



# UUSPERHEEN VAIHEET JA FAMILYBOOSTIN VINKIT

## 1. HAAVEVAIHE

*Toive, että uusi perhe korvaa eron aiheuttaman tuskan.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Anna lapselle aikaa sopeutua uuteen ja tilaa ilmaista tunteitaan (myös kielteisiä!).

## 2. YHDENMUKAISTAMISVAIHE

*Aikuiset pyrkivät perheen yhdenmukaistamiseen. Isä- tai äitipuoli saattaa tulla torjutuksi lasten taholta.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Panosta siihen, että annat lapselle kahdenkeskistä aikaa (sekä biologiselle että puolison lapselle).

## 3. RISTIRIITAVAIHE

*Biologinen vanhempi on ristiriidassa uuden kumppanin ja lasten tarpeiden välissä. Eteenpäin pääsy vaatii ulkopuolista sysäystä: ystävien tukea, tietoa uusperheistä, perheterapiaa.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Panosta siihen, että pidätte pariskuntana yhtä. Raivatkaa aikaa toisillenne, jutelkaa, kuunnelkaa, koskettakaa.

## 4. SELVITTELYVAIHE

*Ristiiriitoja aletaan aktiivisesti selvittää. Tunteita ja tarpeita ilmaistaan avoimesti.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Ottakaa rutiiniksi pitää koko perheen säännöllinen perhepalaveri. Muodostakaa keskustelun pohjalta toimintatapoja, jotka ottavat kaikki huomioon.

## 5. TOIMINTAVAIHE

*Biologiset rajat ylitetään; biologista vanhempaa ei tarvita aina lasten ja nykyisen kumppanin välien selvittelyyn. Perhe luo omat tapansa toimia.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Vahvistakaa perheen yhteishenkeä tekemällä yhdessä asioita, joista kaikki nauttivat.

## 6. VAHVISTUMISVAIHE

*Meidän lauma -aika. Kaikilla on paikkansa perheessä. Perusta on niin vahva, että ulkoiset vaikeudet voidaan kohdata yhdessä.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Nyt riittää energiaa keskittyä yhteisvanhemmuuteen ex-puolison kanssa. Antakaa ääni kaikille perhekokonaisuuden aikuisille tavoitteena riittävän hyvä yhteistyö.

## 7. HELPOTUKSEN VAIHE

*Perheelle on syntynyt oma identiteetti. Läheisyys kasvaa ja suhteet tulevat avoimmiksi.*

→ **FamilyBoostin vinkki:** Pitäkää huolta itsestänne ja parisuhteesta. Pitäkää yllä kahdenkeskisiä hetkiä lasten kanssa. Kiittäkää itseänne siitä, että olette tehneet sitkeästi töitä perheen hyvinvoinnin eteen!