

KOHTI NUORUUSIKÄÄ USEAMMAN SAMANIKÄISEN KANSSA

– opas kaksosten, kolmosten
ja nelosten vanhemmille



SUOMEN
MONIKKOPERHEET RY



Sisällys

1. Kohti muutosta	3
2. Murrosiän fyysisiä ja psyykkisiä muutoksia	4
2.1 Kun monikkosisarukset kehittyvät eri tahtiin.....	5
3. Monikkonuorten identiteetin kehittyminen	6
4. Irtautuminen monikkonuoren elämässä.....	9
4.1 Irtautuminen vanhemmista	9
4.1.1 Murrosikä näkyy ja kuuluu	9
4.1.2 Aitoa läsnäoloa ja tukea	11
4.2 Irtautuminen monikkosisaruksista	13
4.2.1 Yksipuolinen riippuvuus	14
5. Tuttuja tilanteita monikkoperheessä: liittoutumista, sisarkateutta, kilpailua ja vertailua	15
6. Sisarus- ja kaverisuhteet nuoren voimavarana	18
7. Tukiverkosto vahvistaa koko perhettä	19
8. Nuori päättää omasta elämästään	21
8.1 Nuoren seurustelu	22
8.2 Yläkoulusta jatko-opintoihin	23
9. Kohti aikuisuutta	25
10. Lopuksi	26
Lähteet	27

Julkaisija: Suomen Monikkoperheet ry

Kirjoittajat: Terveyden- ja sairaanhoidon opettaja, filosofian tohtori Kristiina Heinonen, lääketieteen tohtori, nuorisolääkäri Elina Hermanson, toiminnanjohtaja, yhteiskuntatieteiden maisteri Ulla Kumpula, lastenpsykiatrian emeritaprofessori Irma Moilanen ja filosofian tohtori Varpu Penninkilampi-Kerola.

Sitaatit: Suomen Monikkoperheet ry:n kyselyt 2014. Vastaajat ovat antaneet luvan sitaattien käyttöön.

Kiitos: Kirjoittajat, kyselyihin vastaajat, tekstin kommentoijat, testilukijat ja Raha-automaattiyhdistys ry

Palaute: toimisto@suomenmonikkoperheet.fi

Kuvitukset: Jonna Markkula

Ulkoasu ja taitto: Pippuriina, Hanna Väitalo

Sähköinen julkaisu © Suomen Monikkoperheet ry, 2014

1. Kohti muutosta

Olet monikkovanhempna siirtymässä tai siirtynyt elämäntahtisi aikaan, jolloin perheessäsi on vähintään kaksi murrosikäistä lasta. Tämä opas kertoo monikkonuorten irtautumisesta vanhemmistaan ja monikkosisaruksestaan.

Opas on suunnattu erityisesti 10-20 -vuotiaiden monikkonuorten ja nuorten aikuis-ten vanhemmille ja muille tukijoukoille. Opas pyrkii lisäämään ymmärrystä kaikkeen siihen muutokseen, jonka keskellä monikkonuoret elävät. Toivottavasti saat näkökul-mia sinun ja nuortesi keskinäisiin suhteisiin ja voit suhtautua luottavaisin mielin tule-vaan.

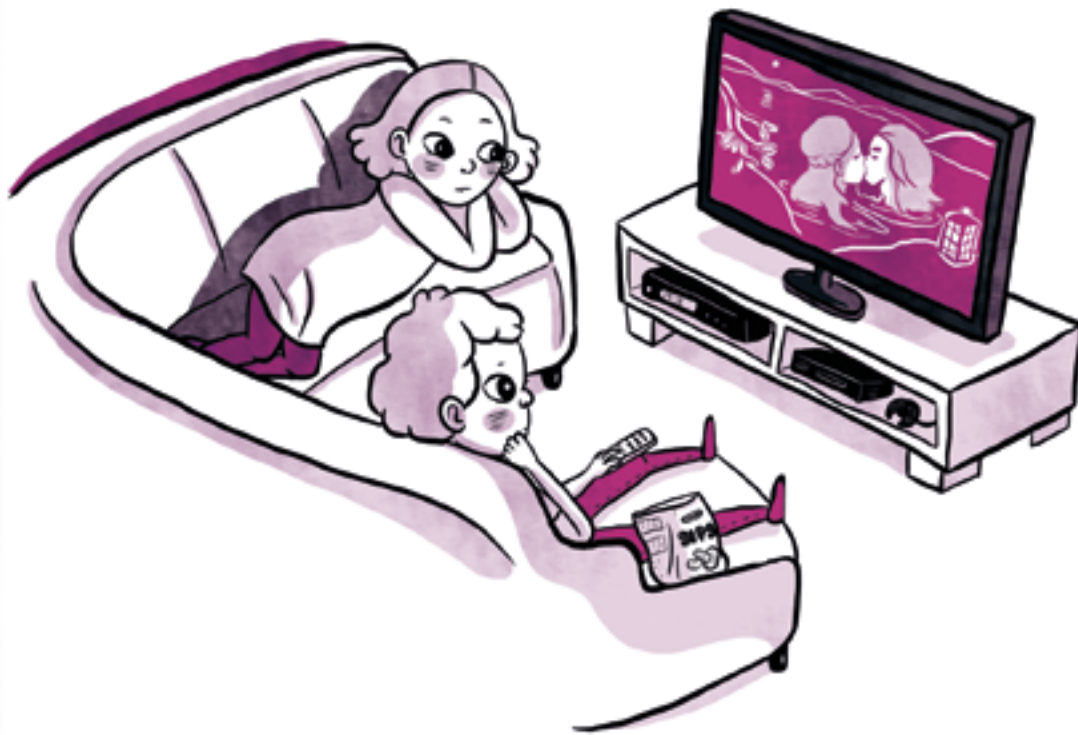
Kuljet vanhempana murrosikäisten kanssa yhteistä polkua, jossa nuoret oppivat vä-hitellen aikuisuuden pelisääntöjä, ja käynte yhteisiä keskusteluja enemmän kuin aiem-missa kasvun ja kehityksen vaiheissa. Vanhempana rooliisi sisältyy lasten nuoruusiäs-säkin seuraavia tehtäviä:

- huolenpitoa,
- rakkautta,
- elämäntaitojen opettamista ja
- rajojen asettamista.

Nuoruusikää ei ole aina erotettu omaksi elämänvaiheekseen, joka olisi saanut omaa erityistä huomiotaan. Kuitenkin kaikkina aikoina, kaikissa kulttuureissa nuoruudella on ollut oma erityinen tehtävänsä. Nuoruusiän kehitystehtäviä ovat ainakin:

- pitää hyväksyä uudenlainen keho ja seksuaalisuus,
- pitää irtautua jatkuvasti aikuisiin tukeutuvan lapsen roolista ja samalla löy-tää oma sukupolvensa ja
- pitää muodostaa oma identiteetti eli käsitys siitä, millainen on yksilönä, mihin uskoo ja mitä tavoittelee. Monikkonuoren kasvutehtävänä on yksilöity-minen myös monikkosisaruksesta.





2. Murrosiän fyysisiä ja psyykkisiä muutoksia

Fyysisten muutosten ajanjaksoa kutsutaan murrosiäksi. Se aloittaa nuoruusiän, mutta on kestoltaan vain viitisen vuotta. Psyykkiset myllerrykset kestävät useita vuosia pidempään. Nykyisin tiedetään että aivojen ennalta ohjelmoitu kypsyminen jatkuu noin 22-25 ikävuoteen saakka. Tämä sopii siihen jo vanhempaan tietoon, että psyykkisesti ihmisen persoonallisuus on vakiintunut noin 22-vuotiaana.

Nuoruusiän aikana keho käy läpi melkoisia muutoksia. Murrosiässä aikuistyyppinen hormonitoiminta käynnistyy, mistä seuraa pysyviä muutoksia sukuelinten toiminnassa ja ulkonäössä. Tyttöjen rinnat ja poikien kivekset alkavat kasvaa. Poikien kivekset ja tyttöjen munasarjat ovat hormonitehtaita. Suku hormonien vaikutuksesta iho alkaa rasvoittua, karvoitus lisääntyy ja hiki alkaa haista aivan eri tavalla kuin pikkulapsella. Mieshormonin tuotanto tuo mukanaan paitsi peniksen kasvun, myös esimerkiksi äänenmurroksen.

Tyttöjen kuukautiskierto vaatii eri hormonien välistä monimutkaista yhteispeliä. Se selittää, miksi kuukautisten alkaessa tytön murrosikä on jo melko pitkällä. Nopea kasvupyrähdysvaihe on tuolloin jo ohi. Poikien kasvupyrähdys sen sijaan ajoittuu murrosikäkehityksen viimeisiin vuosiin.

Kehon ja hormonitasojen muutokset tuovat mukanaan melkoisia muutoksia myös psyydessä. Hormonit sinällään vaikuttavat havainto- ja ajatusmaailmaan. Yhtäkkiä nuori tuntee seksuaalista kiihottumista omakohtaisesti ja usein hämmästyttävästikin.

Nykynuorten ongelma on, että informaatiota seksuaalisuudesta on tarjolla liikaakin. Osa tiedosta on asiallista, osa esimerkiksi kaupallisuuden vääristämää. Seksiin ja seksuaalisuuteen liittyvät asiat tunkevat jo pikkulapsen maailmaan, jolloin niitä ei voi kunnolla ymmärtää ja ne voivat ahdistaa. Nuorta pommitetaan monesta suunnasta seksiin, kehoon ja ihmissuhteisiin liittyvillä otsikoilla ja kuvilla. Kehon muutokset tuntuvat yleensä kaikista nuorista jossain määrin hämmästyttäviltä.

2.1 Kun monikkosisarukset kehittyvät eri tahtiin

Samankin perheen monikkolapset kehittyvät usein fyysisesti eri tahdissa ja rakenteelliset erot korostuvat, kun keho muotoutuu murrosiässä. Varsinkin tytöt kehittyvät usein nopeammin kuin pojat. Eritahtisuudesta johtuen nuoret etenevät myös esimerkiksi puukeutumisen ja meikkaamisen suhteen eri tahdissa.

Nuoren on toisaalta tärkeää kokea olevansa normaali, riittävän samanlainen kuin muut. Nuori ihminen vertailee itseään herkästi muihin. Toisaalta nuorilla on voimakas tarve erottua omana yksilönään. Tämä vähittäinen itsenäistyminen toinen toisistaan aiheuttaa nuorten kesken usein vertailua ja äänekkästäkin kommentointia. Toisaalta nuori toivookin itsenäistymistä, mutta voi pelätäkin: onhan itsenäistyminen jonkin asteista irtautumista tutusta ja turvallisesta ihmissuhteesta.



Vinkkejä vanhemmille

- Vanhempien on syytä suhtautua ja kohdella kutakin nuorta hänen kehitysvaiheensa mukaisesti. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että kotiintuloajat voivat poiketa nuorten kesken. Tällöin tiukempien sääntöjen piirissä oleva saa tästä toivottavasti kimmokkeen toimia vanhempien luottamusta lisäävästi ja päästä hankin välttämättömien sääntöjen piiriin.
- Eri ikäinen kehitys on erinomainen mahdollisuus tukea monikkon nuorten yksilöitymistä toinen toisistaan. Vanhempi voi esimerkiksi todeta: "Eihän teidän tarvitse näyttää samalta, valita samanlaisia vaatteita, aloittaa meikkaamista samoihin aikoihin" tai "Tehän olette yksilöitä, ja kumpikin tekee omat valintansa, ne jotka juuri sinulle parhaiten sopivat".
- Hitaammin puberteetin saavuttava voi salaa epäillä, että hänellä ei kaikki ole ihan kunnossa. Vanhempi voikin kyselemisen sijaan vakuuttaa nuorta: "Kyllä lopputulos on molemmilla ihan varmasti hyvä". Vanhempi voi kertoa omasta kokemuksestaan esimerkkejä siitä, miten ihmiset kehittyvät eri tahtiin ja ovat muutoinkin erilaisia.

3. Monikkonuorten identiteetin kehittyminen

Syntyminen samaan aikaan merkitsee monikkolapsille erityistä kehitysympäristöä, jossa he eivät voi kasvaa sosiaalisesti samalla tavoin kuin yksittäin syntynyt lapsi. Länä on aina monikkosisarus vertailtavaksi, kilvoittelukumppaniksi ja kiintymyksen kohteeksi.

Suurimmalla osalla monikkonuorista ei ole muita nuoria hankalampaa navigoida läpi murrosiän. Joskus murrosiän muutokset on jopa helpompaa ottaa vastaan, kun rinnalla on samassa tilanteessa oleva sisarus, jonka kanssa voi jakaa ajatuksiaan ja tunteuksiaan, ja johon voi turvautua. Länsimaissa nähdään hyvänä asiana, että monikot olisivat aikuisina itsenäisiä yksilöitä, jotka voivat kuitenkin nauttia myönteisestä suhteesta monikkosisarusukseensa.

Nuorilla ja nuorilla aikuisilla kaksosilla/monikkosisaruksilla on pyritty erottamaan kuusi keskinäisen identiteetin ja intimitietin muotoa, jotka tuntuvat vastaavan arkitodellisuutta. Monilla pareilla vaikuttaa olevan piirteitä useammista jäljempänä mainituista kuudesta identiteettityypistä. Esimerkiksi keskenään kilpailevat kaksoset/monikot useinkin samalla ihannoivat tätä monikkona olemista, mikä on hyvä asia.

Kun monikoilla on yksikköidentiteetti (unit identity), se merkitsee sitä että he toimivat kuin yksikkö. Heillä ei näin ollen ole lainkaan erilaistumista ja yksilöitymistä. Heillä on yhteiset tarpeet, toiveet ja päämäärät. Heillä ei ole ollenkaan ”omaa” tahtoa, vaan kaikissa toiveissakin ollaan yhtä. Tämä muoto on varsin harvinainen, ja se esiintyy pääasiassa monotsygoteilla eli identtisillä monikoilla. Samanlaisuutensa vuoksi he ovat saattaneet tulla kohdelluiksi samalla tavalla, ja se on edistänyt keskinäistä samaistumista. Tässä tilanteessa heidän on vaikea tehdä omia ratkaisuja koulutuksen, ammatinvalinnan, asuinpaikan ja puolison valinnan suhteen.

Kun monikoilla on toinen toisistaan riippuvainen identiteetti (interdependent identity), he pystyvät itsenäisiinkin ratkaisuihin, mutta he kysyvät monessa asiassa myös kaksosparinsa/monikkosisarustensa mielipidettä. Juuri nuoruudessa ja nuorena aikuisuudessa tällainen ”riippuvaisuus” voi toisaalta olla myös rakkaudesta ja uskollisuudesta johtuvaa suostumista kaksosparin/monikkosisarusten tahtoon. Heidänkään ei ole helppoa tehdä omia ratkaisuja koulutuksen, ammatinvalinnan ja puolison valinnan suhteen, mutta se onnistuu tarvittaessa, ja yksi onnistuminen johtaa onnistumiseen seuraavassa valintatilanteessa.

Kun monikoilla on jakautunut identiteetti (split identity), heidän keskinäisessä suhteessaan on tunnelmana ”hyvä nuori, huono nuori” -asetelma, vaikkakin voimakkuudessa on aste-eroja. Tämä voi pohjautua vanhempien yksipuoliseen ”lempilapsi”-asetelmaan, jossa jo lapsuuden aikana vaikeuksien ilmetessä vanhempi on syyttänyt toista kaksoslapsista / yhtä monikkolapsista. Ehkä vanhemman on tällöin ollut vaikea kestää lapsen luonnetta, tottelemattomuutta tai levottomuutta tai vanhemmilla oli



itsellään vaikea elämäntilanne, jossa he eivät jaksaneet hyväksyä lapsen erilaisuutta. Tämä ei ole ollut lapsille hyväksi, eikä heidän välisensä suhde myöskään ole päässyt kehittymään hyväksi. ”Hyvänä” koettu lapsi voi mielellään muistella monikkouttaan, mutta ”huonona” koettu mieluummin unohtaisi sen kokonaan ja haluaisi irtaantua tästä raskaasta perhetilanteesta varhain. Varsinkin tämä ”huonona” nähty lapsi tarvitsee myöhemmin elämässään tukea löytääkseen itseluottamuksen.

Kun monikoilla on ihannoitu identiteetti (idealized identity), nuoret kertovat lapsuudestaan ja nykyisestä keskinäisestä suhteestaan yksipuolisesti ihannoituna ja onnellisena. Tämä voi näkyä niin, että tavanomaisiin ihmissuhteisiin liittyvät hankaluudet puuttuvat. Vanhemmat ovat saattaneet kokea erityistä arvostusta monikkojen vanhempana olemisesta, ja se hän on hyvä asia. Kun kaksossuhteessa siis ei ole ollut mitään erityisiä ongelmia, on matka kohti yksilöllistä identiteettiä sujunut tasaisesti.

Keskenään kilpailevia kaksosia/monikkoja (competitive twins/ multiples) on jo lapsuudessa rohkaistu yksilöllisiin saavutuksiin ja menestykseen ja kannustettu yrittämään. Usein he voivat esimerkiksi urheilusuorituksillaan ylittää varsin pitkälle. Näissä perheissä vallitsee tasapuolisuus lapsia kohtaan, eikä ketään suosita toisen kustannuksella. Näillä kaksosilla/monikoilla on hyvä luottamus toisiinsa, yhteiset arvot ja unelmat. Yksilöityminen on sujunut mukavasti, eikä nuorten keskinäinen side ole estämässä uuden ihmissuhteen (parisuhteen) luomista. Kuitenkin joillakin on uudessa parisuhteessaan suuri

toive saada rakennetuksi puolisoonsa samanlainen, yhtä tiimihenkinen ja ehkäpä kilpailuakin sisältävä suhde kuin mitä oli kaksospariin/ monikkosisaruksiin. Se ei kuitenkaan aina onnistu, ja onnistuminen riippuu myös puolison parisuhteelle asettamista toiveista.

Tavanomaista sisarusuhdetta vastaava kiintymyssuhde (sibling attachment) tarkoittaa sisarusuhdetta, joka ei poikkea eri-ikäisten sisarusten kiintymyksestä toinen toiseensa. Nämä kaksoiset/ monikot ovat tavallisesti eri sukupuolta. Samaistuminen toinen toiseensa on luonnollisesti vähäisempää kuin heillä, jotka ovatkin varsin samantyyppisiä ja ovat tulleet siten myös ulkopuolisten taholta samalla tavoin kohdelluiksi.

Nämä erilaiset keskinäisen identiteetin muodot esiintyvät harvoin puhtaassa muodossaan. Monikkonuoren identiteettiin kuuluu sekä monikkoudesta johtuvia piirteitä että oma yksilöllinen persoonallisuus.

Vinkki vanhemmille

Jos monikkosisarukset ovat hyvin samankaltaisia, vanhempi voi tukea nuorta luomaan omaa minuuttaan esimerkiksi tukemalla nuoren oman kiinnostuksen mukaisia harrastuksia ja kouluainevalintoja. Nuorta on tärkeää vahvistaa hänen omassa päätöksenteossaan ja antaa mahdollisuuksia myös yksinoloon ja selviytymiseen ilman monikkosisarusiaan. Myös nuoren omat yksilölliset elämäntapahtumat, esimerkiksi seurustelun aloittaminen, auttavat häntä luomaan omaa minuuttaan ja erillisyyttään.



4. Irtautuminen monikkonuoren elämässä

4.1 Irtautuminen vanhemmista

Nuoren irtautuminen vanhemmista alkaa usein niin, että hänelle tulee lisää kavereita ja harrastuksia. Nuori kokee omia vanhempia kohtaan ristiriitaisia tunteita. Toisaalta ajatus aikuistumisesta ja itsenäistymisestä kiehtoo, toisaalta pelottaa.

Myös vanhemman tunteet ovat ristiriitaisia kun nuoret pyrkivät irrottautumaan vanhemmistaan. Aluksi voi tuntua surulliselta, että lapsuusvuodet alkavat olla takanapäin ja vanhempi voi jopa kokea "menettäneensä" lapsensa. Vanhemmalle murrosikäisten vanhemmuus on vanhemmuutta kasvattavaa, mutta se voi olla myös voimia kuluttavaa. Vanhemmasta voi myös tuntua vaativalta se, että elämä ei solju enää niin helposti eteenpäin. Uusi tilanne herättää ihmetystä niin nuoressa kuin vanhemmissakin.

"Kolme esi-murrosikää yhtä aikaa on aika paljon kestävävää."

(11-vuotiaiden kolmosten äiti)

"... esimurkkuihinkin – että samasta asiasta esimerkiksi toinen mököttää ja säälii itseään, toinen raivoaa tuntitolkulla ja syyttää muita ja me vanhemmat ollaan ihmeissämme!"

(10-vuotiaiden kaksosten äiti)

Jokaisessa perheessä joudutaan etsimään ajoittain yhteisymmärrystä. Kun eri-ikäisten lasten vanhemmat neuvottelevat yhden murrosikäisen kanssa, käydään monikkoperheissä neuvotteluja huomattavasti enemmän.

"Nuoruusikä on tuonut tullessaan monenlaista. Muutos alkoi jo viimeistään 11-vuotiaana, kun keskinäinen riitely lisääntyi. Äiti on se, johon yleinen kapinointi ja kritiikki on kohdistunut enemmän kuin isään. Molemmilla on tullut tarvetta irtiottoihin toisesta."

(13-vuotiaiden kaksosten äiti)

4.1.1 Murrosikä näkyy ja kuuluu

Murrosikäisten kanssa ajaututaan välillä myös yhteenottoihin – ovet saattavat paukkua. Ristiriitojen käsittely ylipäätään on nuorille murrosiän alkuvuosina vaikeaa. Tunteet sen sijaan jylläävät voimakkaana.

"Murrosikä alkoi meillä 'rytinällä' samaan aikaan yläasteen kanssa... Vaihe on raskaampi kuin olin kuvitellut. Tulee mieleen uhmaikäkausi: jos tänään toinen on rauhallinen, toisella on takuuvarmasti murkkupäivä. Ei siis päivää ilman murkkuoireita. Tytär purkaa itseään itkemällä ja tiuskimalla, poika raivoamalla." (13-vuotiaiden kaksosten äiti)



Vanhempana voi tuntea olevansa keinoton selvittämään asioita ja saamaan murrosikäisten kanssa tilanteita hallintaan. Nuoruuteen kuuluu erilaisten asioiden kokeilu ja rajojen hakeminen. Nuori ihminen on usein lyhytjänteisempi ja impulsiivisempi kuin muutamaa vuotta vanhempana. Ratkaisujen pitää tulla tässä, nyt ja heti. Nuori näkee asiat mieluusti mustavalkoisina.

Usein nuori on myös itse jälkikäteen hämillään, jopa yllättynyt näistä tilanteista. Vaikka nuorella on jo kyky monimutkaisiin käsitteellisiin ajatuksiin, haaveet ja epärealistiset kuvitelmat korvaavat vielä pitkäjärteiset suunnitelmat, joissa olisi otettu huomioon toistensa kanssa ristiriitaisia seikkoja. Toisaalta monikkous voi tuoda ristiriitailanteisiin myös lievennystä, kun nuori voi puhua asioista toisen, luotettavan ja samassa perheessä kasvaneen samanikäisen kanssa.

Olisi tärkeää, että kuohuntahetket pystyttäisiin palauttamaan pian seesteiseen tasoon ja käsittelemään niin, että niihin ei jäädä koko päiväksi kiinni. Vanhemman tehtävä on huolehtia myös siitä, ettei ristiriitailanteista tule väkivaltilanteita.

Vanhempana onkin tärkeää tukea nuorta ja nauttia erityisesti niistä hetkistä, jotka menevät hyvin. Jokaisesta pienestä asiasta ei tarvitse tulla valtataistelua. Jatkuva riitely kotona vie kaikkien voimavaroja ja heikentää kodin ilmapiiriä. Tilanteiden rauhoittuessa asioista päästään yhdessä sopimaan ja pyytämään anteeksi.

Nuorelta voidaan odottaa ymmärrystä siitä, että kaikkea ei voi saada yhtä aikaa eivätkä kaikki asiat tapahdu samalla tavalla. Lapsuudessa alkanut oman vuoron odottaminen ja vanhemman jakaminen on arkipäivää myös nuoruudessa. Vanhempien johdonmukaisuus kasvattajana lisää nuoren ymmärrystä ja sitoutumista. Välittäminen ja rajojen asettaminen tuovat nuorelle turvaa. Rajojen asettaminen on vanhemmuuden tehtävä siitä huolimatta, että vastaanäniä kuuluu.

On myös tärkeää antaa tarvittaessa kriittinen palaute kahden kesken ja muistaen, ettei nuoren persoonana ole arvostelun kohteena, vaan esimerkiksi hänen tapansa toimia tai hänen käytöksensä. Rakastat lastasi, mutta et hänen huutoaan tai epäasiallista kielenkäyttöään, tämä ero kannattaa myös selvästi sanallistaa nuorelle. Vanhempaa lohduttanee tieto siitä, että nuori "ottelee" sellaisten ihmisten kanssa, jotka ovat hänelle merkityksellisiä.



4.1.2 Aitoa läsnäoloa ja tukea

Murrosikäinen tarvitsee paljon vanhempiensa tukea. Nuoren on hyvä tietää, että vanhempi on käytettävissä ja kuulolla, ja hänelle voi aina tuoda esille omaa avun tarvettaan. Vanhempi-lapsisuhde ei ole fyysisten ja psyykkisten muutosten myötä hävinnyt mihinkään, vaikka sen muoto on muuttunut.

Vanhemman on tärkeää kuunnella nuorta ja pysähtyä aidosti hänen asioihinsa. Olisikin tärkeää, että aitoja kohtaamisia tulisi päivittäin. Monesti perheen yhteiset ruokahetket mahdollistavat perheen yhdessäolon. Kun murrosikäisiä on enemmän kuin yksi, on tärkeää, että vanhemmilla on henkilökohtaista jakamatonta aikaa jokaiselle nuorelle. Näissä tilanteissa voidaan keskustella myös luottamuksellisesti ja osoittaa nuorelle kiinnostusta hänestä ja hänen asioistaan. Nuori vaistoa aidon kiinnostuksen. Nuoren tulisi tuntea, että hän on tärkeä ja osallinen omia asioita koskeissa päätöksissä. Nuori kuitenkin vasta opettelee näitä asioita, vanhemman kantaessa vastuuta.

"On vaikeaa jos molemmat lapset saavat murrosiän samaan aikaan ja yhtä rajuna. Nuori tarvitsee erilaista tukea kuin pienempi lapsi. Pitää osata olla tukena kasvussa, mutta ei liian tunkeileva. Koulumenestystä ei saa vertailla."

(12-vuotiaiden kaksosten äiti, perheessä myös nuorempi lapsi)



Vinkkejä vanhemmille

- Nuoren aivotointi ja fyysiset muutokset ovat alkuvaiheessa valtavassa myllyryksessä. Tämän ymmärtäminen auttaa suhtautumaan nuoren muuttuneeseen käyttäytymiseen.
- Menemällä erotuomariksi jokaiseen riitaan väsyttät itsesi ja viet nuorilta kokemuksen siitä, että he osaavat selvittää asiat myös keskenään.
- Toimi itse mallina siitä, mitä on toisen ihmisen kunnioittaminen ja arvokas kohtelu. Ota katsekontakti nuoreen, kun puhut hänelle. Älä vastaa huutoon huudolla vaan odota, että tilanne rauhoittuu ja saat keskusteluyhteyden nuoreen.
- Perheen säännöt voi kirjoittaa ylös ja laittaa muistutukseksi seinälle.
- Vanhempien on tärkeää pitää keskenään yhtenäinen linja asioihin.
- Nuori ei aina pysty olemaan keskusteluyhteydessä, vaan voi toistuvasti esimerkiksi vetäytyä omaan huoneeseensa. Vanhempi ilmaisee olevansa käytettävissä vaikkapa oven läpi keskustelemalla.
- Vahvasta tietoisesti nuoren itsetuntoa. Jokainen nuori tarvitsee kiitosta ja kannustusta. Anna sitä hänelle pienistäkin asioista. Näin pidät yllä myönteistä ilmapiiriä ja tuet nuoren kasvua kohti aikuisuutta. Nuori voi omalta osaltaan kantaa vastuuta perheen arjesta mm. huolehtimalla oman huoneen siisteydestä ja tekemällä muita kodin töitä.
- Tuo keskusteluissa esille erilaisia näkökulmia, joista nuori saattaa aktivoitua ja valita aiheita.
- Keskustelussa nuorelle tulee olla oma vuoro, jolloin häntä kuunnellaan. Tällöin saatat havaita, että olet ajatellut asiasta aivan eri tavalla kuin nuori, ja voit myös joutua pahoittelemaan myös omaa väärinymmärrystäsi.
- Silloin kun nuoren asia vaatii tilanteen kertomista myös toiselle vanhemmista, vanhempi voi tulla nuorta puolitiehen vastaan tarjoamalla vaihtoehtoisia tapoja ottaa asia puheeksi: nuori voi kertoa asian itse tai vanhempi voi kertoa asian ennen kuin keskustellaan yhdessä.
- Lasten ollessa pieniä olet saanut moninkertaisesti pusuja, halauksia ja sylitteilyä. Nuori ei todennäköisesti halua tulla vanhemman syliin kuten ennen. Nuori ja vanhempi tarvitsevat kuitenkin keskinäistä läheisyyttä. Luonteva tapa voi olla vierekkäin television katsominen, hipaisu käsivarteen, olkapäälle taputus tai hartioiden hieronta.
- Vanhemmat voivat vaikuttaa moniin asioihin nuoren elämässä: puhtaus ja hygienian hoito, terveellinen ravinto, liikunta, uni, ihmissuhteet, päihteettömyys. Arjessa näistä aiheista voi muodostua mukavia yhteishetkiä koko perheelle yhdessä ja erikseen, esimerkiksi ruoanlaiton tai liikunnan merkeissä.



4.2 Irtautuminen monikkosisaruksista

Monikkojen välinen suhde muuttuu muotoaan eri ikävaiheissa. On suhteellisen yleistä, että etenkin kaksoset ovat riippuvaisia toisistaan, erityisesti varhaislapsuudessa. Nuoruusiän kynnyksellä monikkosuhde tulee vaiheeseen, jossa nuoret määrittelevät keskinäisen suhteen merkityksen oman identiteetin ja minäkuvan osana uudestaan. Uudelleenmäärittely voi alkaa joko molemminpuolisena vastakkainasetteluna tai silloin kun yksi monikoista alkaa vaatia tilaa ilman monikkosisarusta.

Monikkolapselle irtautuminen monikkosisaruksista voi olla haastavampaa kuin irtautuminen vanhemmista. Irrottautuminen vanhemmista saattaa lähentää kaksossisaruksia toisiinsa ja tilapäisesti lisätä keskinäistä riippuvuutta. Itsenäistymiseen voi liittyä äänekkästä välienselvittelyä erityisesti silloin, kun sisarukset ovat vielä kovasti kiinni toisissaan. Se voi myös tapahtua monikkosisarusten vain vaivihkaa alkaessa suuntautua eri kiinnostuksen kohteisiin.

Riippuvuus monikkosisaruksesta saattaa vahvistaa tarvetta korostaa eroja. Nuori valitsee tietoisesti eri asioita vain tehdäkseen selkeän eron itsensä ja sisaruksen välille. Hän haluaa olla erilainen: oma hiusmalli, erilaiset vaatteet, harrastukset ja ystävät.

Vanhempien on hyvä tunnistaa riippuvuus, mutta ymmärtää, että monikkojen kehitys ja heidän suhteensa muuttuminen tapahtuu aina yksilöllisen aikataulun mukaan ja tällä kehityksellä on tarkoituksensa.

”Jälkikäteen olemme puhuneet asiasta ja tulleet siihen lopputulokseen, että tuossa iässä oli lopen väsynyt siihen, että tuli aina huomioiduksi vain ”toiseksi niistä kaksosista” ja itsellä oli valtava tarve olla minä, yksilö ja mahdollisimman selkeästi erilainen kuin se toinen niin ulkonäköllisesti kuin henkisesti.”
(Kaksonen 34 vuotta, lapsuudenperheessä myös nuorempi lapsi)



Tutkimuksen mukaan vielä 16-vuotiaana neljäsosa suomalaisista kaksosnuorista kokee olevansa riippuvaisia kakso-

sestaan. Sukupuoli ja kaksosten identtisyys vaikuttavat siihen, miten läheinen suhde kaksosilla on toisiinsa ja miten riippuvaisena kaksosestaan he kokevat itsensä. Tytöt ilmaisevat useammin olevansa riippuvaisia kaksosestaan kuin pojat, ja identtiset kaksoset kokevat useammin riippuvuutta suhteessa kaksoseensa kuin epäidenttiset. Epäidenttisten kaksosten suhteen on mielenkiintoista, ettei riippuvuudessa ole juurikaan eroja sen suhteen, ovatko kysymyksessä samaa vai eri sukupuolta olevat kaksosparit. Sillä, kokevatko he olevansa samalla tavoin riippuvaisia toisistaan, on merkitystä.

Kaksoset, jotka kokevat olevansa riippuvaisia sisaruskseen, kertovat useammin sisarusensa olevan heidän paras ystävänsä. Toisistaan riippuvaisilla kaksosilla on useammin yhteiset ystävät ja ystäväpiiri, samat harrastukset ja muut vapaa-ajan aktiviteetit.

Nuoret ja erityisesti aikuiset monikot ovat tyypillisesti vähemmän riippuvaisia toisistaan, mikä on sekä luonnollista, että myös osin välttämätöntä, sillä itsenäisyyden saavuttaminen edellyttää irtautumista myös monikkosisaruksista. Länsimaissa keskinäinen riippuvuus väheneekin selvästi iän myötä. Itsenäisyyden saavuttaminen näyttää olevan länsimaissa monikkona kasvaneelle merkittävää. Tätä tukee ruotsalaisen, vanhuusikäisiä kaksosia koskeneen tutkimuksen havainto, että kaksosilla korostui vielä vanhuusiässä tarve tulla hyväksytyiksi erillisinä yksilöinä ja tarve korostaa yksilöllisyyttään.

4.2.1 Yksipuolinen riippuvuus

Itsenäistyminen ei välttämättä tule yhtä aikaa ja samalla tavalla. Riippuvuus kaksossuhteessa voi siis olla myös yksipuolista. Yksipuolisesti riippuvainen kaksonen kokee usein olevansa heikommalla suhteessa, jossa kaksossisarusta osoittaa selkeästi halunsa irrottautua suhteesta. Riippuvainen kaksonen kokee tilanteen usein kuormittavana.

"Itsenäistyminen on raskas prosessi... eroaminen tapahtui yläkoulussa ja tuo hiljaisempi ajautui hieman huonoihin piireihin, jossa hän tuli myös ankarasti kiusatuksi... oli siis mennyt toisen siivellä, ja nyt, kun piti rakentaa oma ystäväpiiri, se ei ollutkaan helppoa... vasta jälkikäteen olen ymmärtänyt, kuinka henkisesti vakavista tilanteista oli kysymys."

(24-vuotiaiden kaksosten isä, perheessä myös nuorempi sisarus)

Joskus tilanne voi olla niin ilmiselvää, että vanhemmilla on kiusaus painostaa itenäistyvää kaksosta ottamaan sisarus mukaan omiin menoihinsa. Vanhemmat eivät kestä katsoa miten toinen jää ulkopuolelle tai on torjuttu. Vanhemmat voivat myös tahtomattaan saada itsenäisemmän nuoren tuntemaan syyllisyyttä halusta luoda omaa kaveripiiriä ja osallistua harrastuksiin ilman sisarusta. Vanhemmat voivat toivoa, että sisarusket liikkuisivat yhdessä reviiriin laajentuessa. Monikaan vanhempi ei edellyttäisi tätä eri-ikäisiltä sisaruksilta, mutta monikkojen suhteen kiusaus on suuri.

"...yksilöllisyyden tukeminen ja lasten keskinäinen irtiotto toisistaan tuottaa tilanteita, joissa kekseliäisyyks on koetuksella. Lasten balu irtautua toisistaan etenee eri tahtiin."

(13-vuotiaiden kaksosten äiti)

Vinkkejä vanhemmille:

- Vanhemman on hyvä tukea kunkin lapsen yksilöllisyyttä ja luoda lapsille tilaisuuksia olla ajoittain erossa toisistaan jo lapsesta lähtien. Sen on todettu helpottavan murrosiässä irrottautumista toisesta.
- Vanhemman on hyvä aluksi keskittyä "kiinnipitäjänuoren" ainutlaatuisuuteen. Mieti, voisitko ehdottaa nuorelle jotain sellaista tekemistä tai ajattelemista, joka on mielenkiintoisempaa kuin mitä irtautuja voi tarjota.
- Vanhempi tietää yleensä sen, minkä verran hän voi vedota irtautujan lojaalisuuteen, että toinen on otettava mukaan. Myöhemmin vanhempi voi keskittyä tukemaan myös irtautujan tarvetta irtautumiseen.
- Tutkimuksen mukaan kaksosten nuoruusiässä kokemalla riippuvuudella on yhteys kaksosten psyykkiseen ja psykosomaattiseen oireiluun erityisesti silloin, kun he kokevat olevansa yksipuolisesti riippuvaisia kaksossisaruksestaan. Keskinäiseen riippuvuuteen tulee kiinnittää huomiota silloin, jos kaksoset vielä nuoruusiässäkään eivät näytä kestävän eroa toisistaan ja jos he kokevat olevansa epätydellisiä silloin kun toinen ei ole läsnä.

5. Tuttuja tilanteita monikkoperheessä: liittoutumista, sisarkateutta, kilpailua ja vertailua

Kun yksi monikkolapsista ottaa yhteen vanhemman kanssa, voivat nuoret liittoutua keskenään yhteiseksi rintamaksi vanhempaa vastaan puolustamaan yhtä sisaruksista. Liittoutuminen voi ilmetä myös äänekkään arvosteluna. Liittoutuminen on nuorelta tavanomaista käyttäytymistä erityisesti vanhemmasta irrottautumisen alkuvaiheessa.

"Haastavaa. Tilanteet muuttuvat hetkessä ääripäästä toiseen. Nuorten keskenään nahistellessa ei voi mennä väliin, koska yhtäkkiä tilanne on niin, että siinä on kaksoset vastaan vanhempi." (13-vuotiaiden kaksosten äiti, perheessä myös vanhempi lapsi)

Nuoret tuovat herkästi esille myös sen, että kokevat sisarensa saavan enemmän huomiota tai asioita helpommin kuin itse saa. Näissä tilanteissa vanhempi joutuu pohtimaan oikeudenmukaisuuttaan ja tasapuolisuuttaan. Lapsia tulee kohdella ensisijaisesti lapsen omien yksilöllisten tarpeiden mukaisesti, vaikka toki reilusti. Vanhemmat joutuvatkin usein perustelemaan toimintaansa.

Välillä perheessä ollaan myös tilanteissa, joissa nuoret vertailevat esimerkiksi saami-
aan lahjoja. Jos vertailun tulos on nuoren mielestä epäoikeudenmukainen, se voi tun-
tua hänestä katkeralta. Kokemuksesta voi tulla loppujen lopuksi kasvattava, eteenpäin
vievä kokemus. Nuorelle voi opettaa empatiaa ja keskinäistä kannustavan palautteen
antamista.

Ääneen lausuttu monikkolasten vertaileminen keskenään ei ole suotavaa. Nuori
kokee helposti arvosteluksi sellaisetkin asiat, jotka eivät ole siksi tarkoitettu.

*”Arvosanoista kehuminen on myös työlästä, toinen saa kympin ja toinen seiskan, ja molem-
mat ovat tehneet juuri sen mitä pystyivät. Kun kumpikin tuo paperinsa näyttille samaan
aikaan, niin kaikki mitä sanoo ääneen on tulenarkaa.” (10-vuotiaiden kaksosten äiti)*

Vertailu, vaikka tahatonkin, usein lisää kilpailua ja kateutta sisarusten välillä. Kilpailu
sisarusten välillä voi myös olla keino rakentaa omaa identiteettiä, pyrkimystä määrittää
itseä yksilönä. Sisarusten väliset kiistat voivat johtua myös siitä, etteivät he ole tiedosta-
neet muutosta ja mahdollisesti lisääntyvää erilaisuuttaan. Tällöin voi auttaa, että tukee
nuoria oppimaan lisää toisistaan, muuttuneista kiinnostuksen kohteista ja vahvuuksista
– sekä omista, että sisarusen. Se, että toinen sisarus osallistuu ja lähtee kannustamaan
sisarustaan esim. hänen harrastuksissaan – ja päinvastoin – antaa, molemmille/kaikille
mahdollisuuden olla hyvä ilman kilpailua tai kateutta ja myös aidosti iloita toisen saa-
vutuksista.



Vinkkejä vanhemmille

- Jos nuori arvostelee toisia kohtuuttomasti, on vanhemman järkevää pyytää nuorta lopettamaan epäasiallinen käytös ja kertoa siitä, kuinka ikävä olo arvostelusta syntyy. Nuori ymmärtää kyllä tunneviestejä!
- Selvitä ongelmatilanne henkilökohtaisesti vain yhden nuoren kanssa silloin, kun asia koskee vain häntä.
- Lapsilla voi olla osaamiseroja, joihin vanhempien on vaikea suhtautua. Vanhemmat ovat valmiita tekemään paljon, jotta lapsille ei tulisi henkisiä kipuja. On kuitenkin hyvä muistaa, että elämässä on väistämättä kivuliaita kasvutapahtumia, ja vahvin voikin olla se, joka on oppinut voittamaan vaikeutensa.
- Nuoret voivat olla koulutehtävissä toistensa tukena.
- Nuorilla voi olla eri harrastuksia. Vanhempien on tärkeää osoittaa nuorille, että jokaisella on omia erityisiä vahvuuksia ja toisaalta myös heikkouksia. Nuorta voi vahvistaa omalla osaamisalueellaan antamalla esimerkiksi hänen niin halutesaan soittajalle mahdollisuus esiintymiseen, jossa muut kuuntelevat ja liikunnalliselle mahdollisuus esitellä välineitään ja palkintoja tms. Vanhemman on hyvä olla tukemassa jokaisen harrastuksia ja korostaa, että harrastukset ovat yhtä arvokkaita, vaikka ovatkin erilaisia.

6. Sisarus- ja kaverisuhteet nuoren voimavarana

Sisarussuhde on tärkeä voimavara niin lapsuudessa, itsenäistymisen vaiheissa kuin aikuisuudessaakin. Monikkoperheen lapset ovat saattaneet kulkea aikaisempien vuosien aikana paljon yhdessä.

”Kaksoset ovat hyvin riippuvaisia toisistaan. Kaverit ovat myös yhteisiä. Tuntuu kuin heidän välilleen ei saisi tulla yhtäkään toisen omaa kaveria.”
(10-vuotiaiden kaksosten äiti, perheessä myös nuorempi lapsi)

”Yhteisten mielenkiinnon kohteiden ja elämäntilanteiden jakaminen on hienoa. Keskustellessa ei tarvitse kaikkea selittää juurta jaksen, kun toinen tuntee ja ymmärtää niin hyvin. Myös vaikeissa elämäntilanteissa kaksosen tuki ja läsnäolo on aivan korvaamatonta, enkä tiedä kuinka olisin selvinnyt joistakin elämän haasteista ja aallonpohjista ilman kaksostani.” (Kaksonen 35 vuotta, lapsuudenperheessä myös nuorempi lapsi)

Nuorella on usein monikkosisaruksen lisäksi myös eri-ikäisiä sisarusia. Myös näihin sisarussuhteisiin kuuluu niin läheisyyttä kuin kilpailuakin. Vaikka kaksoset liittoutuvat helpommin keskenään, voivat roolit muuttua joskus niin, että toinen kaksosista tai yksi kolmosista tuntee itsensä enemmän ulkopuoliseksi. Vanhemmat sisarukset tarjosivat murrosiästä kokemusta, joka auttaa vanhempaa suhtautumaan moninkertaisena tulevaan nuoruusiäkään.

Sisarusten lisäksi omat kaverit ovat keskiössä nuoren elämässä. Kaveriporukoissa on sekä tyttöjä että poikia. Jos aiemmin monikkolasten ystävät ovat olleet pääosin yhteisiä, niin nuoruusiässä myös omat kaverit tulevat merkitykselliseksi nuoren elämässä. Vanhempien on hyvä kannustaa monikkonuria omien kaverisuhteiden luomiseen.



7. Tukiverkosto vahvistaa koko perhettä

Vanhempien keskinäinen verkostoituminen on tärkeää, jotta vanhemmat ovat tietoisia missä ja kenen kanssa nuoret liikkuvat. Se vähentää vanhemman kokemaa huolta. Kaveriporukoissa liikkuminen vaatii selkeät säännöt ja kotiintuloajat. On tehtävä selväksi, että myöhästymisistä tulee ilmoittaa. Murrosikäisen on helpompi sitoutua yhteisiin pelisääntöihin, jos ne sovitaan yhdessä. Nuoren tulee ymmärtää, että vanhemmat välittävät hänestä ja huolestuvat, jos soittoa ei tule. Monikkovanhempaa voi helpottaa se, että hän voi ainakin jossain määrin olettaa, että sisarukset pitävät huolta toisistaan liikkeussaan yhdessä. Tämä ei useinkaan ole mahdollista silloin, kun sisarukset ovat eri-ikäisiä.

Vanhemman tulee kertoa nuorelle myös vaaroista, esimerkiksi yksin liikkumisesta myöhäisenä ajankohtana. On myös tärkeää tuoda esille, miten toimia, jos esimerkiksi myöhästyy linja-autosta ja mistä saa apua. Murrosikäinen ei vielä osaa ajatella asioita aikuisen tavalla ja on siten vielä hyvin haavoittuvainen. On tärkeää, että vanhempi tarkastaa nuoren kotiin tulemisen ja vaihtaa hänen kanssaan muutaman sanan. Tämä mahdollistaa samalla nuoren voinnin näkemisen.

Jos vanhempi menettää luottamuksen nuoreen, vanhemman luottamuksen palautuminen vie aikaa. Nuoren tulee tietää, mitä luottamuksen menettäminen merkitsee. Epäilyksen ilmapiiristä tulisi kuitenkin hiljalleen päästä eteenpäin ja antaa nuorelle mahdollisuus palauttaa vanhemman luottamus itseensä. Tärkeintä on, että nuori tietää oven olevan aina auki kotiin ja että sinne voi palata.

Nuoren tilanteeseen on haettava tukea, mikäli nuori on masentunut, hän ei saa nukkua, hän on jäänyt täysin yksin, on aggressiivinen, käyttää jo hyvin nuorena alkoholia tai muita päihteitä, varastelee tai valehtelee. Huumeet eivät haise, mutta nuoren käytös voi olla poikkeavaa tai välttelevää. Päihteet altistavat nuoren terveysongelmien lisäksi myös muille vaaroille kuten hyväksikäytölle.

Murrosikäisellä nuorella on hyvä olla myös muuta tukiverkkoa ja aikuisuuden mallia omien vanhempien tai vanhemman lisänä. Sukulaisten, kummien ja ystävien tapaaminen on tärkeä osoitus siitä, että nuoren ympärillä on paljon hänestä välittäviä aikuisia. Joskus keskusteluyhteys kummin kanssa voi muodostua hyvin läheiseksi niin nuorelle kuin vanhemmalle.

Samanaikaisesti kun perheessä on murrosikäisiä nuoria, voi vanhemman omassa elämäntilanteessa olla asioita, jotka vaativat voimavaroja: työelämän kiireet, omien vanhempien vanheneminen ja parisuhteen muuttuminen. Tässä elämäntilanteessa voi tuntea myös väsymystä. Elämä monikkoperheessä on ollut vaativaa, ja vanhempana jo odottaa, että arki rauhoittuu ja tulee aikaa myös itselle. Vahvistavat tukiverkostot ovat tarpeen jokaiselle.

Vinkkejä vanhemmille

- Yhdessä miettimällä selviää, mitkä asiat auttavat vanhempaa jaksamaan ja millaista tukea kaippaa, jos omat voimavarat tuntuvat vähäisiltä.
- Murrosikä koettelee myös vanhempien parisuhdetta. Parisuhteeseen ja arkeen sitoutuminen auttaa luomaan hyvän perustan vanhemmuudelle. Parisuhde merkitsee yhteen hiileen puhaltamista erilaisissa tilanteissa, yhteisiä keskusteluja, mutta myös keskinäisiä kompromisseja. Vanhempien parisuhteelle tulee arjessa enemmän tilaa lasten aikuistuessaa.
- Keskustelu muiden murrosikäisten vanhempien kanssa auttaa vanhempaa jäsentämään omaa elämäntilannettaan ja löytämään asioihin uusia näkökulmia.
- Saat vanhempana voimavaroja arkeen kun teet itselle tärkeitä asioita, esimerkiksi liikut tai luet.
- Tukipalveluja on tarjolla sekä nuorille että vanhemmille. Ohjaa nuori tarvittaessa palvelujen piiriin ja hae apua myös itsellesi. Apua saa esimerkiksi koulukuraattorilta, -terveydenhoitajalta, -lääkäriltä tai psykologilta, nuorisoasemalta, sosiaaliasemalta, neuvovasta puhelimesta, perheneuvolasta tai nuorisopsykiatrian poliklinikalta. Kullakin paikkakunnalla on omat palvelunsa. Asioiden kanssa ei tarvitse jäädä yksin.



8. Nuori päättää omasta elämästään

Monikkonuoren tulisi pystyä eriytymään monikkosisaruksistaan ennen kuin hän voi tehdä itsenäisiä ratkaisuja omiin ihmissuhteisiin, ammatinvalintaan ja elämäntapaan liittyen. Tähän asti monikkosisarusten on ollut helppoa tukeutua kaksospariinsa tai monikkosisaruksiinsa, ja nyt he joutuvatkin ottamaan enemmän vastuuta itsestään. Itsenäistyminen merkitsee yhä enemmän omia henkilökohtaisia valintoja omassa elämässä.

”Kaksoselta saa tukea ja turvallisuuden tunnetta nuoruuden myllerryksissä ja esimerkiksi kaverisuhteissa ja niiden aiheuttamissa paineissa. Toisaalta kaksosuus on siinä iässä myös hämmäntävää, jopa ahdistavaa ja hieman ristiriitaistakin, koska kaksosoissa on silloin vielä hyvin kiinni ja riippuvainen toisesta, mutta haluaisi jo erottua enemmän omana itseenään, itsenäistyä myös suhteessa kaksoseensa, rakentaa omaa minäkäsitystään ja tulevaisuuttaan myös kaksosesta erillään.”

(Kaksonen 35 vuotta, lapsuudenperheessä myös nuorempi sisarus)

Oman elämän rakentamiseen liittyvät suuret valinnat voivat nostaa epävarmuuden lisäksi esiin kysymyksen, kuinka nämä omat valinnat vaikuttavat monikkosisarukseeni. Tämä voi aiheuttaa syyllisyyttä ja mustasukkaisuuttakin.



Meillä länsimaissa voidaan korostaa itsenäisyyttä ja yksilöllisyyttä joskus ehkäpä liikaakin, ja silloin voidaan käsitteissä vahingossa lipua kohti itsekkyyttä. Lienee syytä korostaa, että itsenäisyys ei tietenkään ole samaa kuin itsekkyyys. Vaikka nuori aikuinen osaakin ajatella itsenäisesti, voi hän silti olla vapaaehtoisilla rakkauden ja välittämisen siteillä kiinni perheenjäsenissään ja tehdä ratkaisunsa siten, että hän ajoittain asettaa läheistensä toiveet etusijalle.

8.1 Nuoren seurustelu

Seurustelun aloittaminen voi monikkosisaruksille olla herkempi tilanne kuin eri-ikäisille sisaruksille, varsinkin jos seurustelun aloittaminen ajoittuu selkeästi eri ajankohdan nuorten elämässä.

”Kun aloitin vakavan seurustelun, ja sisareni oli mustasukkainen, katkera ja syvästi loukkaantunut. Hän oli itse seurustellut aikaisemmin, ja koki ensimmäisen kerran sen, etten ollutkaan aina käytettävissä ja paikalla ja tunsin itsensä täysin hylätyksi. Se vaikeutti valtavasti puolisoni ja sisareni välejä monen vuoden ajan.”

(Kaksonen, 34 vuotta)

Eri ajankohtiin ajoittuva seurustelun aloittaminen tukee yksilöitymistä. Nuorille itselleen seurustelun alkamisen ajoittuminen suurin piirtein samaan ajankohtaan lienee miellyttävintä. Toivottavaa tällöin olisi, ettei toinen aloittaisi seurustelua vain osoittaakseen ”tasoissa olemista”.

Joskus ihastuksen kohde voi olla jopa sama, mikä luonnollisesti tuottaa kipua ja kateuden tunnettakin sille, joka ei saa vastakaikua ihastukselleen. Tämä tilanne voi

myös tuottaa epävarmuutta sille ”valitulle sisarukselle”, joka voi tuntea sääliä ja ehkäpä hieman syyllisyyttäkin, kun toinen jäi osattomaksi onnesta. Vanhempien kannattane keskustella nuorten kanssa erikseen tästä tilanteesta, mikäli nuoret ovat valmiita aiheesta keskustelemaan. Sivuuun jääneen sisaruksen itsetunto voi olla koetuksella, ja kaikinainen rohkaisu ja nuoren omien vahvuuksien korostaminen voi lohduttaa. Vaikka se ei varmasti tätä nuorta sillä hetkellä lohduta, niin vaikeudet voivat myös kasvattaa selviämään tulevista vastoinkäymisistä.

8.2 Yläkoulusta jatko-opintoihin

Monet monikkonuoret ovat viimeistään yläkouluun mennessä hakeutuneet eri luokille. Hakeutuminen eri luokille onkin luonteva tapa lisätä mahdollisuuksia irtautua toinen toisestaan. Mikäli vanhempien voimavarat ja paikalliset mahdollisuudet sen sallivat, jopa eri yläkoulut voivat tulla kyseeseen.

Murrosiän loppuvaiheeseen liittyy ammattiin ja elämäntarkastomukseen liittyviä valintoja. Vanhemmat voivat tukea nuoren yksilöllisiä valintoja, mikä voi merkitä sitä, että nuoret saattavat valita opiskelupaikan myös eri paikkakunnilta.

Tutkimuksen mukaan riippuvaisten kaksosten koulutusvalinnat eroavat ei-riippuvaisista kaksosista. Riippuvaiset kaksokset voivat hakea koulutukseen viiveellä tai hakeutuminen voi vaikeutua. Tällöin puhutaan uskollisuusristiriidasta eli lahjakkaimman voi olla vaikea tehdä koulutusvalintaa itsenäisesti.

Kaksosten keskinäinen riippuvuus voi ilmetä myös niin, että he tekevät vastakkaisia valintoja. Vastakkaiset valinnat eivät kuitenkaan pohjautukaan omaan itsenäiseen haluun, vaan ovat riippuvaisia kaksossisaruksen vastaavista valinnoista, ja ne voivat olla osoitus vain toisenlaisessa muodossa ilmenevästä riippuvuudesta. Toisaalta riippuvuus



saattaa vaikuttaa siten, että nuori tekee valintojaan sen mukaan, miten kaksossisarukset niitä tekee.

Nuoruusiän siirtymävaiheissa nuoria voidaan tukea ja kannustaa tekemään itsenäisiä ratkaisuja, valitsemaan koulussa itselleen sopivia aineyhdistelmiä, pohtimaan kouluvalintoja omien vahvuuksien näkökulmasta ja muodostamaan käsitystä omasta tulevaisuudestaan ja päämääristään, korostamalla heidän omia piirteitään ja oman tavoitteenasettelunsa merkitystä.



Vinkkejä vanhemmille

- Uskollisuusristiriitatilanteissa vanhemmat voivat keskustella nuorten kanssa yksilöllisesti. He voivat ikään kuin antaa nuorelle luvan menestyä ja auttaa toista/toisia löytämään ikiomia vahvuusalueitaan, ilman vertailua.
- Kaksosten vahvuudet ja valinnat voivat olla samanlaiset ilman, että he kokisivat riippuvuutta toisistaan. Vanhemmilla on taipumusta nähdä kaksosensa riippuvaisempina kuin kaksoset itse näkevät.
- Vanhemman on tärkeää tukea nuoren omaa päätöksentekoa keskustelemalla sekä erikseen että yhdessä. Voit tuoda esiin nuoren itsenäisen päätöksenteon myönteisiä puolia ja keskustella myös siihen liittyvistä pe-loista.
- Vanhempi voi olla yhteydessä monikkonuorten asioissa ryhmäohjaajaan ja opettajiin. Nuori viettää suuren osan päivästä koulussa, jossa myös nuoren yksilöllisyyttä, itsenäisyyttä voidaan tukea. Ulkopuolisten tekemät havainnot ovat myös tärkeitä.

9. Kohti aikuisuutta

Vanhempien haastavana tehtävänä on antaa tilaa nuoruusikäisen kehitykselle ja pysytellä pääasiassa taustalla - niin vaikeaa kuin se onkin. Kaikki nuoren asiat eivät kuulu enää vanhemmille, eivätkä myöskään hänen monikkosisaruksilleen. Nuorille on annettava mahdollisuus ratkaista itsenäisemmin keskinäiseen suhteeseen liittyviä kriisejä.

Usein nuoruusikäisten kaksosten vanhemmista voi tuntua epämukavalta, että aiemmin niin sopuisa ja tiivis pari haluaakin erillisyyttä ja eroon sisaruksestaan, ja tämän pelätään olevan merkki kaksosten erityisen siteen katkeamisesta iäksi. Sisarussuhteen katkeamista ei ole kuitenkaan syytä pelätä, sillä kysymyksessä on luonnollinen osa monikkona syntyneiden lasten kehitystä.

Riippuvuus jatkuessaan voi vaikuttaa kaksossisarusten koko elämän kulkuun. Tutkimuksen mukaan sellaiset kaksoset, joilla oli ollut tiivis ja läheinen suhde, mutta eivät kokeneet riippuvuutta kaksoseensa, ovat tyytyväisimpiä elämänsäkuunsa kuin sellaiset, jotka ovat kokeneet riippuvaisuuden kaksossuhteessaan jatkuneen aikuisuuteen. Samoin he ovat tyytyväisempiä kuin kaksoset, jotka kokivat kaksossuhteensa olleen aina etäinen. Turvallinen ja läheinen suhde kaksossisarukseen, jossa riippuvuuteen liittyvät tunteet ja oman yksilöllisen identiteetin rakentamiseen liittyvät kysymykset on ratkaistu, on mitä todennäköisimmin pidemmällä aikavälillä hyvää elämää ja toimintakykyä rakentavia ja näitä ylläpitäviä tekijöitä.

"Vanhemmat ovat antaneet itsenäistyä molempien omaan tahtiin. Tukee valinnoissa ja rohkaisseet unelmien toteuttamisessa."

(Kaksonen 26 vuotta, lapsuudenperheessä myös vanhempi sisarus)

Nuoruusiän jälkeen elämäntilanteet vievät monikkosisaruksia eri suuntiin ja yhteydenpito muuttaa muotoaan ja yleensä harvenee. Jotkut monikkosisarukset jatkavat ruuhkavuosinakin hyvin tiivistä yhteydenpitoa. Ne harvat tutkimukset, joissa monikkojen suhdetta on tarkasteltu läpi elämän, ovat osoittaneet, että ruuhkavuosien taittuessa aikuisten kaksosten keskinäinen suhde alkaa jälleen tiivistyä ja lähentyä. Monikkosuhde säilyy merkityksellisenä ihmissuhteena, johon palataan ja turvaudutaan vanhuuden lähestyessä.



10. Lopuksi

Murrosikä on suhteellisen lyhyt, mutta merkittävä elämänvaihe jokaisen ihmisen elämässä. Lasten siirtyminen nuoruusikään tuo mukanaan uusia mielenkiintoisia elämäkokemuksia niin nuorille kuin heidän vanhemmilleen. Älä jää vanhempana yksin, muutkin vanhemmat pohtivat samanlaisia asioita. Jaa rohkeasti omia kokemuksiasi muiden kanssa. Jokainen kriisi kasvattaa murrosikäistä selviämään vahvempaa aikuisuuden aallokoissa. Uudet tilanteet kasvattavat myös vanhempaa. Nuoret ovat erilaisia – arvosta omia murrosikäisiä nuoriasi ja vanhemmuuden tehtävääsi tässä elämäntien vaiheessa!

Kun nuoruusikä myrskyineen alkaa olla ohi, tulee myös nuoren ja vanhemman väliseen ihmissuhteeseen uudenlainen läheisyys ja identiteetti: kahden tai useamman aikuisen välinen. Vanhempiinsa nähden aiemmin riippuvainen nuori aikuinen kohtaa vanhemmissaan toisen aikuisen.

Lisää katseltavaa ja kuunneltavaa löydät mm. Väestöliiton www.urpot.fi -sivustolta.



Lähteet:

Heinonen, K. 2013. Monikkoperheen elämämaailma varuillaan olosta vanhemmuuden vahvistumiseen. Fenomenologis-hermeneuttinen tutkimus. Publications of the University of Eastern Finland. Dissertation in Health Sciences. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1087-5/urn_isbn_978-952-61_10875.pdf

Hermanson, E. 2010. Oonks mä normaali? Nuoren oma kirja. Tammi

Moilanen I, Rantakallio, P. 1990. Living habits and personality development of adolescent twins. Acta Geneticae Medicae et Gemellologiae, 39:215-220. Roma.

Penninkilampi-Kerola, V. Implications of co-twin dependence for twins' social interactions, mental health and alcohol use. A follow-up study of Finnish twins from adolescence to early adulthood. 2006. (Kansanterveystieteen julkaisuja M; no. 190). Helsinki: University of Helsinki. <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/laa/kansa/vk/penninkilampi-kerola/implicat.pdf>

Pietilä S, Björklund A, and Bülow P. 2013. 'We are not as alike, as you think' sense of individuality within the co-twin relationship along the life course. Journal of aging studies, 27 (4), 339-46.

Pietilä, S. 2012. Tvillingskap genom livet: individualitet och relation i äldre tvillingars livsberättelser. Dissertation Series. Jönköping University: School of Health Sciences. <http://hj.diva-portal.org/smash/get/diva2:531963/FULLTEXT01.pdf>

Pääskysaari, J. 2002. Kompassi. Otava. Keuruu.

Rautiainen, M. 2001. Vanhemmuuden roolikartta. Syvennä ja sovela. Käyttäjäopas 2. Suomen kuntaliitto.

Schave B, Ciriello J. 1983. Identity and intimacy between twins. Praeger Publishers, New York.

Suomen Monikkoperheet ry. 2014. Kyselyt monikkolasten nuoruusiästä itse monikoille sekä heidän vanhemmilleen. Julkaisemattomat lähteet. Kursiivilla painetut lainaukset ovat näiden kyselyiden vastauksia, jotka julkaistaan vastaajien luvalla.

Trias T. 2006. Inter-twin and Parent-twin relationships and mental health. A study of twins from adolescence to young adulthood. <http://herkules oulu.fi/isbn9514282167/isbn9514282167.pdf>

Ylitalo, P. 2011. Roolikartta vanhemmuuden, parisuhteen ja itsenäistymisen tueksi. Suomen Kuntaliitto.

Suomen Monikkoperheet ry
www.suomenmonikkoperheet.fi



SUOMEN
MONIKKOPERHEET RY