

Miten lapselle tulee kertoa erosta?

Milloin ja miten meidän kannattaa kertoa?

- Kertokaa lapselle erosta yhdessä toisen vanhemman kanssa.
- Tilanne kannattaa miettiä lapsen näkökulmasta ja valita lapselle turvallinen ympäristö ja rauhallinen hetki, jolloin teillä on aikaa olla läsnä.
- Kertokaa kaikille lapsille yhtä aikaa.
- Lapsi aistii helposti, millainen tunnelma kotona on. Siksi päätöksen jälkeen ei kannata odottaa liian kauan. Pienemmille lapsille kannattaa kertoa vasta sen hetken lähellä, jolloin parisuhteessa tapahtuu konkreettisia muutoksia.

Mitä meidän tulee kertoa?

- Ennen kertomista lapselle, keskustelkaa yhdessä ja sopikaa yhteisestä viestistä.
- Muistakaa, että lapsen on raskasta valita puolta erossa. Siksi kannattaa kantaa vastuu erosta yhdessä ja välttää toisen vanhemman syyttämistä.
- Lapsen on tärkeä tietää miten ero muuttaa hänen arkeaan: Millaiset lapsen asumisjärjestelyt ovat? Jatkaako lapsi samassa päiväkodissa tai koulussa? Miten ero vaikuttaa harrastuksiin?
- Eron syistä on hyvä yrittää puhua lapsen tasolla. Lapselle kannatta korostaa, että lapsi ei ole tehnyt mitään väärää ja että ero on jotain, joka tapahtuu aikuisten välillä.

Miten voimme tukea lasta tiedon käsittelyssä?

- Lapset voivat reagoida hyvin eri tavoin, eikä ole oikeaa tai väärää tapaa.
- Pyrkikää säilyttämään rauhallisuutenne. Lapsen ajatuksia ja tunteita on hyvä vahvistaa ja tukea.
- Olkaa selkeitä ja vastatkaa lapsen kysymyksiin.
- Herättäkää toivoa – vaikka nyt on vaikeaa, niin tulevaisuudessa on tiedossa vielä paljon hauskoja asioita.
- Lasta voi auttaa, jos teette jotain mukavaa yhdessä sen jälkeen, kun olette kertoneet hänelle.



Miten voimme toimia yhteistyössä eromme jälkeen?

Miten voimme tukea lastamme?

- Lapsen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää antaa lapsen rakastaa vanhempiaan ja säilyttää hyvät suhteet molempiin vanhempiinsa.
- Lasta auttaa se, että puhutte erosta lapsen kanssa ja vastaatte hänen kysymyksiinsä.
- Nimetkää lapsen tunteet ja kertokaa, että kaikki tunteet ovat sallittuja.
- Kuunnelkaa, mitä toiveita lapsella on ja mitä hän tarvitsee uudessa elämäntilanteessa.

Miten rakennamme uutta arkea?

- Uudet rutiinit kannattaa ottaa käyttöön yksi kerrallaan.
- Pyrkikää ottamaan lapsen mielipiteet huomioon, kun teette päätöksiä, jotka vaikuttavat lapseen.
- Arki on hyvä suunnitella niin, että se on lapselle mahdollisimman sujuvaa. Ottakaa huomioon lapsen ystävät, harrastukset, koulu ja päiväkot.
- Lapsen on tärkeä saada pitää yhteyttä vanhempiinsa ja muihin tärkeisiin aikuisiin myös eron jälkeen.
- Sovittakaa kalenteriin yhteistä aikaa lasten kanssa.

Kuinka voimme kommunikoida paremmin?

- Toisesta vanhemmasta on tärkeää puhua kunnioittavasti lapsen ollessa läsnä. On hyvä pitää mielessä, että lapset aistivat herkästi tunnelmaa, katseita ja äänensävyjä.
- Lasta koskevista asioista on tärkeää kommunikoida suoraan toiselle vanhemmalle. Lapsen on raskasta olla sanansaattajana vanhempien välillä.
- Käyttäkää teille parhaiten sopivaa viestintätapaa: puheluita, tekstiviestejä, sähköpostia, sovellusta tai jotain muuta.





Vinkkejä uusperheessä eläville

Mikä uusperheestä tekee erityisen?

- Uusperhe syntyy, kun suhteen alkaessa parisuhteen toisella osapuolella tai molemmilla on yksi tai useampia lapsia.
- Perheen muuttuessa perheenjäsenten on totuteltava uusiin rooleihinsa uudessa perhekokoonpanossa.
- Se, että aikuinen on tehnyt päätöksen erosta ja uuden perheen muodostamisesta, on valinta, joka vaikuttaa lapseen. Lapsi ei ole itse valinnut bonusvanhempaa eikä mahdollisia bonussisaruksiaan. Lapset voivat reagoida hyvin eri tavoin, ja reaktiot bonusperhettä kohtaan voivat syntyä joko uutta perhettä muodostettaessa tai myöhemmin.
- Entinen puoliso säilyy edelleen osana perhettä, ja entisen kumppanin ja hänen uuden perheensä tekemät päätökset voivat vaikuttaa myös teihin.

Miten voimme tukea lasta?

- Eron jälkeen on hyvä ottaa jonkin aikaa, ennen kuin uusi kumppani esitellään lapselle.
- Ei kannata tehdä useita muutoksia liian nopeasti. Antakaa asioiden loksahda pikku hiljaa paikoilleen.
- Kuunnelkaa lasta ja pyrkikää suhtautumaan ymmärtäväisesti lapsen reaktioihin. Lapsella eron käsittely voi edetä hyvinkin eri vauhtia kuin aikuisilla, ja siksi on tärkeää antaa lapselle tarpeeksi aikaa työstää eroa mielessään.
- Uudessa perheessä käy helposti niin, että vietetään paljon aikaa yhdessä koko perheen kesken. Muistatthän viettää myös kahdenkeskistä aikaa sekä biologisen lapsen että kumppanin kanssa.
- Bonusvanhemman on tärkeää rakentaa luottamukseen ja keskinäiseen kunnioitukseen perustuva suhde bonuslapsen kanssa ennen tämän kasvatukseen osallistumista.
- Tue lapsen suhdetta entisen kumppanisi uuteen kumppaniin. Näin lapsen on helpompi olla, eikä hänen tarvitse miettiä, ketä kohtaan on lojaali.

Miten luomme perhekulttuuria?

- Perheenjäsenten on helpompi sopeutua uuteen perheeseen, kun asioissa edetään hitaasti eikä kaikkea muuteta kerralla.
- Tuttuja tapoja ja rutiineja kannattaa vaalia ainakin aluksi.
- Teillä on tilaisuus luoda yhdessä uusia perinteitä. Suhtautukaa avoimesti uusiin mahdollisuuksiin – niin pieniin kuin suuriinkin. Keksikää rohkeasti uusia asioita yhdessä.
- Voi kestää useita vuosia, ennen kuin uusperhe löytää muotonsa, mutta uusperhe on myös rikkaus, joka voi merkitä monia uusia mahdollisuuksia.

