



10 KÄSKYÄ, TAI PAREMMINKIN VINKKIÄ UUSPAREJA KOHDATTAESSA

Suvi Solanto

Uusperheneuvojakoulutus 2019-2020

Kehityshanke

Sisällysluettelo

Johdanto.....	2
Parisuhde - uusperheen ydin	5
Uusperheen kehitysvaiheet	7
Uusperheen monet ihmissuhteet.....	9
Kuormittavia tekijöitä uusparisuhteessa.....	11
Vahvistavat asiat uusparisuhteessa	13
Tunteiden kirjo uusperheissä	14
Parisuhde vs. vanhemmuus	16
Lähteet	18

Johdanto

Uusperheneuvojakoulutuksen opintoihin kuuluu lopputyönä tehtävä kehityshanke. Tämän lopputyön tarkoitus on auttaa Parempi avioliitto ry:n avioliittotyössä toimivia ohjaajapareja pääsemään mahdollisimman hyvään lopputulokseen auttamistyössään ja ymmärtämään uusperheitä koskevat ainutlaatuiset tekijät.

Parempi avioliitto ry on toiminut nyky nimellään vuodesta 2013, mutta avioliittotyön juuret kantavat aina 70-luvulle saakka, kun perustajapariskunta Heikki ja Paula Ranssi toivat työskentelymallin pariskuntien hyväksi Norjasta saamiensa oppimien mukaisesti. Toiminta perustuu vapaaehtoiseen vertaistukeen. Yhdistys järjestää avioliittoleirejä ja -kurseja, mies- ja naistapahtumia sekä tarjoaa tukipareja kriisissä oleville pareille. Parempi avioliitto ry:n kurssit ovat vapaan sivistystyön koulutusta, jota järjestetään yhteistyössä kansanopistojen kanssa. Vuosittain tapahtumiin osallistuu yli 1200 paria.

Olen itse osallistunut yhdistyksen järjestämiin parisuhdeviikonloppuihin ja viikon mittaisille leireille yhdessä puolisoni kanssa ensi kerran vuonna 2013 ja vaikutuin jo silloin vertaistuen voimakkaasta merkityksestä. Ryhmissä päästiin todellakin pintaa syvemmälle ja keskustelut muodostuivat toivoa antaviksi sekä ratkaisukeskeisiksi. Nykyään työskentelen kolmatta vuotta yhdistyksen työntekijänä, ollen mukana monissa kehittämisprojekteissa, palvelujen digitalisoimisessa, tapahtumaorganisoinnissa sekä teen yhteistyötä esimerkiksi seurakuntien perhekahviloiden kanssa. Kiertäessäni perhekahviloissa olen tehnyt empiiristä tutkimusta siitä mitkä aiheet puhututtavat parisuhteissa. Entistä useammalla on ollut toivetta uusperheille suunnatuista teemoista. Tämä innoitti valitsemaan kehityshankkeeksi jonkin työkalun, jonka avulla avaisimme omaa toimintaamme vielä enemmän myös uusperheellisille pareille sekä tarjoaisimme ohjaajapareille helposti ja nopeasti omaksuttavat vinkkivitoset uusparien kohtaamista varten. Syntyi työ nimeltä: *10 käskyä, tai paremminkin vinkkiä, uuspareja kohdattaessa*. Nimessä on yhdistetty Parempi avioliitto ry:n taustalla vaikuttavia kristillisiä arvoja, mutta pilke silmäkulmassa.

Kun yhdistyksen tapahtumissa muodostetaan keskusteluryhmiä, niin aina pyritään siihen, että elämäntilanteeltaan samantapaista vaihetta elävät avioparit kuuluisivat samaan

ryhmään. Esimerkiksi pikkulasten arkea elävien parien on helppo samaistua toisiinsa, kun arkea kuormittavat samanlaiset asiat. Samoin työelämän jo taaksensa jättäneiden senioreiden, työttömyyden tai muun kriisin kokeneiden, lapsettomien parien tai vaikkapa kroonisten sairauksien kanssa elävien parien on helpompi ymmärtää toisiaan. Tämä seikka puoltaa vahvasti myös uusperheryhmien muodostamista, joissa jo kulmakarvan asennosta tai tietyistä sanoista voidaan tunnistaa samanlaisia haasteita ja sellaisia erikoisiakin tekijöitä, joita niin sanotuissa ensiperheissä ei osata edes ajatella olevankaan.

Aina jokaista ryhmää ei kyetä kuitenkaan muodostamaan niin, että kaikki parit eläisivät samankaltaisessa elämäntilanteessa tai että ohjaajapari itse voisi toimia kokemusasiantuntijan tavoin. Joudutaan tyytymään kompromisseihin ja vain valitsemaan se, vähiten keho vaihtoehto. Tämä tuo luonnollisesti lisähaasteita ohjaajaparille, ja juuri tähän tarpeeseen toivottiin tiivistettyä ja selkeää opasta, jonka läpikäymällä ohjaajapari voisi asettua edes hieman lähemmäksi uusperheiden kokemusmaailmaa, vaikka itse ei sellaisessa eläisikään.

Opas ei käsittele itse ryhmänohjaukseen liittyviä asioita, koska ryhmänohjausprosessi itsessään on tietenkin aivan samanlainen kuin aina. Yhdistyksen vertaisohjaajat ovat käyneet läpi oppimispolun, johon on sisältynyt peruskoulutus, jonka aikana käydään läpi niin ryhmäytymisprosessi kuin perusasiat, jotka tulee huomioida ryhmäläisten sekä ryhmätilan suhteen. Ohjaajista valtaosa on käynyt myös useampia syventäviä koulutuksia, joissa on perehdytty erityisiin teemoihin ja esimerkiksi hankalien asioiden puheeksi ottamiseen. Työkalut ohjaajilla ovat siis vankat ja jo olemassa olevat.

Oman uusperheneuvojakoulutukseni aikana olen pyrkinyt poimimaan niitä tärkeimpiä teesejä, jotka olisi ainakin hyvä huomioida uusparien kanssa työskennellessä. Lopulta ne muotoituivat seuraavien 10 käskyn, tai todellakin paremminkin vinkin muotoon.

1. Kohdatkaa jokainen pari ainutlaatuisena
2. Termit haltuun
3. Tunnistakaa uusperheen kehitysvaiheet
4. Luokaa yhdessä parisuhteen rajat
5. Tiedostakaa, että uusperheessä käy prosessien kuhina
6. Tunnistakaa uusperheitä kuormittavat tekijät

7. Mutta muistakaa keskittyä voimavaroihin
8. Olkaa uteliaita, monimuotoisuus kukkii uusperheissä
9. Sallikaa kaikkien tunteiden tulla näkyviksi
10. Muistakaa, että puolison roolia tavoitellut voi olla myös vanhemman roolissa

Seuraavissa osuuksissa tulen käymään läpi niitä sisältöjä, joita edellä mainittujen vinkkien otsikoihin on upotettu.

Parisuhde - uusperheen ydin

Lähtökohtana Parempi avioliitto ry:n tapahtumissa on kohdata ja tukea jokaista pariskuntaa ainutlaatuisena, aivan kuten kaikki ovatkin. Niin ensiparien kuin uusparienkin kanssa toimiessa jokaisella parilla on oma uniikki historiansa, ominaisuutensa ja erikoisuutensa, joita ei voi kategorioida yksinkertaistamalla. Kyseessä ei ole vastakkainasettelu tai uusparien nostaminen kummallisuuksien jakkaralle, ainoastaan tiettyjen seikkojen alleviivaaminen ja huomioonottaminen ohjaustyössä, koska uusparilla on aina taustalla tekijöitä, jotka eittämättä tekevät heistä omalla tavallaan spesiaalinen tapauksen.

Ensimmäisessä lopputyön osiossa tuodaan esille ne faktat, että uusperhe syntyy kahden aikuisen parisuhteesta, ja ainakin toisella on edellisestä suhteesta alaikäinen lapsi tai lapsia. Uusi suhde voi olla eron taustalla tai tulla vastaan eron jälkeen.

Siinä missä ensiparien kohdalla kehitysvaiheissa painotetaan alkurakastumisen huumaa ja aikaa, jolloin näkee vain sen rakkaimpansa niin uusparien alku eroaa ensiparien alkutaipaleesta. Totta kai mukana on rutkasti huumaa ja rakkautta mutta mukana on jo alusta asti ainakin toisen lapsia, eikä aikaa kahdenkeskiselle kylkeen liimautumiselle juurikaan ole. Parisuhteen hoitaminen on helpompaa ydinperheessä kuin uusperheessä (Malinen & Larkela, 2011, 11).

Tärkeintä on toivo - ajatus leimaa yhdistyksen toimintaa, ja sitä samaa viestiä olisi suotavaa jakaa myös uusperheille. Parhaimmillaan uussuhde on parisuhde 2.0, mikäli aiemmista virheistä on otettu opiksi ja itsetuntemusta on jalostettu eroprosessin myötä riittävästi. Jos on tarpeeksi sitoutumistahtoa eikä samoja haitallisia käytösmalleja viedä mukanaan uuteen parisuhteeseen, niin mahdollisuudet luoda toimiva parisuhde on vahva. (Supli 2019).

Ensimmäisessä osiossa käydään läpi myös uusperhesanastoa, sillä monen mielestä uusperhe on uusioperhe tai toisintoperhe, jota kielitoimisto ehdotti Suplin entiselle toiminnanjohtaja Larkelalle vuonna 2015. Uusioperhe on kuitenkin ensisijaisesti perhe, jossa vanhemmat eroavat, saattaa toinen perustaa perheenkin toisaalla mutta lopulta

palaavat yhteen yrittämään vanhan perheen voimin. Sanoilla on iso merkitys ja nykyään on entisten jäykkien äiti- ja isäpuolten tilalle tullut bonusmutseja, bonariveljiä ja muita positiivisemmin kaikkuvia termejä. Etä- ja lähi- liitteillä kuvataan enemmänkin asumismuotoon viittaavia tarkennuksia, kuka asuu ja missä. Tunnepuolella saattaa etävanhempi kalskahtaa hieman kolkolta ja nimensä mukaisesti etäiseltä, vaikka näin ei olisikaan. Nykyään ei niinkään viljellä enää viikonloppuvanhempi-termiä, ehkä myös vuoroasumisen yleistyttyä. Nyxät ja exät elävät sen sijaan vielä puhekielessä vahvoina. (Kurki, 2009, 11-14.)

Uusparisuhteessa puoliset yrittävät etsiä ratkaisua niihin kysymyksiin, joihin he eivät onnistuneet saamaan ratkaisua lapsuudenperheessä, eivätkä myöskään edellisessä omassa perheessään. Näin ollen uuden muodostuvan perheen ydinsuhteeseen eli parisuhteeseen täytyy löytää uusia toimintamalleja, jotta sekä suhde että perhe lähtevät muotoutumaan heti alussa suotuisaan suuntaan ja se mahdollistaa korjaavan kokemuksen syntymisen (Malinen & Larkela, 2011, 15).

Uusperheen kehitysvaiheet

Loppujen lopuksi uusperheen kehitysvaiheet eivät kovin poikkea ihan perinteisen ensisuhteen kehitysvaiheista. Parempi avioliitto ry:n opettaman mallin mukaan avioliiton kehitysvaiheet kulkevat seuraavien vaiheiden kautta:

1. Symbioosi
2. Erilaisuuden tajuaminen
3. Ristiriita
4. Vetäytyminen
5. Sovinto
6. Kumppanuus

Uusperheen kehityskaaviossa puolestaan on seitsemän eri vaihetta, joista ensimmäinen *haaveiluvaihe* voisi hyvinkin rinnastua symbioosimaiseen toisen ihailuun, pinkkien lasien pukemiseksi ja siihen, että aikuiset uskovat vilpittömästi, että kaikki tulevat onnellisiksi ja sopeutuvat ja rakastavat toisiaan ikuisesti. Haaveissa on rakastaa ehjäksi kaikki eron myrskyissä loukkaantuneet. Tässä vaiheessa moni pari uskoo olevansa poikkeus säännöstä, ”meitähän ei kosketa nuo muiden uusparien kokemat hankaluudet”.

Seuraavaksi edetään *yhdenmukaistamisvaiheeseen*, jossa aikuiset pyrkivät perheen yhdenmukaistamiseen ja yhteishengen luomiseen. Isä- tai äitipuoli hakee lapsipuolilta hyväksyntää, mutta tulee usein torjutuksi. Torjutuksi tulo nostaa pintaan vaikeita tunteita, joita lasten biologisen vanhemman on joskus vaikea ymmärtää. Hän saattaa tulkita uuden puolison tunteet haluttomuudeksi sitoutua hänen lapsiinsa, mikä nostaa esiin epäonnistumisen pelon.

Aivan kuten Parempi avioliitto ry:n mallissakin, niin kolmas vaihe on *ristiriitavaihe*. Kielteiset tunteet alkavat valtaamaan alaa ja äiti- tai isäpuoli pettyy torjuntoihin ja alkaa voida huonosti. Lasten biologinen vanhempi on vaikeassa ristiriidassa uuden kumppaninsa ja lastensa tarpeiden välissä. Lapset osaavat hyödyntää vanhemmille aiheutuneen ristiriitatilanteen. Tästä eteenpäin pääsy vaatii ulkopuolista sysäystä, ystävien tukea, tietoa uusperheen kehityksestä tai pari- ja perheterapiaa.

Tunteiden jakaminen rehellisesti ja luottamuksella on tärkeää, ettei uusperhe juutu tähän vaiheeseen, joka johtaa lopulta puolisoiden vieraantumiseen toisistaan. Hyvin usein uusparit tulevat myös Parempi avioliitto ry:n toimintaan mukaan ristiriitojen tultua mukaan arkeen.

Ristiriitoja aletaan aktiivisesti selvittää, kun päästään nimensä mukaiseen *selvittelyvaiheeseen*. Tunteita, tarpeita ja odotuksia ilmaistaan avoimesti ja rohkeasti. Riitaisuus laittaa puolustuskannalle, jolloin biologinen pohja voimistuu ja uusi kumppani jää ilman tukea ja kokee helposti ulkopuolisuutta. Tilannetta rauhoittavat yhteiset pelisäännöt: aikaa on löydettävä paitsi kaikille lapsille myös parisuhteelle.

Toimintavaiheessa ratkaisuja aletaan toteuttaa käytännössä, vaikka lapset vastustaisivat alussa. Poterovaiheen vahvistamat biologiset rajat ylitetään ja perherakenne muuttuu. Merkki edistymisestä on, ettei biologista vanhempaa tarvita aina lasten ja uuden kumppanin välillä selvittelyyn. Perhe luo omat uudet rituaalinsa ja tapansa toimia yhdessä.

Vahvistumisvaiheessa on jo meidän lauma - aikaa, jossa uusperheen aikuisten suhde toimii ja isä- tai äitipuolen ja lapsipuolten välit ovat parantuneet sekä isä- tai äitipuolen rooli on vakautunut. Perusta alkaa olemaan niin vahva, että ulkoiset vaikeudet voidaan kohdata yhdessä.

Viimein päästään *helpotuksen vaiheeseen*. Perheelle on syntynyt oma identiteetti, eikä sen tarvitse kysyä enää oikeutusta olemassaololleen. Perhe-elämä koetaan riittävän hyväksi. Läheisyys kasvaa ja suhteet tulevat avoimemmiksi. Menneille vaikeuksille voidaan jo nauraa yhdessä. Tämä vaihe on hyvin samankaltainen kuin kumppanuus -vaihe yhdistyksen opeissa. Loppujen lopuksi kaari on aika saman muotoinen, vaikka vaiheet vaihtelevatkin.

(Raittila & Sutinen 2008)

Uusperheen monet ihmissuhteet

Uusperhe rakentuu entisen elämän päälle toisella tavoin kuin ydinperhe, joka saa omassa rauhassaan kehittyä ilman jatkuvaa ulkopuolista arviointia tai kritiikkiä (Rosenborg ja Törmänen, 2019, 24). Tämä halutaan tuoda myös vertaisohjaajille painotettuna, että he ymmärtävät millaisessa painekattilassa uusparit välillä ovat. Ei ole olemassa vain kahta aikuista, jotka porskuttavat auringonlaskuun, vaan mukana tulee paljon bonusta, halusi sitä tai ei. On perhe sitten ihan ydinperhe tai uusperhe, niin joka tapauksessa kaikki tuovat mukanaan oman historiansa ja lapsuudessa opitut mallit. Uusperheen perheytyymisen prosessissa samanaikaisia yhteen lyötyjä prosesseja on vain aikamoinen liuta, eikä yhteen hioutuminen suju aina ihan itsestään eikä ainakaan silmänräpäyksessä. Tilannetta kuvastaa koomisesti ajatus kahdeksan toisilleen ventovieraan ihmisen sullomisesta yhteen tilaan, kahden heistä ollessa kavereita keskenään, ja käsky: nyt vain olette iloisesti ja rattoisasti yhdessä, nautitte ja elätte sovussa. Pelkkä ajatusleikkikin on absurdi.

Uusparin aikuinen voi olla eronnut, leski, lapsen yksin hankkinut, lapseton joko tahattomasti tai tarkoituksella, nuori, vanha, melkein mitä vaan. On siis tärkeää tiedostaa miten monimuotoisia uusperheet ovat ja yhtenä esimerkkinä nostin vinkkimateriaaliin tahattomasti lapsettoman uusperheellisen näkökulman. Usein lapsettomat bonusäidit ja -isät kokevat ulkopuolisuutta kodissaan ja elämässään. Kun samalla suree omaa lapsettomuuttaan, voi olla vaikea kohdata lapsiperheen arki. Ulkopuoliset saattavat jopa tulkita, ettei kyseessä ole lapsettomuus niinkään, kun perheessähän on lapsia. Vertaiskokemusten merkityksellisyys korostuu tässäkin jälleen kerran.

Menneisyydellä on väliä. Suuri merkitys uusperheen onnistumiselle on sillä, kuinka hyvin on käsitelty mahdollisen oman eron ja millaiset välit ovat entiseen puolisoon, mikäli parilla on ollut yhteisiä lapsia ja vanhemmuus sitä kautta jatkuu. Mitä paremmin aiempi elämä on käsitelty, sitä helpompi on rakentaa uutta suhdetta.

Uusperheen sisäisten biologisten linjojen ylivalta aiheuttaa usein ristiriitoja. Pahimmillaan uusperhe jakautuu riitatilanteessa kahteen leiriin, ja biologinen lapsi sekä vanhempi kohdistavat negatiiviset tunteensa ja pettymykset toiseen aikuiseen, joka kokee olonsa todella ulkopuoliseksi perheessä. Toki kuppikuntia saattaa syntyä ihan ydinperheidenkin sisällä, mutta biologinen tekijä on silti vahva vaikuttaja tunnetasolla. Uusperhe ei voi muuntua ydinperheeksi vaan on tiedostettava, että ulkopuolisilla tekijöillä on ja tulee

olemaan vaikutusvaltaa arjen sekä juhlan aikatauluihin. Uusparia itseäänkin helpottaa, jos he pystyvät jo alusta alkaen suhtautumaan positiivisesti siihen, että parisuhteen lisäksi he saavat rutkasti ylimääräisiä perhesuhteita. (Rosenborg & Törmänen 2019, 38-41.)

Yhtenä tärkeänä kohtana olenkin nostanut esille rajojen vetämisen merkityksen uusparin elämässä. Kenelläkään ei ole oikeutta sekaantua perheen elämään haitallisella tavalla, jokaisessa kodissa luodaan omat säännöt ja mieluiten ne olisivat yhtenevät lasten osalta molemmissa kodeissa. Opiskelujen ohessa tein haastattelun erään uusperheen aikuisen kanssa, ja puhuimme säännöistä hänenkin kanssa. Lopputyötä varten sain häneltä oman perheensä säännöt esimerkiksi.

Vaikeus asettaa rajoja kumpuaa usein käsittelemättömästä syyllisyydestä, joka tulisi käydä läpi ja jättää menneeseen. Syyllistämistä käytetään vallankäyttövälineenä tilanteissa, kun ei ole rakentavampia vuorovaikutustyökaluja. (Rosenborg & Törmänen 2019, 42-43.)

Kuormittavia tekijöitä uusparisuhteessa

Yksi suurin tekijä uusparin onnistumisessa on se, että menneisyys on käsitelty, läpikäyty ja katse suunnattu nykyhetkeen. Sen sijaan keskeneräinen eroproessi ja tähän liittyvät tunteet luovat jatkuvaa kitkaa, joka syö parisuhdetyytyväisyyttä. Jos jompikumpi puolisoista on koko ajan riidoissa entisen kumppaninsa kanssa, niin se kertoo osittain viestiä keskeneräisestä irrottautumisesta. Sotaisan ydinperheen varjo tummentaa uusparin maiseman ja osapuolet saattavat alkaa kokea koko suhteen liian vaikealta. Tutkimuksista tiedetään, että ne asiat, joita ei ole selvitetty edellisessä suhteessa tuppaavat ilmentyä myös uudessa suhteessa (Rosenborg & Törmänen 2019, 107-108.)

Pahimmillaan lasten huoltajuuskiistat äityvät monien vuosien mittaisiksi kidutusprosesseiksi, jotka kuormittavat jokaista osapuolta. Ne vievät paljon energiaa, aikaa ja jaksamista, jolloin luonnollisesti ei ole kaikkea potentiaalia käytettävissä parisuhteen hyväksi. Vaikka huoltajuudesta olisi päästy kunnialla sopuun, niin yhteistyövanhemmuus saattaa alkaa laittaa kapuloita rattaisiin myöhemmin, oli se sitten esimerkiksi uuden kumppanin ilmestyttyä kuvioihin. Tämä on otollinen hetki, jolloin vanha mustasukkaisuus, kateus ja katkeruus nostavat päätään, siitä huolimatta, että aikaisemmin kasvatusasiat olisivat olleetkin helppoja neuvotella. Tämä on myös tärkeä asia tuoda esille uusparien kanssa työskenteleville ohjaajille.

Ylipäätään epäselvät roolijaot ja puhumattomat odotukset luovat jännitettä uusparin välille. Ei ole selvää, miten kuuluu olla lasten kanssa, saako heitä komentaa ja missä menevät rajat. Lasten voimakas kapinointi uutta kumppania kohtaan voi herättää voimakkaita klikkejä parin välille, usein kun veri on vettä sakeampaa ja vanhempi puolustaa jälkikasvuun aivan luonnon mukaisesti mutta sillä hinnalla, että puoliso loukkaantuu verisesti ja kokee olevansa ulkopuolinen. Jos taas omat biologiset lapset ovat jääneet asumaan entisen kumppanin luokse, niin voimakkaat syyllisyyspuuskat hyökkyvät läpi ja latistavat tunneilmapiiriä.

Tunteista on laadittu erillinen kappale, mutta voimakkaat ns. negatiiviset tunteet vievät kyllä potkua parisuhteen hyvinvoinnilta. Ilma voi olla niin sakeana mustasukkaisuutta, syyllisyyttä ja vihaa, että hyvänkin suhteen taimi kuolee mahdottomiin ja liian myrkyllisiin ympäristöoloihin.

Lisäksi niinkin arkinen asia kuin logistiset haasteet voivat kuormittaa parisuhdetta. Jos kodit ovat kaukana toisistaan tai lasten kouluihin sekä harrastuksiin kускаaminen ottaa kaiken ajan kumppanilta niin se aiheuttaa epäoikeuden kokemusta parisuhteen varjolla.

Parisuhdetta voi rasittaa myös jommankumman puolison pelko tai haluttomuus sitoutua uuteen yritykseen, mielessä pyörii eron mahdollisuus, kun se on jo kerran tapahtunut. Ei uskallakaan avautua kokonaan toiselle. Onhan se ihan tutkimuksissakin todettu, että ongelmallisissa tilanteissa kerran eronneet turvautuvat eroon helpommin myös uudelleen. On olemassa malli, että erostakin voi selvitä. Tämän lisäksi erilaisten vuorovaikutuskulttuurien yhteen törmääminen on jossain määrin aina vaikuttimena, kun uusparisuhdetta rakennetaan.

Vahvistavat asiat uusparisuhteessa

Vaikka haasteita ja kompurointiin mahdollistavia kivenlohkareita löytyykin uusparien elämässä, niin tärkeintä on keskittyä niihin tekijöihin, jotka vahvistavat yhteyttä ja parisuhdetta. Kuten aiemmin todettua, niin aikuisten välinen turvallinen ja tasapainoinen parisuhde valuu lapsien hyvinvointiin ja saa koko perheen voimaan paremmin.

Ratkaisukeskeinen ja myönteinen ajattelu sekä puhe edistävät uusperheessä onnellisuutta. Myönteinen ajattelu ei tarkoita, etteikö riitoja ja vaikeuksia olisi, vaan ne tunnustetaan ja keksitään niille taklausmalli. Toimivassa uusparisuhteessa osataan keskustella ja ilmaista omia tarpeitaan luontevasti.

Yksi työkalu, jolla hyvän parisuhteen mallia voi tehdä näkyväksi on Uusperheen kehrä. Se on toteutettu ja testattu Suplin vertaisohjaajien ja järjestön toiminnassa mukana olevien uusparien kanssa. Kehrässä rakkaus on kehrän keskiössä, ja sen tärkein osa. Suoraan keskustaan yhteydessä ovat toivo, sitoutuminen, luottamus ja tahto. Seuraavalla kehällä ovat läheisyys, erimielisyys, me-henki, me ja muut-asetelma, unelmat ja kiintymys. Lisäksi on muita osa-alueita, ja kaikkia niitä tutkimalla voi havaita, että mitkä niistä ovat tällä hetkellä parin elämässä hyvällä mallilla ja mihin pitäisi laittaa lisäpaukkuja. (Malinen & Larkela 2011, 24-25.)

Monet uusparisuhdetta vahvistavat asiat ovat aivan niitä samoja tuttuja juttuja, joita tuutataan jokaisessa parisuhdeoppaassa. Ymmärrystä toista kohtaan, avointa kommunikaatiota, rakentavaa riitelyä, läheisyyttä jne. On kuitenkin joitain erityisiä juuri uusparien suhdetta tukevia pointteja, joista on hyvä olla tietoinen. Niitä ovat esimerkiksi seuraavat:

- tasapuolisuus: suhtautumisen kaikkiin uusperheen jäseniin on tasapuolista
- aikuisten lojaalius toisiaan kohtaan
- hyväksytään puolison lapset
- yleinen oikeudenmukaisuus ja luottamus uusperheessä
- luodaan oma historia, meidän perheen inside-jutut ja vitsit
- pidetään ME-henki näkyvillä yhteisillä valokuvilla ja muistoilla
- ollaan kiinnostuneita puolison kuulumisista
- laaditaan meidän perheen omat säännöt

Tunteiden kirjo uusperheissä

Mikäli päättää aloittaa uusparisuhteen ”puhtaalta pöydältä”, pitää varmistaa, että pöydänalus on myös siistitty. Muuten käy niin, että pöydän alle viskatut tähteet ja jämät alkavat haista. Sama asia tunteiden kanssa, niitä ei voi sivuuttaa ja piilottaa maton alle, tai ne tulevat voimakkaammin lemuten esiin myöhemmissä vaiheissa.

Tunteille pitää antaa tilaa näkyä, niistä pitää uskaltaa avoimesti puhua ja uusperheissä tunteita varmasti riittää. Usein esillä pidettyjä, niin sanotusti uusperheissä yleisiä tunteita olen ottanut esille vinkkiosiossani seuraavanlaisesti:

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

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

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

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

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

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

Syällisyys voi herätä pienistä asioista, kuten jos aikuinen hankkii uuden puolison lapsille materiaa, jota ei ole voinut ostaa biologisille lapsilleen. Vanhemmat saattavat tuntea usein syällisyyttä siitä, kenelle antavat aikaansa. Vaikka uusperheeseen syntyy uusi lapsi, entisistä parisuhteista syntyneet lapset tarvitsevat myös huomiota, tukea ja apua. Kaikki lapset tarvitsevat aikaa, se taas vie aikaa uudelta puolisolta. Lisäksi vielä syällisyys, kun omat vanhemmat ovat pysyneet yhdessä vaikeuksienkin läpi, mutta itse ei siihen kyennyt (Larkela & Malinen 2011, 14).

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

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

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

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

Parisuhde vs. vanhemmuus

Uusparilla on aina vanhemmuus mukana jossain. Tiedetään että uusperheissä haasteellisimmat suhteet ovat usein vanhemman ja hänen ei-biologisen lapsensa välillä. Ja kun samaan aikaan tiedetään, että uusparien tyytyväisyys korreloi heidän kokemuksiinsa vanhemmuuden onnistumisen suhteen, niin on tärkeää nostaa tämä seikka näkyväksi. Jos ei ole kokemusta uusperheenä elämisestä niin ei välttämättä osaa tulla ajatelleeksi miten suuressa roolissa on eri-ikäiset lapset, jotka kotia jakavat pariskunnan luona. Tulee muistaa, että lapsella on aina oikeus kahteen vanhempaansa eikä häntä saa laittaa tilanteeseen, jossa hän joutuu valitsemaan vanhempien väliltä.

On tutkittu, että etenkin alkuvaiheessa ei-biologisen vanhemman ja lapsen välille tulisi syntyä ensin tunnesuhde, jonkinlainen kaveruus, ennen kuin vanhempi lähtee käskyttämään ja ottaa kurinpitäjän roolia. Jos edetään kontrolloiva asenne edellä, on hankalampi korjata syntynyttä säröä luottamukseen myöhemmin. Vaikka tahtotila olisi saada lapsi kiintymään mahdollisimman nopeasti, niin rakkautta ja kiintymystä ei voi pakottaa eikä nopeuttaa. (Rosenborg & Törmänen, 2019, 54-55.)

Etenkin äitimyytti elää vahvana: ”äidin tulee olla aina rakastava ja kärsivällinen”. Myös äitipuolen pitää toteuttaa äitimyyttiä -ja vieläpä moninkertaisesti todistaakseen, ettei ole paha ja ilkeä: rakastaa lapsipuoliaan uhrautuen ja odottamatta takaisin vastarakkautta. Varsinkin teini-ikäiset tyttäret kokevat äitipuolen hyvin vahvasti kilpailijakseen. Äitipuolen käsikirjan kirjoittajan Maija Rauhan ohje isille on, että isän tulee selittää mustasukkaiselle lapselleen, että hän tarvitsee rinnalleen aikuisen kumppanin. Hän rakastaa sekä lasta että puolisoaan, mutta eri tavalla. Lapsi ei koskaan voi, eikä hänen tule korvata aikuista kumppania.

Asettuessaan äiti- tai isäpuolen rooliin olisi hyväksyttävä myös se, että menneisyys on aina läsnä lasten kautta. Joutuu hyppäämään eri-ikäisten lasten vanhemmuuden rooliin ilman, että on saanut kokea yhteistä kasvupolkua ja syntymän ihmettä. Haastavaa voi olla, että miten saada balanssiin romanttinen rakkaus ja arkinen huoltajan rooli. (Malinen & Larkela, 2011, 18).

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

Loppujen lopuksi hioutumisen ja yhteen sovittelun, erehdyksen ja opin kautta saattaa syntyä jotain timanttista. Upea, hyvinvoiva ja onnellinen uusperhe, ja siellä ytimessä se tärkein: parisuhde, joka loistaa tasapainoa, luottamusta sekä rakkautta.

Lähteet

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

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

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

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

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

Uusperheneuvojakoulutus 2019-2020, koulutusmateriaalit

www.supli.fi