



UUSPERHEEN ENSIAPUPAKKAUS

Uusperheiden muodostuminen on ristiriitainen tapahtuma, joka herättää kaikenlaisia tunteita perheenjäsenissä; rakkautta, iloa, kiukkua, helpotusta, kateutta, surua, ahdistusta, pelkoa. Usein vanhemmat ovat juuri selviytyneet erostaan ja joutuvat uusperheen myötä uuden haasteen eteen. Noin 9 % suomalaisista lapsiperheistä on uusperheitä.

Silmiin pisti mielenkiintoinen ja uusille uusioperheille lohdullinen Between the raindrops -blogin postaus, joka tuo kauniisti esille sen, miten lapsen kannalta on myös upeaa, että elämään tulee lisää hänestä välittäviä ja huolehtivia aikuisia.



Aina asiat eivät kuitenkaan suju kovinkaan mutkattomasti. Uusperheet joutuvat muodostamaan nimensä mukaisesti ihan uuden perheen erilaisista jäsenistä, luoda perheen säännöt, tavat ja perinteet. Suhteita täytyy muodostaa jokaisen perheenjäsenen välille, mikä tarkoittaa esimerkiksi neljän hengen perheessä kuutta ihmissuhdetta. Mitä enemmän uusia suhteita perheessä täytyy muodostaa, sitä hitaampi tämä prosessi on. Tutkimuksissa on todettu, että uusperheiden muodostumisessa on nähtävillä erilaisia vaiheita.

Tunnista missä vaiheessa teidän uusperheenne tällä hetkellä on ja kerää talteen meidän vinkit myönteiseen perheen muodostamiseen.

Päivi Sutinen on väitöskirjassaan (2005) tutkinut uusperheitä ja kirjoittanut Kaisa Raittilan kanssa uusperheistä kirjan *Huonetta vai sukua: Elämää uusperheessä* (2008). Kirjaan pohjautuen alla esitellään uusperheiden muodostumisen vaiheet FamilyBoostin vinkeillä höystettynä.

UUSPERHEEN 7 VAIHETTA

1. HAAVEVAIHE

- Aikuiset uskovat vilpittömästi, että kaikki tulevat onnellisiksi ja sopeutuvat ja rakastavat toisiaan
- Vallalla on halu korvata rikkoutunut perhe ja hyvittää lapsille erosta aiheutunut tuska
- Lapsipuolet otetaan rakastaen vastaan ja lapset yrittävät olla välittämättä uudesta äiti- tai isäpuolesta toivoessaan vanhempien palaavan vielä yhteen

Familyboost vinkki: Anna tässä vaiheessa lapsellesi tilaa ja aikaa. Vaikka sinä olet rakastunut ja innoissasi, lapsesi ei ole. Anna lapselle mahdollisuus ilmaista tunteitaan ja ota niitä tyyneästi vastaan. Lapsesi sopeutuu tilanteeseen huomattavasti nopeammin, jos annat hänen käydä erilaiset tunteet läpi ja näytät hänelle, että kestät ne. Voit myös auttaa lasta juttelemaan tunteistaan kertomalla, että monet lapset kokevat tällaisessa tilanteessa etenkin kateellisuutta ja surua ja se saattaa näyttäytyä kiukkuisuutena.

2. YHDENMUKAISTAMISVAIHE

- 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

FamilyBoost vinkki: Panosta tässä vaiheessa siihen, että annat lapselle kahdenkeskistä aikaa. Tämä on tärkeää biologiselle lapselle sen vuoksi, että hän näkee, ettei vanhempi katoa hänen elämästään mihinkään tai lapsi ei jää vähemmälle, vaikka perheeseen tulee uusia jäseniä. On myös todella tärkeää panostaa kahdenkeskiseen aikaan puolison lapsen kanssa. Toiseen ei voi oikein tutustua ilman, että viettää hänen kanssaan aikaa. Ja paras tapa saada lapsi mukavaan kontaktiin uusperheessä on viettää aikaa ihan kaksistaan.

3. RISTIRIITAVAIHE

- Kielteiset tunteet valtaavat alaa ja äiti- tai isäpuoli pettyy ja alkaa voida huonosti
- Lasten biologinen vanhempi on vaikeassa ristiriidassa uuden kumppaninsa ja lastensa tarpeiden välissä
- Lapset osaavat hyödyntää vanhemmille aiheutuneen ristiriitatilanteen
- 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 puolisoitten vieraantumiseen toisistaan

FamilyBoost vinkki: Panosta tässä vaiheessa etenkin siihen, että pidätte pariskuntana yhtä. Kun pystytte juttelemaan kahdestaan perheessänne tapahtuvista asioista ja luomaan yhteisiä toimintatapoja, joiden takana molemmat seisoo, kestätte tämän myrskyisänkin vaiheen. Raivatkaa aikaa toisillenne, jutelkaa, kuunnelkaa, koskettakaa. Tukeutukaa toisiinne!

4. SELVITTELYVAIHE

- Ristiriitoja aletaan aktiivisesti selvittää
- Tunteita, tarpeita ja odotuksia ilmaistaan avoimesti
- Riitaisuus laittaa puolustuskannalle, jolloin biologinen pohja voimistuu ja uusi kumppani jää ilman tukea
- Tilannetta rauhoittavat yhteiset pelisäännöt: aikaa on löydettävä paitsi kaikille lapsille myös parisuhteelle

FamilyBoost vinkki: Ottakaa rutiiniksi pitää viikottain tai kuukausittain perhepalaveri, johon kaikki osallistuvat. Antakaa jokaisen puhua vuorollaan ja kertoa omat toiveensa, huomionsa ja ehdotuksensa muille. Kootkaa keskustelusta sellaisia yhteisiä toimintatapoja, joista kaikille jää hyvä mieli ja joka ottaa kaikkien tarpeet ikätasoisella tavalla huomioon. Lapset

ovat yhteistyökykyisempiä, kun he saavat itsekkin vaikuttaa perheessä tapahtuviin asioihin. Lapset ovat myös uskottoman tarkkaavaisia ja hyviä keksimään ratkaisuja.

5. TOIMINTAVAIHE

- 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 välisen selvittelyyn
- Perhe luo omat uudet rituaalinsa ja tapansa toimia

FamilyBoost vinkki: Vahvistakaa perheen yhteishenkeä tekemällä yhdessä asioita, joista kaikki nauttii. Kokeilkaa uusia asioita, seikkailkaa, rentoutukaa, pelailekaa, leikkikää ja naurakaa.

6. VAHVISTUMISVAIHE

- Meidän lauma -aika, jossa uusperheen aikuisten suhde toimii ja isä- tai äitipuolen ja lapsipuolten välit ovat parantuneet
- Isä- tai äitipuolen rooli vakautunut
- Perusta on niin vahva, että ulkoiset vaikeudet voidaan kohdata yhdessä

FamilyBoost vinkki: Tässä vaiheessa uusi perheenne on vankistunut. Nyt mielessä riittää tilaa ja energiaa ottaa ehkä puheeksi joitakin yhteisvanhemmuuteen liittyviä kohtia, mitkä liittyvät ex-puolisoiden kanssa toimimiseen. Miettikää sellaisia tapoja toimia, jotka ovat lasten kannalta parhaimpia ja sopivat myös kaikille aikuisille. Antakaa ääni kaikille aikuisille, jotka perhekokonaisuudessa ovat mukana. Yrittäkää löytää riittävän hyvä yhteistyö.

7. HELPOTUKSENVAIHE

- Perheelle on syntynyt oma identiteetti eikä sen tarvitse kysyä enää oikeutusta olemassa ololleen
- Perhe-elämä koetaan riittävän hyväksi
- Läheisyys kasvaa ja suhteet tulevat avoimemmiksi
- Menneille vaikeuksille voidaan jo nauraa yhdessä

FamilyBoost vinkki: Nauttikaa elämästä ja arjesta. Muistakaa pitää huolta itsestänne ja parisuhteesta. Pitäkää edelleen yllä myös kahdenkeskisiä hetkiä lasten kanssa. Kiittäkää itseänne siitä, että olette tehneet sitkeästi töitä perheenne hyvinvoinnin vuoksi ja päässeet erittäin haastavassa elämäntilanteessa eteenpäin.

Missä vaiheessa teidän uusperheessä mennään?