

SUPLIIKKI

2026

30 vuotta
sirkusta



SUOMEN UUSPERHEIDEN LIITTO RY

Supli

Supli

Julkaisija

Suomen Uusperheiden Liitto ry
Kalevankatu 16 A
00100 Helsinki
www.supli.fi

**Päätoimittaja**

Kirsi Heikinheimo
kirsi.heikinheimo@supli.fi

Toimitussihteeri

Priska Autio
priska@autiocreations.fi

Lay-out ja taitto

Tmi Tanja Holmberg
tanja.holmberg@gmail.com

Kansikuva

Adobe Stock

Juttujen kuvat:

Adobe Stock tai Suplin kuva-arkisto,
jos ei muuta mainita

Verkkolehden alusta

Flipeco

**Suomen Uusperheiden Liitto ry (Supli) on valtakunnallinen
voittoa tavoittelematon järjestö, joka tarjoaa palveluja
uusperheille ja uusperheitä työssään kohtaaville
ammattilaisille.**



Sisällys

- 4** Toimiston terveiset
- 5** Pääkirjoitus
- 6** Vertaisryhmästä valtakunnalliseksi asiantuntijajärjestöksi:
"Suplin voimavara on läpi vuosien ollut yhtenäinen joukko osaajia ja innostuneita ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite."
- 12** Yhteiskehittäminen juurtunut Suplin arkeen viime vuosikymmenellä:
"Merkityksellisiä muutoksia tehdään yhdessä"
- 16** Palkittu StepApp-valmennus® syntyi rohkeasta ideasta
ja yhdessä käyttäjien kanssa kehittäen
- 18** Uusperheen arjessa tarvitaan tilaa monenlaisille sävyille:
tavalliset neuvot eivät aina riitä
- 24** Uusi maailma uuden ymmärryksen myötä
- 28** Myönteinen kosketus parisuhteessa
- 30** Merkityksellisintä on se, mitä syntyy ihmisten välille
- 32** Vaikuttamistyö tekee näkyväksi lapsen arjen kahdessa kodissa
- 34** Uusperheen seksuaalisuuden erityispiirteet
- 38** Nuoruusikäinen lapsi uusperheessä
– vanhemman tuki on tärkeämpää kuin täydellisyys
- 40** Vieraskynä
- 42** Tj Cafe

30 vuotta
sirkusta

Toimiston terveiset

Tämän juhluvuoden Supliikin suunnittelu ja kokoaminen on ollut erityisen merkityksellinen tehtävä. Suomen Uusperheiden Liiton 30-vuotinen matka paikallisesta vertaisryhmästä valtakunnalliseksi asiantuntijajärjestöksi on tarina sitkeydestä ja yhteisestä tahdosta. Se kertoo siitä, miten vahvasta tarpeesta toiminta on aikanaan syntynyt ja miten tärkeänä sen tehtävä on säilynyt läpi vuosikymmenten.

Toiminnan sydämenä ovat alusta asti olleet vapaaehtoiset uusperheelliset itse. Heidän kokemuksensa, osaamisensa ja halunsa kulkea toisten rinnalla ovat rakentaneet perustan työlle, jonka tavoite on pysynyt kirkkaana: yksikään uusperheellinen ei saisi jäädä yksin. Vertaisuus, yhteisöllisyys ja verkostoituminen ovat edelleen Suplin työn ytimessä ja juuri niistä muodostuu myös tämän 30-vuotisen tarinan vahva punainen lanka.

Juhlavuotta vietetään aikana, jolloin sosiaali- ja terveysalan järjestöihin kohdistuneet säästöt ovat olleet raskaita, eikä Suplikaan ole niiltä säästynyt. Juuri siksi historiaan katsominen tuntuu nyt erityisen tärkeältä. Suplin vaiheisiin tutustuessa tulee näkyväksi, etteivät järjestöt synny tyhjästä tai irrallisina rakenteina. Ne syntyvät ihmisten omista tarpeista, kokemuksista sekä toiveesta tulla nähdyksi, kuulluksi ja autetuksi. Usein järjestö on juuri se paikka, josta apu, ymmärrys ja yhteisö löytyvät silloin, kun niitä eniten tarvitaan. Siksi toimintaamme osallistuneilta saatu palaute kantaa erityisen paljon juuri nyt. Jokainen kiitos, kokemus ja viesti muistuttaa siitä, miksi tätä työtä tehdään ja miksi sitä tarvitaan myös tulevaisuudessa. Lämmin kiitos jokaisesta palautteesta, jokaisesta kohtaamisesta ja jokaiselle, joka on ollut mukana rakentamassa Suplin 30-vuotista tarinaa. Tämä juhluvuosi on ennen kaikkea yhteisen työn, vertaisuuden ja uusperheiden äänen juhla.

Saija Ristolainen-Kotimäki
järjestösihteeri



Lempää loppukesää juuri Sinulle ja läheisillesi

Alkukesän tunteita herättäneet puheet sote-järjestöihin kohdennetuista leikkauksista eivät ole vain taloudellisia päätöksiä. Leikkaukset eivät kohdistu vain järjestöjen rakenteisiin tai vaikuttamistyöhön. Niiden vaikutukset näkyvät ihmisten saamassa tuessa, turvassa ja mahdollisuudessa saada tietoa ja tukea ilman raskaita palveluita.

Samaan aikaan näemme myös toisen todellisuuden: jokaisessa kohtaamisessa, jokaisessa vertaistuen hetkessä ja jokaisessa yhteisesti löytyssä ratkaisussa on toimijuutta. Uusperheissä eletään arkea, joka on sekä haastavaa että voimavaroiltaan rikasta – ja juuri siksi tämän arjen näkyväksi tekeminen on tärkeämpää kuin koskaan. Suomen Uusperheiden Liiton työ lähtee tästä ajasta. Kohtaava työ on meille paitsi perheiden tukea myös tiedon lähde: se kertoo, missä palvelut toimivat, missä ne katkeavat ja millaisia ratkaisuja perheet itse rakentavat. Tätä kokemustietoa ei voi sivuuttaa aikana, jolloin päätöksiä tehdään yhä tiukemmissa raameissa. Siksi sen systemaattinen kerääminen, analysointi ja esiin nostaminen on keskeinen osa vaikuttamistyötämme. Tutkimuksellinen näkökulma ei ole irrallinen lisä, vaan väline, jolla arjen havainnot muuttuvat yhteiseksi ymmärrykseksi. Uusperheiden kertoessa kokemuksistaan tuesta, tiedosta ja palveluista, syntyy aineistoa, jonka avulla voidaan tunnistaa sekä katveet että toimivat käytännöt. Tämä tieto palvelee yhtä lailla ammattilaisia, päättäjiä kuin perheitä itseään. Suplissa tehtävä tutkimustyö – olipa kyse kyselyistä, selvityksistä tai hankkeista – rakentaa siltaa kokemuksen ja päätöksenteon väliin.

Haluankin esittää suoran kutsun: puhukaa kokemuksistanne ajassa ja omissa verkostoissanne. Mikä on auttanut? Missä tuki on puuttunut? Jaettu tieto muuttaa arkea, koska se tekee hiljaisista kokemuksista näkyviä ilmiöitä. Näihin ilmiöihin voidaan yhdessä tarttua ja niitä voidaan myös muuttaa.



Tässä ajassa tarvitaan enemmän kuin yksittäisiä tarinoita. Tarvitaan koottua ja jaettua tietoa, joka tekee näkyväksi sen, mikä muuten jää pirstaleiseksi. Kun kokemukset kootaan yhteen, niistä syntyy näyttöä, joka kantaa myös päätöksenteossa. Samalla vahvistuu viesti: uusperheiden arki ei ole sivujuonne, vaan olennainen osa suomalaista perhe-elämää.

Vaikeinakin aikoina on mahdollista rakentaa jotain kestävää. Se vaatii, ettemme jää vain sopeutumaan, vaan sanoitamme, tutkimme ja vaikutamme yhdessä. Loppukesän kynnyksellä haluamme vahvistaa juuri tätä. Toivo ei synny siitä, että haasteet ohitetaan, vaan siitä, että niihin tartutaan yhdessä, tietoon nojaten ja ihmisiä kuunnellen. Teidän kokemuksenne ovat osa tätä työtä ja juuri siksi niillä on merkitystä.

Tässä juhluvuoden lehdessä on koottuna tuulahduksia 30 vuoden matkasta: miten järjestömme sai alkunsa, kehitystyön helmiä, palautteita Suplin toiminnasta sekä ajatuksia siitä, mihin on nyt tul-tu. Vieraskynässä on itsekkin uusperheellisenä elä-neen mielenterveystyön airueen **Pirkko Lahden** lohduttava viesti meille kaikille.

Haluan vielä kutsua sinut ja perheesi mukaan juhluvuotemme päätapahtumaan 19.9.2026 Porvooseen. Tällöin pysähdymme yhdessä juhlimaan kaikkea sitä hyvää, mitä on jo tehty ja sitä, mikä syntyy, kun ihmiset kohtaavat. Tulevaisuudesta emme tiedä, joten eletään, rakastetaan ja juhli-taan nyt, kun on sen aika.

Uusperheiden ja rakkauden asialla
Kirsi Heikinheimo

Vertaisryhmästä valtakunnalliseksi asiantuntijajärjestöksi:

”Suplin voimavara on läpi vuosien ollut yhtenäinen joukko osaajia ja innostuneita ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite.”

Suomen Uusperheiden Liitto ry (Supli) täyttää tänä vuonna 30 vuotta. Uusperheet olivat liiton perustamisen aikaan 1990-luvulla vielä tuntematon ja vähän tutkittu ryhmä, johon liittyi paljon stigmaa. Samaan aikaan eroja tuli paljon ja uusperheitä syntyi. Supli perustettiin vastaamaan tarpeeseen kohdata muita uuspareja ja saada tukea haastaviin kokemuksiin uusperheessä. Tiedätkö, mistä kaikki alkoi? Entä kuinka vertaistukea tarjoavasta yhdistyksestä kasvoi valtakunnallinen, yhteiskunnallisesti vaikuttava asiantuntijajärjestö? Hypätään hetkeksi historian pyörteisiin!

Uusperheellisten oman yhdistyksen laitto vireille itsekkin uusperheellinen perheterapeutti **Pekka Larkela**. Työskennellessään 1990-luvulla Mannerheimin Lastensuojeluliiton (MLL) kanssa, häneltä tiedusteltiin, lähtisikö hän perustamaan vertaisryhmää uuspareille.

- Kieltäydyin tarjouksesta, koska halusin pitää henkilökohtaisen elämän ja työn erillään. Työpäivän jälkeen kuitenkin selvisi, että vaimoni oli törmännyt samaan henkilöön torilla ja lupautu-

nut jo innoissaan mukaan. Päätimme sitten kokeilla, ja pidimme yhdessä pari vertaisryhmää uuspareille. Huomasimme toiminnalle selkeän tarpeen, ja mietimme, voisiko tässä olla paikka ihan omalle uusperheyhdistykselle, Pekka muistelee.

Pekka ryhtyi etsimään vaimonsa kanssa muita uusperheellisiä, joita kiinnostaisi olla mukana perustamassa ja kehittämässä uutta yhdistystä.

Puheenjohtajaksi pyydettiin sosiaalineuvos, TtM **Tina Mäkelää**, jolla oli laaja järjestökokemus ja yhteiskunnallisen vaikuttamisen osaaminen sekä kokemus järjestöjen johtamisesta ja kehittämisestä. Tina oli entinen kansanedustaja ja eli myös tahollaan uusperhearkea.

Lokakuussa 1995 kutsuttiin ensimmäistä kertaa koolle uusperheyhdistyksen perustamiskokous, ja 6.3.1996 perustettiin valtakunnallinen yhdistys Uusperheelliset ry. Kaikki perustajajäsenet olivat itse uusperheellisiä ja sote-alan ammattilaisia.

- Toiminta keskittyi ensin Turkuun, mutta halusimme luoda alusta saakka valtakunnallisen järjestön, sillä koimme ilmiön koskettavan perheitä läpi Suomen. Vaikka halusin pitää työn ja henkilökohtaisen elämän erillään, se osoittautui mahdolltomaksi. Media huomasi uuden järjestöemme heti, ja TV1 saapui kameroineen kotiimme kuvaamaan, Pekka jatkaa.

- Koko uusperhekeskustelu oikeastaan käynnistyi yhdistyksen kautta, ja uusperheistä alettiin puhua ilmiönä. Määrittelimme uusperheen, avasimme aktiivisesti keskustelua, kehitimme terminologiaa sekä annoimme kasvot uusperheellisille. Kaikki tämä lisäsi ymmärrystä, tietoa ja hyväksyntää niin uusperheitä kuin perheiden monimuotoisuutta kohtaan ylipäätään, Tina kertoo.

"Määrittelimme uusperheen, avasimme aktiivisesti keskustelua, kehitimme terminologiaa sekä annoimme kasvot uusperheellisille."

palvelukeskuksessa
Puistokatu 11. Tervetuloa.
Uusperheiden yhdistyksen
perustava kokous to 26.10.
1995 klo 18 Mannerheimin
Lastensuojeluliiton tiloissa,
Yliopistonkatu 31. Tied.
puh. 872487/Riitta Holm.
Turun kaupungin eläkeläisten
yhdistys ry:n Kirjalli-



Vasemmalta Tina Mäkelä, Kristiina Ketola-Orava, Pasi Orava ja Pekka Larkela. Heistä Pekka ja Tina ovat Suplin perustajajäseniä.

Yhteiskunnallista muutosta on osaltaan tukenut myös Suplin aktiivinen verkostoituminen eri alojen ammattilaisten ja yhteiskunnallisesti vaikuttavien tahojen kanssa.

Media huomasi uuden järjestön heti. Koko uusperhekeskustelu käynnistyi liiton kautta, ja uusperheistä alettiin puhua ilmiönä. Liitto lisäsi aktiivisella työllään ymmärrystä ja antoi kasvot uusperheille.

Vertaisryhmätöiminnan tuottajasta valtakunnalliseksi asiantuntijajärjestöksi

Aluksi yhdistyksen toiminta keskittyi vertais-tuellisten leirien ja viikonloppujen järjestämiseen uusperheille. Tavoitteena oli kuitenkin kasvattaa toimintaa, mihin haettiin aktiivisesti rahoitusta.

- Vuonna 1999 saimme ensimmäistä kertaa myöntävän rahoituspäätöksen, ja toiminta lähti vakiintumaan vuodesta 2000 eteenpäin. Vaimoni oli yhdistyksen ensimmäinen työntekijä, ja minusta tuli ensimmäinen toiminnanjohtaja. Vuosi 2000 oli merkittävä myös siksi, että yhdistys sai ensimmäisen oman toimipisteensä. Siitä se lähti sitten kasvamaan, Pekka muistelee.

- Meillä oli selkeä visio ja innostunut joukko. Oli iso onnistuminen, että jonkinasteisesta alun vastustuksesta huolimatta saimme perustetuksi järjestömme. Raha-automaattiyhdistyksen rahoituksen



ansioista pystyimme aloittamaan toiminnan kehittämisen seuraavalle tasolle. Oli mielenkiintoista lähteä rakentamaan valtakunnallista järjestöä ja murtamaan sosiaalisia normeja ajassa, jossa uusperheistä ja perheiden monimuotoisuudesta ei juurikaan ollut tietoa. Työ oli monitasoista ja tekemistä riitti, Tina jatkaa.

Tänä päivänä Supli toimii yhtenä valtakunnallisena järjestönä, mutta aluksi liitto koostui erillisistä paikallisyhdistyksistä. Pekka kiertelikin liiton alkuajoina tiiviisti eri paikkakunnilla, ja lopulta mukana oli toistakymmentä paikallisyhdistystä. Perheytyymisen tueksi järjestettiin kursseja uuspareille ja lomiamuusperheille eri puolilla Suomea.

Murtamassa mielikuvia tutkimustiedon kautta

Uusperhetutkimustiedon kokoaminen ja tukeminen on ollut merkittävä osa Suplin toimintaa. Liitolla oli jo alusta saakka vahva kokemusasiantuntijan ääni, mutta pian huomattiin vaikeus löytää ammattilaisten kanssa yhteinen kieli uusperheasioissa.

- Ryhdyimme etsimään aktiivisesti teoriapohjaa, joka tuki käytännön kokemuksia uusperheissä. Teoriapohjan kautta syntyi lopulta Uusperhe-neuvojakoulutus. Aluksi koulutukseen osallistui pitkälti liiton jäseniä, mutta pian myös sote-alan ammattilaiset löysivät sen. Tänä päivänä Uusperhe-neuvojakoulutus on vuoden kestävä ammatillinen täydennyskoulutus sosiaali-, terveys- ja kasvatustieteen ammattilaisille sekä kaikille, jotka kohtaavat työssään monimuotoisia perheitä. Ammattilaisten osaamisen kasvattaminen uusperheasioissa on ollut keskeinen osa liiton toimintaa, kertoo Pekka.

Toinen merkittävä osa ja onnistuminen Suplin toiminnassa on ollut uusperheisiin liittyvän terminologian kehittäminen ja negatiivisen suhtautumisen muuttaminen.

- Aiemmin puhuttiin esimerkiksi uusioperheistä ja toisintoperheistä, jota nimitystä kielitoimisto suositteli uusperheille 1990-luvun lopulla. Monissa termeissä oli negatiivinen sävy, mikä vahvisti uusperheisiin liittyvää stigmaa ja käsitystä

Oululainen Oravan perhe valittu vuoden uusperheeksi Uusperheessä tarvitaan selkeät pelisäännöt ja luonteva roolijako

Oulu (STT)

Oululainen Oravan perhe valittiin lauantaina vuoden uusperheeksi. Suomen uusperheellisten liiton jakaman tunnustuksen mukaan Oravan perhe on muille kannustava esimerkki siitä, kuinka uusperhe voi eheytyä siten, että lapsetkin löytävät paikkansa uudessa perhekuviassa.

Jakoperusteissa korostettiin myös Oravan perheen aktiivisuutta liiton toiminnassa. Kristiina Ketola-Orava ja Pasi Orava perustivat vuonna 2000 Oulun seudun uusperheelliset ry:n, jonka toimintaa he ovat kehittäneet antaen paikallisyhdistyksille kasvot.

Kokouksissa järjestetään säännöllisin väliajoin. Niissä keskustellaan uusperheen asioista luottamuksellisesti aikuisten kes-



Oululainen Oravan perhe valittiin lauantaina vuoden uusperheeksi. Kristiina Ketola-Orava ja Pasi Orava kannattavat selkeää roolijakoa perheessä.

Lehtikuva

valla kaksi. Seitsikko muutti yhteen pitkän suunnittelun jälkeen, ja vähitellen perheenjäsenet löysivät oman paikkansa uusperheessä.

Perhe on uskaltanut myös puhua tilanteestaan medialle, mikä on Suomen uusperheellisten liiton jakaman tunnustuksen mukaan tuonut asialle paljon myönteistä julkisuutta.

Yhteisen elämän suunnittelua

- Kipeimmistäkin asioista on pakko puhua ääneen. Imurin potkiminen ei auta.

Näin kuvailee Ketola-Orava keskeistä keinoa, jolla heidän perheensä jäsenet ovat löytäneet oman paikkansa uudessa perhekuviassa.

Ketola-Oravalla oli takanaan 17 vuoden eron perheensä kanssa.

luttua menttiin kihloihin vietettiin vuoden 2000 sena.

Pariskunta suunnitteli taivalta kauaskantoisesti alusta saakka lapsien kaan suunnitteluun.

Perhe loi yhteisen joilla uusperheen arjesta luotsaamaan eteenpäin keimäksi nousi tar-

- Kaikkien täytyminen olen tasavertaisessa, Pasi Orava.

Perheessä tehty myös selkeä roolijako voitiin lasten m-

Pasi käy töissä talouden hoitajana markkinatutkimus-

Jäsenistöllä on iso merkitys, sillä he pitävät liiton voimissaan. Suplin voimavara on ollut läpi vuosien yhtenäinen joukko osajia ja innostuneita ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite.

ongelmakeskeisyydestä. Halusimme saada aikaan muutoksen, mikä osaltaan auttaisi positiivisemmän mielikuvan rakentamista uusperheistä. Vaikka termejä saa ajoittain korjata edelleen, ovat mielikuvat uusperheistä muuttuneet paljon 30 vuodessa. Liitolla on ollut tärkeä rooli tämän mahdollistamisessa, Tina jatkaa.

Yhteiskunnallista muutosta on osaltaan tukenut myös Suplin aktiivinen verkostoituminen eri alojen ammattilaisten ja yhteiskunnallisesti vaikuttavien tahojen kanssa. Merkittäväksi merkkipaaluksi nousee erityisesti Monimuotoiset perheet -verkostoon liittyminen.

- Olimme ensimmäisen neljän järjestön joukossa mukana perustamassa Monimuotoiset perheet -verkostoa. Nykyään verkostossa toimii jo kymmenen perhejärjestöä. Verkostoituminen on ollut tärkeä väylä saada uusperheiden näkökulmaa esiin yhteiskunnassa, Pekka kertoo.

Elinvoimaisen järjestön voimavarana innokas jäsenistö

Uusperheet kaipaavat usein tukea erityisesti silloin, kun uusperhe on vasta perustettu. Perheytyamisen edetessä, lasten kasvaessa ja elämäntilanteiden muuttuessa tarpeetkin muuttuvat. Siksi Suplin jäsenyys ei ole välttämättä elinikäinen asia. Monella jäsenellä järjestön kautta luodut ystävyssuhteet ja yhteydenpito säilyvät kuitenkin pitkään jäsenyyden jälkeenkin.

- Jäsenistöllä on iso merkitys, sillä he pitävät liiton voimissaan. Suplin voimavara on ollut läpi vuosien yhtenäinen joukko osaajia ja innostuneita ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite. Alusta saakka ihmiset ovat tulleet, pysyneet ja halunneet tehdä. Suplista on kasvanut todellinen asiantuntijajärjestö sekä turvallinen paikka saada tukea ja vaikuttaa yhteiskuntaan. Hyvä tietoon perustuva toimintamalli pitää liiton ajan hengessä mukana, ja vertaistuki on voimavara tänäkin päivänä, Tina pohtii.

- Olen saanut vuosien aikana palautetta, kuinka moni on saanut Suplin avulla perheen jaloilleen ja selvinnyt uusperhehaasteista. On ollut hienoa saada seurata, kuinka perheet ovat saaneet apua ja rähinän jälkeen perheytyneet. Kuinka parisuhde on löytänyt paikkansa ja lapset voivat hyvin. Kasvojen antaminen uusperheille on ollut merkityksellistä, sillä moni ei ehkä tule ajatelleeksi, että meillä jokaisella on joku suhde uusperheisiin, Pekka jatkaa.

"Suplista on kasvanut todellinen asiantuntijajärjestö sekä turvallinen paikka saada tukea ja vaikuttaa yhteiskuntaan."

Tarve perustamisen taustalla ei ole muuttunut 30 vuodessa

Kaikki lähti liikkeelle uusparien vertaisryhmästä. Sama tarve vertaisuudesta on edelleen läsnä 30 vuoden jälkeen, vaikka yhteiskunta ja asenteet uusperheitä kohtaan ovat muuttuneet. Tina toimi Suplin puheenjohtajana 14 vuotta ja Pekka toiminnanjohtajana 20 vuotta. Mitä ajatuksia 30 vuoden juhlavuosi heissä herättää?

- Elämänmakuisuus ja ihmiset ovat jääneet mieleen. Muistan paljon kasvoja – lapsia, leirejä ja uuspereja. Suplin kantavana voimana on aina ollut me-henki. Koen myös, että on ollut iso voimavara, että liiton toiminnassa on ollut mukana paljon miehiä. Näin on saatu monenlaisia näkökulmia ja koko uusperhe mukaan. On iso juttu, että liitto täyttää 30 vuotta. Ajoittain toki mieleen nousee huoli siitä, kuinka liitto löytää paikkansa rahoitusleikkausten keskellä. Päällimmäisenä on kuitenkin kiitollisuus, Pekka kertoo.

- Olen todella ylpeä ja kiitollinen kaikesta, mitä Supli on saanut aikaan. Vaikka tehtävät ovat järjestön kasvaessa muuttuneet, tarve toiminnan taustalla ei ole kadonnut mihinkään. Perhe- ja sosiaalipolitiikka tarvitsee edelleen uusperheiden ääntä, ja työtä riittää esimerkiksi juridisissa kysymyksissä. Rakensimme aikoinaan hyvän perustan liitolle, ja on hienoa nähdä, kuinka vaikuttava järjestö perustuksille on kehittynyt, Tina jatkaa.

SUOMEN UUSPERHEIDEN LIITTO RY 1996–2026

1996 – Uusperheelliset ry perustetaan

2000 – Liitto saa ensimmäisen rahoituksen, työntekijän ja toimipisteen. Ensimmäinen vertaisohjaajakoulutus Tampereella. Ensimmäiset paikallisyhdistykset Ouluun ja Turkuun sekä pääkaupunkiseudulle.

2001 – Liiton nimi vaihtuu: Suomen Uusperheellisten Liitto ry, Styvfamiljerna i Finland rf

2002 – Ensimmäinen Uusperheneuvoja-koulutus järjestetään.

2004 – Supli perustaa kolmen muun järjestön kanssa Monimuotoiset perheet -verkoston

2008 – Liiton ruotsinkielinen nimi vaihtuu: Nyfamiljerna i Finland rf. Liitolle kohdennettu pysyvämpi avustus. Suplille palkataan järjestösihteeri.

2013 – Liiton suomenkielinen nimi vaihtuu nykyiseen muotoonsa: Suomen Uusperheiden Liitto ry

2016 – Toiminnanjohtaja Larkela jää eläkkeelle ja työtä jatkaa toiminnanjohtaja Kirsi Heikkinen.

2016 – Supli avasi uuden toiminnanjohtajan myötä toimiston Helsinkiin.

2018 – Stepping-hanke käynnistyy. StepApp-valmennuksen® ja mobiili-sovelluksen konkreettinen kehitystyö alkaa. Kyseessä on maailman ensimmäinen sovelluspohjainen uusperheille suunnattu valmennus, joka tarjoaa varhaista tukea uusperhe-erityisissä kysymyksissä.

2019 – Supli osallistuu Dr. Patricia Papernow'n kutsusta ensimmäiseen ammattilaisille suunnattuun kansainväliseen uusperhekonferenssiin Kööpenhaminaan, jossa esitellään StepApp – sovellusta sekä uusperheneuvojakoulutusta.

2021 – StepApp-mobiilisovellus voittaa Itsenäisyyden juhluvuoden lastensäätiö Itlan Lapsuuden rakentajat -haastekilpailun.

2023–2026 – NEPU-kehittämishanke (Neurokirjon parisuhde uusperheessä), joka tarjoaa tukea neurokirjon uuspareille ja vahvistaa uusperheiden hyvinvointia kehittämällä vertaistukea, valmennusta ja materiaaleja. Hankkeen tavoitteena on lisätä tietoa ja ymmärrystä neurokirjon ja uusperhedynamiikan yhteisvaikutuksista.

2024 – Jäsenyhdistykset päättävät toimintansa, ja jäsenet siirtyvät Suplin suoriksi jäseniksi.

2025 – Supli osallistuu Maltalla järjestettyyn kansainväliseen ammattilaisille suunnattuun uusperhekonferenssiin. Olimme mukana paneelikeskustelussa sekä pidimme StepApp-sovellustyöpajan.

2026 – Supli täyttää 30 vuotta

30 vuotta sirkusta

Yhteiskehittäminen juurtunut Suplin arkeen viime vuosikymmenellä:

”Merkityksellisiä muutoksia tehdään yhdessä”



Suomen Uusperheiden Liitto oli 20-vuotias, kun nykyinen toiminnanjohtaja Kirsi Heikinheimo lähti luotsaamaan toimintaa syyskuussa 2016. Kirsi oli kohdannut perhe- ja paripsykoterapeuttina paljon uusperheitä ja heidän kanssaan toimivia ammattilaisia työskennellessään perheneuvolassa ja lastensuojelussa sekä työnohjaajana. Mikä Kirsille on jäänyt mieleen ensihetkistä Suplissa? Mitä uusperheiden asioita on saatu viime vuosikymmenellä edistettyä? Mikä toimintamalli on juurtunut keskeiseksi osaksi järjestön arkea?

Kirsi Heikinheimo koki olonsa tervetulleeksi Supliin heti ensi hetkistä lähtien. Hän muistaa vieläkin elävästi, kuinka ensimmäisellä työviikolla toimistolle saapui yllättäen eräs Suplin pitkäaikaisista vapaaehtoisista. Värikäs ja nauravainen **Marjukka** kaappasi heti ensitöikseen Kirsin halaukseen. Hän oli varta vasten halunnut tulla toivottamaan uuden toiminnanjohtajan tervetulleeksi.

- Heti ensi hetkistä sain kokea sen lämmön ja välittämisen, josta Supli tunnetaan. Järjestön pohja oli kaikin puolin hyvä ja asiat hyvin hoidettu, kun aloitin toiminnanjohtajana kymmenen vuotta sit-

ten. On ollut hienoa päästä kehittämään nämä vuodet Suplia omalla osaamisella eteenpäin. Olemme saaneet eteenpäin monia konkreettisia asioita uusperheiden hyväksi, Kirsi kertoo.

Viimeisen kymmenen vuoden aikana Supli on ollut mukana viemässä uusperheiden arkeen liittyviä keskeisiä kysymyksiä näkyväksi ja osaksi yhteiskunnallista päätöksentekoa. Vuoroasuminen ja lapsen oikeus tavata itselleen tärkeitä aikuisia ovat edenneet lakitasolle, mikä on merkittävä askel kohti lapsi- ja perhelähtöisempää ajattelua. Vaikuttamistyön rinnalla Supli on kehittänyt



Kirsin mukaan Suplin vahvuutena on yhteiskehittämisen lisäksi vertaisuus, yhteisöllisyys ja verkostot.

määrätietoisesti myös käytännön tukea. Uusperheneuvojakoulutus™ on päivitetty vastaamaan muuttuvan perhe-elämän tarpeita, ja järjestö on vahvistanut osaamista tarjoamalla tutkittuun tietoon pohjautuvaa ymmärrystä uusperhesuhteiden rakentumisesta ja dynamiikasta niin perheille kuin ammattilaisille. Vuonna 2019 Supli sai ensimmäisten joukossa Väestöliiton Perheystävällinen työpaikka -tunnuksen®, mikä kuvastaa sitoutumista perheystävällisyyden edistämiseen myös omassa toiminnassa.

Yhteistä näille kaikille on yksi ajatus: perheiden arjesta nouseva tieto ei jää vain kokemuksi, vaan siitä rakennetaan ratkaisuja. Näin Supli kehittää samanaikaisesti sekä rakenteita että kohtaamisen tapoja kohti yhteiskuntaa, jossa perheiden monimuotoisuus tunnustetaan ja tunnustetaan entistä paremmin.

- Parempi ymmärrys ja konkreettiset työkalut ovat vahvistaneet uusperheellisten omaa toimijuutta. Moni uuspari on kertonut, että ilman Suplia olisi erottu. Vapaaehtoisilta olemme puolestaan saaneet paljon positiivista palautetta osallisuuden kokemuksesta ja siitä, kuinka hienoa on saada tehdä itselle merkityksellistä vapaaehtoistyötä. Moni on kokenut, että vapaaehtoistyö Suplissa antaa ainutlaatuisen mahdollisuuden pysähtyä oman parisuhteen ja uusperheen äärelle, Kirsi pohtii.

Nykyään erot ja uudet liitot ovat arkipäiväistyneet, ja vuoroasuminen on tullut yleisemmäksi. Uusperheistä puhutaan avoimemmin kuin kymmenen vuotta sitten. Myös uusperhe sanana on vakiintunut osaksi ihmisten arkea.

- Samalla uusperheiden monimuotoisuus ja määrittely on laajentunut. Nykyään puhutaan paljon valitusta perheestä, jossa biologia tai tiukat raamit eivät määritä, keitä kunkin perheeseen kuuluu. Tämä tuo uudenlaisia näkökulmia uusperhettyöhön. Myös isyyskäsitys on muuttunut, kun isät ovat löytäneet uusperhe-elämän kautta uuden roolin omaan vanhemmuuteensa. Tämän myötä on syntynyt uudenlaisia, isäkeskeisiä uusperheitä, jatkaa Kirsi.

Uusperhetutkimusta uudesta näkökulmasta

Työ uusperheasioiden ytimessä poiki aiheen myös väitöstutkimukseen, jota Kirsi parhaillaan työstää. Tutkimuksen keskiössä ovat uusperheiden nuoret. Tämä näkökulma on erityisen tärkeä, sillä uusperheitä on tähän saakka tarkasteltu pääasiassa uusparisuhteen kautta, ja lasten ja nuorten kokemuksia on välitetty ennen kaikkea vanhempien äänen kautta. Samalla moni uusperheisiin liittyvä käsite ja määrittely on rakentunut aikuisten näkökulmasta. Tämä tutkimus tuo esiin nuorten oman äänen ja kokemuksen – sellaisena kuin he itse sen merkityksellistävät.

- Työskennellessäni perheneuvolassa, lastensuojelussa ja työnohjaajana olen nähnyt, kuinka paljon uusperheet, ja erityisesti nuorten pahoinvointi uusperheissä, työllistävät ammattilaisia. Uusperhe koetaan usein haastavana perhemuotona, koska siihen liittyy uusia aikuisia ja suhteita, joita ei aina tunnisteta riittävästi. Esimerkiksi bonusvanhemmat jäävät usein tukitoimien ulkopuolelle. Juuri nämä bonussuhteet ovat kuitenkin usein uusperheen keskeisimpiä jännitteiden ja tuen tarpeen paikkoja, mutta usein myös käyttämättömiä voimavaroja, Kirsi korostaa.

Pienet lapset löytävät usein paikkansa uusperheessä, mutta nuorilla se voi olla vaikeampaa. Heillä on vahvempia omia mielipiteitä, minkä lisäksi kaverit ja itsenäistyminen vievät pois päin perheestä. Suuri osa uusperheiden nuorista kuitenkin voi hyvin. Kirsin tutkimuksen tavoitteena on selvittää, onko jotain tapoja tai toimintamalleja, jotka auttavat nuoria löytämään oman paikan uusperheessä.

- Tutkimuksen tavoitteena on myös vaikuttaa vanhemmuuden lisäksi ammattilaisten ja päättäjien uusperheasenteisiin. Yhteiskunnan rakenteet eivät nimittäin nykyisellään tue yhteisen vanhemmuuden rakentumista ja jatkumista eron jälkeen. Ensimmäinen artikkelini loi maastoa tähän vieraantumisen ja vieraannuttamisen teemojen kautta. Lapsi vanhempiensa varassa kasvavana lapsena unohtuu, jos vieraantumista ei huomata, eikä siihen puututa. Vanhempi saattaa syyttää toista vieraannuttamisesta, vaikka kyse voi olla rakenteiden tukemasta vieraantumisesta. Tämä on näkökulma, josta tarvitaan aidon vieraannuttamisen lisäksi lisää tietoisuutta, jatkaa Kirsi.

Merkityksellisiä muutoksia tehdään yhdessä

Yksi merkittävistä viimeisen vuosikymmenen saavutuksista on yhteiskehittämisen mallin jäsentäminen osaksi järjestön arkea. Suplissa tehdään töitä yhdessä, ei ylhäältä alas. Vuonna 2018 käynnistynyt Stepping-hanke auttoi tuomaan yhteiskehittämisen mallia konkreettiseksi osaksi arjen tekemistä.

- Oli upeaa ja merkityksellistä saada Stepping-hankkeen kohderyhmä ja ammattilaiset yhdessä tiimimme kanssa mukaan kehitystyöhön. Kyseessä ei ollut vain valmennuksen kehittäminen, vaan ainutlaatuinen ymmärryksen lisääjä. Sama tekemisen tapa jatkui Nepu-hankkeessa (Neurokirjon Parisuhde Uusperheessä), jossa kokemuksehdittäjäryhmä oli mukana jo ennen ohjausryhmää.

Viimeisen kymmenen vuoden aikana Supli on ollut mukana viemässä uusperheiden arkeen liittyviä keskeisiä kysymyksiä näkyväksi ja osaksi yhteiskunnallista päätöksentekoa.

Yhteiskehittämisen malli näkyy nykyään aivan kaikessa Suplin toiminnassa. Siihen liittyy vahvasti aito kohtaaminen, innostuminen, yhdessä tekemisen kokemus sekä toisten näkökulmien arvostus, Kirsi kertoo.

Kirsin mukaan Suplin vahvuutena on yhteiskehittämisen lisäksi vertaisuus, yhteisöllisyys ja verkostot. Verkostoituminen on auttanut saamaan uusperheiden ääntä kuuluviin sekä ajamaan läpi konkreettisia muutoksia lakitasolla. Vertaisuuden mahdollistamana moni uusperheellinen on voinut huokaista helpotuksesta: en olekaan ainoa, joka kokee näin. Kirsi on kiitollinen kaikista niistä kohtaamisista, joita lukematon määrä perheitä, verkostoja ja vapaaehtoisia on tuonut matkan varrella.

- Olemme pieni toimija, mutta kuulen usein, että olemme kokoamme suurempi. Järjestömme on myös 30-vuotiaana vielä kohtuu nuori perhejärjestökentällä ja juuri siksi vapaaehtoistemme merkitys korostuu minulle erityisen vahvana. Jokainen vapaaehtoinen on vuosien varrella jättänyt oman sormenjälkensä Suplin toimintaan, mutta samalla myös minuun ihmisenä. Olen saanut nähdä läheltä, miten vapaaehtoistyö kantaa, yhdistää ja luo merkitystä – ei vain perheille, vaan myös meille tekijöille, Kirsi pohtii.

- Vaikka taloudelliset resurssit nyt leikkausten myötä vähenevät, tämä ei ole vähentänyt sitä, mitä vapaaehtoistyö minulle edustaa: uskoa siihen, että yhdessä tekemällä voimme oikeasti vaikuttaa. Meillä on yhä huikea joukko ihmisiä, joilla on innostusta, osaamista ja halua edistää uusperheiden asioita. Kolme työntekijää ja sata vapaaehtoista on valtava voimavara. Olen oppinut, että merkitykselliset muutokset syntyvät harvoin yksin, ne syntyvät ihmisistä, jotka haluavat antaa aikaansa ja samalla kokevat itse saavansa jotakin tärkeää tilalle. Siksi olen tästä työstä ja näistä ihmisistä syvästi kiitollinen, Kirsi kiittää.

KUN SATEENKAAREN
PÄÄSSÄ ON UUSPERHE
– WEBINAARI
TI 8.9. KLO 18-19:30, TEAMS

SATEENKAARI-
UUSPERHEIDEN PÄIVÄ
26.9. KLO 12-16
ESPOO, LEPPÄVAARA

*Myös sateenkaariperheillä on
oikeus tukeen uusperheen
dynamiikkaan, vanhemmuuden
rooleihin ja uusparisuhteeseen
liittyvissä kysymyksissä
Huomioiden vertaistuen,
sateenkaariymmärryksen
ja oman, turvallisemman
tilan.*



Supli



<https://supli.fi/ajankohtaista/tapahtumat/>

Aikaa
Uusparisuhteelle
Helsinki
4.-5.9.2026

www. Supli .fi



SUP ERMIESTEN
VKL 2.-4.10

www. Supli .fi



SAKSALAN LEIRIKESKUS, HEINOLA

Palkittu StepApp-valmennus® syntyi rohkeasta ideasta ja yhdessä käyttäjien kanssa kehittäen

Suomen Uusperheiden Liiton kehittämä StepApp-valmennus® oli maailman ensimmäinen sovelluspohjainen uusperheille suunnattu valmennus, joka tarjosi varhaista tukea uusperhe-erityisissä kysymyksissä. StepApp-toiminta päättyi vuoden 2025 loppuun valtionavustuksiin tehtyjen leikkausten vuoksi. Hypätään hetkeksi muistelemaan, mistä kaikki alkoi ja kuinka kansallisesti palkittu valmennus sovelluksineen syntyi.



StepApp-valmennus® on Suomen Uusperheiden Liiton kehittämä viiden viikon matka. Valmennuksessa uusperhe saa itselleen ammattilaisten tuen, tutkittua tietoa ja oivalluksia omasta uusperhematkastaan, käytännön työkaluja sekä muiden uusperheellisten vertaisuutta. Lisäksi perhe saa käyttöönsä sovelluksen, joka osallistaa pelien ja harjoitusten kautta kaikkia perheenjäseniä työskentelemään omaa perhettä koskevien kysymysten parissa. Idean uusperhesovelluksesta keksi Suplin silloinen työntekijä **Elisa Jyllikoski**.

- Olin tehnyt yli kymmenen vuotta töitä uusperheiden, uusparien ja perheiden nuorten kanssa, kun idea uusperhesovelluksesta alkoi kypsyä. Siihen aikaan digitaaliset ratkaisut eivät olleet vielä tavallisia sosiaalialan kehittämisessä ja puhuttiin paljon kirjoista. Oli epätavallista, että julkisen alan kehityshankerahoja olisi käytetty mobiili-sovelluksiin. Moni sanoi, että olen hullu, eikä tällaista tulla koskaan julkisesti rahoittamaan. Silti koin vahvana vision, että juuri sovellus olisi oikea kanava koota Suplin uusperhetieto yhteen paikkaan, Elisa muistelee.

Elisa kirjasi ajatuksensa ylös ja lähti työstämään ideaa eteenpäin yhdessä esihenkilönsä, **Kirsi Heikinheimon** kanssa. Idea jalostui, kun hän tapasi tutun sosiaalityöntekijän ja muita uusperheiden kanssa työskenteleviä ammattilaisia. Varsinkin StepApp-valmennuksen konsepti ja toteutus kirkastuivat vuonna 2017, ja muutama kumppani kiinnostui valmennuksesta jo ideointivaiheessa. Kun Stepping-hankkeelle saatiin vuodesta 2018 eteenpäin rahoitus, alkoi valmennuksen ja mobiili-sovelluksen konkreettinen kehitys.

Elisa koki vahvana vision, että juuri sovellus olisi oikea kanava koota Suplin uusperhetieto yhteen paikkaan.

"Siihen aikaan digitaaliset ratkaisut eivät olleet vielä tavallisia sosiaalialan kehittämisessä ja puhuttiin paljon kirjoista. Oli epätavallista, että julkisen alan kehityshankerahoja olisi käytetty mobiili-sovelluksiin."

Mukaan rekrytoitiin tutkija **Anni Pakarinen**, jonka väitöskirja pelillisistä digitaalisista ratkaisuista oli tuolloin loppusuoralla. Annilla oli vahvaa tutkimus- ja kehittämisosaamista digitaalisten ratkaisujen ja pelillisyyden hyödyntämisestä terveydenhuollossa, ja hän oli ollut mukana myös kansainvälisissä hankkeissa.

- Annin rooli oli kehitystyössä ratkaiseva – tällaista digitaalisten ratkaisujen osaamista meillä ei aiemmin ollut, ja hänen ansiostaan työ pääsi nopeasti liikkeelle. Hän toi mukanaan uudenlaisen ajattelun ja auttoi rakentamaan osaamista koko



organisaatioon. Yhdessä muodostimme toimivan kokonaisuuden: minä toin uusperheiden substantsiosaamisen ja Anni digitaalisten ratkaisujen asiantuntemuksen, Elisa jatkaa.

Yhteiskehittäminen hankkeen keskiössä

Uusperheet, uusparit, lapset, nuoret ja heidän kanssaan työskentelevät ammattilaiset pysyivät tiiviisti mukana koko kehitystyön ajan. Elisa kokee vuoropuhelun käyttäjien kanssa yhdeksi keskeiseksi syyksi sille, että sovelluksesta tuli jopa parempi kuin oli suunniteltu.

- Saimme käyttäjiltä arvokasta tietoa siitä, mikä saa heidät kiinnostumaan sisällöstä. Lisäksi arvioimme koko ajan, millainen vaikutus valmennuksella on ja tuleeko perheiden tilanteeseen muutosta. Meillä oli neljä seurantateemaa perheiden hyvinvointiin liittyen, minkä lisäksi arvioimme sovelluksen käytettävyyttä ja ulkoasua. Halusimme olla koko ajan kartalla siitä, teemmekö oikeita asioita ja onko suunta oikea, Elisa kertoo

- Esimerkiksi nuoret kertoivat, etteivät jaksa lukea sovelluksissa pitkiä tekstejä. Uusperheiden miehet puolestaan kiinnittivät huomiota sanavalintoihin: he osallistuisivat mieluummin valmennukseen kuin vertaisryhmään. Onnistumisen kannalta oli merkityksellistä, että uusparit olivat yhdessä mukana kehitystyössä. Näin saatiin monipuolisesti huomioitua bio- ja bonusvanhemman sekä parisuhteen eri näkökulmat.

- Käyttäjien osallistaminen kehittämiseen auttoi meitä sekä viestinnällisesti että sisällöllisesti. Lisäksi se motivoi ja sitoutti perheitä valmennukseen paremmin. Perheiden palveluiden kehittämisessä on perinteisesti korostunut ammattilaisnäkökulma, mutta viime vuosina käyttäjien osallistaminen on onneksi lisääntynyt. Kaikissa tilanteissa se ei ole mahdollista, mutta aina kun se on tarkoituksenmukaista, käyttäjien mukaan ottaminen auttaa varmistamaan, että kehitetään oikeita asioita ja että palvelut ovat aidosti hyödyllisiä perheille, Elisa pohtii.

Hankkeen aikana tehtiin laaja katsaus uusperhetutkimuksiin

Kehitystyön aikana tutkittiin laajasti viimeisen kymmenen vuoden aikana tehtyjä uusperhetutkimuksia Suomessa ja kansainvälisesti. Vastaavaa pohjatyötä ei oltu vielä aiemmin tehty Suomessa samassa mittakaavassa.

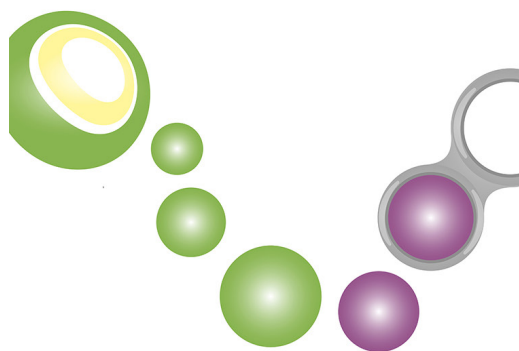
- Tutkimme monipuolisesti, mitkä uusperheiden tarpeet olivat siinä ajassa keskeisiä. Huomasimme, että uusperhehaasteet ovat globaaleja ilmiöitä, jotka toistuvat kulttuurisista painotuksista huolimatta. Tämä antoi uudenlaista varmuutta kehittämiseen ja myös uusperhepuheenvuorojen pitämiseen, Elisa kertoo.

Kattavan pohjatyön ansiosta sovellus ja valmennus voitiin rakentaa täysin tutkitun tiedon pohjalle. Keskeisessä roolissa oli myös Suomen Uusperheiden Liiton pitkä käytännön kokemus sekä vuosikymmenten aikana kertynyt uusperheiden, vertaisryhmäohjaajien ja ammattilaisten tuottama tieto, joka kulki kehittämistyössä rinnakkain tutkimustiedon kanssa.

Tämä tieto ja kokemus paketoitiin lopulta helposti ymmärrettävään ja käyttäjiä houkuttelevaan muotoon viiden viikon uusperhevalmennukseksi. Valmennus auttoi ymmärtämään uusperheitä paremmin sekä vahvistamaan vuorovaikutustaitoja, arjen hallintaa ja ongelmanratkaisutaitoja.

StepApp-valmennus

- uusperhevalmennus
- valmentajakoulutus
- StepApp-sovellus



#uusperheidenasialla
www.stepapp.fi

Sovellus voitti Lapsuuden rakentajat -haastekilpailun vuonna 2021

StepApp-mobiilisovellus voitti Itsenäisyyden juhla-vuoden lastensäätiö Itlan Lapsuuden rakentajat -haastekilpailun vuonna 2021. Yhdessä Pelastakaa Lapset ry:n digisosiaalityön hankkeen kanssa järjestetyn haastekilpailun teemana olivat korona-ajan digiratkaisut, jotka ovat osoittautuneet tärkeiksi lapsiperheiden kanssa tehtävässä työssä. Tuomaristo painotti arvioinnissa perheenjäsenen osallisuutta digiratkaisun toiminnassa, tarpeen määrittelyssä ja konseptin kehittämisessä.

- Palkinto oli hieno tunnustus ja toi uusperheiden asiaa kansallisesti näkyväksi. Parasta oli kilpailun palvelumuotoilupalkinto, jonka ansiosta pääsimme kehittämään sovellusta vielä eteenpäin. Ilman voittoa emme välttämättä olisi voineet viedä sovellusta sille tasolle, johon se palvelumuotoilupalkinnon myötä saatiin, Elisa kertoo.

Elisa siirtyi vuonna 2022 Suplista uusiin tehtäviin. Hankekauden jälkeen vuodesta 2023 alkaen StepApp-toiminta vakiintui ja laajeni useille hyvinvointialueille. StepApp toiminnassa kerkesivät toimia ennen rahoituksen päättymistä Elisän ja Annin lisäksi **Laura Selänne, Laura Lehtonen** ja **Heidi Karvonen**.

Toiminta päättyi rahoitusleikkauksiin

StepApp-toiminta ehti saada pysyväisluontoisen rahoituksen, mutta rahoitus lopetettiin vuonna 2025 osana valtiontalouden sopeutus-toimia.

- Vaikka rahoittajilla on varmasti relevantit perusteet, on todella sääli, että rahoitus päättyi. StepApp on edelleen hieno ja toimiva konsepti, joka on kaiken lisäksi ryhmämuotoisen konseptinsa ansiosta kustannustehokas. Ammattilaisten osaamisen lisäystä ja ylläpitoa uusperheasioissa tarvitaan. Ennaltaehkäisevän työn tärkeydestä puhutaan paljon, mutta sitä olisi tärkeää tukea myös käytännön tasolla. Jos ennaltaehkäisevät palvelut loppuvat, näkyvät seuraukset kalliina myöhemmin, Elisa pohtii.

"Onneksi hankkeen aikana kerätty tietosisältö ei sinänsä vanhene, ja kouluttamamme StepApp-valmentajat voivat hyödyntää uusperheosaamista työssään myös jatkossa,

Perheiden parissa työskentelevillä ammattilaisilla on tärkeä rooli tiedon ja ymmärryksen lisäämisessä sekä uusperheiden erityiskysymysten normalisoinnissa. Kynnys pyytää ja ottaa vastaan apua on todennäköisempää, kun vastassa on ammattilainen, joka ymmärtää uusperheen ihmissuhteita, tunnekokemuksia, rakenteita ja arjen haasteita.

- Ammattilaisten kouluttaminen oli vahvasti mukana hankkeessa, ja uskon, että valmennus olisi otettu laajemminkin ilolla vastaan, jos se olisi saanut jatkoa. Onneksi hankkeen aikana kerätty tietosisältö ei sinänsä vanhene, ja kouluttamamme StepApp-valmentajat voivat hyödyntää uusperheosaamista työssään myös jatkossa, Elisa jatkaa.





Uusperheen arjessa tarvitaan tilaa
monenlaisille sävyille

Tavalliset neuvot eivät aina riitä

Uusperheessä arki rakentuu usein monesta suunnasta:
kahden aikuisen suhteesta, lasten tarpeista, aiemmista perhesuhteista ja
uuden yhteisen perheen tavoista. Silloin, kun mukana on neurokirjon
piirteitä, tutut parisuhde- ja perheneuvot eivät aina osu kohdalleen.

N EPU – Neurokirjon parisuhde uusperheessä -hankkeessa lähdettiin tutkimaan ja kuuntelemaan, millaista tukea neurokirjon uusparit itse tarvitsevat. Vastaus ei löydy yhdestä mallista, vaan arjen kokemuksista, vertaistuesta ja siitä, että kumppanien välinen yhteys nähdään koko perheen hyvinvointia kannattelevana voimavarana.

"On asioita, joita voi muuttaa, asioita, joiden haittaa voi lieventää, asioita, joita voi hyväksyä ja asioita, joihin voi vain sopeutua."

Neurokirjon piirteet voivat näkyä esimerkiksi kuormittumisessa, tunteiden säätelyssä, vuorovaikutuksessa, ajankäytössä, joustamisessa tai läheisyyden ja oman tilan tarpeessa. Arjessa ne voivat synnyttää väärinymmärryksiä, mutta samalla ne voivat tuoda suhteeseen myös tarkkuutta, luovuutta, syvyyttä ja turvallisuutta.

Moni uuspari kertoi jääneensä tiedon ja tuen kanssa yksin. Palveluissa tunnistetaan usein joko uusperheen kysymykset tai neurokirjon vaikutukset, mutta niiden yhteys parisuhteeseen ja perheen arkeen jää helposti väliin. Neurokirjon haasteita kokevissa perheissä on usein myös monta muuta liikkuvaa osaa, joiden tunnistaminen ei ihan riitä arjen sujuvaksi saamiseen – tarvitaan myös konkreettisia työkaluja ja kokemusta siitä, ettei asioiden kanssa ole yksin.

Yhteiskehittämiseen osallistumisen taustalla oli halu ymmärtää itseä ja auttaa muita

NEPU-hankkeessa neurokirjon uusperheiden ja uusparien kokemukset eivät olleet vain taustatietoa, vaan koko kehittämistyön ydin. Hankkeen alusta lähtien mukana kulki kokemuskehittäjäryhmä, jonka jäsenet toivat työhön omat elämänkokemuksensa, arkinsa havainnot sekä toiveensa siitä, millaista tukea neurokirjon uusparit ja -perheet todella tarvitsevat.

Kokemuskehittäjäryhmässä arjen havainnot muutuivat kehittämistyön lähtökohdiksi. Osallistujille ryhmä merkitsi myös nähdynsi tulemistä: oma tilanne ei ollutkaan poikkeus, vaan osa laajempaa ilmiötä, johon tarvitaan sanoja, tietoa ja käytännön keinoja.

Osallistujien motiivit olivat moninaisia. Joillekin mukaan lähteminen liittyi omaan elämään: ha-

NEPU-hankkeessa neurokirjon uusperheiden ja uusparien kokemukset eivät olleet vain taustatietoa, vaan koko kehittämistyön ydin.

luun ymmärtää paremmin neurokirjon vaikutuksia parisuhteessa ja uusperheen arjessa, saada vertaistukea ja käsitellä omia kokemuksia turvallisuudessa ryhmässä. Toisille tärkeintä oli mahdollisuus vaikuttaa siihen, millaista tukea muille samankaltaisessa elämäntilanteessa oleville rakennetaan.

"Me on tehty tätä toisillemme – itsellemme ja meidän uusperhenepsyjen äänen voimistumiseksi."

Moni kuvasi, että aiemmat kokemukset vertaistuen merkityksestä rohkaisivat osallistumaan. Ryhmässä oli mahdollista pysähtyä pohtimaan sellaisia kysymyksiä, jotka olivat osa omaa arkea, mutta joille ei aina ollut ollut sanoja tai paikkaa. Kehitteillä olevat kurssitehtävät ja materiaalit konkretisoituivat, kun niitä peilattiin omaan elämään ja muiden kokemuksiin.

Osallistujilla oli myös vahva halu käyttää omia kokemuksiaan muiden hyväksi. Osa kuvasi toivetta siitä, ettei muiden neurokirjon uusparien ja -perheiden tarvitsisi käydä läpi yhtä vaikeita vaiheita kuin he itse olivat kohdanneet. Juuri tästä syntyi yhteiskehittämisen merkityksellisyys: omasta eletystä arjesta saattoi tulla tietoa, joka auttaa toisia.

"Että joku professori ei keksi mitä nepsyt tarvitsee, vaan nepsyt sanoo itse mitä ne tarvitsee."

Omilla Sävyillä -kurssin kehittämiseen osallistuminen tarjosi myös väylän vaikuttaa laajemmin. Kokemuskehittäjille oli tärkeää, että neurokirjon näkökulma uusperheissä ja -parisuhteissa tulisi paremmin näkyväksi. Kun osallistujille hahmotui, että hankkeessa syntyvää ryhmämallia ja materiaaleja voitaisiin myöhemmin hyödyntää laajemminkin, oman kokemuksen jakaminen sai entistä suuremman merkityksen.

"Se, että pystyy oikeasti itse sanomaan mieliteensä siihen, mitä tarvittaisiin, tuntui järkevältä lähestymistavalta."

Kurssi toi sanoja vaikeille tilanteille

Omilla sävyillä -kurssilla uusparit pysähtyivät katsomaan suhdettaan ja arkeaan uudesta kulumasta. Monelle tärkeintä oli saada sanoja kokemuksille, jotka olivat aiemmin jääneet epä-määräiseksi kuormitukseksi, pettymykseksi tai toistuviksi väärinymmärryksiksi.

Palautteissa kurssin vaikutukset näkyivät erityisesti vuorovaikutuksessa. Osallistujat kertoivat, että kommunikaatio parani, tunteista puhuminen helpottui ja puolison toimintaa oli aiempaa helpompi ymmärtää. Opittaessa tunnistamaan omaa ja toisen kuormitusta, myös ristiriitatilanteisiin löytyi rauhallisempia tapoja suhtautua.

Vertaistuki nousi palautteissa yhdeksi kurssin vahvimista anneista. Kun joku toinen kuvasi samanlaista arjen tilannetta, oma kokemus sai mittasuhteet ja nimen.

"Vertaistuki oli kurssilla kaikista olennaisinta. Pystyi samaistumaan muihin ja sai jonkun muun sanomana sanotettua niitä omiakin tunteita."

Kurssin anti ei jäänyt keskusteluksi. Harjoitukset ja yhteinen pohdinta auttoivat pareja etsimään arkeen ratkaisuja, joissa kenenkään ei tarvitse peittää neurokirjon piirteitä tai venyä jatkuvasti yli omien rajojensa.



"Kurssi antoi tiiviissä paketissa hyviä työkaluja – vähän kuin täsmäaseita – muutamiin merkittäviin tekijöihin, joihin emme ole aikaisemmin osanneet itse tarttua. Tästä jäi käteen hyvä työkalupakki, jota pyrimme käyttämään jatkossakin."

Pienet kurssin aikaiset positiiviset muutokset kommunikoinnissa alkavat jo hiljalleen vakiintua."

Palautteiden mukaan kaikki osallistujat kokivat saaneensa ryhmästä hyötyä itselleen ja parisuhteelleen.

"Kurssi on lähentänyt suhdettamme ja avannut uusia näkökulmia toisen ominaisuuksiin."

"Haasteellisia tilanteita ei kannustettu ratkaisemaan nepsy-piirteiden vaientamisella, vaan koko porukan dynamiikan muokkaamisella kaikille hyväksi."

Palautteissa näkyi myös toiveikkuus. Vaikka lapsiperhearkki, uusperheen rakenteet ja neurokirjon piirteet eivät muutu hetkessä, moni koki saaneensa lisää luottamusta siihen, että suhdetta ja arkea voi rakentaa askel kerrallaan.

Kolme asiaa toistuvat hankkeessa mukana olleiden kokemuksissa

Ymmärryksen voima. Kun neurokirjon piirteitä opittiin tunnistamaan, moni arjen tilanne alkoi näyttäytyä uudessa valossa. Kyse ei aina ollut tahdosta, välinpitämättömyydestä tai huonosta käytöksestä, vaan erilaisista tavoista kuormittua, palautua ja olla vuorovaikutuksessa.

Parisuhteen oma tila. Uusperheessä aikuiset kannattelevat usein monia suhteita yhtä aikaa: omaa parisuhdetta, suhteita lapsiin, bonuslapsiin, entisiin puolisoihin ja laajempaan verkostoon. Siksi parisuhde tarvitsee hetkiä, joissa ei ratkaista vain arjen järjestelyjä, vaan pysähdytään kuulemaan toista.

Yksin pärjäämisen paineen keventyminen. Vertaistuki toi helpotusta jo siksi, että joku toinen sanoitti tutun tilanteen. Kun kokemukset tulivat jaetuiksi, niistä löytyi uusia näkökulmia, armollisuutta ja käytännön keinoja omaan arkeen.

Omat sävyt voivat olla myös voimavara

Neurokirjon uusperheestä puhuttaessa huomio kiinnittyy helposti haasteisiin. Hankkeen kokemukset muistuttavat kuitenkin myös toisesta puolesta: erilaiset tavat ajatella, tuntea ja olla vuorovaikutuksessa voivat tuoda suhteeseen ja perheeseen erityistä syvyyttä.

Tärkeintä ei ole saada perhettä mahtumaan valmiiseen malliin, vaan löytää juuri sille perheelle sopivia tapoja olla yhdessä. Kun tieto, vertaistuki ja käytännön työkalut tulevat lähemmäs arkea, yksin pärjäämisen paine voi keventyä. Tilalle voi tulla enemmän ymmärrystä, joustoa ja toivoa – omilla sävyillä.

Hankkeessa tieto tuodaan perheiden ulottuville

NEPU-hankkeessa kehitettiin:

- Omilla sävyillä -verkkoryhmä
- työkirja
- vertaisohjaajakoulutus
- verkkopohjainen materiaali- ja tietopankki

Taustalla on tavoite lisätä ymmärrystä siitä, miten uusperheen dynamiikka ja neurokirjon piirteet kietoutuvat parisuhteeseen.

Hankekauden aikana järjestettiin:

- 10 Omilla Sävyillä -kurssia (86 osallistujaa, perheissä yli 250 lasta)
- 62 henkilöä antoi henkilökohtaisen panoksensa hankkeen vapaaehtoistoimintaan ja ohjaajuuteen tai niiden kehittämiseen
- Yhteiskehittämisen prosessi ja jatkuva arviointi sekä kokemuskehittäjien että hankkeen kumppanijärjestöistä ja huippuammattilaisista kootun ohjausryhmän kanssa. Arviointia tehtiin palautteiden kautta, työpajoissa ja haastatteluissa.
- 4 webinaaria, 4 pareille ja perheille suunnattua verkkoluentoa, 13 ammattilaisille ja yhteistyökumppaneille suunnattua hanke-esittelyä, koulutusta tai työpajaa.

Hanke sisälsi yhteensä 2 335 tilastoitua kohtaamista aiheen äärellä. Palautteissa toistuu sama viesti: kiitollisuus teeman tunnistamisesta ja se, että neurokirjon uusperheistä tarvitaan lisää helposti löydettävää tietoa ja tukea.



Omilla Sävyillä-
PARISUHDEKURSSI NEUROKIRJON
UUSPAREILLE
30.9. -28.10.2026

Supli nepu



<https://supli.fi/ajankohtaista/tapahtumat/>



VERTAISOHJATUT
Bonusvanhemmuus
chatit
26.8., 30.9., 28.10. &
25.11. 2026

Supli Hyvä kysymys

Uusi maailma uuden ymmärryksen myötä



Perheterapeutti ja uusperheneuvoja Anne Huolman kertoo, miten Uusperheneuvojakoulutus toi hänen työhönsä selkeyttä ja auttoi tekemään näkyväksi sen, mikä uusperheissä jää usein piiloon.

Pitkänlinjan perheterapeutti

Anne Huolman on koulutukseltaan perheterapeutti ja uusperheneuvoja, joka tekee työtä omalla yksityisvastaanotollaan. Anne on lisäksi jo kymmenisen vuotta tehnyt töitä Väestöliiton terapia-palveluille. Hän on vähentänyt työmäärää jäätyään eläkkeelle puolisen vuotta sitten, mutta haluaa silti jatkaa kohtaavaa työtä sekä luentojen ja kurssien ohjaamista.

Anne tekee yksilö-, pari- ja perheterapiaa sekä uusperheneuvontaa. Hän kohtaa työssään erityisesti aikuisia yksilöinä tai pareina. Asiakkaana saattaa olla yhtä lailla uuspari, yksittäinen vanhempi tai esimerkiksi vanhempi yhdessä jo aikuisen lapsensa kanssa.

Toivon sanomaa asiakkaille

Annen mukaan uusperheteemoille on tarvetta yleisesti perhe-, pari- ja yksilötyössä, koska uusperheellisyys ei ole asiakkaallekaan aina heti selkeä kehys omalle tilanteelle. Hän suosittelee koulutusta laajasti terapia-alan ammattilaisille, sillä ammattilainen ei voi tietää, kuka on se uuspari tai uusperheellinen, joka tulee vastaanotolle.

Vastaanotolla Anne kuulee toisinaan myös palvelukokemuksista, joissa uusparit ovat käyneet aiemmin pariterapiassa, mutta kokeneet, ettei heidän tilannettaan ole ymmärretty uusperheenä. Silloin helpotus voi olla suuri, kun joku osaa sanoittaa ilmiötä ja tuoda toivon sanomaa siitä, että usein tilanne helpottaa ajan, ymmärryksen ja toimivien käytäntöjen myötä.

Sattumasta suunta

Anne kertoo hakeutuneensa 2015 Uusperheneuvojakoulutukseen alun perin ihan puhtaasti sattuman kautta. Hän etsi lisäkoulutusta ja törmäsi koulutukseen nettiä selatessaan. Yksinyrittäjänä hänelle oli tärkeää, että koulutus oli myös taloudellisesti mahdollinen.

Vasta koulutuksen alettua Annelle selkeni, mihin hän oli lähtenyt mukaan. Kokemus osoittautui käänteentekeväksi.

- Jotenkin ajattelin, että minulle avautui kerta-kaikkisesti uusi maailma ja sain lisää ymmärrystä omaan työhöni, Anne kuvaa.

Koulutus vaikutti myös konkreettisesti Annen työhöön, sillä hän ryhtyi ensimmäisenä Suomen Uusperheiden Liiton kouluttamana uusperheneuvojana tarjoamaan uusperheneuvontaa Väestöliiton terapiapalveluissa.

Uusperhedynamiikan ymmärrys muuttaa työn

Kun Anne pohtii koulutuksen hyötyä työhön, hän nostaa esiin uusperheiden dynamiikan ja arjen ymmärtämisen. Uusperheessä on usein yhtä aikaa useita suhteita, rooleja ja tunteita sekä ulkopuolelta tulevia paineita, jotka eivät näy ydinperheen arjessa samalla tavalla. Koulutuksella on ollut niin suuri muutos omaan ajatteluun, että jälkikäteen Anne on miettinyt, miten on voinut edes työskennellä uusperheiden kanssa ennen koulutusta.

- Uusperheiden kanssa ei saisi kukaan työskennellä ilman uusperheneuvojakoulutusta, Anne sanoo leikillään.

Koulutuksella on ollut niin suuri muutos omaan ajatteluun, että jälkikäteen Anne on miettinyt, miten on voinut edes työskennellä uusperheiden kanssa ennen koulutusta.

Hän ei tarkoita, etteivät ammattilaiset osaisi kohdata perheitä, vaan että uusparin ja -perheen dynamiikka on monin tavoin erilainen kuin ensiparin tai ydinperheen. Koulutus antaa kielen ja rakenteen sille, mikä muuten jää helposti vain epämääräiseksi ”hankalaksi tilanteeksi”.

Vaativa, mutta antoisa prosessi

Uusperheneuvojakoulutukseen kuuluu toiminnallisia harjoituksia, kuten psykodraamaa, jonka Anne koki hyvin vaikuttavana. Hänen mukaansa harjoitukset eivät välttämättä ole helppoja, mutta juuri siksi ne voivat olla koulutuksen ydintä. Ne herättävät tunteita ja keskeneräisiä asioita. Hän rohkaisee erityisesti terapia-alan ammattilaisia heittäytymään, sillä se lisää valmiuksia kohdata erilaisia tilanteita myös työssä. Anne kokee, että jos ammattilainen ei ole valmis lainkaan heittäytymään prosessiin, koulutus voi tuntua väärältä paikalta.

Kahden tulen välissä

Anne kertoo saaneensa koulutuksesta työkaluja erityisesti uusperheen kehitysvaiheisiin, rooleihin, lapsen näkökulmaan sekä siihen, miten uusperheen ilmiöt heijastuvat parisuhteeseen. Erityisen tärkeänä hän pitää vaikeiden tunteiden sanoittamista ja normalisointia. Kun pari tulee vastaanotolle tunteiden vallassa, he saattavat kokea, että vika on parisuhteessa. Annen mukaan pareille on usein suuri helpotus kuulla, että monessa kohtaa kyse onkin tavallisesta uusperheen myllerryksestä.

Anne nostaa esiin myös isien ja miesten aseman, joka voi uusperheessä jäädä helposti kahden tulen väliin. Vastaanotolla hän on huomannut, että moni mies haluaisi aidosti kaikkien osapuolten voivan hyvin. Moni kuitenkin tarvitsee tukea siihen, miten rajoja pidetään ja miten tukea nykyistä puolisoa.

- Jos on tilanteessa, jossa pitää valita tuleeko paha mieli nykykumppanille vai exälle, niin sitten pitää valita se ex, hän kuvaa ajatusta, jolla hän pyrkii vähän kärjistäen havainnollistamaan rajojen merkitystä ja uuden puolison tukemisen ensisijaisuutta.

Verkostot, tunteet ja rajat näkyväksi

Sukupuu on yksi konkreettinen työkalu, joka on jäänyt Annen työhön pysyvästi. Hän piirtää sen muistiinpanoihinsa jokaisen uuden asiakkaan kohdalla. Näin näkyväksi tulevat nykyinen ja aiemmat parisuhteet, lapset, vanhemmat, sisarukset sekä perheen verkostot ja samalla se, miten aiemmat kokemukset voivat vaikuttaa nykyiseen vuorovaikutukseen.

Uusparien kanssa Anne käyttää myös kuvia, joita hän on itse kehittänyt työnsä tueksi. Hän piirtää esimerkiksi tähtitaivaan, jossa uusparin ympärille piirtyvät tähdet kuvastavat ulkopuolisia paineita. Jos paineiden aiheuttamia tunteita ei tunnisteta ja käsitellä, voivat ne alkaa repiä paria erilleen ja näyttäytyä parisuhdeongelmina, vaikka juurisyy on usein uusperhedynamiikassa.

Toinen esimerkki kuvasta on talo, jonka sisällä on sydän ja uuspari. Talon ympärille hahmottuvat uusperheessä asuvat lapset, vuoroasuvat lapset, toiset vanhemmat ja mahdollinen laajempi perhekuunta. Kuva tekee näkyväksi perheen verkoston liittoutumat ja ryhmittymät sekä sen, miksi rajat ovat uusperheessä erityisen tärkeitä. Kun vaatimuksia tai rajojen ylittämisiä tulee ulkopuolelta, uusparin pitää pystyä suojaamaan omaa suhdettaan ja omaa uusperhettään.

Annen omaan työhön jäi myös koulutuksen lopputyönä koottu työkalupakki, jossa on kymmeniä tehtäviä yksilöille ja pareille mm. minäkuvasta, tunnetaidoista, vuorovaikutuksesta, seksuaalisuudesta ja uusperheen erityiskysymyksistä. Lisäksi Anne on itse rakentanut tunnekortit, joissa on lähes sata tunnesanaa.

Anne kertoo saaneensa koulutuksesta työkaluja erityisesti uusperheen kehitysvaiheisiin, rooleihin, lapsen näkökulmaan sekä siihen, miten uusperheen ilmiöt heijastuvat parisuhteeseen.

Rohkeus olla läsnä omana itsenään

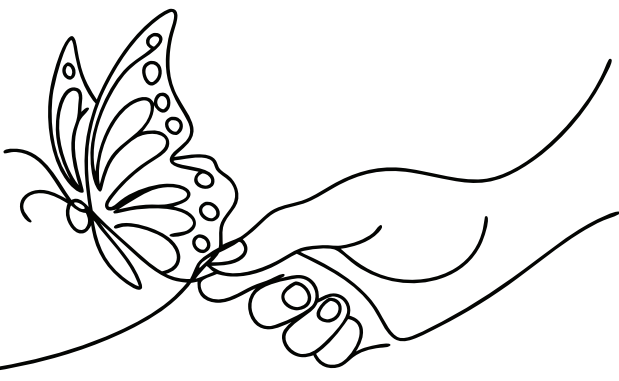
Anne kuvaa koulutuksen vaikuttaneen häneen hyvällä tavalla myös henkilökohtaisesti. Hän sai koulutuksesta ystävän ja sielunkumppanin, minä lisäksi koulutus on lisännyt hänen rohkeuttaan olla läsnä omana itsenään, luottaa intuitioon ja kohdata ihmisiä. Samalla koulutus laajensi käsitystä perheestä: monimuotoisuus ei ole poikkeus vaan arkea ja vanhemmuus voi rakentua muus-
takin kuin biologiasta.

Annen mielestä yksi keskeinen viesti on se, että uusperhe voi parhaimmillaan merkitä lapselle lisää välittäviä aikuisia.
- Vanhemmuus ei ole kiinni biologiasta vaan siitä rakkaudesta, hän tiivistää.

Tätä näkökulmaa hän pyrkii tuomaan esiin myös silloin, kun aikuiset kamppailevat omien vaikeiden tunteidensa kanssa.

Huolipuheen rinnalle toivoa

Kun Annelta kysyy yhden avainajatuksen, jonka hän toivoisi kaikkien perhetyötä tekevien ymmärtävän, hän palaa toivoon ja myönteiseen puheeseen elämän rakkaudesta ja rikkaudesta. Taloudelliset paineet ja arjen kuormitus ovat todellisia, mutta keskustelu jää helposti ongelmien varjoon. Anne toivoo rinnalle puhetta myös hyvästä ja rakkaudesta. Puhetta siitä, miten lapset voivat laajentaa elämänpiiriä ja tuoda merkityksellisyyttä ja siitä, miten uusperheessäkin voidaan rakentaa turvallista arkea, kun ilmiö opitaan tunnistamaan ja sille löydetään yhteinen kieli.



<https://supli.fi/ajankohtaista/tapahtumat/>

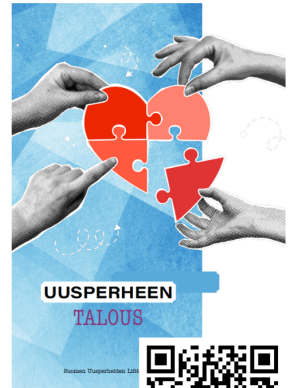
Supliikki 2026

Uusperheen talous- -opas on julkaistu!

Opas auttaa tunnistamaan uusperheen talouteen liittyviä jännitteitä, sanoittamaan erilaisia näkökulmia ja rakentamaan yhteistä ymmärrystä askel kerrallaan.

Opas kutsuu pohtimaan, millainen taloudellinen arki toimii juuri teidän uusperheessänne nyt ja miten rahasta voi puhua niin, että jokainen tulee kuulluksi.

Lue, lataa tai tulosta opas nettisivuiltamme.



**30 vuotta
sirkusta**

Uusperheiden
asioiden akrobatiaa
jo vuodesta 1996.

<https://supli.fi/tietoa/esitteet-ja-opaat/>



Myönteinen kosketus parisuhteessa

Viime syksynä julkaistussa kyselytutkimuksessa selvitettiin, miten myönteinen kosketus voi tukea tahattomasti lapsettoman bonusvanhemman parisuhteen hyvinvointia. Lapsettomuus herättää paljon erilaisia ja ikäviä tunteita, kuten surua, yksinäisyyttä ja epäoikeudenmukaisuutta.

Tutkimuksessa nousi esiin, miten uusperheen bonusvanhemmalle tahaton lapsettomuus on kipeä asia: kumppanilla on olemassa aikaisemmasta suhteesta lapsi tai lapsia, eikä pariskunta näin ollen jaa tahattoman lapsettomuuden kokemusta samalla tavalla. Pelko torjutuksi tulemisesta, riittämättömyydestä ja hylkäämisestä vaikuttavat siihen, ettei kipeitä asioita halua tai pysty ottamaan puheeksi. Tahattomasti lapsettomien bonusvanhempien yleisin tapa käsitellä asiaa onkin vetäytyminen kumppanista ja asioiden miettiminen yksin.

Tutkimustulosten perusteella on mahdollista todeta, että kosketus koettiin todella tärkeäksi parisuhdetta ylläpitäväksi voimaksi. Vastaajat kuvasivat sitä, kuinka ilman kosketusta parisuhteesta puuttui jokin tärkeä osa tai parisuhdetta ei voisi sanoa olevan ollenkaan. Väärinymmärryksen ja riitojen mahdollisuus kasvoi, jos kosketus väheni tai se puuttui kokonaan. Myönteinen kosketus onkin rakkauden, luottamuksen ja kunnioituksen kieli, jossa tärkeinä tekijöinä ovat toisen kehon ja olemassa olevan hetken – läsnäolon kunnioittaminen.

Kumppanilta saatu myönteinen kosketus vaikuttaa tahattomasti lapsettoman bonusvanhemman hyvinvointiin

Merkityksettömyyden ja yksinäisyyden tunteet nousevat esiin uusperheen tilanteissa, joissa puoliso ei jaa samaa lapsettomuuden kokemusta, vaikka sureekin yhteisen lapsen puuttumista. Kyselytutkimuksen vastauksista nousi esiin, miten kumppanilta saatu kosketus tuki lapsettoman bonusvanhemman psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia mm. vahvistaen turvan ja välitetyksi tulemisen tunnetta, lieventäen pahaa oloa, rauhoittaen ja maadoittaen. Kosketuksen kautta bonusvanhempi koki riittävänsä omana itsenään.

Kyselytutkimuksen pohjalta on laadittu Myönteinen läsnäoleva kosketus parisuhteen vuorovaikutuksen vahvistajana –opas, jossa on harjoitteita parisuhteen läsnäolon, myönteisen kosketuksen sekä sanallisen vuorovaikutuksen vahvistamiseen.

Oppaan voit ladata Suplin nettisivulta:
<https://supli.fi/tietoa/esitteet-ja-opaat/>

Myönteinen kosketus onkin rakkauden, luottamuksen ja kunnioituksen kieli, jossa tärkeinä tekijöinä ovat toisen kehon ja olemassa olevan hetken – läsnäolon kunnioittaminen.



Miia Lehtosen "Myönteinen kosketus parisuhteessa - Tahattomasti lapsettoman bonusvanhemman parisuhteen vuorovaikutuksen vahvistaminen" -opinnäytetyö on Luontoympäristöt ja hyvinvoinnin edistäminen koulutusohjelmassa (HAMK) tehty tradenomi YAMK opinnäytetyö.

Toimeksiantajana toimi Suomen Uusperheiden Liitto ry.

Merkityksellisintä on se, mitä syntyy ihmisten välille

Tämä vuosi on Suomen Uusperheiden Liiton 30-vuotisjuhlavuosi. Kävimme läpi vuosien varrella toimintaamme osallistuneilta kerättyjä palautteita. Niissä nousee silmiin pistävästi esiin, mikä toiminnassa on ollut uusperheellisille ja vapaaehtoisille merkityksellisintä: kokemus kuulluksi tulemisesta, vertaistuen voima sekä arkeen saadut konkreettiset työkalut.



Vertaistuki kannattelee

Palautteissa toistuu vahva kokemus siitä, ettei uusperhearjen haasteiden kanssa tarvitse jäädä yksin. Monelle merkityksellisintä ei ole yksittäinen luento tai harjoitus, vaan mahdollisuus kohdata muita samassa elämäntilanteessa olevia. Vertaistuen kanssa jaettu kokemus tuo ymmärrystä ja auttaa näkemään omaa arkea uudesta näkökulmasta. Myös uusperheiden moninaisuus koetaan voimavaraksi, sillä erilaisia perheitä kohdatessa on helpottavaa huomata, että oman uusperheen tavalle elää on tilaa.

"Ei olla yksin asioiden kanssa."

"Vertaisuus ja jakaminen toivat näkemystä myös meidän elämäämme."

"Kaikista haasteista huolimatta oma parisuhde ja uusperhe voivat kuitenkin hyvin ja tulevaisuuden näkymät ja unelmat jaetaan kumppanin kanssa."

Turvallinen ilmapiiri mahdollistaa oivallukset

Vertaistuen rinnalla palautteissa korostuu ilmapiirin merkitys. Ohjaajien kuvataan luovan luottamuksellisen tilan, jossa on helppo jakaa myös vaikeita kokemuksia. Kun osallistuja kokee tulevansa kohdatuksi ilman arvostelua, syntyy tilaa oivalluksille ja muutokselle.

Moni nosti esiin myös ohjaajien ammattitaidon ja ihmisläheisen otteen. Keskustelulle annettu tila ja joustavuus koettiin tärkeinä:

"Pidin siitä, että annoitte tilaa sen hetken asioille, jotka nousivat esiin."

"Tällainen kohtaaminen auttaa liittämään käsitellyt teemat omaan arkeen."

"Kaunis kiitos! Pyyteetöntä työtä ihmisten elämän parantamiseksi, teette korvaamatonta työtä. Suuri Kiitos ja arvostus!"

"Aivan huippua, ohjaajat aivan ihania; samalla tasolla ja vertaisina jakoivat avoimesti ja rehellisesti omia kokemuksiaan, joihin on helppo samaistua."

Työkaluja parisuhteeseen ja arkeen

Toiminnasta saadaan myös konkreettisia työkaluja arkeen. Palautteissa mainitaan muun muassa parisuhteen eri mallit, ajatusansojen tunnistaminen sekä oman ja puolison taustan ymmärtäminen. Näiden kautta moni on saanut uusia näkökulmia omaan tilanteeseensa.

Usein keskeisin oivallus liittyy arjen vuorovaikutukseen: keskustelun ja kuuntelemisen merkitys korostuu. Nämä oivallukset näyttävät kytkeytyvän suoraan arkeen ja sen sujuvuuteen.

"Parisuhde vaatii paljon kommunikaatiota."

"Vertaisohjaajana toimiminen vahvisti parisuhdettamme. Nautin keskusteluista vertaisryhmissä ja koin ne tarpeelliseksi oman up-vanhemmuuden tukena."

"Olen pitänyt todella hyvinä Suplin koulutusviikonloppuja vertaisohjaajille. Ne ovat antaneet konkreettisia työkaluja, pitäneet motivaatiota yllä ja olleet tärkeitä keitoita parisuhteen kannalta."

Pysähtymistä ja voimaa arkeen

Moni kuvaa toimintaan osallistumista tärkeänä pysähdyksenä kiireisen arjen keskellä. Kurssit ja ryhmät tarjoavat mahdollisuuden tarkastella omaa elämäntilannetta ja tunteita sekä pysähtyä niiden äärelle ehkä ensimmäistä kertaa. Toiminta ei siis jää irralliseksi kokemukseksi, vaan kantaa mukana myös arjessa koettujen oivallusten ja oman jaksamisen lisääntymisen kautta.

"Olen vastuussa omasta onnellisuudestani."

"Minä riitän."

"Kiitos teille, taas jaksetaan eteenpäin!"

Halu antaa takaisin

Monille toimintaan osallistuminen ei jää vain tuen saamiseen itselle. Vertaistoiminta koetaan yhteiseksi voimaksi. Kun oma tilanne selkiytyy ja voimat vahvistuvat, syntyy halu olla mukana tukemassa muita. Kaikilla ei ole mahdollisuutta sitoutua ohjaamiseen, mutta pienikin osallistuminen koetaan merkitykselliseksi.

"Paljon on saatu ja nyt haluan antaa sitä hyvää takaisin."

"Kiva jeesaa, kun meitäkin on jeesattu, vertaisuus on voimaa."

"Olemme itse saaneet apua, tukea ja työkaluja arjen työkalupakkiin Suplin toiminnasta, ystäviä elämän matkalle ja rohkeutta mm. esiintymiseen (jota aiemmin jännitin). En usko, että elämämme olisi näin hyvää, suhteemme ja toivomme tulevaan näin vahvaa ilman kokemuksiamme Suplissa. Kiitos! Samaa tietoa, tukea ja toivoa uusperheen mahdollisuuksista haluamme jakaa muillekin!"

Kohtaaminen luo merkityksen

Palautteiden perusteella Suomen Uusperheiden Liiton toiminnan ytimessä on kohtaaminen: kokemus siitä, että tulee nähdä, kuulla ja ymmärretä. Vuosien varrella eri toiminnoissa, kursseilla ja ryhmissä toistuu sama viesti; merkityksellisintä on se, mitä syntyy ihmisten välille. Kun uusperheellinen saa tuntea, ettei ole yksin, syntyy tilaa muutokselle. Ja juuri tästä syntyy voima, joka kantaa arjessa eteenpäin, myös seuraavat 30 vuotta.

"Vertaisuuden kokemus. Saan tästä todella paljon itsellenikin. Kaikki kohtaamiset lisäävät ymmärrystäni."

"Koen että Suplista on ollut meille todella paljon iloa ja hyötyä. Erityisen paljon olen saanut vertaisryhmistä sekä osallistujana että vetäjänä."

Vaikuttamistyö tekee näkyväksi lapsen arjen kahdessa kodissa

Vaikuttamistyö ei ole irrallinen osa järjestön arkea, vaan se luo perustan myös kohtaavalle työlle. Perheiden kanssa tehtävä työ tuottaa tietoa arjen esteistä, palvelujen puutteista ja niistä kohdista, joissa järjestelmä ei tunnista perheiden monimuotoisuutta. Vaikuttamistyön kautta kohtaavassa työssä syntynyt tieto kootaan, sanoitetaan ja viedään eteenpäin päätöksentekoon ja palvelujen kehittämiseen. Näin perheiden kokemuksista rakentuu yhteistä ymmärrystä ja konkreettisia parannusehdotuksia. Tällöin syntyy ratkaisuja, jotka tekevät yhteiskunnasta aidosti perheystävällisemmän.

Kaksi kotia, yksi osoite

Suomen lainsäädäntö ei edelleenkään tunnista riittävästi lapsen arkea kahdessa kodissa, vaikka vuoroasuminen on monelle lapselle tavallinen eron jälkeinen asumismuoto. Nykyinen palvelu- ja etuusjärjestelmä rakentuu yhä yhden virallisen osoitteen varaan. Tämä voi asettaa perheet eriarvoiseen asemaan ja tehdä vuoroasumisesta vaikeaa erityisesti pienituloisille perheille, vaikka järjestely olisi lapsen edun mukainen.

Vuoroasuminen voi tukea lapsen suhdetta molempiin vanhempiin ja vahvistaa lapsen hyvinvointia silloin, kun järjestely vastaa lapsen tarpeita ja perheen tilannetta. Lainsäädännön, etuuksien ja palveluiden onkin tunnistettava lapsen todellinen elämäntilanne nykyistä paremmin.

Kysely nosti arjen epäkohdat esiin

Esittelimme yhdessä Mielenterveysomaisten keskusliitto FinFamin kanssa toukokuussa eduskunnan Pikkuparlamentissa järjestetyssä tilaisuudessa tuoreimman vuoroasumiskyselyn (N=306) tulokset. Kyselyn teemana oli tällä kertaa Vuoroasuminen ja mielenterveys.

Kyselyn vastaukset osoittavat, että lapsen virallinen osoite valikoituu usein käytännön syistä: koulun, harrastusten, etuuksien, vanhempien välisen työnjaon, erotilanteen dynamiikan tai aiemmin vakiintuneiden olosuhteiden perusteella.

Vastaajien mukaan toimiva vuoroasuminen edellyttää ennen kaikkea aikuisten hyvää keskustelu-



yhteyttä, selkeitä sääntöjä ja ennakoitavaa rytmiä, kotien kohtuullista välimatkaa sekä lasten toiveiden kuulemistakin ikätasoisesti.

Vanhemman sairastuessa, vuoroasuva lapsi tarvitsee tukea molempiin koteihin. Kyselyssä korostui hoitotahon velvollisuus selvittää kaikki perheessä asuvat lapset – myös bonuslapset, kotiin vietävän avun vahvistaminen, koulun ja opilashuollon riittävät resurssit sekä lapsen oikeus olla lapsi eikä huolenkantaja. Lisäksi vertaistuki ja tarvittaessa lapselle ohjattu puolueeton tukihenkilö nähtiin tärkeinä tuen muotoina.

Vastauksissa näkyy myös, ettei vuoroasumisen kuormitusta tunnisteta palveluissa riittävästi. Tiedonkulku, palvelujen saavutettavuus, avun pirstaleisuus ja kaikkien vanhempien yhdenvertainen kohtelu aiheuttavat arjessa ongelmia. Käytännön haasteiksi nimettiin esimerkiksi lääkkeiden saatavuus kahteen kotiin ja hoitovastuiden epäselvyys. Osa vastaajista nosti esiin myös huolen vanhempien keskinäisestä vallankäytöstä sekä ammattilaisten heikosta vieraantumisen ja vieraannuttamisen tunnistamisesta.

Mitä pitäisi muuttaa?

Kyselyn perusteella vuoroasuvien lasten ja heidän perheidensä asemaa voidaan vahvistaa erityisesti seuraavilla keinoilla:

- mahdollistamalla vuoroasuvalla lapselle kaksi virallista osoitetta
- varmistamalla, että tukipalvelut seuraavat lapsen arkea molempiin koteihin
- vahvistamalla ammattilaisten tietoa vuoroasumisesta ja uusperheiden dynamiikasta
- tunnistamalla bonusvanhemmat lapsen arjen merkittävänä ja tosiasiallisina aikuisina

Puolueilta tukea kahdelle osoitteelle

Selvitimme myös eduskuntapuolueiden kantaa kahteen viralliseen osoitteeseen. Puoluesihteereille lähetettyyn kyselyyn vastanneet SDP, Kokoomus, Vihreät, Keskusta, Vasemmistoliitto, RKP, KD, PS ja Liike Nyt kannattivat kaikki mahdollisuutta kirjata kaksi virallista osoitetta lapselle, joka asuu vuorotellen kahdessa kodissa.

Yhtä puoluetta lukuun ottamatta puolueet kannattivat myös ajatusta siitä, että lapseen liittyvien etuuksien, kuten asumistuen, tulisi ulottua vuoroasuvan lapsen molempiin koteihin. Viisi puoluetta kannatti tukipalvelujen mahdollistamista kahteen kotiin. Vastauksissa korostui samalla tarve ratkaista uudistukseen liittyvät käytännön kysymykset, kuten vastuunjako, palvelujen järjestäminen, kustannusvaikutukset ja lapsen edun toteutuminen.

Ilman vaikuttamista ei ole kohtaavaa työtä

Vaikuttamistyö jää usein näkymättömäksi, vaikka yhä enenemässä määrin järjestöt antavat pyynnöstä lausuntoja erilaisiin lakiluonnoksiin, työryhmien valmisteluun ja palvelujärjestelmää koskeviin uudistuksiin. Lausuntojen kautta perheiden arjesta kertynyt tieto välittyy päätöksentekoon ja auttaa tunnistamaan, miten lakimuutokset vaikuttaisivat erilaisiin perheisiin.

Ilman vaikuttamistyötä järjestöjen keräämä tieto jäisi helposti yksittäisten kohtaamisten tasolle eikä muuttuisi rakenteita korjaavaksi voimaksi. Kohtaava työ tarvitsee tuekseen tietopohjaa, ja juuri vaikuttamistyö tekee tästä tiedosta näkyvää, jaettavaa ja yhteiskunnallisesti vaikuttavaa. Palveluiden on oltava perheitä, ei yhteiskuntaa varten. Lisätietoa vaikuttamistyöstämme:

<https://supli.fi/jarjesto/vaikutustyo/>

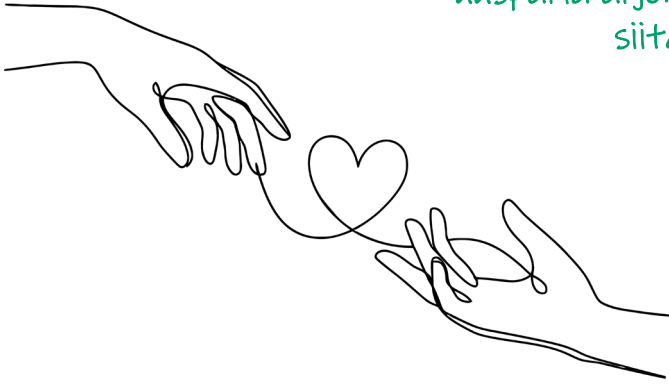
VERKOSTOT VAHVISTAVAT VAIKUTTAMISTA

Suomen Uusperheiden Liitto oli ensimmäisten neljän perhejärjestön joukossa perustamassa Monimuotoiset perheet -verkostoa. Nykyään verkostoon kuuluu kymmenen perhejärjestöä, joita yhdistää perheiden monimuotoisuuden näkyväksi tekeminen. Verkoston tavoitteena on yhteiskunta, jossa kaikki perheet ovat yhdenvertaisessa asemassa lainsäädännössä, palveluissa ja työelämässä. Verkosto kokoaa tietoa monimuotoisten perheiden kohtaamista haasteista ja ratkaisuksista sekä vahvistaa ammattilaisten osaamista perheiden erityistarpeista. Monimuotoiset perheet -verkosto toimii myös yhteistyössä eduskunnan Monimuotoiset perheet -ryhmän kanssa.

Uusperheen seksuaalisuuden erityispiirteet

Puhuttaessa seksuaalisuudesta osana koko perheen dynamiikkaa, siitä tulee vähemmän salattu tai suoritettava asia – ja enemmän yhteyttä, haavoittuvuutta, luottamusta ja yhdessä rakentuvaa hyvinvointia.

läheisyys voi olla se voima, joka kannattelee
uusparia arjen kuormituksen keskellä ja muistuttaa
siitä, miksi yhteistä elämää rakennetaan.



Uusperheen arki rakentuu usein monista kerroksista: toiveista, menneistä kokemuksista, uusista aluista, lasten tarpeista ja aikuisten kaipuusta tulla nähdyksi myös puolisona. Kaiken tämän keskellä läheisyys ja seksuaalisuus saattavat helposti jäädä odottamaan parempaa tilaisuutta. Hetkeä, jolloin kotona olisi rauhallista, mieli levollinen ja kaikki perheen palaset hetken paikallaan. Silti juuri läheisyys voi olla se voima, joka kannattelee uusparia arjen kuormituksen keskellä ja muistuttaa siitä, miksi yhteistä elämää rakennetaan.

Haluamme kutsua pysähtymään uusperheen seksuaalisuuden äärelle lempeästi ja rehellisesti. Tarkoitus ei ole tarjota yhtä oikeaa mallia, vaan sanoittaa niitä kokemuksia, joita moni uuspari tunnistaa: kaipuuta läheisyyteen, epävarmuutta omasta paikasta, menneisyyden varjoja, arjen ruuhkaa ja myös uuden suhteen mahdollisuutta kasvaa turvallisesti, omannäköiseksi ja eläväksi. Puhuttaessa seksuaalisuudesta osana koko perheen dynamiikkaa, siitä tulee vähemmän salattu tai suoritettava asia – ja enemmän yhteyttä, haavoittuvuutta, luottamusta ja yhdessä rakentuvaa hyvinvointia.

Teksti pohjautuu **Miia Laasasen** vuonna 2025 tekemään seksuaalineuvojakoulutuksen lopputyöhön, jossa uusperheen seksuaalisuutta tarkastellaan sekä tutkimuksellisen tiedon että uusperheiden eletyn arjen näkökulmasta. Taustalla on myös Suomen Uusperheiden Liiton pitkä kokemus uusparien ja uusperheiden tukemisesta tilanteissa, joissa rakkaus, vanhemmuus, menneisyys ja uuden perheen rakentaminen asettuvat samaan arkeen.

Seuraavat näkökulmat avaavat, millaisista arjen, historian ja ihmissuhteiden kerroksista uusparin seksuaalisuus voi rakentua. Ne eivät ole lista ongelmista, vaan ikkunoita siihen, miksi läheisyys voi joskus vaatia uusperheessä tavallista enemmän sanoittamista, tilaa ja yhteistä ymmärrystä.

1. Monikerroksinen dynamiikka

Uusperheessä seksuaalisuus ei ole vain kahden aikuisen välinen asia, vaan siihen vaikuttavat aiemmat suhteet, lapset, ex-puolisot ja koko perheen arki. Uusparisuhteessa historia kulkee mukana: aiemmat kokemukset, kuten uskottomuus, arvostelu tai seksuaalinen vallankäyttö, voivat jättää jälkiä, jotka näkyvät luottamuksessa ja läheisyydessä.

2. Roolit ja ulkopuolisuuden tunne

Uusvanhemmuuden roolit ja perheenjäsenten erilaiset taustat voivat aiheuttaa epäselvyyttä ja ulkopuolisuuden kokemuksia. Esimerkiksi bonusvanhemman voi olla vaikea löytää paikkaansa, mikä voi heijastua myös seksuaaliseen läheisyyteen. Syyllisyyden tunteet, esimerkiksi siitä, että omat lapset saavat vähemmän huomiota kuin puolison lapset, voivat vaikuttaa haluun ja intiimiyteen.

3. Arjen haasteet ja tilakysymykset

Uusperheen arki on usein täynnä sovittelua: lasten aikataulut, vuoroasuminen, taloudelliset paineet ja kodin tilaratkaisut voivat rajoittaa mahdollisuuksia intiimiin läheisyyteen. Seksuaalisuus voi jäädä arjen jalkoihin, jos yhteistä aikaa on vähän tai intiimi hetki vaatii liikaa suunnittelua. Spontaanius voi kärsiä, ja seksi voi alkaa tuntua suorittamiselta.

4. Ex-puolison vaikutus ja menneisyyden haamut

Entisten kumppaneiden psykologinen läsnäolo voi aiheuttaa mustasukkaisuutta, epävarmuutta ja vertailua. Käsittämättömät tunteet ja aiemmat seksuaaliset kokemukset voivat kummitella uudessa suhteessa, mikä voi johtaa epävarmuuteen ja paineisiin nykyisessä seksuaalisuudessa.

5. Seksuaalinen kasvu ja mahdollisuudet

Vaikka haasteita riittää, uusparisuhde tarjoaa myös mahdollisuuden seksuaaliseen kasvuun. Ero voi vapauttaa ja mahdollistaa uudenlaisen seksuaalisen itsetuntemuksen. Uusparisuhteessa voi rakentaa seksuaalisuutta tietoisemmin, oppia aiemmista kokemuksista ja löytää uudenlaista nautintoa ja läheisyyttä.

Syventäviä havaintoja ja käytännön vinkkejä

Uusparin läheisyyttä vahvistaa ennen kaikkea turvallinen ja avoin kommunikaatio. Kun menneisyydestä, toiveista, rajoista ja epävarmuuksista voidaan puhua ilman syyllistämistä, luottamus vahvistuu ja vertailun paineet voivat vähentyä. Uusperheessä tämä on erityisen tärkeää, sillä nykyiseen suhteeseen tuodaan usein mukaan aiempien suhteiden kokemuksia, pettymyksiä ja myös toiveita siitä, että tällä kertaa voisi olla toisin.

Läheisyyden rakentaminen vaatii usein myös tilaa ja aikaa – joskus hyvin konkreettisestikin.

Oman ja yhteisen historian hyväksyminen on osa uusparin seksuaalista ja emotionaalista kasvua.

Uusperheen arjessa intiimi hetki voi edellyttää suunnittelua, lapsivapaan ajan sopimista tai sitä, että pari tietoisesti ottaa pieniä hetkiä toisilleen keskellä kiirettä. Läheisyys ei kuitenkaan synny vain erityisistä kahdenkeskisistä illoista, vaan myös arkisista eleistä: kosketuksesta ohi kulkiesä, ystävällisistä sanoista, huomaamisesta ja siitä, että kumppani kokee olevansa edelleen tärkeä myös kaiken perhe-elämän keskellä.

Oman ja yhteisen historian hyväksyminen on osa uusparin seksuaalista ja emotionaalista kasvua. Menneisyyden vaikutuksia ei tarvitse pyyhkiä pois, mutta niitä voi oppia tunnistamaan ja sanoittamaan niin, etteivät ne ohjaa nykyistä suhdetta huomaamatta. Seksuaalisuus näyttäytyy tällöin laajempaan kuin fyysisenä aktiivisuutena: se on myös hyväksyntää, emotionaalista yhteyttä, turvallisuutta, leikkiä, hellyyttä ja mahdollisuutta kasvaa yhdessä.

Myös ikä ja elämänvaihe vaikuttavat siihen, millaiseksi seksuaalisuus uusparisuhteessa muotoutuu. Uusparisuhteet solmitaan usein vaiheessa, jossa aikuisilla on jo paljon elämäkokemusta, vastuuta ja joskus myös kehon tai terveyden muutoksia. Vaihdevuodet, sairaudet, väsymys tai aikuisten lasten reaktiot voivat tuoda omat haasteensa, mutta ne voivat avata myös uudenlaisen mahdollisuuden rakentaa läheisyyttä tietoisemmin, rauhallisemmin ja omannäköisemmin.

Lempeitä askelia yhteyden vahvistamiseen

- Pysähtykää ajoissa, mutta rauhassa. Huoli läheisyydestä ei tarkoita, että suhteessa olisi jotain peruuttamattomasti vialla. Se voi kertoa kuormituksesta, sanomatta jääneistä asioista tai siitä, että yhteinen aika on kaventunut liian pieneksi.
- Tunnistakaa riskitekijät yhdessä. Ex-puolison vaikutus, käsittämättömät kokemukset, rooliritiriidat, ajankäytön paineet, ulkopuolisuuden tunne, seksuaalisen halun eriparisuus ja kommunikaation puute voivat kaikki heijastua läheisyyteen.
- Ottakaa asia puheeksi syyttämättä. Pehmeä aloitus auttaa: ”Minulla on ikävä meitä” tai ”Huomaan, että kaipaen enemmän läheisyyttä.” Omasta kokemuksesta puhuminen kutsuu helpommin yhteyteen kuin syytös tai vaatimus.

- Panostakaa emotionaaliseen läheisyyteen ja ystävyyteen. Läheisyys rakentuu usein pienistä asioista: katseesta, kosketuksesta, ystävällisistä sanoista, yhteisestä huumorista, viestistä kesken päivän tai siitä, että toinen tulee arjessa huomatuksi.

- Luokaa yhteisiä traditioita ja jaettuja merkityksiä. Oma kahvihetki, kävely, iltarutiini tai lapsivapaan ajan pieni tapa voi vahvistaa tunnetta siitä, että meillä on jotakin yhteistä kaiken muun keskellä.

- Hyväksykää erilaiset halut ja elämänvaiheet. Seksuaalisuus muuttuu stressin, väsymyksen, sairauksien, ikääntymisen, lasten tilanteiden ja muiden elämänmuutosten mukana. Seksuaalinen aktiivisuus ei ole ainoa läheisyyden mittari.

- Hakekaa apua mieluummin liian aikaisin kuin liian myöhään. Jos puhuminen jumittuu, läheisyys katoaa pitkäksi aikaa tai menneisyys alkaa varjostaa suhdetta, pari- tai seksuaalineuvonta voi auttaa sanoittamaan tilannetta turvallisesti. Avun hakeminen ei ole epäonnistumisen merkki, vaan tapa tehdä yhteydelle lisää tilaa.

Uusperheen seksuaalisuus on monikerroksinen ja elävä osa parisuhdetta – joskus lähellä ja läm-

Seksuaalisuus ei ole suorituslista eikä uusparin parisuhdekurssin pääsykoe, vaan osa yhteyttä, joka saa muuttua elämänvaiheiden mukana.

pimänä, joskus taustalla hiljaisempana, eikä sekään tee suhteesta yhtään vähemmän arvokasta. Läheisyyttä voi vaalia monin tavoin: katseella keittiön pöydän yli, kädellä olkapäällä, yhteisellä naurulla, sovitulla kahvihetkellä tai sillä, että toinen saa hetken levätä rauhassa. Seksuaalisuus ei ole suorituslista eikä uusparin parisuhdekurssin pääsykoe, vaan osa yhteyttä, joka saa muuttua elämänvaiheiden mukana. Tärkeintä on, että pari saa etsiä omannäköistä läheisyyttään lempeästi, puhuen ja joskus myös lämpimästi hymähtäen: tässä perheessä riittää jo muutenkin liikkuvia osia – rakkauden ei tarvitse olla täydellistä ollakseen totta.



Perustuu **Miia Laasasen** seksuaalineuvojakoulutuksen lopputyöhön (2025), yhteistyössä Suomen Uusperheiden Liitto ry:n kanssa.

Kirsi Heikinheimo ja Milla Laasanen Seilin saassa Turun yliopiston kirjoitusretriitillä vuonna 2025.

Nuoruusikäinen lapsi uusperheessä – vanhemman tuki on tärkeämpää kuin täydellisyys

Uusperheessä eläminen tuo mukanaan monia mahdollisuuksia, mutta myös tilanteita, joissa sekä nuori että vanhemmat joutuvat opettelemaan uusia rooleja ja tapoja olla perhe yhdessä. Nuoruus on itsessään kehitysvaihe, jossa identiteetti rakentuu, itsenäisyys kasvaa ja suhde vanhempiin muuttuu. Kun tähän yhdistyy uusperheen muodostuminen, perheen arkeen voi tulla lisää neuvottelua, tunteita ja sopeutumista.



Tarkastelimme näitä teemoja opinnäytetyös-
sämme, jossa käsitelimme nuoruusikäisen
asemaa uusperheessä ja uusperhevanhem-
muuden merkitystä nuoren hyvinvoinnille. Työn
tavoitteena oli lisätä ymmärrystä siitä, millaisia
erityiskysymyksiä nuoruus voi tuoda uusperheen
arkeen ja miten vanhemmat voivat tukea nuorta
tässä elämänvaiheessa.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi opas uusperhevanhemmille

Nuoruusikäinen tarvitsee tilaa kasvaa ja kokeilla
rajojaan, mutta samalla hän tarvitsee edelleen
aikuisia, jotka ovat läsnä, asettavat rajoja ja tar-
joavat turvallisuutta.

Uusperheessä tämä voi joskus tuntua haastaval-
ta, sillä nuoren sosiaalinen ympäristö laajenee

Jaana Myllerin ja Maarit Pylväsen
opinnäytetyö ”Nuoruusikäinen lapsi
uusperheessä” on toteutettu Karelia-
ammattikorkeakoulun sosionomi (AMK)
-opintoihin. Työ löytyy Suomen ammatti-
korkeakoulujen yhteisessä julkaisu-
arkistosta www.theseus.fi.

uusperheen myötä. Kaikkien roolit eivät aina ole
heti selviä, ja perheen toimintatavat rakentuvat
vähitellen.

Tutkimusten mukaan uusperheiden hyvinvoin-
nissa korostuu erityisesti aikuisten välinen yh-
teistyö, joka muodostaa koko uusperheen arjen
perustan. Kun aikuiset pys-
tyvät keskustelemaan
avoimesti kasvatukseen
liittyvistä kysymyksistä
ja kunnioittavat toistensa
rooleja, nuoren on hel-
pompaa kokea arki turval-
liseksi ja ennakoitavaksi.

Opinnäytetyömme poh-
jalta laadittu opas kokoa
yhteen tietoa nuoruuden
kehityksestä sekä tarjoaa
käytännönläheisiä nä-
kökulmia uusperhevan-
hemmuuteen. Oppaas-
sa käsitellään muun
muassa vuorovaikutusta
nuoren kanssa, rajojen
asettamista, osallisuuden
tukemista sekä sitä, mi-
ten uusperheen aikuiset
voivat yhdessä raken-
taa nuorelle turvallista
kasvu-ympäristöä.





Juuret, siivet ja selviytymisen taidot

Vaikka en ole tutkija, minulla on psykologina pitkän käytännön kokemuksen kautta herännyt joitakin ajatuksia käytäntöjä tai elintapoja uusiviksi ideoiksi.

Parisuhteen muodostaminen

Nuoret kohtaavat, seurustelevat ja suhde vahvistuu, usein avioliitoksi tai ainakin avoliitoksi. Kuka kertoisi nuorille, että suhteen kestävyys ja syvenemiseen vaikuttaisi edistävästi se, että he hyvissä ajoin kertoisivat omissa lapsuudenperheissään koetut käytännöt? Mitä tehtiin, kun tuli riitaa. Kuka saneli perheen arkea. Mikä perheessä oli tärkeää, jota ei saanut rikkoa. Miten selvitettiin vaikeuksista. Miten kunnioitettiin toisen itsemääräämisoikeutta. Kuka sääтели kotiin tulot, perheen arkeen osallistumiset ja mitä ne sisälsivät.

Parisuhteen muodostumisessa kohtaavat vähintään kahden perheen kulttuurit. Näistä pitäisi keskustelujen ja käytännön kautta rakentaa oma yhteinen arvomaailma, riitelytavat ja sovinnon löytämiset, rajojen asettamiset ja niin edelleen. Jopa järkeistään voitaisiin sopia, mitä noudatetaan, kumman perhetaustan käytäntö sopisi parhaiten tai mitä korjataan. Sama tietysti on edessä, jos ja kun muodostetaan uusperhettä.

Kenen sukuun kuulut

Toinen huomioni on se, että tuore perhe asettautuu useimmiten vaimon sukuun. Vävyt omiaan vaimon vanhan lapsuudenperheen jatkeeksi. Harvemmin uudet aviomiehet saattavat vaimonsa omaan sukuunsa. Itse asiassa tämä sukuun nappaaminen on kiintoisa vallan ilmiö. Kumpi dominoi tai mistä syystä jommankumman sukuun asettautuminen tapahtuu, vaivihkaa vai alitajuisesti toimien. Selvää on, että nuoripari tarvitsee vanhempien ihmisten taustatukea.

Uusperheen yhteiset pelisäännöt

Kerran uusperheen häissä pyydettiin alttarille molempien vanhempien edellisestä liitosta olevat lapset. He kaikki polvistuivat alttarille ja heidät siunattiin uuteen suurperheeseen. Tapa oli ehkä poikkeuksellinen, mutta symbolisesti vahva. Minua se kosketi. Toki kirkollisia liittoja ei ehkä uusperheiden kohdalla tule, mutta tässä olisi kehittämisen paikka. Miten lapset sisällytetäisiin uusperheen arkeen jo lähtötilanteessa? Murrosikäiset nuoret jaksavat muistuttaa uusvanhemmilleen, ettet ole äitini tai isäni, et voi minua käskeä. Ilmapiiri kiristyy ja moni kokee pahaa mieltä. Vaaditaan uusvanhemmalta malttia ja kykyä päästä arvostelujen yli. Pahimmillaan sitten ollaan sinun ja minun lapsien perheessä. Pelisäännöt pitäisi jaksaa sovitella silloinkin, kun kaikki muut käytännön asiat painavat päälle. Ikävä kyllä niitä pitää myös jatkuvasti päivittää.

Johonkin perheeseen tulee kuulua

Lapsen turvallisuuden kannalta on tärkeää, että hän kuuluu johonkin perheeseen. Tapasin kuusi-vuotiaan pojan, jolla oli kolme äitiä ja kolme isää. Hän ei tietänyt sukunimeään, hän ei kuulunut mihinkään perheeseen. Ei tarvinne paljon ajatella, tuleeko pojalle ongelmia elämässään.

Kaikissa perheissä kaivataan yhteen hiileen puhaltamista, me-henkeä. Uusperheissä haaste on yhä suurempi. Vaikka käytännössä uusperheessä on enemmän tuki-ihmisiä, niin silti yhteisen hengen luominen on tärkeää, Meidän perheemme ei synny itsekseen. Sen eteen kannatta tehdä töitä... ajoissa.

Turvallinen kasvuympäristö

Turvallinen kasvuympäristö merkitsee juuria, sitä että on jostakin perheestä, kokee sen omakseen. Parhaimmillaan lapsi voi olla jopa ylpeä, ainakin tyytyväinen omasta perheestään. Hän on omaksumunut kasvatukseen liittyvät rajojen asettamiset ja niiden noudattamiset. Niistä muodostuu turvallisuus. Tietysti lapsen kasvukauteen kuuluu kriittinen suhtautuminen vanhempiin, mutta uhma- ja murrosiän vaikeudet kertovat myös turvallisesta perheestä, sellaisesta, jossa voi testata rajojaan ja jossa ei torjuta asioita.

Suurin pääoma,
jonka voi lapselleen antaa
on mielestäni kriittisten
tilanteiden selvittämismallit
ja selviytymisen keinojen
opettelu.

Neuvottelutaidot ovat osa vanhemmuutta ja niiden käyttäminen siirtyy mallina lapselle. Suurin pääoma, jonka voi lapselleen antaa on mielestäni kriittisten tilanteiden selvittämismallit ja selviytymisen keinojen opettelu. Nämä taidot ovat tärkeitä taitoja, joita elämän varrella taatusti tarvitaan. Kukaan ei selviä kriiseistä.

Kodin tulisi tarjota lapselle myös siivet, jotka kantavat. Lapsen terveen itsetunnon tukeminen ja vahvuuksien lisääminen ovat hänelle keinoja löytää itsensä ja tapansa elää. Ne auttavat koulusta selviytymiseen ja uran valintaan, myös oman perheen perustamiseen.

Monet tutkimukset ovat osoittaneet, että vaikka tieto lisää selviytymistä ja osaamista, ovat kodista tarjoutuvat elämisen mallit usein yllättävän pysyviä. Niitä voi tietoisesti arvioida, mutta tiukan paikan tullen menetellään niin kuin lapsuudenperheessä on tehty. Asenteiden muuttumisen ja uusien keinojen omiminen on pitkä tie. Muistan vieläkin erään äidin reaktiot, kun hän seurasi, miten hänen 5-vuotias tyttärensä puhutteli nukkeaan kotileikissä. Mitä isot edellä, sitä pienet perässä.

Juuret ja siivet ja selviytymisen taidot eivät ole ainutlaatuisia. Ne vahvistuvat joka päivä, jos niin halutaan. Mutta ne voivat myös tyrehtyä, jos asiaan ei kiinnitetä riittävästi huomiota.

TJ CAFE



Uusperhe ei ole sooloesitys vaan joukkuepeli

Vieraanani Tj-cafessa oli tällä kertaa rakastetun Susijengin rakastettu pitkäaikainen kapteeni Shawn Huff: uusperheissä lapsena vuoroasunut nuori, joka toimii tällä hetkellä Helsingin kaupungin kasvatuksen ja koulutuksen apulaispormestarina. Pohdimme yhdessä kapteenin ja uusperheen vanhempien roolien kautta joukkoon kuulumista ja sen merkitystä niin joukkuepelissä kuin perheessä.

”Ollessani kapteeni edustin omaa joukkuetta kaikessa mitä tein ja miten reagoin. Tiedostin olleeni samalla myös vähemmistön edustaja, roolimalli. Se vahvisti omaa paloa toimia oikein ja voimaa tehdä erilaisia valintoja.”

Kapteenin on syytä olla aina ”ryhmän pulssilla” esimerkiksi siitä, kokevatko kaikki olevansa osa joukkuetta. On tärkeä kohdata ja puhua kasvotusten jokaisen kanssa. Jos et tunne ihmistä, et voi ymmärtää häntä tai hänen logiikkaansa. Silloin et voi myöskään johtaa häntä parhaimpaansa. Hyvässä joukkueessa kaikilla on omat erityiset roolinsa ja tehtävänsä, mutta yhteinen henki ja tavoite. Jokaisella joukkueessa on oltava myös vahva tunne siitä, että kapteeni on heidän puolellaan, luottotyyppi ulkopuolisia voimia vastaan. Hyvä kapteeni hyväksyy keskeneräisyyden – myös omansa – ja antaa kaikille tilaa kasvaa parhaimpaansa.

Joukkuelaji voi olla täynnä tunnetta, jossa huutaminen voi näyttää ulkopuoliselle hurjalta. Joukkueen sisällä se voi kuitenkin tarkoittaa yhteistä tunteen paloa, intohimoa, tsemppaamista ja sitoutumista. Raaka kommunikaatio on kuitenkin



Kuva: Sakari Röyskö

mahdollista vain turvallisessa ja samaa kieltä puhuvassa yhteisössä, jossa kaikilla on yhteinen tavoite. Sellaisessa yhteisössä, jossa jokainen tietää oman tonttinsa ja arvonsa sekä kokee olevansa tärkeä osa yhteisöä. Sen sijaan ohi kävely, ohittaminen, on aina mitätöintiä – jopa vallankäyttöä ja usein yhteisöä hajottavaa. Tarvitaan rohkeutta kohdata ja olla läsnä tunteiden leiskunnan jälkeen. Voidaan ajatella, ettei hyvä kapteeni mittaa onnistumista tyyneydellä, vaan sillä, että myrskyistä selvitään yhdessä. Rehellisyys, suora ja arvostava puhe sekä palautteen antaminen ovat niin joukkueen kuin perheenkin suojatekijöitä, eivät uhkia.

Kilpaurheilussa iso ego hyväksytään helpommin, jos taidot korreloivat sen mukaisesti. Jokainen yhteisö hyötyy kuitenkin jäsentensä sosiaalisista taidoista. Hierarkiakin tarvitsee avoimuutta rooleista sekä ymmärryksen siitä, miksi rooli on pieni tai iso. Kun tietää mitä odotetaan, se mahdollistaa onnistumisen. Onnistuminen puolestaan kasvattaa luottamusta.

Kapteenin tehtävä on motivoida joukkuetta yhteyspuheeseen. Susijengin suuri voima on ollut vahva yhteyden ja kuulumisen kokemus: ikuinen yhteys. Joukkue on oikeasti kapteenilla vain hetken lainassa, ei ikuista omaisuutta. Ymmärrys siitä, kuinka saa olla osa itselle merkityksellistä yhteisöä, herättää syvää kiittolisuutta. Se ei katoa ajan kuluessa.

Hyvä kapteeni ei tee kaikkea itse eikä pidä kiinni vallasta. Hän huolehtii siitä, että joukkue tietää suunnan, roolit ja sen, ettei ketään jätetä yksin. Vastuu voi liikkua, mutta luottamus ja yhteinen suunta eivät.

Uusperheessä vahvuus on jaettu kapteenius, ei yksin kantaminen

Uusperheen vanhemmuus ei ole aina helppoa, kuten ei mikään vanhemmuus. Jaettu kapteenirooli mahdollistaa sen, ettei yhdenkään aikuisen tarvitse jaksaa koko ajan enemmän kuin kykenee. Lapselle tämä näkyy rauhana: aikuiset eivät kaadu, vaikka toinen väsyä. Perhe ei ole yhden varassa. Jaettu vastuu toimii kuitenkin vain, jos roolit ovat selkeät. Jaettu kapteenius ei perustu improvisaatioon vaan rakennettuun luottamukseen.

Uskaltaessaan olla aito omassa tarvitsevuudessaan on mahdollista oppia tuntemaan itseään,

Yhteishenki ei perustu samanlaisuuteen vaan luottamukseen.

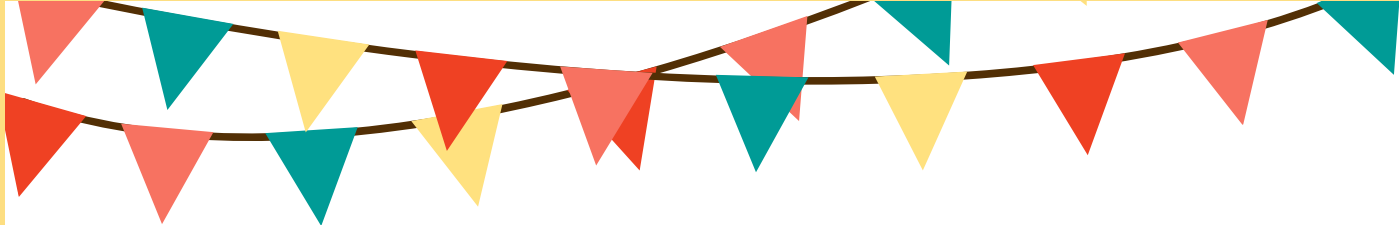
saada tukea ja kasvaa sen myötä vahvemmas omassa roolissaan. Uusperheessä se vaatii tasapainoilua lapsen tarpeiden, parisuhteen ja ympärillä olevien ihmisten tarpeiden välillä. Uusperheessä luottamus syntyy pienistä, ennakoitavista teoista: lupauksista kiinni pitäminen, oikeudenmukaisuus, kuulluksi tuleminen.

Uuden aikuisen ei välttämättä tarvitse olla isä tai äiti, mutta hänen on oltava reilu aikuinen, johon voi luottaa. Yksi turvallinen aikuinen lapsen elämässä. Uusperhearjen ei tarvitse olla mitään erityistä tai ihmeellistä. Parhaimmillaan se on turvallista elämää, joka soljuu joustavasti eteenpäin yhteisten pelisääntöjen mukaan. Pelisääntöjen, joiden tarvitsee olla avoimia sekä reiluja. Niiden on tärkeä koskea jokaista perheenjäsentä. Yhteishenki ei perustu samanlaisuuteen vaan luottamukseen. Kaikki aikuiset eivät voi olla kapteeneja kaikissa asioissa, eivätkä samaan aikaan. Jaettu kapteenius ei ole lähtökohta vaan rakentunut taito. Tärkeintä ei ole se, kuka johtaa, vaan se, ettei kukaan jää yksin. On valtavan voimauttavaa kuulla, että joku uskoo sinuun – myös silloin, kun et ole parhaimmillasi.

Muutama yhteinen vinkki niin kentälle kuin kotiin:

- Sopikaa roolit. Epäselvät roolit ja toimintatavat aiheuttavat kitkaa niin pelikentällä kuin perheessäkin.
- Yhteispeli vaatii harjoittelua. Se edellyttää toistoja, palautetta ja virheiden sietokykyä.
- Luottamus syntyy arjessa, pienistä teoista. Se ei ole lähtökohta vaan seuraus.
- Konfliktit ovat väistämättömiä, koska historiaa, lojaalisuuksia ja tunteita on paljon. Ratkaisevaa ei ole konfliktien puute vaan kyky käsitellä ne rakentavasti.
- Avoimuus, rohkeus ja uskallus olla avoin sekä haavoittuva ihminen tekee elämästä elämisen arvoisen ja itsen näköisen.

Uusperhe ei ole sooloesitys vaan joukkuepeli: roolit opitaan, yhteispeli rakennetaan ja voitto mitataan siinä, kuinka turvallisesti arki lopulta rakentuu.



30 vuotta Uusperheiden **sirkusta Superpäivä** **uusperheiden viikon lauantaina**

Päivä tarjoaa kaikenikäisille ohjelmaa ja ennen kaikkea mukavaa yhdessäoloa perheen kesken. Luvassa on pomppulinna, kasvomaalausta, aartenetsintää, mahdollisuus otattaa omasta uusperheestä perhepotretti ja paljon muuta. Tekemistä on niin sisä- kuin ulkotiloissakin.



Aika: lauantai 19.9.2026 klo 14–21

- Klo 14-18 Sirkus Ilmawan esitys ja -työpaja, taikuri Kim Wist, Pekka Laukkarinen Trio ja SuperMepan naurujooga
- Klo 18-21 Tarinateatteriryhmä Foxtrott, Burleski-esitykset ja PLP Brass Trio
- Illan aikana muistellaan myös Suplin 30-vuotista matkaa uusperheiden turvaverkkona

Paikka: Musiikki- ja kulttuuriyhdistys Pensselitehdas, Porvoo

Hinta: 25 € / perhe, joka maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä.

Ilmoittautuminen viimeistään 31.8.2026.

Lisätietoa nettisivuiltamme

<https://supli.fi/ajankohtaista/tapahtumat/>

***Jokainen uusperheellinen
on kunniavieras juhlissamme.***

