

# MENETELMIÄ UUSPERHEIDEN KOHTAAMISEEN

---

Marika Seikkula

20.11.2017

## Sisältö

|   |    |
|---|----|
| 1. Johdanto .....                                       | 3  |
| 2. Uusperheen määrittelyä .....                         | 4  |
| 3. Vuorovaikutustaidot uusperheiden kohtaamisessa ..... | 4  |
| 4. Menetelmiä uusperheiden kohtaamiseen .....           | 5  |
| 4.1 Sukupuu .....                                       | 5  |
| 4.2 Parisuhteen palikat .....                           | 8  |
| 4.3 Rakentava riitely .....                             | 9  |
| 4.4 Uusperheen vaiheet .....                            | 9  |
| LÄHTEET .....   | 10 |
| LIITE 1 Rakentava riitely .....                         | 11 |
| LIITE 2 Uusperheen vaiheet .....                        | 12 |
| LIITE 3 Perheytyksen vahvistaminen .....                | 15 |
| LIITE 4 Taulu eron jälkeen .....                        | 16 |

## 1. Johdanto

Tämän uusperheneuvojakoulutuksen kehittämistehtävän tarkoituksena on koota itselleni erilaisia menetelmiä uusperheiden kohtaamiseen perhekeskustyössä Rauman perusterveydenhuollossa. Uusperheneuvojakoulutuksen aikana olen tutustunut erilaisiin menetelmiin ja valinnut niistä itselleni sopivimpia.

Kehittämistehtävänäni kokoan yhteen kansioon joitakin menetelmiä, joita arvioin voivani käyttää mm. uusperheiden kohtaamisessa, mutta ovat käyttökelpoisia kaikenlaisten perheiden kanssa tehtävässä työssä. Menetelmien ollessa samassa kansiossa kootusti voin helposti ottaa sen mukaan asiakastyöhön siirtyessäni työpisteeltä toiselle. Työyhteisössä on mahdollista myös muiden halutessaan käyttää tai kopioida menetelmiä kansioistani. Osan menetelmistä laminoin, jotta säilyvät parempana ja osasta otan valmiiksi kopioita annettavaksi perheille. Työpaikallani on ajankohtaista erilaisten ero- ja uusperheryhmien kehittäminen ja itse olen siinä nyt koulutuksen myötä valittuna myös kehittäjäksi. Myös ryhmiin ajattelen voivani hyödyntää valittuja menetelmiä.

Menetelmät, jotka olen valinnut kehittämistehtävääni on tuntunut minulle sopivilta työkaluilta. Toki koulutuksen aikana olen saanut monia hyödyllisiä käytäntöön otettavia vinkkejä. Erityisesti sukupuun hyödyn sain kokea itse ollessani koulutuksessa ”mallioppilana”, kun Larkelan Pekka opetti sen käyttöä ryhmälle. Itse ollessani hänen haastateltavan, huomasin oivaltaneeni monia asioita omaan sukuuni liittyen ja siksi haluan sen ottaa aktiivisesti asiakaskäyttöönkin.

Toinen ehdottomasti suosikkini koulutuksen aikana oli parisuhteen palikat, joka on yksinkertainen ja käytännönläheinen työkalu. Mielestäni palikoissa jotenkin konkretisoituu hienosti parisuhteen osa-alueet nähtäväksi. Parisuhteen palikat ovat jo sinänsä hieno teemaan sopiva sisustuskin työhuoneessa.

Itse en ole niinkään pitkien kirjojen lukija ja sen vuoksi suosin lyhyitä ytimekkäitä ohjeita ja opastuksia, joita laiskempi ja kiireisempikin ihminen ehtii lukemaan. Niinpä yhdeksi yksinkertaiseksi ohjeistukseksi nousi rakentava riitely. Riitelytaidot ja tilanteet ovat usein pariskuntien kanssa esille nousevia asioita. Rakentavan riitelyn pohjalta on hyvä lähteä miettimään omia ja parin vahvuuksia sekä miettimään parannettavia asioita. Riitelyyn liittyen on tarkoitus vielä tehdä itselle töihin käytettäväksi ”riitelypussin”, joka koulutuksessa tuli esille. Pussiin on tarkoitus laittaa esineitä jotka symboloi riitatilanteita, esim. kalenteri, suurennuslasi, peili, puhelin, teippi ym. Jokainen kokee esineiden merkityksen erilaisena ja herättää hyviä keskusteluja. Koulutuksessa jotenkin kolahti kohdalleen erilaisten esineiden nostamat merkitykset jo omassa elämässäkin, siksi koen sen hyödylliseksi töihin käytettäväksi.

Uusperheenvaiheet olin aikaisemmin kuullut, mutta jokseenkin todellistui koulutuksen aikana paremmin erilaisten kokemusasiantuntijoidenkin kautta. Uusperheenvaiheista olen koulutuksen aikana puhunut uusperheellisten kanssa ja kokenut sen hyödyllisenä. Nyt kehittämistyönä halusin toteuttaa vaiheet käytännönläheisemmäksi ja näkyvämmäksi kuin mitä ne pelkästään puheessa ovat ja siksi tein laminoitua taulut.

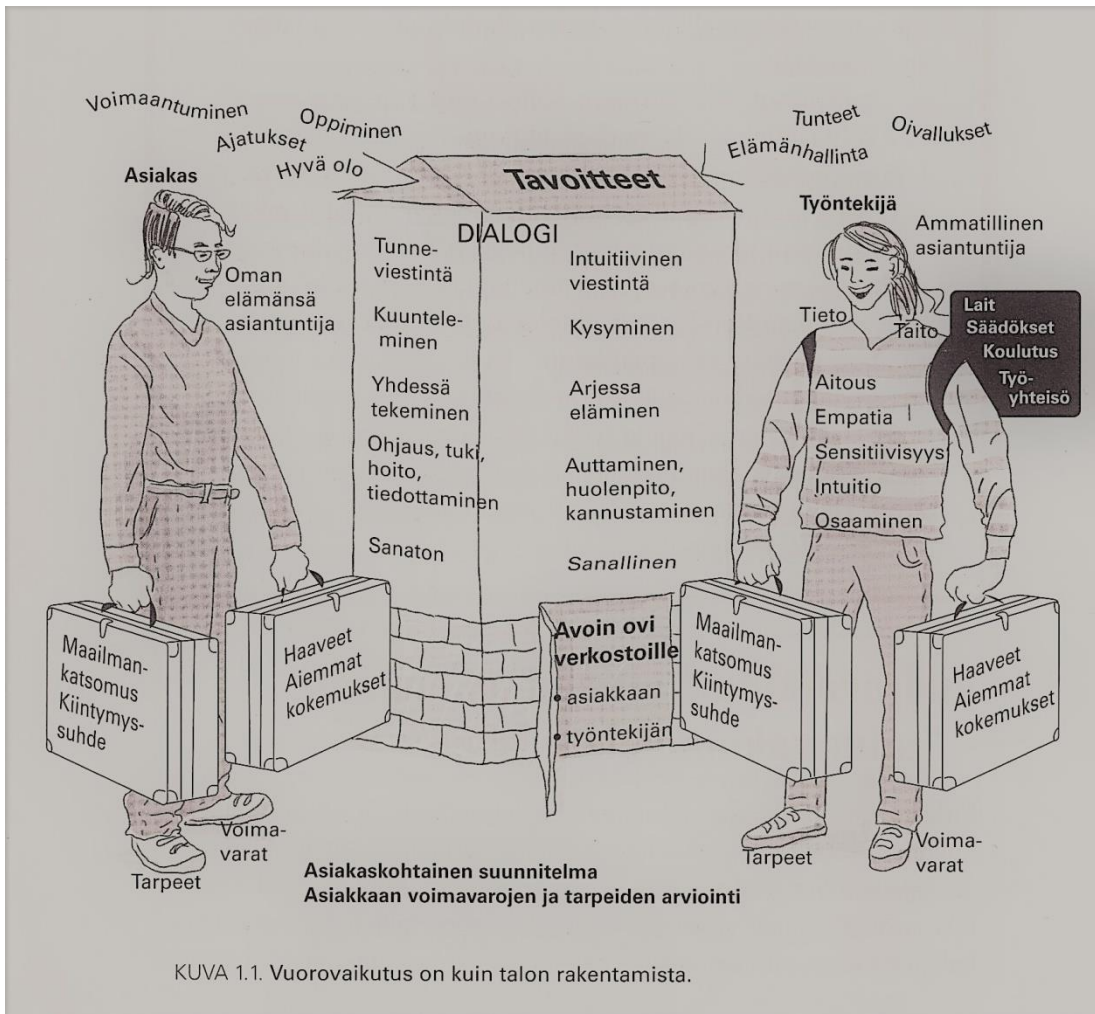
## **2. Uusperheen määrittelyä**

Uusperheessä on toisella tai molemmilla aikuisilla yksi tai useampi alaikäinen lapsi edellisestä liitosta. Kyse on siis eronneiden tai leskeksi jääneiden uudesta liitosta, jossa mukana on lapsi/ lapsia ja mahdollisesti myös yhteisiä lapsia. (Vilen, Seppänen, Tapio ja Toivanen 2010, 14.)

Lapsiperheistä on uusperheitä yli yhdeksän prosenttia. Ne ovat avo- tai avioparien perheitä, joissa asuu vähintään yksi vain toisen puolison alaikäinen lapsi. Tarkkaa tilastotietoa ei ole olemassa siitä, kuinka monessa ydinperheeksi tilastoidulla perheen aikuisella asuu toisaalla aiemmasta liitosta olevia lapsia. Todennäköisesti uusperhe-elämän erityispiirteet koskettavat huomattavasti laajempaa määrää perheitä kuin tilastomme antavat ymmärtää. (Castren 2009, 12.)

## **3. Vuorovaikutustaidot uusperheiden kohtaamisessa**

Uusperheiden kohtaaminen vaatii erityisen hyviä vuorovaikutustaitoja. Perheessä on uusia vuorovaikutussuhteita, joiden hienotunteinen kohtaaminen vaatii arviointia. Vuorovaikutuksellinen kohtaaminen-kirjassa sosiaali- ja terveydenhuollon vuorovaikutustaitojen osaamista verrataan talon rakentamiseen. Vuorovaikutustaidot eivät ole itsestäänselvyys vaan niitä täytyy harjoitella ja kehittää kuin muitakin ammatillisia taitoja. Kirjassa talonrakentaja kuvaa, miten hän muuttaa rakentamisen aikana menetelmiä ja työkaluja tarpeen mukaan. Valintaan vaikuttaa laaja-alainen tilanteen arviointi. Samalla tavalla sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilainen arvioi asiakkaan tilannetta, omaa perustehtäväänsä sekä valitsee käyttämänsä menetelmät ja työkalut käyttöönsä laaja-alaisen arvioinnin perusteella. (Vilen, Leppämäki ja Seppänen 2008, 17.)











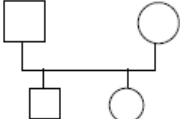

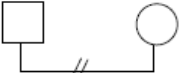

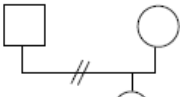


(Vilen ym. 2008, 16.)





## 4. Menetelmiä uusperheiden kohtaamiseen

### 4.1 Sukupuu

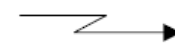

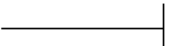

Sukupuu avulla uusperheneuvojan on helpompaa pitää mielessään perheenjäsenet, perheen vuorovaikutuskuviot ja perheen tapahtumat. Sukupuu organisoii perheterapeuttista ajattelua ja toimintaa. Sukupuu antaa tietoa uusperheestä ja sen historiasta ainakin kolmen sukupolven ajalta. Sukupuu antaa mahdollisuuden hahmottaa nopeasti uusperheen suhdekuvioita. Sukupuun avulla uusperheen jäsenten on mahdollista nähdä itsensä uusin silmin. Sukupuun tekoon liittyvä haastattelu tarjoaa mahdollisuuden systemisten kysymysten tekoon, jolloin se orientoi perheen systemiseen ajatteluun ja perhe että neuvoja saavat mahdollisuuden nähdä laajemmin uusperhekuvion ja sen alasysteemejä. Sukupuussa mainitut iät ja päivämäärät auttavat hahmottamaan, minkälaisia elämänkaareen kuuluvia vuorovaikutus- ja sopeutumiskuvioita perhe kulloinkin on joutunut kohtaamaan ja asettuvatko kuviot nk. normatiivisen elämänkaaren puitteisiin. (Larkela 2017)

## Sukupuun merkit

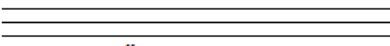


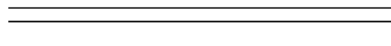
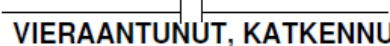
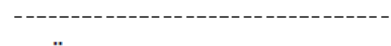
|   |                                   |   |                     |
|---|-----------------------------------|---|---------------------|
|    | MIES                              |    | RASKAUS             |
|    | NAINEN                            |    | ABORTTI             |
|    | AVIOLIITTO                        |    | KESKENMENO          |
|    | AVOLIITTO                         |    | ADOPTIO             |
|    | LAPSET                            |    | IDENTTISET KAKSOSET |
|    | AVIOERO                           |   | LESBOSUHDE          |
|   | AVIOERO<br>(lapsi äidin huostaan) |  | HOMOSUHDE           |
|  | ASUMUSERO                         |   |                     |





 KUOLEMA

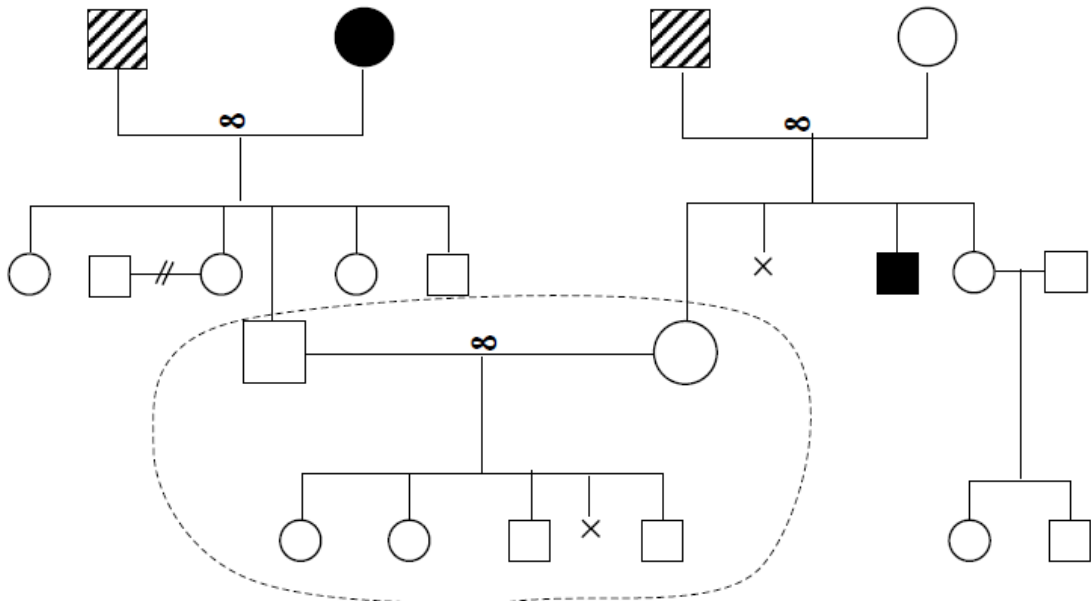
### Suhteissa

|   |           |   |           |
|---|-----------|---|-----------|
|  | AGGRESSIO |  | SYMBIOOSI |
|  | TORJUNTA  |  | SITOMMEN  |

### Suhdetta kuvaavia viivoja

|   |                            |  |                               |
|---|----------------------------|--|-------------------------------|
|  | HYVIN LÄHEINEN             |  | KIETOUTUNUT JA RISTIRIITAINEN |
|  | VÄHÄINEN JA RISTIRIITAINEN |  | LÄHEINEN                      |
|  | VIERAANTUNUT, KATKENNUT    |  | ETÄINEN                       |

## Sukupuun teko



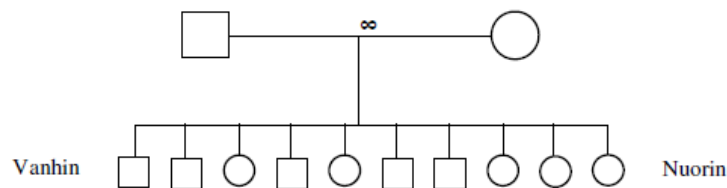
Ennen kuin alat tehdä sukupuuta, selvitä kuinka suuret suvut vanhemmillasi on ja kuinka monensia he itse ovat sisarussarjassa, jotta osaat sijoittaa nykyperheen keskelle paperia. Nykyperheen voi irrottaa lopuksi perhesuvuista esimerkiksi katkoviivalla.

Sukupuuhan merkittään syntymä- ja kuolinvuodet, vihkimis- ja eroamisvuodet, kuolinsyyt, sairaudet ja ammatit ehkä asuinpaikkakunta tai jotakin muuta merkittävää.

Sukupolvet pyritään asettamaan samalle tasolle. Vanhin lapsista asetetaan vasemmalle, nuorin oikealle. Merkittävät henkilöt voidaan ilmaista ympyrän tai neliön koolla tai värittämällä ääriviivat esim. punaisella, sinisellä, violetilla, keltaisella jne.

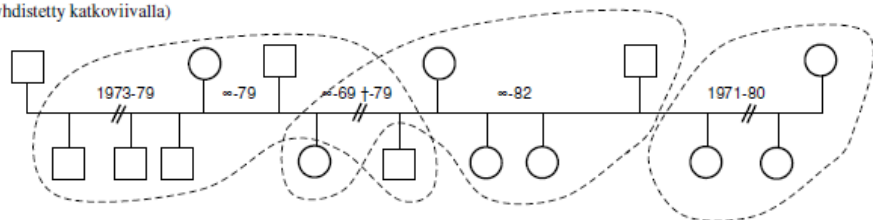
Käytä sukupuun piirtämiseen mielellään jotain muuta väriä kuin mustaa. Perheeltä voi kysyä mitä väriä he haluavat käyttää. Mustaa käytetään kuoleman värinä. Jos kuollut on läheinen, mustataan koko ruutu tai ympyrä, jos hän ei ole kovin läheinen riittää viivoitus tai X.

### Paljon lapsia



### Sukupuupiirros uusperheestä

(samaa talouteen kuuluvat yhdistetty katkoviivalla)



## 4.2 Parisuhteen palikat

Parisuhde ei ole vain hahmoton möykky, vaan siinä on monia osa-alueita. Parisuhteen palikoiden perusidea on tuoda näkyviin parisuhteen tärkeitä osa-alueita ja tätä kautta tukea ihmisiä ymmärtämään parisuhteeseen liittyviä asioita paremmin. Katselemalla Parisuhteen palikkatalon – kuvaa tai konkreettisia puisia palikoita herää ajatuksia ja keskustelu helpottuu. (Seppänen 2017)

Parisuhteen palikat tekevät näkyväksi parisuhteen osa-alueiden välisiä vaikutuksia toisiinsa ja muodostavat konkreettisen kuvan parisuhteesta. Parisuhteen palikat auttavat tarkastelemaan parisuhdetta eri alueiden näkökulmista. Palikat on keskustelujen pohjalta syntynyt ajattelumalli, joka ei sisällä oletusta yhdestä oikeasta lähestymistavasta. Palikoiden nimet ovat ymmärrettävät ja käytännönläheiset sanat tärkeistä elämänalueista. Työväline on avara ja joustava käyttötilanteen mukaan. (Seppänen 2017)



Nimeämättömät palikat Toisessa mallissa millään palikalla ei ole etukäteen annettua nimeä. Kaikki palikat voi nimetä itse käyttämällä esimerkiksi tehtäväkorttia. Pistä parisuhteesi palikat paikoilleen. Tämä malli antaa tilaa kunkin omalle kokemukselle. Se sopii todennäköisesti paremmin kahden kulttuurin pariskunnille kuin ennalta nimetyt palikat. Työvälineeseen ei siis liity oletusta, että Parisuhteen palikoilla on olemassa jotkut kaikille sopivat, oikeat nimet. (Seppänen 2017)

Parisuhteen palikat ovat helposti käytettävissä kotona omassa parisuhteessa keskusteltaessa oman parisuhteen vahvuuksista ja pohdittavaksi parisuhteen hiertävistä asioista. Samantapaista keskustelua on helppo käydä parisuhteen palikoiden avulla erilaisissa pariskuntien tapaamisissa. Jo palikkatalon esillä pitäminen on havainnollistavaa ja ajatuksia herättävää. Palikkatalon rakentaminen palikka kerrallaan on havainnollistavaa ja tekee keskustelusta havainnollisemman ja käytännönläheisemmän. Parisuhteen palikat ovat mainio menetelmä luentojen alustukseen ja keskustelun pohjaksi ryhmätilanteisiin. (Parisuhteen palikat)



### 4.3 Rakentava riitely

Parisuhde on aina kahden erilaisen ihmisen suhde, jossa ristiriidatkin ovat väistämättömiä. Osa ristiriidoista voidaan ratkaista ja osa riidoista on sellaisia joita ei voida ratkaista. Niidenkin kanssa kuitenkin voi oppia elämään. Tutkimusten mukaan sekä onnellisissa että onnettomissa parisuhteissa on riitoja ja ongelmia. Onnellisuuden kannalta keskeistä onkin, miten tulee ongelmien kanssa toimeen. Miten pari osaa käsitellä ristiriitoja ja kuinka hallitsevia tai kuluttavia ne ovat? Ristiriidat ovat parhaimmillaan mahdollisuus luoda läheisyyttä ja tutustua toiseen syvemmin. (Väestöliitto)

Tunteiden säätely tarkoittaa ihmisen keinoja lievittää tai vahvistaa tunnereaktioita tavoitteiden saavuttamiseksi ja tasapainon säilyttämiseksi. Parisuhteessa keskeistä on, miten vahvistetaan ja pidetään yllä keskinäistä hyvää ilmapiiriä ja miten lievitetään vaikeuksia. Sekä kielteiset että myönteiset tunteet ovat tärkeitä. Myönteiset tunteet ylläpitävät keskinäistä läheisyyttä. Kielteiset tunteet ovat viestejä siitä, mikä ei toimi ja mitä tarvitsemme. (Väestöliitto)

Rakentava riitely oli yhtenä menetelmänä uusperheneuvojakoulutuksessa ja sen harjoitteluun palvelee eri-ikäisiäkin uusperheen jäseniä. Kansiooni liitän laminoidun rakentavan riitelyn huoneen taulun, jota voin asiakkailleni näyttää ja siitä keskustella sekä yksin tai pariskuntana. Otan kansioon myöskin kopioita rakentavan riitelyn huoneentaulusta, joita voin antaa halukkaille kotiin vietäväksi.

### 4.4 Uusperheen vaiheet

Uusperheen kehitysvaiheet jakautuvat alkusykliin, jolloin aikuiset hyvittelevät lapsille rikkoutunutta perhettä. Aikuiset ovat alussa rakastuneita ja tekevät kaikkensa saadakseen kaiken onnistumaan. Aikuiset haluavat kaikki onnelliseksi. Tämä vaihe kestää noin 2-3 vuotta ja sen jälkeen seuraa hämmennyksen vaihe, jolloin pelko uudesta epäonnistumisesta alkaa hiipiä mieleen. Tähän vaiheeseen kuuluu pettymystä ja kielteisiä tunteita. Biologinen vanhempi saattaa joutua vaikeaan välikäteen. Hämmennyksen jälkeen alkaa keskivaihe, poterovaihe, täysrähinä, jolloin tunteita aletaan selvittää. Äiti- isäpuolet saattavat jäädä vaille tukea ja biologiset osapuolet liittoutuvat. Perheen tulisi pystyä vetämään selkeät rajat perheen ja muiden väliin. Myöhäisvaiheessa perheen sisäiset roolit alkavat muodostua ja perheytyminen alkaa. Vuorovaikutus ja suhteet ovat avoimempia ja läheisyys kasvaa. Tässä vaiheessa perheen aikuiset toimivat yhtenä rintamana ja tekevät päätöksiä yhdessä. Perheenjäsenten identiteetit asettuvat ja vakiintuvat. (Heikinheimo 2017)

Työhöni olen tehnyt uusperheidenvaiheista A4 kokoiset laminoidut taulut, joita on helppo käydä uusparien kanssa lävitse ja antaa heille tietoa vaiheista. Liitteeksi olen laittanut mallit tauluista sekä tehnyt A4 kokoisen taulun, jossa on perheytymistä tukevia ohjeita perheiden kanssa läpikäytäväksi.

Luettuani kirjallisuutta kehittämistehtävää varten, halusin vielä tehdä perheytyymisen tukemista ajatellen ohjetaulun hyväksi havaituista asioista eron jälkeen.

## LÄHTEET

Castren 2009, Onko perhettä eron jälkeen? Eroperhe, etäperhe, uusperhe. Helsinki.

Heikinheimo Kirsi 2017, Uusperheneuvojakoulutuksen luento 16.2.2017. Turku.

Larkela Pekka 2017, Uusperheneuvojakoulutuksen luento 16.3.2017. Turku.

Mäkijärvi 2014, Kahden kodin lapset, miten tuen lasta vanhempien erossa. Saarijärvi.

Parisuhteen palikat, ohjelehtinen, Kirkkohallituksen perheasiat ja kristillinen aviopari ja parisuhdetyö.

Seppänen Arja 2017, uusperheneuvojakoulutuksen luento 19.10.2017. Turku

Vilen, Leppämäki ja Seppänen 2008, Vuorovaikutuksellinen tukeminen.

Vilen, Seppänen, Tapio ja Toivanen 2010, Kohtaamisia lapsiperheissä, menetelmiä perhetyöhön. Helsinki.

Väestöliitto:[http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa\\_parisuhteesta/toimiva\\_parisuhde/keskustelu\\_pari\\_suhteessa/rakentava-riitely/](http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/toimiva_parisuhde/keskustelu_pari_suhteessa/rakentava-riitely/)



## RAKENTAVA RIITELY

---

1. *Selvittäkää, mistä riitelette – onko kyse väärinymmärryksestä?*
2. *Pysykää aiheessa- älä nosta vanhoja riitoja esille!*
3. *Puhukaa kauniisti – ei haukuta ja kiroilla!*
4. *Välttäkää yleistyksiä – Älä käytä ” sinä et koskaan”, ”sinä aina” sanontoja*
5. *Kuuntele loppuun puolisosi asia – älä keskeytä häntä!*
6. *Ottakaa tarvittaessa pieni rauhoittumisen hetki ja jatkaa keskustelua.*
7. *Älkää sotkeko lapsia ja sukulaisia riitaan - Kyse on teidän riidasta!*
8. *Ottakaa vastuu teoistanne ja tunteistanne!*
9. *Älkää uhkailko erolla*
10. *Miettikää, haluatteko olla onnellisia vai oikeassa!*

*Anna anteeksi – Pyydä anteeksi!*

## LIITE 2 Uusperheen vaiheet

### RAKASTUNUT PARI - UNELMA ONNESTA

- Rakastunut pari, kesto n. 2-3 vuotta
- Puolison lapset otetaan avosylin vastaan
- Usko siihen, että kaikki tulevat uusperheessä onnellisiksi
- Aikuiset hyvittävät lapsille tämän rikkoutunutta perhettä
- Aikuiset luovat joukkuehenkeä
- Halu voittaa lasten luottamuksen ja lunastaa paikkansa uusperheessä



## HÄMMENNYS

- Pelko uudesta epäonnistumisesta alkaa hiipiä mieleen
- Unelmat alkavat kariutua, kielteiset tunteet nousevat pintaan
- Aikuiset tuntevat itsensä pettyneiksi ja voivat huonosti →  
usein promoottorina muutokselle
- Pettymystä ja kielteisiä tunteita
- Biologinen vanhempi saattaa olla hankalassa asemassa lasten ja puolison välillä



## POTEROVAIHE - TÄYSRÄHINÄ

- Tunteita aletaan selvittää
- Biologiset osapuolet usein liittoutuvat
- Äiti- tai isäpuoli jää helposti vaille tukea,  
ja hänen on vaikea löytää rooliaan parisuhteessa
- Vedettävä selkeät rajat perheen ja ”muiden” väliin
- Löydettävä yhteistä aikaa parisuhteen vaalimiseen
- Perheelle tulee rakentua omia rituaaleja sekä pelisääntöjä
- Kesto n. 1-3 vuotta



MEIDÄN LAUMA - "MYÖHÄISVAIHE"

- Perheytyminen alkaa tapahtua
- Parisuhteella on vankka perusta
- Parisuhteen ja uusperheen sisäiset ja ulkoiset roolit tarkentuvat ja vahvistuvat
- Läheisyys kasvaa
- Suhteet ovat avoimempia
- Identiteetit asettuvat ja vakiintuvat
- Aikuiset toimivat yhteisenä rintamana ja ratkaisut tehdään yhdessä



**LIITE**  
**vahvistaminen**

**3**

**Perheytyamisen**

- Oman historian luominen, meidän perheen riitit
- Meidän perheen säännöt
- Omat valokuvat
- Pienistä asioista puhuminen (kaikkien asioiden aukipuhumisen tärkeys!)
- Viikoittaiset perhepalaverit: tärkeää, että jokainen perheenjäsen tulee kuulluksi
- Vahvistetaan erikseen kunkin perheenjäsenen keskinäistä suhdetta
- Kehitetään me-ajattelua; mm. perhealbumit, yhteiset lomamatkat...
- Ollaan kiinnostuneita puolison kuulumisista > Mitä sinulle tänään kuuluu?
- Oma aika/kahdenkeskeinen aika
- Rajojen asettaminen suhteessa ”meihin ja muihin” (biologisella vanhemmalla tässä merkittävä rooli)

(Heikinheimo 2017)



LIITE 4 Taulu

eron jälkeen

ERON JÄLKEEN....



- Salli itsesi ja entisen puolisosin jatkaa elämää eron jälkeen vapaasti – älä seuraa häntä, äläkä anna hänen seurata sinua
- Älä menetä uskoasi rakkauteen – olet rakkauden arvoinen
- Vältä katkeruutta – tuloksena on uskomaton vapaus, ilo ja onnellisuus
- Lopeta vanhat riidat – kukaan ei ole katunut sitä
- Uudista elämäsi ja kotiasi – pienin teoin ja askelin
- Ole kiitollinen kaikesta hyvästä
- Arvosta ja kunnioita lastasi
- Arvosta itseäsi – olet selviytynyt erosta, joka vaatii paljon sopeutumista
- Erosta huolimatta pystytte huolehtimaan hyvästä vanhemmuudesta – suokaa se lapsellenne



(Mäkijärvi 2014, 108)