N**uoruvaihe on uusien mahdollisuuksien ja toisaalta vahvojen tunteiden aikakausi. Aikaan voi liittyä niin heittäytymisen hetkiä, egon pullistelua kuin syömishäiriöitä ja ahdistusta, riippuen eväistä, joita on saanut matkaansa. Usein kaveripiiriin merkitys kasvaa, mutta vaikka yhteys kotiin näennäisesti heikkeneekin, nuoret ovat kaikesta huolimatta kiinnostuneita perheestään. Kun omien vanhempien ero osuu nuoruvuosiin, syntyy "tilaus" luottoaikuiselle, joka ei ole mukana biologisten vanhempien riidoissa.

Myös nuorella on lähtökohtaisesti tarve hyväksynnälle, vakaalle turvallisuudelle: aikuisuudelle, joka ei hätäänny, vaikka kuraa välillä lentäisikin. Nuori ei erotilanteessa halua päättää aikuisten asioita aikuisten puolesta, vaikka hänellä olisikin mielipiteitä. Tärkeää on kuitenkin lupa sanoa ja ilmaista omia näkökulmiaan, tulla kuulluksi.

Uusperheen rakentumisvaiheessa pitää järjestää aikaa keskustelulle. Arvostava keskustelu on oppimista ja tutustumista toisten näkökulmiin ja vakaumuksiin. Vaikka nuori saattaakin kulkea "nokka pystyssä" omaa tietään, eivät asiat ole hänelle yhdentekeviä. Identiteetti rakentuu yhteydestä muihin ihmisiin. Se auttaa ymmärtämään, keitä koemme olevamme ja keihin koemme kuuluvamme.

### Kehonkuva voi tuottaa haasteita

Täydellisen positiivinen kehonkuva meillä on lähtökohtaisesti noin 4–5-vuotiaalla. Ylpeys omasta pysyvyydestä, osaamisesta ja minuudesta on tuolloin kadehdittavan vahva. Alamäki alkaa vertailusta, jossa kilpailu tykkäämistä ja ei-tykkäämistä välillä kääntyy omalla kohdalla negatiiviseksi. Ydin-kysymyksenä onkin, miten saada suojattua ja tuettua lapsen positiivista kehotunnetta ja samalla hänen itsetuntoaan selvitä elämän viidakossa.

Jo 12-vuotias näyttää tänä päivänä olevan todella pulassa oman kehokuvansa äärellä. Esimerkiksi syömishäiriöt vaikuttavat lisääntyneen niin tytöillä kuin pojillakin. Kokemus oman yhteisön ulkopuolelle sulkemisesta on tyrmäävää. Kokemus lohdutuksesta, hoivasta ja vierellä kulkemisesta ovat suojaavia tekijöitä pimeyden keskellä. Jos kukaan ei kerro, mitä tulevaisuus tuo tullessaan, toivo voi olla seitinohut.

On hyvä pysähtyä pohtimaan, millaisin tavoin olemme oppineet suojaamaan yksityisyyttämme ja kehoamme arvokkaana elämämme kotina. Mistä olemme nuorina keränneet malleja suhtautua omaan kehoamme ja yksityisyyteemme? Entä kuinka pärjäsimme niillä?

### Aikuiselta opitaan sosiaalisia taitoja

Uusperheiden muodostumisvaiheessa yhdistyvät ihmisten lisäksi myös erilaiset tunteiden ilmaisujen, läheisyys-etäisyys-säätelyn ja keskustelukulttuurien mallit. Kuten myös tavat hoitaa arkea, olla yhteydessä perheen ulkopuolelle sekä erilaiset ongelmanratkaisutavat. Kaikki uusperheen jäsenet eivät ole kasvaneet yhdessä ja oppineet tuntemaan toistensa toiminta- ja suhtautumismalleja.

Tarvitaankin yhteiset pelisäännöt, yhteinen koodisto oman tilan tarpeelle ja ongelmanratkaisumalleille. Jotta pelisäännöt toimivat, ne on luotava yhdessä. Säännöt, jotka sanellaan, eivät herätä kunnioitusta ja halua sitoutua niihin.





**Nuoren elämää voisi  
verrata aarrekarttaan.  
Aarre odottaa tuolla jossain.  
Aikuisen tehtävä on ylläpitää  
toivoa ja luottamusta siihen,  
että nuori löytää sen.**

Uusperheen erityisominaisuus on mm. siinä, että vanhemmuutta ja lapsena oloa pääsee tarkastelemaan uusilta kanteilta. "Kemiat saattavat kolahdella", sitä ei tarvitse pelätä, kunhan on kykyä aidosti pysähtyä selvittämään ja sopimaan. On opittava puhumaan ja kuuntelemaan. Ja se voi olla uhka, mutta erityisesti se on mahdollisuus.

Aikuisen ajankäyttö, oikeudenmukaisuus sekä sosiaaliset ja läsnäolevan kohtaamisen taidot ovat perheissä malleja siitä, miten esimerkiksi sietämisen, läheisyyden ja intiimiyden taidot opitaan. Aikuiset ovat, halusivat tai eivät, malleja aikuisena elämisestä.

Nuori ei ole kone, jota ohjataan nappia painamalla. Tarvitaan ystävyys malleja ja taitoja. Kuinka saada "huoneisiinsa jumittuneet nuoret miehet" kiinnostumaan ja siirtymään takaisin live-elämän ihmissuhteisiin? Entä miten "someviidakoon eksyneet nuoret naiset" herätetään reaalielämään? Miten myötäelävät kaveritaidot pysyisivät yllä, jos niitä ei pääse treenaamaan? Miten valaa uskoa ja rohkeutta kohdata, jos on oppinut käyttämään delete-näppäintä?

Nuoret usein salaavat kiusaamisen tai ulkopuolelle jättämisen. Vanhempia halutaan suojella erityisesti tilanteissa, jolloin heillä koetaan olevan stressiä tai painolastia. Samoin huolet jätetään kertomatta, jos vanhemmalla ei koeta olevan työkaluja kohdata asiaa turvallisesti nuoren näkökulmasta. Niinpä vanhemmalla saattaakin olla epärealistinen, vääristynyt kuva nuoren arjesta.

### **Vanhempien riitely kuormittaa, uusperhe ei**

Uusperhe itsessään ei ole diagnoosi tai tutkimusten valossa myöskään syy nuoren pahoinvointiin. Kuormittavaa sen sijaan voi olla biovanhempien pitkittynyt riitely, nuoren tai vanhemman heikot tunnesäätelykeinot sekä ulkopuolisuuden kokemus perheessä. Kuulumisen tunne, osallisuuden kokemus juuri tähän perheeseen, ennaltaehkäisee syrjäytymistä ja vahvistaa tutkitusti kaikkien perheenjäsenten hyvinvointia.

Jokaisella nuorella on tarve olla hyvän aikuisen rakastettu lapsi. Se on oikeutettu toive. Kun nuori saa biologisilta vanhemmiltaan riittävästi rakkautta, hän ennakoii saavansa sitä uuden perheen bonusihmisiltäkin. Kun itsetunto on terve, nuori kykenee myös arvioimaan ansaitsevansa huonossa tilanteessa parempaa. Uudet ihmiset ovat myös uusi mahdollisuus. Niinpä huomiota ja välittämistä voi biovanhempien riidellessä saada myös bonusihmisiltä.

Uusperheen rakentumisvaiheessa nuoren biologisella vanhemmalla on tärkeä tehtävä sanoittaa uudelle puolisolleen nuorensa näkökulmaa. Valottaa nuoren persoonaa ja kehitysvaihetta: "Anna mun nuorelle aikaa. Se on itsenäistymässä, eikä juuri nyt ehkä kaipaa lisää perhettä."

### **Luottamus on pidettävä**

On hyvä muistaa, että kaikki asiat eivät kuulu kaikille. Luottamuksen säilyttäminen edellyttää luottamuksen arvoisena olemista. Nuorelta itseltäänkin voi kysyä: mitä haluaisit itsestäsi kerrottavan bonusihmisille? Mikä olisi tärkeää, jotta tulisit nähdyksi omana itsenäsi?

Samoin on tärkeä muistaa, että vaikka vanhempi on rakastunut ja sitoutumassa uuteen ihmiseen, nuorella on lupa luoda oma ja omanlaisensa suhde heihin. Yhtä tärkeää on sanoa lapsen lisäksi nuorenkin kohdalla ääneen, ettei uusi parisuhderakkaus vähennä vanhemmanrakkautta. Uskottavaksi viestin tekevät teot, kuinka nuori saa kokea olevansa myös hoidettavan arvoinen, ainutlaatuinen ihmissuhde.

Nuoren elämää voisi verrata aarrekarttaan. Aarre odottaa tuolla jossain. Aikuisen tehtävä on ylläpitää toivoa ja luottamusta siihen, että nuori löytää sen. Vaikka reitti rastilta rastille menisi kiertopolkuja ja olisi välillä aivan hukassakin, aina voi pysähtyä yhdessä tuumaamaan, minne seuraavaksi. Aarre on olemassa ja löydettävissä. Näytä ja osoita luottamus, usko nuoreen. Elämästä tulee hyvä, vaikka tiukkojakin hetkiä olisi matkalla.

Kunnioitusta ja luottamusta mallintavan aikuisen tärkeä viesti on: hyväksyn sinut sellaisena kuin olet.

**Kirsi Heikinheimo**



Vieraana Raisa Cacciatore,  
Väestöliitto  
asiantuntijalääkäri,  
lastenpsykiatri, nuorisolääkäri

# Neuropsykiatrinen valmentaja

Lapsen neuropsykiatriset erityispiirteet vaikuttavat koko uusperheen dynamiikkaan. Erityislapsi tarvitsee tukea ja ymmärrystä, mutta apua ja tietoa voi tarvita myös muu perhe, muistuttavat neuropsykiatriset valmentajat.

**V**iime vuosina olen törmännyt usein uusperheellisten kokemukseen haasteista erityislapsen tai -nuoren kanssa. Haasteet vaikeuttavat perheytymistä ja uusparin kommunikaatiota sekä haastavat vanhemman roolin ottamista ja rakentavan suhteen muodostumista. Erityislapsella tai -nuorella tarkoitetaan tässä lasta tai nuorta, jolla on synnynnäinen kehityshäiriö, vakava sairaus, autismin kirjon häiriö tai käyttäytymishaasteita aiheuttava trauma.

Neuroepätyypilliset piirteet lapsessa tai nuoressa ilmenevät usein käytöshaasteina ja hankaluuksina nähdä itsensä osana yhteisöä. Kirjo on laaja ja piirteiden havaitseminen voi olla vaikeaa. Joskus käy jopa niin, että ensimmäinen piirteitä tunnistava henkilö on bonusvanhempi, joka ei ole tuntenut lasta pienestä asti, vaan tarkkailee tätä uutena henkilönä arjessa. Toisinaan taas tilanteet

ovat jo kärjistyneet eikä nuori osaa ottaa vastaan apua vaan kieltäytyy kontakteista esimerkiksi koulunsa, sosiaalipalveluiden, hoitavien tahojen ja jopa läheistensä suuntaan.

Erityispiirteet näkyvät arjessa vireystilan ja tunteiden hallinnan vaikeuksina, siirtymien ja tilanteisiin sopeutumisen vaikeuksina (PDA), toiminnanohjauksen vaikeuksina, yli- ja aliherkkyyksinä, myös ruokailua koskien (ARTIF). Vaikeudet voivat näkyä myös kommunikaation ja identiteetin haasteina, oppimisvaikeuksina ja kuormittumisena, pakko-oireina tai addiktioina, joihin edelliset saattavat johtaa. Oleellista on ymmärtää, että kaikissa tilanteissa lapsi tai nuori ei voi muuttaa oireiluaan "reipastamalla" tai "ottamalla itseään niskasta kiinni" vaan käytöksen taustalla on epätyypillinen kykyprofiili, neurologiset tekijät, joihin yksilö ei itse voi vaikuttaa.





# minen ja nuori uusperheessä

Miten erityislapsen tai nuoren kanssa pärjää uusperheessä? Pohdimme asiaa yhdessä ratkaisukeskeisiksi neuropsykiatrisiksi valmentajiksi opiskelevien kanssa, ja esiin nousivat nämä viisi teemaa:

## 1. Tuetaan vanhempia tunnistamaan nepsyoireiden merkitys lapsen käyttäytymisessä

Jäämme helposti vanhempina ajatuksissamme jumiin siitä, kuinka vanhemman kuuluu toimia. Saatamme tiedostamattamme ajatella, että lapsen neuroepätyypillisuus on sairaus tai meidän aiheuttamamme vika. Tai, että kyse on vaan vähän rankemmasta teini-iän oireilusta. Diagnoosin saaminen lapsen haasteille ei välttämättä ole mitenkään tärkeää, mutta se saattaa mahdollistaa ymmärryksen lisääntymisen ja lapsen hyväksymisen omine piirteineen. Diagnoosi tai haasteiden muu tunnistaminen neurologisiksi voi myös vapauttaa vanhempia syyllisyydestä, kun lapsen tai nuoren toimintatavoille onkin muu selitys kuin oma epäonnistuminen vanhempiana.

Sosiaalisena vanhempiana voi olla vaikeaa puhua lapsen piirteistä biovanhemman kanssa. Vanhemmuus on henkilökohtainen aihe, jonka suhteen emme aina ole kovin hyviä kuuntelemaan toisen näkökulmia ja ohjeita. Biovanhempi saattaa syyttää lapsen oireilusta olosuhteita, lapsen muita läheisiä aikuisia ja näitten toimintaa ja kieltäytyä tunnistamasta omia pelkojaan. Uusperheen onnistumisessa keskeinen tekijä on kuitenkin puhuminen myös vaikeista asioista. Kuka olisi tärkeämpi tukija vanhemmuuden haastaessa kuin oma puoliso?

## 2. Ymmärretään ja hyväksytään tunteiden loogisuus

Kaikki tunteet ovat loogisia, silloin kun ymmärretään niiden taustalla olevat tekijät. Kun kieltäydymme kuulemasta lapsen tai nuoren kokemusta, kieltäydymme näkemästä hänen reaktioidensa tarkoituksenmukaisuutta. Tekijät taustalla voivat olla meille vaikeita ymmärtää, jos emme jaa samaa kokemusta aistien ylikuormittumisesta tai sosiaalisten tilanteiden vaikeudesta. Lapsen tai nuoren

Ylhäältä annetut säännöt ilman oman mielipiteen huomioimista herättävät lähinnä vastustusta ja vetäytymistä. Myös erityislapsella ja nuorella on tarve olla osallisena ja tulla kuulluksi.

kokemus on kuitenkin hänelle todellinen. Jos tuomitsemme kokemuksen, emme tue aistisääteilyn oppimista vaan sen kieltämistä ja salaamista.

## 3. Tunnistetaan, milloin on syytä hakea apua

Avun saaminen ei aina ole helppoa ja avun hakeminen vaatii jo voimavaroja. Apua on syytä kuitenkin hakea silloin, kun oireilu vaikeuttaa pärjäämistä arjessa ja vaikuttaa perheen dynamiikkaan. Lapsen tai nuoren jatkuva kuormittuminen saattaa johtaa uupumukseen ja hankaloittaa aivojen kehitystä jopa pysyvästi. Tueksi ei kuitenkaan riitä vain lapselle tai nuorelle tarjottava arviointi, diagnoosi tai lääkitys. Lapselle tai nuorelle merkittävin tuki on läheisten tuki ja sitä antaakseen myös perhe tarvitsee tukea ja ymmärrystä oireiluun vaikuttavista asioista. Unohtamatta vertaistukea ja kuulluksi tuleamista. Jotta apua olisi saatavilla matalammalla kynnyksellä, perheitä kohtaavia palveluita on syytä kehittää.

## 4. Ota lapsen tarpeet huomioon arkea rakentaessa

Erityislapsen tai nuoren tukeminen vaatii voimavaroja koko perheeltä. Jos olet itse kuormittuneessa tilassa, on sinun vaikeampi pysyä rauhallisena ja auttaa lasta tai nuorta hänen omassa tunteidensa sääntelyssä. Struktuurit ja arjen rutiinit voivat olla tärkeä osa arjen toiminnoissa selviämässä. Esimerkkinä ruokailu: nälän tunnistaminen on monille

neuroepätyypillisille henkilöille vaikeaa, mutta nä-  
län iskiessä tunteiden hallinta lähes mahdotonta.  
Jos ruokailu on aina samaan aikaan ja siinä on  
huomioitu ruokailuun liittyvät aistilliset rajoitteet,  
nälkäkiukkutilat kärjistyvät harvemmin. Tutussa  
ja turvallisessa ruokailutilanteessa siedättäminen  
ja uusien asioiden mukaan ottaminen on helpom-  
paa.

Älä kuitenkaan rakenna rutiineista vaatimuslis-  
taa. Vaatimuslista tai tarkka ohjelma saattaa lisätä  
kuormittumista ja paineita arjen suorittamisesta.  
Ylhäältä annetut säännöt ilman oman mielipiteen  
huomioimista herättävät lähinnä vastustusta ja  
vetäytymistä. Myös erityislapsella ja nuorella on  
tarve olla osallisena ja tulla kuulluksi.

Kahden kodin arjessa emme aina voi vaikuttaa  
toisessa kodissa vallitseviin käytänteisiin. Pienillä  
muutoksilla järjestelyissä voidaan kuitenkin hel-  
pottaa siirtymien tuomaa ahdistusta. Toiset hyö-  
tyvät yhteisen viikon aloittamisesta viikonlopusta  
ja rauhallisesta yhteisestä ajasta. Toiset saavat  
rytmin paremmin toimimaan, kun siirtymä tehdään  
viikon alkaessa.

## 5. Nähdään pienet onnistumiset ja juhliitaan niitä yhdessä

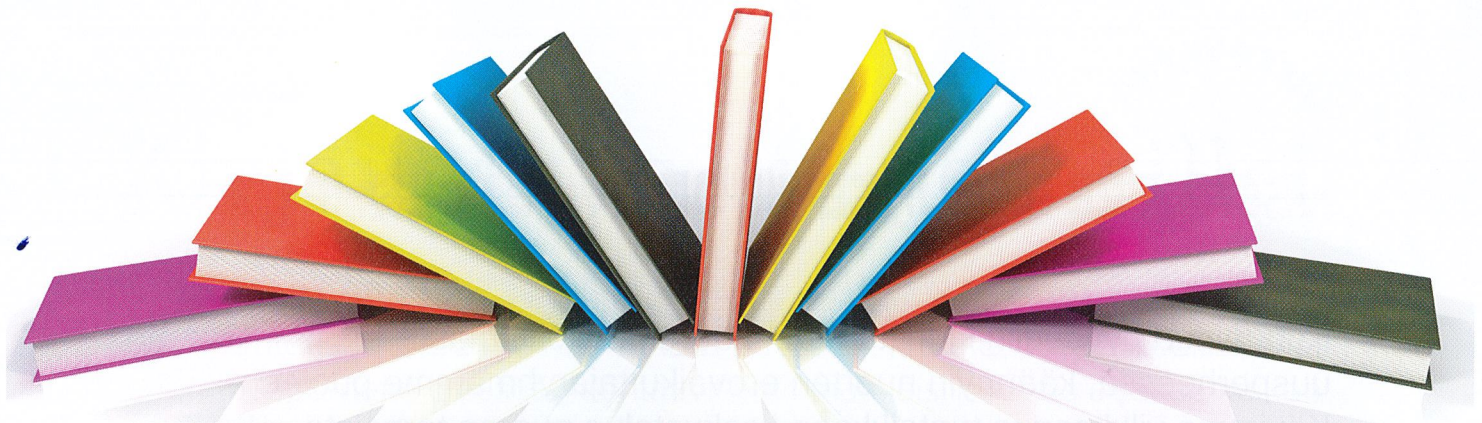
Joskus arki tuntuu raskaalta ja pelkkien epäonnis-  
tumisten ja kuormittumisen täyttämältä. Siksi on  
erityisen tärkeää oppia tunnistamaan ja huoma-  
maan hyvä. Paras vinkki on: työnnä siitä, mikä jo  
liikkuu. Lapsen tai nuoren vahvuus ei aina ole,  
minkä toivoisimme näkevämmä. Vahvuuksien tun-  
nistaminen ja motivaation hyödyntäminen auttavat  
kuitenkin nuorta oman tulevaisuutensa rakenta-  
misessa. Positiivisella kasvatuksella käännetään  
huomiota niistä asioista, jota emme voi muuttaa,  
niihin hyötyihin, joita voimme pienin askelin saa-  
vuttaa. Kun tavoiteltavat askeleet pidetään kyllin  
pieninä ja onnistumisia muistetaan juhlistaa ja teh-  
dä näkyviksi, vahvistuu kokemus omasta kyvyk-  
kyydestä pärjätä maailmassa.

**Eija Saarikivi,**  
tuleva ratkaisukeskeinen  
neuropsykiatrinen valmentaja

## Erityislapsen kohtaamisen huoneentaulu

### 10 + 1 teesiä

- Kohtaa minut yksilönä ja ihmisenä, älä diagnosoitujen tai epäiltyjen piirteiden kautta.
- Usein kehoitetaan katsomaan silmiin. Hyväksythän, että se voi olla minulle ahdistavaa
- Anna minulle turvaa. Minulla on siihen opittuja keinoja, jotka saattavat tuntua sinusta vierailta. Älä dissaa niitä, havainnoi ja kysy mieluummin.
- Turvaa oma riittävä hyvinvointisi, jotta sinulla on voimavaroja olla läsnä kohdatessasi minut.
- Pyri yhteistyövanhemmuuteen. Ymmärrä, jos vanhempani suojelevat minua. Se on heillä selkärangassa.
- Kerro, että minulla on oikeus ja lupa rakastaa ja ilmaista tunteitani.
- Tue sukulaissuhteitani. Minun omat kykyni niitten ylläpitämiseen eivät välttämättä ole riittävät.
- Kestä tunteeni. Vaikka ne vaikuttaisivat sinusta epäloogisilta.
- Älä rakenna arkea raskaaksi. Struktuurit auttavat automatisoimaan toimintaa enkä joudu käyttämään niin paljon energiaa muutosten sietämiseen
- Tue sisarusuhteita. Sisarukseni huomaavat paljon ja saatan purkaa heihin stressiäni. Älä hyväksy sisarusväkivaltaa.
- Muista ettet voi kiirehtiä minua. Ole kärsivällinen.



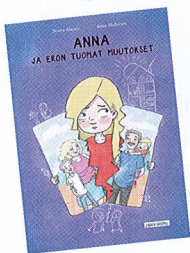
## Kirjavinkkejä lapsille ja nuorille

Kirjastosta löytyy uusperhe-aiheista lukemista niin pienille kuin isommillekin lapsille.

**Noora Alanen:**

### **ANNA JA ERON TUOMAT MUUTOKSET**

Pieni Karhu, 2022. 34 s.



Tämä kirja on tarina lapsesta, jonka vanhemmat ovat eronneet ja Anna on muuttanut äidin ja isoveljen kanssa uuteen kotiin. Anna ei ole vielä kotiutunut uuteen elämäntilanteeseen ja vertaa aikaa ennen vanhempien eroa.

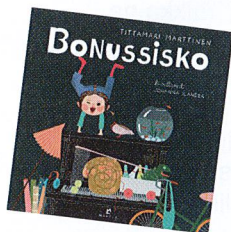
Ja sitten on vielä Jussi, äidin uusi ystävä. Anna jännittää Jussia, eikä kaikkia asioita voi kertoa äidillekään.

Onneksi on kuitenkin isomummu, joka kuuntelee Annan huolia ja toiveita. Ja tarjoaa välillä jäätelöä.

Anna ja eron tuomat muutokset -kirja kuvaa vanhempien eron mukanaan tuomia muutoksia lapsen näkökulmasta. Kirjassa näkyy elämän eri sävyjä ja tunteita, joita lapsi tilanteessa kokee.

**Tittamari Marttinen: BONUSSISKO.**

Kustannus-Mäkelä, 2021. 40 s.



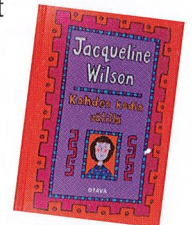
Miltä tuntuu, kun kotiin muuttaa uusi sisarus? Bonussisko ainakin laittaa kaiken mullin mallin. Vanhemmat keskittyvät vain toisiinsa, ja sisko keksii kaikkea villiä: teltassa yöpymisen, lemmikin koiratarhasta, yllätyshäät äidille ja tämän uudelle puolisolle... Yhtäkkiä ennen niin hiljainen koti on täynnä iloa, surua, kiukua, huumoria ja rakkautta. Niitä kaikkia mahtuu perheeseen, jossa kaikki uusi on bonusta. Toivotu kuvakirja kertoo uusperheen elämästä lapsentasoisesti.

Bonussisko-kirja palkittiin syksyllä 2021 Suplin vuoden uusperhetekona.

**Wilson Jacqueline:**

**KAHDEN KODIN VÄLILLÄ.** Otava, 2002. 159 s.

"Kun vanhempani erosivat, he eivät osanneet päättää, kumman luona minä asuisin." Niinpä 10-vuotias Andy-tyttö matkustaa joka viikko A-talosta B-taloon, äidin uudesta kodista isän uuteen kotiin. Mutta olo on kaikkialla ulkopuolinen: uudet sisarukset ovat todella riiviömäisiä, ja tavatessaan äiti ja isä vain huutavat toisilleen. Andyn toivomus numero yksi on: päästä maskottikani Retiisin kanssa takaisin vanhaan omaan kotiin!



**Riikka Ala-Harja: KAHDEN PERHEEN**

**EBBA.** Otava, 2018. 110 s.

Ebban kaksi perhettä kohtaavat, kun isä tulee käymään Saksasta uuden perheensä kanssa. Vierailu on yllätyksiä täynnä.

Viidesluokkalaisen Ebban ei tarvitse tänä keväänä lentää Berliiniin, sillä isä matkustaa Helsinkiin. Mukana tulevat isän uusi puoliso Jolanka ja Jolankan tytär Anna, joka roikkuu koko ajan Ebban kimpussa.

Korkeasaaren-retkellä Jolanka auttaa, kun Ebba kaivaa neuvoja hankalassa tilanteessa. "Ihan kuin Jolanka tajuais mua. Ekaa kertaa kunnonolla", Ebba ajattelee. Lisää yllättäviä asioita on luvassa, kun Ebban kaksi perhettä kokoontuu yhteiselle aterialle.



**Jukka Parkkinen:**

**VIEKAS MIES TULI TALOON.**

WSOY, 2001. 192 s.

Satu on murrosikäinen ja erittäin savenalmis tyttö. Satua ja totta tulee suusta tasaiseen tahtiin ja monenmoinen pikku huijaus luonnistuu häneltä helposti. Äidin uudesta miesystävästä eroon pääseminen kuitenkin tuottaa ongelmia jopa Sadulle.



# NELJÄ TEETÄ TUKEE NUORTA UUSPERHEESSÄ

Kun minua pyydettiin kirjoittamaan nuoren näkökulmasta uusperheessä, käännyin nuorten erovaikuttajaryhmämme puoleen. Kävimme vilkkaan ja tunteikkaan keskustelun nuoren tarpeista uusperheen eri vaiheissa. Uusperheasiat ovat myös nuorten erotyöpajoissa yksi eniten puhututtavista aiheista. Nuoret kokevat hyvinvointinsa uusperheessä liittyvän pitkälti neljän teen toteutumiseen: tutustumiseen, tilaan, turvallisuuteen ja tukeen.

## 1. TUTUSTUMINEN

Nuori haluaa tutustua vanhemman uuteen kumppaniin ja tämän mahdollisiin lapsiin rauhassa niin, että saa myös itse vaikuttaa vauhtiin. Omien vanhempien erosta, nuoren luonteesta ja monista elämäntilanteeseen liittyvistä seikoista johtuen kaikilla on oma tahtinsa tutustumiseen. Ajan antaminen auttaa nuorta käsittelemään tunteitaan, pääsemään mahdollisten ennakkoluulojensa yli ja rohkaisee ottamaan myös vaikeuksia puheeksi vanhemman kanssa.

## 2. TILA

Nuorelle oma fyysinen ja henkinen tila kotona on tärkeä. Nuori tarvitsee oman paikan, johon voi halutessaan vetäytyä ja arvostaa, että häneltä kysytään tarpeita ja toiveita tilan suhteen. Nuori toivoo lisäksi, että hänelle annetaan tilaa muodostaa omanlaisensa suhde uusperheen kaikkiin jäseniin.

## 3. TURVALLISUUS

Nuorelle on tärkeää, että hän voi kotona luottaa jokaiseen aikuiseen. Nuori on lisäksi tarkka siitä, että kaikkia uusperheen lapsia kohdellaan samanarvoisesti ja heillä on samat säännöt. Nuori toivoo usein, että hänen asioistaan vastuussa oleva aikuinen on oma vanhempi. Turvallisuuden tunnetta lisää myös se, että vastuunjaosta on sovittu ja se on sekä aikuisille että lapsille selvä.

## 4. TUKEA

Nuori haluaa vaikuttaa omaan elämäänsä, joten hän odottaa, että hänen mielipidettänsä kysytään perheen asioista. Nuori ymmärtää, että hän ei voi päättää kaikesta, mutta tarvitsee tunteen kuulluksi tulemisesta. Vanhempi voi tukea nuorta juttelemalla ja ottamalla nuoren toiveita huomioon. Kun lapsi kasvaa nuoreksi, hänen tarpeensa muuttuvat, ja hän saattaa toivoa muutoksia esimerkiksi asumiseen. Tällöin nuorta helpottaa, jos hänen toiveitaan kuunnellaan, vaikka ne herättäisivät vanhemmassa ristiriitaisia tunteita. Puhumalla vanhempi ja nuori oppivat myös toistensa ajatuksista.



Seuraavat nuorten erotyöpajat järjestetään kesäkuussa Helsingissä, Kuopiossa, Oulussa ja Rovaniemellä. Lisäksi myöhemmin on tulossa verkkoerotyöpaja, johon voi osallistua mistä vaan. Nuorten valtakunnalliseen erovaikuttaryhmään voi tulla erotyöpajan käymisen jälkeen.

**Terhi Rapeli**, nuorisotoiminnan päällikkö,  
VeNyvä, Yhden Vanhemman Perheiden Liitto  
[www.yvpl.fi/venyva](http://www.yvpl.fi/venyva)

# Kirjautuus uusperheille!

- Uutuuskirja Uusperheen ABZ on opas kaikille uusperheellisille ja uusperheitä työssään kohtaaville ammattilaisille. Teos sisältää kaiken olennaisen, jota sinun tulee tietää uusperhe-elämästä.
- Uusperheen ABZ tarjoaa oivalluksia ja ratkaisuja uusperheen suhteiden muodostumiseen sekä vinkkejä uusperhe-elämässä selviämiseen. Teos sisältää asiantuntija-artikkeleita, uusperheiden tarinoita sekä harjoituksia.
- Uusperheen ABZ käsittelee monipuolisesti ja moniäänisesti muun muassa bio- ja bonusvanhemmuutta, lasten ja nuorten sopeutumista uuteen tilanteeseen sekä suhteiden muodostumista uusperheessä.

ILMESTYY SYYSKUUSSA 2022

Suomen Uusperheiden Liitto ry

**Uusperheen ABZ**  
KÄSIKIRJA UUSPERHE-ELÄMÄÄN

Toimittanut Kirsi Heikinheimo

# Järjestöuutiset

## Suplin Stepping-hanke muuttuu pysyväksi StepApp-toiminnaksi

**S**tepping-hanke syntyi tarpeesta kehittää matalan kynnyksen toimintaa uusperheille kuntien perhepalveluihin. Hankkeen keskeinen arvo on ollut yhdessä kehittäminen. Palvelun kehittämisessä on ollut alusta asti mukana niin uusperheitä työssään kohtaavia ammattilaisia kuin uusperheiden aikuisia, lapsia ja nuoria.

Uusperheiden maksuttomia StepApp-valmennuksia ja -valmentajakoulutuksia on järjestetty Raision alueella, Keski-Uudellamaalla sekä vuodesta 2021 alkaen Pirkanmaalla. Toimintaluokilla asuu 12 % suomalaisista lapsiperheistä. Kaikkiaan Stepping-hankkeen toimintaan on osallistunut vuosien 2018-2021 aikana 1316 henkilöä.

Sosiaali- ja terveystieteiden vahvistaman STEA:n avustuksen myötä nelivuotinen hanke muuttuu StepApp-toiminnaksi. StepApp-toiminta tulee jatkamaan uusperhetyötä nykyisten kuntakumppanien kanssa toteuttaen alueellisia StepApp-tapahtumia uusperheille ja sote- ja kasvatusalan toimijoille. StepApp-toiminnassa työskentelevät jatkossakin asiantuntija Elisa Jyllikoski ja suunnittelija Laura Lehtonen.

StepApp-valmennus® on kuntien perhepalveluihin kehitetty, uusperheille suunnattu maksuton ryhmämuotoinen valmennus. Valmennuksen tavoitteena on vahvistaa ja tukea uusperheiden aikuisia vanhemmuudessa

ja pysähtyä kaikkien perheenjäsenten kesken uusperheen kasvun äärelle.

Viiden tapaamiskerran valmennuksessa uusperheiden aikuiset saavat ammattilaisten ohjauksessa vertaistukea, ohjausta ja konkreettisia työkaluja perheen arkeen. Valmennuksessa on käytössä koko perheelle suunnattu digitaalinen StepApp-sovellus, jonka myös perheen lapset ja nuoret saavat käyttöönsä. Sovellus sisältää tietoa uusperheellisyydestä ja eri ikäryhmille suunniteltuja, pelillisyyttä hyödyntäviä tehtäviä. Valmennusta ohjaa työpari, jotka ovat sosiaali-, terveys-, tai kasvatusalan ammattilaisia ja joilla on StepApp-valmentajan pätevyys.

StepApp-valmentajakoulutus 8 op on sosiaali-, terveys-

ja kasvatusalan ammattilaisille suunnattu koulutus, joka antaa ammattilaiselle valmiudet toimia StepApp-valmentajana ja ohjata omia StepApp-valmennusryhmiä. Koulutus pohjautuu Suomen Uusperheiden Liiton asiantuntijuuteen, lukuisiin kohderyhmäkyselyihin sekä laajaan kirjallisuuskatsaukseen uusperhetutkimuksista. Koulutus on maksuton ja tarkoitettu yhteistyökuntien työntekijöille. StepApp-valmentajia on koulutettu Raision, Järvenpään ja Pirkanmaan yhteistyökuntiin vuosina 2019-2021 kaiken kaikkiaan 59 ammattilaista.

Lisätietoja StepApp-toiminnasta: [www.stepapp.fi](http://www.stepapp.fi)

**Elisa Jyllikoski**

StepApp-toiminta toimii Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymässä, Raisiossa, Naantalissa, Ruskolla ja Perusturvakuntayhtymä Akselissa, sekä Pirkanmaalla (Kangasala, Lempäälä, Nokia, Tampere, Ylöjärvi).

Kuntakumppanien lisäksi ydinkumppaneita olivat Opinto-keskus Sivis ja Turun Yliopiston tutkimusohjelma Connected Health UTU (Gamification of Health) sekä hankkeen rahoittaja STEA.

StepApp-toiminnan käynnistäminen on maksutonta kunnille. Toiminnan käynnistäminen kunnassa edellyttää yhteistyösopimuksen solmimisen Suomen Uusperheiden Liiton kanssa. Kerromme kiinnostuneille mielellämme lisää kumppanuusyhteistyön mahdollisuuksista.



## Avoim Uusperhekahvila Keravalla

Uusperheellinen!

Tervetuloa yksin, kaksin tai koko perheen kanssa avoimeen uusperhekahvilaan MLL kohtaamispaikka Onnilassa 12.5. klo 17-19, Paasikivenkatu 12, Kerava

Suomen Uusperheiden Liitto ry järjestää yhdessä Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin kanssa avoimen uusperhekahvilan. Aikuisille tarjolla vertaiskeskustelua uusperhe-elämästä ja Suomen Uusperheiden Liitto ry:n toiminnasta. Paikalla keskustelua ohjaamassa ja pohjustamassa Suplin kouluttamat vertaisohjaajat.

Ennakoilmoittautumista ei vaadita, mutta voit halutessasi esittää ennakkotoiveita tai kysyä lisätietoja vapaaehtoistoiminnan koordinaattorilta eija.sarikivi@supli.fi/ 040 689 0511

SUOMEN UUSPERHEIDEN LIITON

# SUPERMIES

VIIKONLOPPU

2.-4.9.  
2022

LUE LISÄÄ JA ILMOITTAUDU WWW.Supli.FI



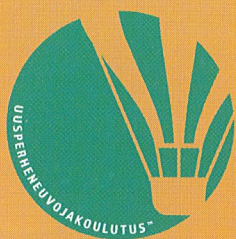
## PÄIVITÄMME VERTAISPUHELIMEN TOIMINTAA

Suomen Uusperheiden Liitto ry tarjoaa vertaistukea uusperheitä askarruttaviin kysymyksiin jatkossa keskiviikkoilta laajemmalla aikaikkunalla ajanvarauksella.

Pystyäksemme tarjoamaan tukea nykyistä joustavammalla aikataululla, vertaispuhelin toimii jatkossa ajanvarauksella ja teams-sovelluksen kautta. Teamsin käyttö ei edellytä sovelluksen asentamista tai muitakaan toimenpiteitä. Varauksessa antamaasi sähköpostiosoitteeseen tulevan linkin klikkaaminen riittää.

Puhelimen päässä päivystää vaihtuva, itsekin uusperheellinen vertaisohjaaja, jonka kanssa voit jakaa kokemuksia ja ajatuksia uusperheellisyden koko kirjosta, täysin luottamuksellisesti ja paikasta riippumatta.

WWW.Supli.fi



SUOMEN UUSPERHEIDEN LIITTO RY KOULUTTAA  
UUSPERHENEUVOJAKOULUTUS™ 30op  
2022-2023

AMMATILLINEN TÄYDENNYSKOULUTUS  
SOSIAALI- TERVEYS- JA KASVATUSALAN  
AMMATTILAISILLE

Koulutus lisää valmiuksia kohdata uusperheitä, auttaa ymmärtämään erilaisia perhemalleja ja antaa välineitä monimuotoisten perheiden kanssa työskentelyyn.

Prosessikoulutuksessa on mahdollisuus viimeisimmän tutkimustiedon lisäksi vahvistaa omaa itsetuntemustaan sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja.

Opetus koostuu teorialuennoista, toiminnallisista menetelmistä sekä mm. psykodraama- ja sosiodraamatyöskentelystä.

#### KOULUTUKSEN RAKENNE

Uusperheneuvojakoulutus on ammatillinen täydennyskoulutus, jonka laajuus on 30op ja 22 lähikoulutuspäivää.

Koulutus toteutetaan monimuoto-opetuksena ja se on mahdollista suorittaa työn ohella.

Opiskelijoilla on koulutuksen aikana käytössä Opintokeskus Siviksen tarjoama sähköinen oppimisympäristö.

#### KOULUTTAJAT

Pääkouluttajina toimivat:

Psykoterapeutti, pari- ja perheterapeutti  
Kirsi Heikinheimo ja  
KT, psykodraamaohjaaja Eeva Riutamaa.

#### HAKUAIKA

1.2.2022 alkaen sivulla uusperheneuvoja.fi/ hakeudu koulutukseen

#### HINTA

Vuoden 2022-2023 koulutuksen hinta on 2200€ (alv 0%) eli 100€ / lähipäivä. Maksun voi suorittaa neljässä osassa.

#### Lähijaksot 1 – 10

1. Minä ammattilaisena to-pe, 18.-19.8.2022
2. Vanhemmuus to-pe, 22.-23.9.2022 (etänä)
3. Uusperhe perheenä to-pe, 27.-28.10.2022
4. Up-neuvojan työkalupakki to-pe, 24.-25.11.2022 (etänä)
5. Parisuhde uusperheessä to-pe, 15.-16.12.2022
6. Psykodraamajakso ke-pe, 18.-20.1.2023
7. Erityiskysymykset uusperheessä to-pe 16.-17.2.2023 (etänä)
8. Perheiden moninaisuus to-pe, 16.-17.3.2023 (etänä)
9. Menneisyys to-pe, 20.-21.4.2023 (etänä)
10. Päätösjakso ke-pe, 24.-26.5.2023

Supli



Osaavaa kansalaistoimintaa

Opintokeskus Sivis



LISÄTIETOJA: Eija.saarikivi@supli.fi tai toimisto@supli.fi