

LAPSETTOMIEN BONUSÄITIEN PÄIVÄ

Vertaistuellinen päivä lapsettomille bonusäideille

Uusperheneuvojakoulutus 2020

Niina Lapinharju

SISÄLLYS

| | |
|--|----|
| 1 JOHDANTO | 3 |
| 2 VERTAISTUKI | 3 |
| 3 UUSPERHE | 4 |
| 3.1 Uusperheen parisuhde | 8 |
| 3.2 Äitipuoli..... | 9 |
| 3.3 Lapseton bonusäiti | 10 |
| 4 LAPSETTOMIEN BONUSÄITIEN PÄIVÄ | 11 |
| 4.1 Ilmoittautuminen | 11 |
| 4.2 Päivän ohjelma..... | 12 |
| 4.3 Kaiken varalle..... | 14 |
| 5 LOPUKSI | 16 |
| 6 LÄHTEET | 18 |

1 JOHDANTO

Olen 42-vuotias lapseton bonusäiti kahdelle hurmaavalle lapselle. Uusperheellinen minusta tuli vuonna 2014 tavattuani nykyisen puolisoni. Olemme olleet Suomen uusperheliiton vertaistuellisilla leireillä ja tapahtumissa pariskuntana ja niistä olemme saaneet paljon rakennusaineita yhteiseen elämäämme. Olemme saaneet kokemuksia siitä, miten vertaistuki antaa uutta näkökulmaa ja ymmärrystä omaan tilanteeseen.

Huomasin kuuluvani myös omaan erityiseen marginaaliryhmään kun itselläni ei ole lapsia. Koin tarvitsevani vertaisia juuri lapsettomista bonusäideistä. Löysinkin lapsettomien bonusäitien ryhmän Facebookista ja siitä tulikin minulle tärkeä paikka jakaa tuntemuksia. Ryhmä on ollut aktiivinen ja osan jäsenistä kanssa olemme tavanneet Suomen uusperheliiton järjestämissä tapahtumissa. Samaan aikaan kuitenkin on ollut mietinnässä järjestää oma tapaaminen lapsettomille bonusäideille, koska tarve oman tilanteen ymmärtämiselle on suuri.

Aloittaessani uusperheneuvojakoulutuksen aloin työstää tätä ryhmän toivetta tapaamiselle ja siitä syntyikin tämä kehittämishankkeeni.

Työssäni käytän useammin bonusäiti kuin äitipuoli nimitystä, johtuen siitä, että se on sanana minulle mieluisin ja kuvaavin. Bonusäiti on jotain lisää mieheni lapsille ja minä olen kokonainen, en puolikas. En toivottavasti ole myöskään se paha äitipuoli, joka helposti linkittyy sanaan äitipuoli minun mielikuvissani.

2 VERTAISTUKI

Vertaistuki on kuuntelemista ja jakamista. Vertaistukea annetaan toiselle samassa tilanteessa olevalle henkilölle. Vertaistuella on iso merkitys siinä, että toinen kokee tulleensa ymmärretyksi asiansa kanssa. Vertaistoiminnassa ryhmän ohjaaja on myös vertainen. Pelkästään suomessa vertaistukea löytyy laajasti. Esimerkiksi sairastuessaan ihminen haluaa tulla ymmärretyksi ja haluaa saada myös tietoa, miten sairauden kanssa voi elää. Vertaiset jakavat tietoa omasta kokemuksestaan, joka monesti auttaa juuri sairastunutta ja antaa toivoa

selviytymiseen. Vertaistuki voi olla mitä tahansa, mikä koetaan sellaiseksi, mitä voi jakaa. Vertaistuella voidaan tarkoittaa yhden ihmisen antamaa tukea toiselle tai sitten isomman ryhmän kokoontumista. Vertaistuki voi olla yksittäinen tapaaminen tai sitten jatkuvaa toimintaa.

Vertaistukeen perustuvia ryhmiä ovat:

- Vertaisryhmät, jonka kaikki jäsenet ovat vertaisia toistensa kanssa. Varsinaista ohjaajaa ei ole, mutta kokoonkutsuja on nimetty. Vertaisryhmät voivat kokoontua keskustelemaan tai jonkin muun aihepiirin kuten liikunnan, kulttuurin tai muun harrasteryhmän ympärille.
- Vertaistukiryhmät, joissa on vapaaehtoinen, koulutettu vertaisohjaaja.
- Vertaistukiryhmät, jossa on ammattilainen ohjaajana.
- Internetin ja sosiaalisen median teemakohtaiset ryhmät tai yhteisöt. Ryhmissä on yleensä ylläpitäjä tai muu valvoja.

(terveyskylä.fi)

Vertaistuellista toimintaa voi alkaa pitämään kuka tahansa, mutta suositellaan, että taustalla olisi toimintaa tukeva yhteisö

Vertaistuki ei ole terapiaa. Vertaistuki on hyvää ennaltaehkäisevää toimintaa. (toimeksi.fi)

Uusperheille vertaistukea tarjoaa mm. Suomen uusperheiden liitto ry (Supli.fi)

Tahdottomasti lapsettomille vertaistukea tarjoaa Simpukka (Simpukka.Info). Simpukan toiminta ei ole tarkoitettu lapsettomille uusperhevanhemmille, koska toisella vanhemmalla on lapsia.

3 UUSPERHE

Tilastokeskuksen mukaan uusperheellä tarkoitetaan perhettä, jossa asuu alle 18-vuotias, vain toisen vanhemman lapsi. Suomessa uusperheitä on 10 prosenttia kaikista lapsiperheistä eli yhteensä noin 51 300. Tavanomaista on, että

uusperheet muodostuvat tavallisimmin äidin ja hänen lastensa ympärille. (Broberg, 20-21)

Todellisuudessa uusperheitä on paljon enemmän ja lopullista määrää ei voida tietää. Osaa uusperheistä ei ole millään tavalla tilastoitu.

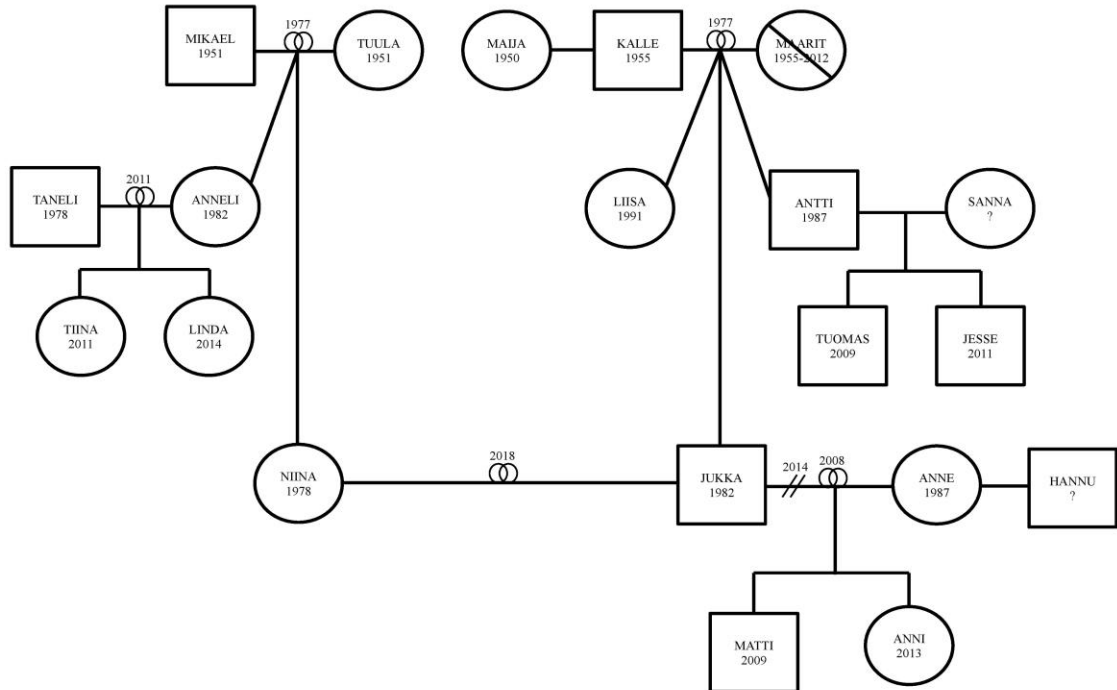
Uusperheeseen päädytään leskeyden, eroamisen tai sellaisen tilanteen jälkeen, jossa ei ole oltu parisuhteessa lapsen toisen vanhemman kanssa. Suomessa uusperheiden määrä ei ole kasvanut, vaikka erojen määrä on lisääntynyt. Tämä saattaa selittyä sillä, että lapset ovat jo ehtineet sen verran vanhoiksi, että tilastollisesti perheitä ei luokitella uusperheiksi. (Broberg 2010,20)

Käsitteenä kuitenkin uusperhe on paljon laajempi, joka koostuu usein monimutkaisista suhdeverkostoista, joihin saattaa kuulua monien parisuhteiden ja erojen kautta tulleita isä- ja äitipuolisuuksia. (Broberg,19) Suhdeverkostoon kuuluvat myös sisarpuolet ja isovanhemmat.

Esimerkiksi oma uusperheeni ei ole tilastokeskuksen tilastoissa uusperhe. Minä ja aviomieheni asumme kahdestaan. Aviomieheni lapset asuvat äitinsä kanssa. Lasten isäpuoli on kirjoilla omassa asunnossaan, vaikka asuukin lasten kanssa.

Uusperheen hahmottamista helpottaa sukupuu johon uusperheen jäsenet laittavat perheensä. Sukupuuta voi käyttää laajemminkin selventämään uusperheen erilaisia suhteita, joita saattaa olla paljon. Eri perheenjäsenillä on useinkin erilaiset sukupuut, johtuen perheen moninaisesta ihmissuhdeverkostosta.

Alla olevassa kuvassa on meidän perheemme. (nimet muutettu)



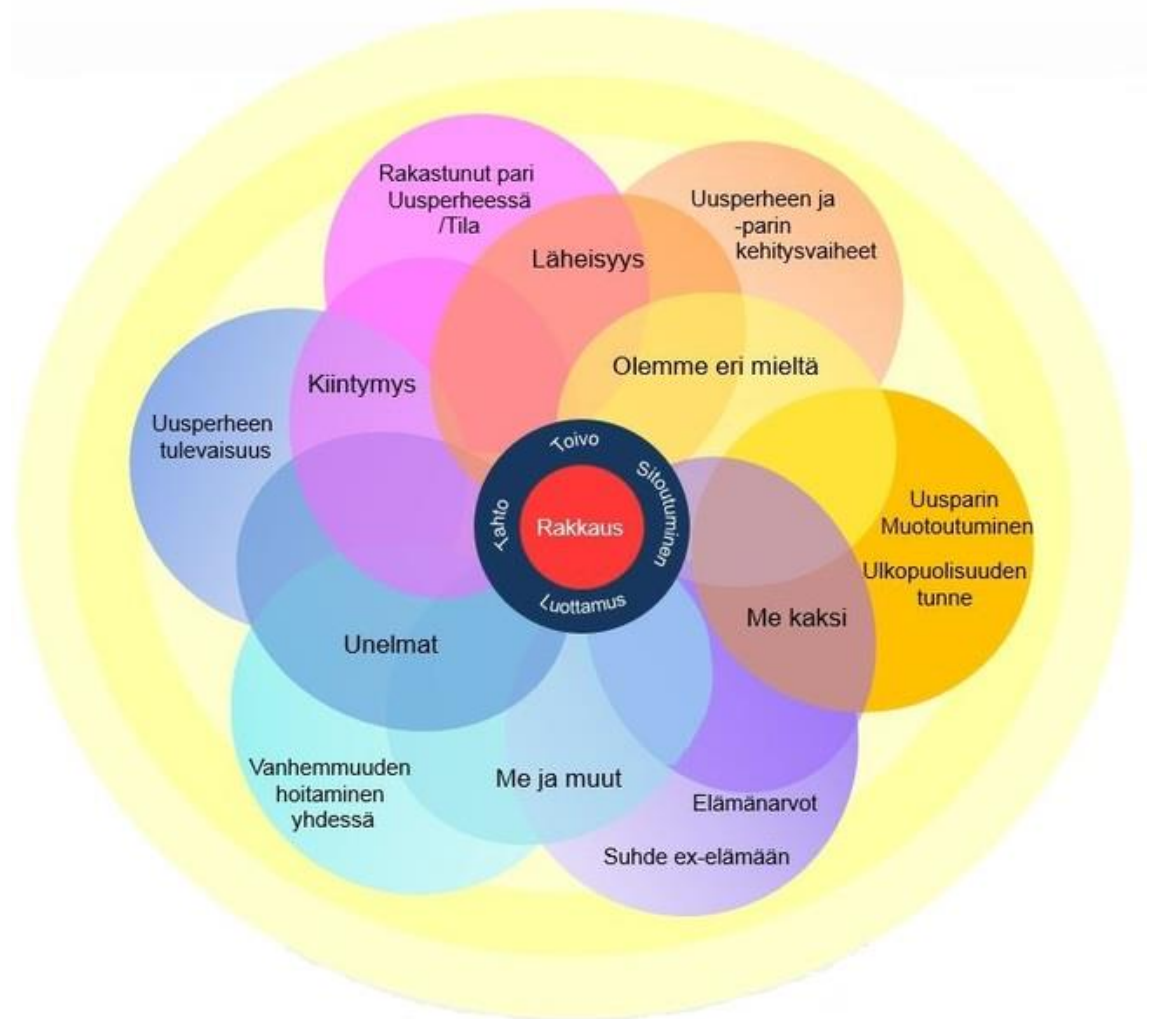
Uusperheen syntymistä kuvaavan uusperhesyklin on kehittänyt 1984 yhdysvaltalainen tohtori Patricia Papernow. Hän kuvaa uusperheen syntymistä neljästä viiteentoista vuoteen. Suomalaisissa uusperheissä vaiheet käydään keskimäärin seitsemässä vuodessa. Perheet käyvät vaiheita omaan tahtiin ja välillä saatetaan palata johonkin vaiheeseen takaisin. Papernow jakaa uusperheen vaiheet kolmeen päävaiheeseen ja seitsemään osavaiheeseen. Kolme vaihetta ovat :

- Haavevaihe; Haavevaihetta voidaan ajatella unelmakuplana ja kaikki tuntu mahdolliselta. Uusi alku tuntuu hyvältä ja usein halutaan toimia nopeasti. Lapsille pitäisi antaa tilaa uuteen tilanteeseen. Vanhempien ero herättää lapsissa erilaisia tuntemuksia. Ensimmäisessä vaiheessa vanhemmat haluavat hyvillä lapsilleen eron tuomaa surua ja lapset haaveilee vanhempien yhteen paluusta, joka saattaa kestää vielä vuosiakin, vaikka näennäisesti lapset ovat ottaneet uuden jäsenen hyvin vastaan . Vanhempien ero herättää lapsissa erilaisia tuntemuksia. Pienemmät lapset suree ja isommilla ilmaisevat tunteitaan vihan kautta .Tutkimuksissa on todettu, että mitä nuorempi lapsi on uusperheen syntyessä, sitä to-

dennäköisemmin vanhemman uuden kumppanille ja lapselle kehittyy hyvä suhde. Ratkaisukeskeisyys helpottaa kahden perhekuulttuurin yhdistämisessä. Haavevaiheessa hyväksyminen, että uusperhe on uusi mahdollisuus helpottaa

- Rähinävaihe; Suhteen edetessä n 2-3 vuotta nähdään perhe realistisesti. Alkaa olemaan erimielisyyksiä ja saatetaan olla pettyneitä, ettei unelmat toteutunutkaan. Tässä vaiheessa saattaa olla ajatuksia, että erotaan. Suhde käy muutosvaihetta. Tässä kohtaa on hyvä hakea apua ammattilaisilta uusperheen vaiheiden läpikäymisiin ja myös niihin asioihin, jotka on jättänyt taakseen ja tarvitsee niihin apua. Pariskunnat, jotka näkevät yhteisen tulevaisuutensa ja ovat valmiita kohtaamaan tilannettaan, niin näkevät parisuhteen hoitamisen välttämättömän tarpeen
- Helpotus; Perheen identiteetti on syntynyt. Bonusvanhempien roolit ovat vakautuneet. Perheen lapset ovat kasvaneet isommiksi, parisuhde on vakiintunut. Perheellä on uskoa siihen, että haasteista selvitään. Kukaan ei tunne ulkopuolisuutta. (Rosenberg, Törmänen, 52-57,62-67,75)

3.1 Uusperheen parisuhde



Suomen uusperheliitto ja Väestöliitto ovat yhdessä kehittäneet uusparisuhteen kehrän kuvaamaan ,mitä kaikkea liikkeessä oleva parisuhde sisältää. Kehran jokaisen osan on toimittava hyvin, jotta parisuhde on toimiva. Kehran keskiössä on kivijalka. Kivijalan ytimenä on rakkaus, joka on perusedellytys koko parisuhteelle.

Kehran tarkoituksena on tuoda pariskunnille suhteeseen vaikuttavien asioiden suuri kirjo näkyväksi ja antaa mahdollisuuksia parantaa tällä tavalla parisuhdetaan. Jokainen joka tapauksessa käy läpi kehrän osa-alueita, tavalla tai toisella.

Uusperhe kehrä -mallin toimivuutta on testattu uusperheillä. On käynyt ilmi ,että moni pariskuntien ongelmista olisi oltu ennaltaehkäistävässä, jos pariskunnilla olisi ollut tietoa uusperheen ja parin kehitysvaiheista, Monille riittää jo tietoisuus rakenteiden monimuotoisuudesta. (Malinen,Larkela, 24-26)

Omasta kokemuksestani voin todeta, että on helpompaa ymmärtää omiakin tuntemuksia suhteen kehittyessä, kun on ”opiskellut” uusperhettä puolison kanssa ja erityisesti kuullut kokemuksia muiden uusperhevanhempien vaiheista. Sama helpotuksen tunne on tullut myös ryhmissä, jossa on saanut jakaa ja kuunnella lapsettomien bonusäitien kokemuksia rooleistaan perheissä.

Mitä paremmin parisuhde voi, sitä helpommin siinä on tilaa käydä läpi omia tuntemuksiaan omasta roolista ja sitä paremmin toisella on halu kuulla toista ja yhdessä vaikuttaa kaikkien hyvinvointiin.

3.2 Äitipuoli

Äitipuolen asema on riippuvainen parisuhteesta. Haasteelliseksi roolin tekee se, että hän on perheeseen kuuluva ja toisaalta ulkopuolinen. Äitipuolen roolia pidetään uusperhetutkimuksessa uusperheen haasteellisimpana. Bonusäidit joutuvat isäpuolia useammin lasten äidin mustasukkaisuuden ja vihan kohteeksi. Isäpuoli usein ottaa oman roolinsa toimija-asemasta, kun taas äitipuolet usein luonnostaan ottavat perheen huolehtijan roolin. Bonusäiti ei voi kuitenkaan osallistua päätöksentekoon, eikä hänellä ole juridista oikeutta lapsiin, vaikka monella tapaa saattaa hoitaakin lasten asioita.

Äitipuoli saattaa asua lasten kanssa vakituisesti tai osa-aikaisesti. Suomalaisista äitipuolista suurin osa asuu lasten kanssa osa-aikaisesti. Tutkimuksessa on todettu, että osa-aikaisella äitipuolella on enemmän haastetta suhteessa lapsipuoleen, johtuen pienemmistä mahdollisuuksista luoda toimiva suhde lapseen.

Asuessaan vain osa aikaisesti, lapset luovat aikatauluineen haasteita, jotka äitipuolet saattavat kokea häiritsevänä. Äitipuolen saattaa olla myös hankala nähdä osa-aikaisesti asuvaa lasta kotiin kuuluvaksi. (Broberg 2010, 65-66)

Äitipuoli sanana on tarkoittanut naista, joka on ottanut kuolleen vanhemman paikan. Nykyisin puoliso voi olla leski, mutta useimmiten hän on eronnut, joten biologinen äiti on mukana uusperheen elämässä. (Murtoranta-Lahtinen 13)

Äitipuoli-sanasta itselleni tulee mieleeni helposti edelleen Grimmin saduista tutut pahat äitipuolet ja olen havainnut, että moni äitipuoli pohtii, mikä sana kuvai-

si roolia paremmin. Kuvaavan sanan käyttöön toki liittyy suhteen syvyys lapsiin; haluaako bonusäiti käytettävän itsestään olleenkaan tätä nimikettä. Olen havainnut, että monelle lapsettomalle äitipuolelle on helpompi olla isän puoliso, kuin liittää siihen äiti/vanhempi -sanaa. Itse olen päätenyt käyttämään bonusäiti-sanaa selittäessäni rooliani suhteessa lapsiin ulkopuoliselle johtuen ainoastaan siitä, että se mielestäni kuvaa omaa rooliani uusperheessä parhaiten. Lapset kutsuvat minua etunimellä.

Johtuen aiheeni rajauksesta, jätän käsittelemättä kokonaan lojaalisuusongelmat, joita saattaa ilmentyä biologisten ja lapsipuolten suhteen.

3.3 Lapseton bonusäiti

Lapsettomia bonusäitejä on monesta eri syystä; lapsen kuoleman kautta, tahottoman lapsettomuuden takia ja niitä, jotka eivät lasta halua. Osa lapsettomista bonusäideistä on tilanteessa, jossa itse toivoo lasta, mutta puoliso ei tahdo lapsia enempää. Osa tällä hetkellä lapsettomista bonusäideistä tulee äideiksi, jolloin heidän uusperhe-asetelmansa muuttuu.

On syy mikä tahansa näistä, niin siihen liittyy erityispiirteitä, jotka jo itsessään voivat luoda tarpeen vertaistuelliselle ryhmälle. Suuntaan kuitenkin tämän vertaistuellisen päivän kaikille lapsettomille bonusäideille. Tarkoitus päivässä on hakea vertaistukea rooliin bonusäitinä.

Lapsettoman bonusäidin rooli on monella tapaa usein haasteellinen naiselle. Rakastutaan mieheen, jonka mukana elämään saattaa tulla montakin uutta ihmistä. Lasten ikä ja se, millä tavalla he asuvat isällään, vaikuttavat vahvasti siihen, millainen rooli uudesta puoliosasta tulee lapsille. Lasten isällä saattaa joskus olla toiveita ja odotuksia uuden puolison suhteen, etenkin jos lapset ovat pieniä ja lasten äiti on kuollut tai muuten vähän tekemisissä lastensa kanssa.

Lapseton bonusvanhempi saattaa tuntea olevansa perheessä ulkokehällä ja kokea epävarmuutta roolistaan perheessä. Lapsettomalla bonusvanhemmalla ei välttämättä ole ollenkaan kokemusta lapsista eikä lapsiperheen aikatauluista ja rutiineista. Puolison tuki on tärkeää. Lapsettoman bonusvanhemman on tärkeä

saada aikaa tutustua lapsiin ja muodostaa rauhassa suhteensa. Lapsettomuus ei kerro siitä, että millaiset taidot bonusvanhemmalla on vanhemmuudesta, eikä määritä sitä, millainen vanhempi joku on. (Rosenborg, Törmänen 92-94)

Helpommaksi tilannetta ei tee se, että kulttuurisena oletuksena ajatellaan, että uusperheeseen syntyy yhteisiä lapsia ja että yhteisten lasten kautta uusperhe täyttää perheen kriteerit. (Broberg 73)

4 LAPSETTOMIEN BONUSÄITIEN PÄIVÄ

Tarkoituksenani on järjestää lapsettomille bonusäideille vertaistuellinen päivä, jossa toisin mahdollisuuden jakaa tunteja ja kuunnella toisten lapsettomien bonusäitien kokemuksia. Päivän painopisteenä on antaa lisää voimavaroja ja oivalluksia omaan tilanteeseen. Päivän tarkoitus on olla positiivishenkinen ja omaa jaksamista tukeva päivä. Päivään ilmoittautujia kehoitetaan arvioimaan, onko oma tilanne lapsettomana bonusäitinä sellainen, että päivästä olisi itselle hyötyä. Kriisissä olevaa kehoitetaan jättäytymään päivästä pois ja miettimään ammatillisempaa tukea itselleen.

4.1 Ilmoittautuminen

Tapahtuman esittelyssä tuodaan ilmi, että päivä on vertaistuellinen, mikä tarkoittaa sitä, että ryhmässä ei ole erikseen kouluttajaa eikä terapeuttia.

Ryhmän koko on 6 + ryhmän vetäjä

Ilmoittautumisen yhteydessä pyydetään toiveita päivän teemoihin ja annetaan mahdollisuus kertoa jos on jotain erityistä, mitä haluaa, että ryhmän vetäjällä on tiedossa.

Mukaan päivään kehoitetaan ottamaan :

- vihko
- kynä
- villasukat tai töppöset
- vesipullo

4.2 Päivän ohjelma

Kahvia ja sämpylöitä 10.-10.30

Samalla jokainen saa palan teippiä, johon kirjoitetaan oma nimi. Teippi asetetaan vaatteelle näkyvään paikkaan, niin että nimi näkyy muille.

Sääntöjen ja sopimusten laatiminen

Tärkeää on kiinnittää päivän alkuun paljon huomiota, jotta jokainen tuntee olonsa turvalliseksi. Tärkeitä sääntöjä on esimerkiksi vaitiolovelvollisuus eli ryhmässä keskustellut asiat jäävät ryhmään. Kunnioitus toisia kohtaan eli olemme täällä tukemassa, emme tuomitsemassa. Ryhmässä ei anneta oikeita vastauksia toisen tilanteeseen, ainoastaan näkökulmia auttamaan suunnan löytämisessä. ”Some” –säännöt eli yhdessä päätetään, mitä julkaistaan sosiaalisessa mediassa ja mitä ei julkaista. Turvallisuuden tunnetta lisää se, että käydään läpi onko ryhmässä jo toisilleen tuttuja ja että mistä tuntevat toisensa. Käydään läpi myös onko osallistujissa paljon sellaisia, jotka ovat käyneet jo vastaavilla tapaamisilla vai ovatko ensimmäistä kertaa. Tärkeää on saada kaikki tuntemaan itsensä tervetulleeksi viettämään tätä päivää. Puhumme myös siitä, että jokainen itse määrittelee sen, miten paljon haluaa jakaa ryhmälle. Ryhmässä voi olla myös kuuntelemassa. Jokaiselle annetaan mahdollisuus vaikuttaa sääntöihin. Säännöt ja sopimukset kirjoitetaan ylös ja jokainen laittaa allekirjoituksen paperiin. Näin olemme kaikki niihin sitoutuneita.

Alkupiiri korteilla.

Kierros korteilla. Jokainen valitsee itselleen sellaisen kortin, mikä parhaiten kuvastaa omia tunnelmia juuri nyt. Kortin avulla jokainen jakaa tunnelmastaan sen verran, mitä haluaa ryhmälle jakaa.

Sukupuu

Jokainen saa tehtäväkseen kertoa, millaisesta uusperheestä on tulossa. Käytetään hahmottamiseen apuna sukupuu-työskentelyä. Jokainen saa itselleen paperin ja kyniä. Aikaa noin 10 minuuttia. Sukupuut laitetaan päivän ajaksi seinälle. Lisätään myös ne ihmiset, jotka ovat erityisesti tukemassa bonusäitiä. Käy-

dään läpi jokaisen uusperhe. Jokainen saa itse määritellä, mitä suhteita halua tuoda esille esitellessään perhettään.

Lounas 12.30-13.30

Työskentelyä

Jokainen saa paperin ja kirjoittaa siihen yhden sanan, joka on tällä hetkellä se isoin asia, mikä mietityttää omassa roolissa lapsettomana bonusäitinä. Pareina käydään läpi sitä, mitä sanat tarkoittavat. Kumpikin kuuntelee toisen sanan merkityksen. Ryhmässä käydään keskustelua, mitä ajatuksia teemoista nousee. Kysytään osallistujilta onko joku sellainen teema, mikä jollakin on joskus ollut ja on päässyt siitä jo eteenpäin? Jos ilmoittautujilta selkeästi nousee jotain teemoja ja toiveita, niin käsitellään niitä enemmän.

Kahvitauko

Unelmakartta

Rohkaistaan ryhmäläisiä unelmoimaan ja miettimään, millaisia asioita haluaa elämäänsä. Jokainen voi itse päättää, ovatko unelmat pieniä vai isoja. Tarjolla työskentelyyn on lehtiä, kartonkeja, tusseja, vesivärejä ja pensseleitä. Taustalle laitetaan soimaan rauhoittavaa musiikkia ja jokainen voi valita itselleen paikan, missä työskentelee. Työskentelyyn varataan tunti aikaa. Jokainen saa leikata lehdistä kuvia ja tekstejä jotka suoraan tai symbolisesti liittyvät unelmaan. Tusseilla ja pensseleillä voi piirtää ja maalata sekä halutessaan myös kirjoittaa. Työskentelyyn on varattu 1-1/2 tuntia. Käydään läpi jokaisen unelmakarttaa. Jokainen kertoo kartastaan sen verran, kun haluaa. Unelmakartta otetaan mukaan kotiin muistuttamaan unelmista. Tavoitteena on tehdä unelmista totta.

Loppupiiri

Loppupiirissä jokainen saa kertoa, millainen olo on ja millaisissa tunnelmissa lopettaa päivää. Loppupiirin jälkeen jaetaan vielä kirjalliset palautelomakkeet, johon voi antaa palautetta päivän sisällöstä.

Päivällinen ja illanviettoa halukkaille

4.3 Kaiken varalle

Päivän sisältö ja aikataulut saattavat muuttua ryhmän tarpeiden mukaisesti. Tarkoitus on noudattaa suunnitelmaa, mutta samalla myös varautua muutoksiin. Tarvittaessa tehtävien tilalle on mietitty korvaavia tehtäviä. Ryhmän vetäjän on oltava tarkalla korvalla. Olen koonnut tähän muutamia varatehtäviä, joita olen käyttänyt aikaisemmin erilaisten ryhmien kanssa.

- Kortit

Käytetään Hidasta elämää Toivon kortteja tai Ole itsellesi armollinen korttipakkoja. Jokainen nostaa itselleen kortin, lukee kortin viestin ja halutessaan voi kertoa, mitä kortti kertoo juuri nyt itselle.

- Kirje

Jos ryhmäläisistä nousee selkeästi esiin teemoja, joiden sisältämistä tunteista on hyvä päästää irti on yhtenä tehtävänä silloin kirjoittaa kirje sille ihmiselle, jota kohtaan nousee esimerkiksi raivoa. Kirjeeseen kirjoitetaan kaikkia asiat, jotka halutaan sanoa kyseiselle ihmiselle. Kirje kirjoitetaan juuri niillä sanoilla, mitkä ovat mielessä, mitään kaunistelematta. Kirje suljetaan kirjekuoreen eikä kirjeen sisältöä jaeta toisille. Lopuksi kirjeet poltetaan takassa. Tehtävän lopuksi käydään läpi tuntemuksia siitä, mitä kirjoittaminen herätti ja siitä että kirje poltettiin lopuksi.

- Koti

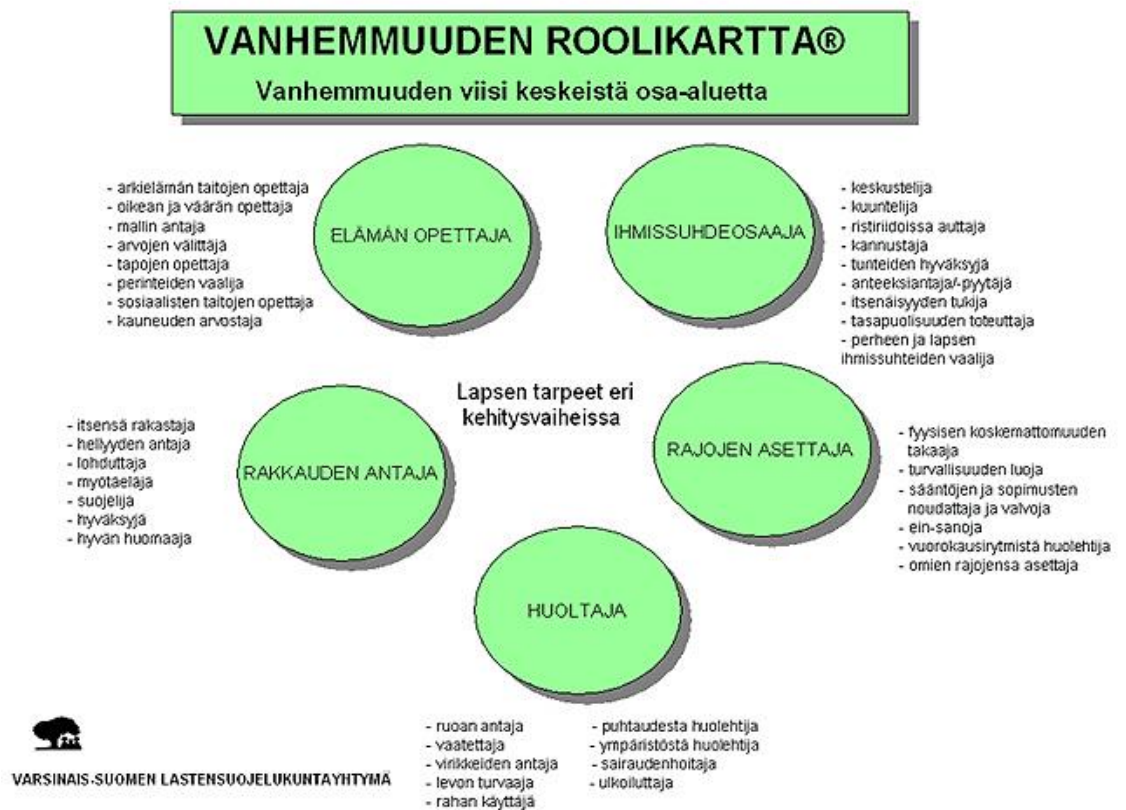
Usein lapsettomilla bonusäideillä nousee kokemus ulkopuolisuudesta omassa kodissaan. Erityisesti tämä nousee niillä naisilla, jotka ovat muuttaneet miehen ja lasten äidin entiseen kotiin. Ulkopuolisuutta koetaan joskus myös lasten ollessa käymässä. Jos ryhmästä nousee tätä teemaa, niin ennakkotehtävänä on ennen ryhmää ottaa mukaansa kodin pohjapiirustus. Tehtävänä on värittää alueita kodista eri väreillä, minkälaisia alueet ovat. Väritysalueina voivat olla esimerkiksi ne, joissa kokee olevansa omalla alueellaan ja missä on hyvä olla. Sitten väritetään selkeästi puolison alueita, lasten alueita tai mitä tahansa alueita, joita kokee, että tarvitsee tuoda esille. Parityöskentelynä esitellään oman kodin pohjapiirustus toiselle. Jokaisella on aikaa esitellä kotiaan n 10 minuuttia

parilleen. Kun kumpikin on käynyt oman kotinsa kartan läpi, kokoonnutaan taas ryhmään. Ryhmässä käydään läpi, mikä olisi se muutos, jota toivoo. Halutessaan kotitehtäväksi jää viedä kartta kotiin ja käydä sitä puolison kanssa läpi.

- Roolit

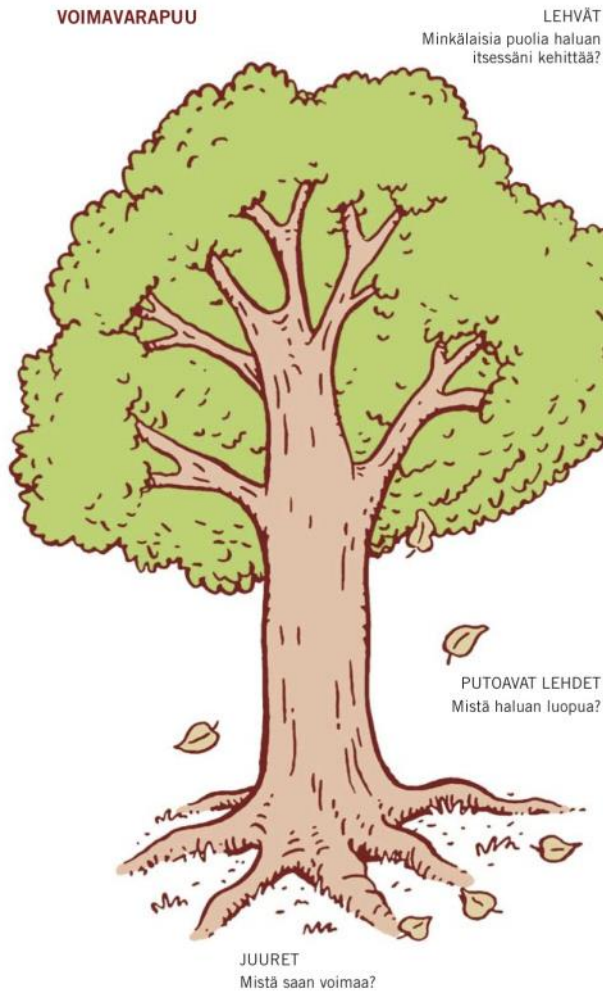
Lapseton bonusäiti saattaa kokea monella tapaa oman roolinsa perheessä ristiriitaisena. Yhtenä tehtävänä on tarkastella vanhemmuuden roolikarttaa niin, että piirtää itsensä keskelle ja alkaa pohtimaan, millaisissa rooleja itsellä on. Osa rooleista ovat sellaisia, joita ajattelee miehen ajattelevan, osa sellaisia joita lasten tai sukulaisten.

Vanhemmuuden roolikartta on Varsinais-Suomen Lastensuojelukuntayhtymän henkilöstön kehitystyö vuodelta 1999.



- Voimavarapuu

Välillä on hyvä tarkastella omia voimavarojaan; mistä saa voimaa ja mikä ei ole itselle hyväksi. Tässä työskentelyssä hyvänä apuna on puun kuva, jonka ympärille kirjoitetaan: "Mistä saan voimaa?", "Minkälaisia puolia haluan itsessäni kehittää?", "Mistä haluan luopua?" Tehtävän jälkeen jaetaan ryhmälle omasta puusta sen verran mitä haluaa.



(Ulmanen A)

5 LOPUKSI

Tarkoituksena oli järjestää lapsettomien bonusäitien päivä uusperhekoulutuksen aikana ja laatia saadusta palautteesta yhteenveto tähän työhön.

Päivä kuitenkin siirtyi myöhemmiksi ajankohdaksi, johtuen maailmalla riehuvas-
ta koronavirustaudista COVID-19:sta, joka on tehnyt kokoontumiset mahdotto-
maksi kevään aikana. Tämän poikkeuksellisen ajanjakson jälkeen uskon, että
on vielä isompi tarve erilaisille vertaistuellisille kokoontumisille.

Harkitsin päivää etäyhteyksillä pidettäväksi, mutta osa osallistujista toivoi mie-
luummin kohtaamista, joten päädyttiin siihen, että tämä päivä tulee olemaan
syksyllä.

6 LÄHTEET

Broberg, M 2010. Uusperheen voimavarat ja lasten hyvinvointi. Väestöntutkimuksen julkaisusarja D 52/2010

Malinen V ja Larkela P, Parisuhde, uusperheen ydin, Väestöliitto 2011

Murtorinne- Lahtinen M, Hyvä paha äitipuoli uusperheen arjessa, Kirjapaja 2013

Rosenborg M ja Törmänen T, Uusperheen käsikirja, Otava 2019

<https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki>

<https://www.toimeksi.fi/kansalais-ja-yhdistystoimijoille/vertaistoiminta/>

<https://anneulmanen.wordpress.com/menetelmia-2/voimavarapuu/>

<https://www.vslk.fi/index.php?id=19>