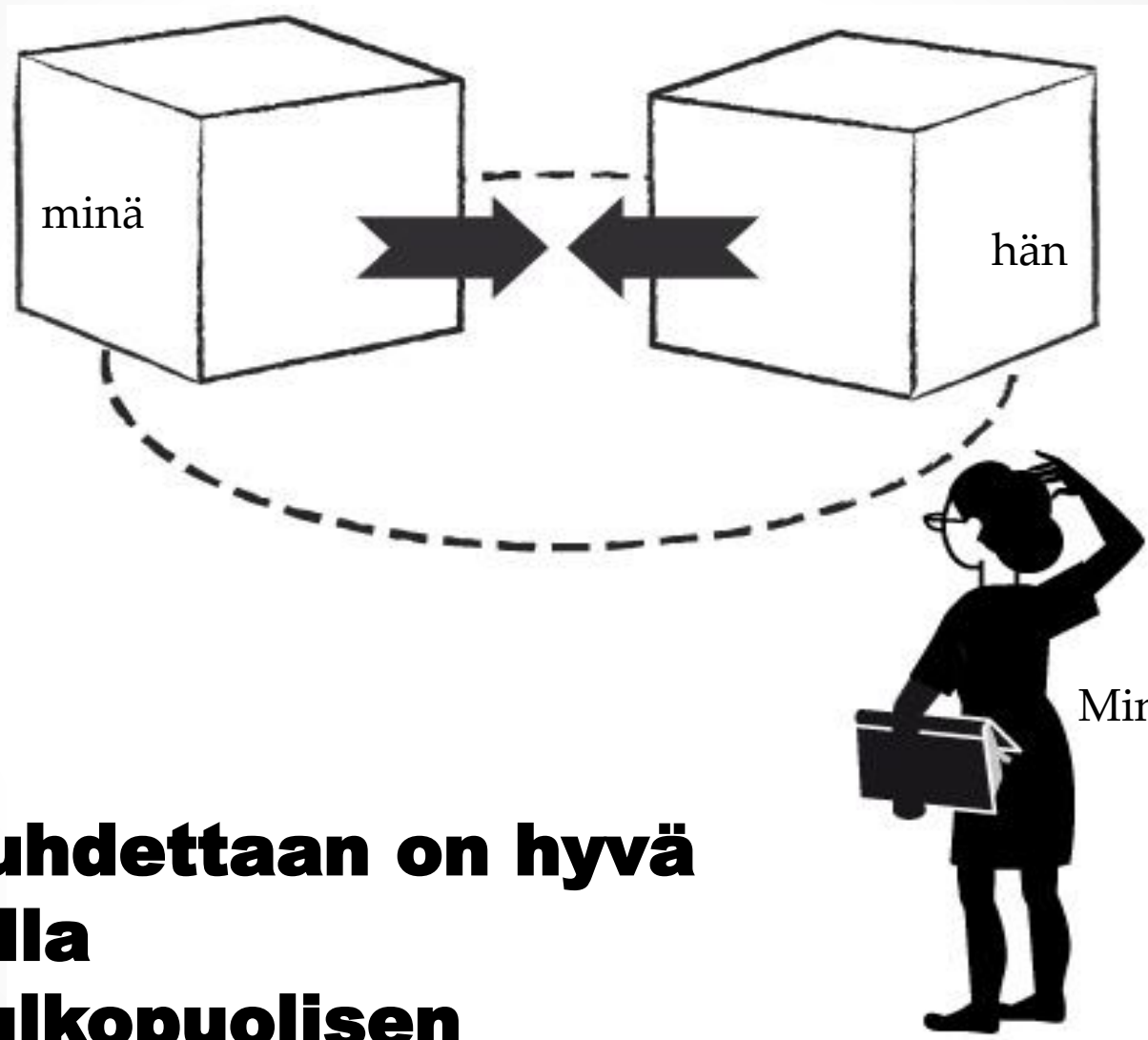
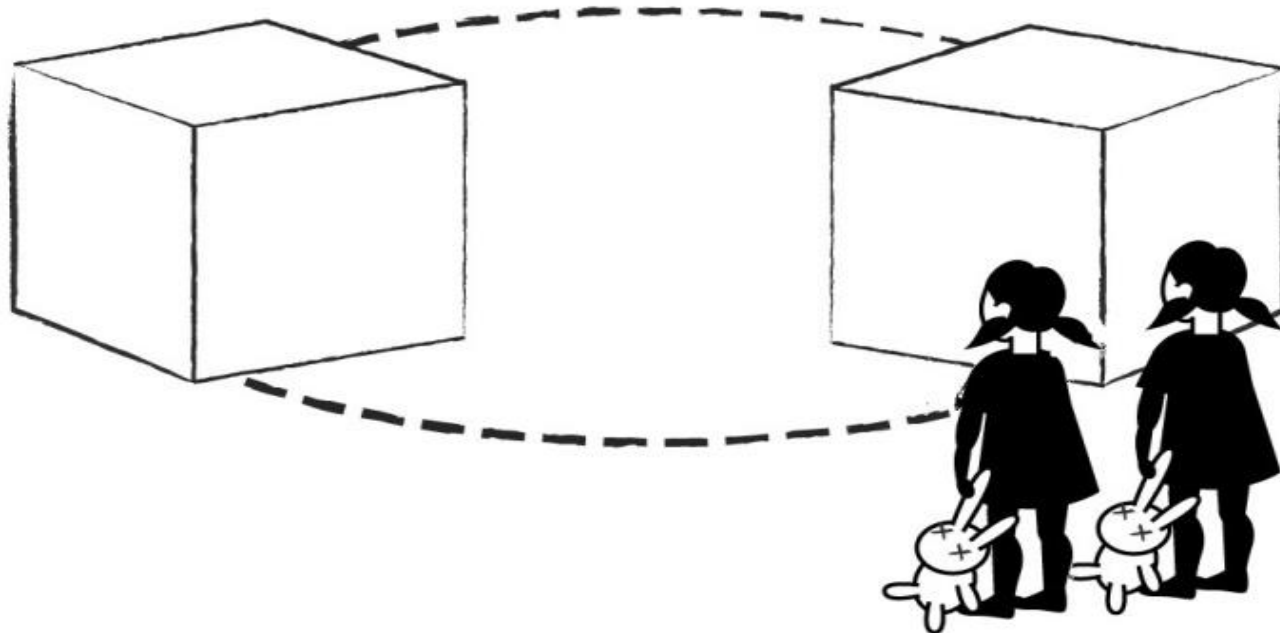


# Monikkovanhempien parisuhde - anteeksi mikä?

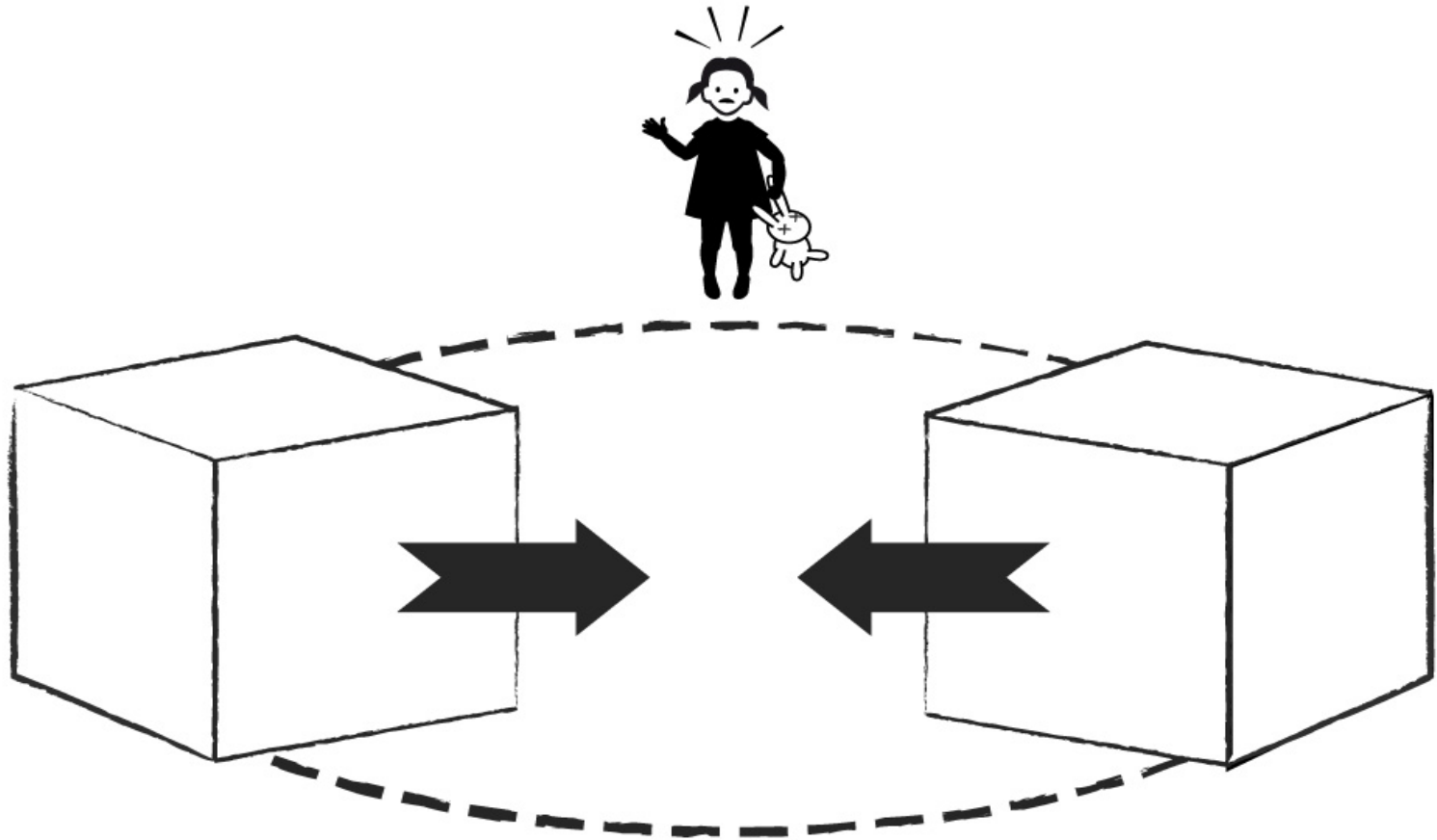
**Janna Rantala**  
**Lastenpsykiatri**  
**pari- ja perhepsykoterapeutti**  
**21.4.2016**



**Parisuhdettaan on hyvä  
katsella  
kuin ulkopuolisen  
näkökulmasta...**



**...koska lapset tekevät sen  
joka tapauksessa**



**Parisuhde on yhteisen leikkikentän rakentamista**

- **kahden erillisen ihmisen välille**

# parisuhde

Vaatii kykyä ymmärtää, että toinen on minusta erillinen ihminen

- Mielenkiinto, mieltymykset
- Tunteet, pelot, toiveet
- muistot, oma elämänhistoria

joka ei voi olla olemassa vain minua varten, mutta

jonka kanssa voin jakaa jotakin merkittävää elämästäni.

# Eriytyminen

Alkaa jo vauvaiässä ja sen merkkejä ovat mm.

- Vierastaminen
- Uhma/tahtoiän taistot
- EI! EN TAHDO!
- Murrosikäisen itsenäistyminen

Monikkoperheessä eletään päällekkäin ja limittäin useamman lapsen kehityskulkua. Tunnekuorma voi olla melkoinen...

Monikkolapset käyvät usein samaa kamppailua myös suhteessa toisiinsa.

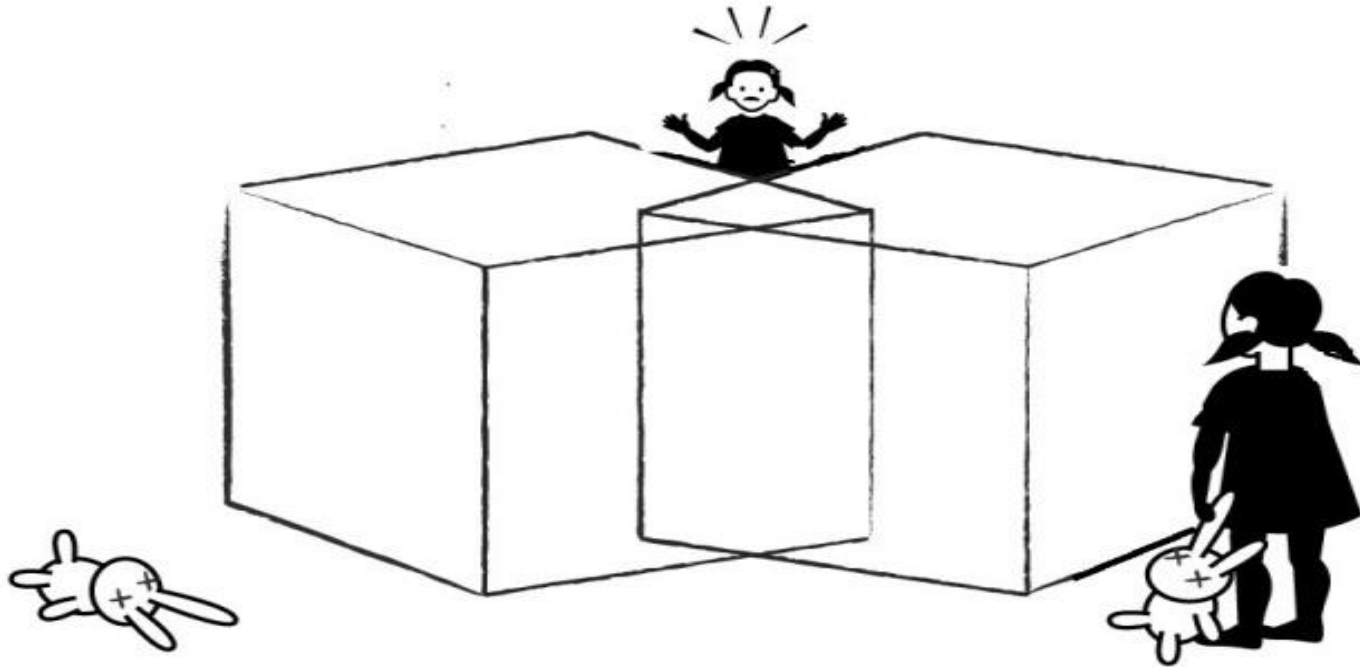
Monikkolasten kohtelu "kimppuna" vaikeuttaa eriytymistä!

Lasten kehityskulkuun kuuluva eriytyminen haastaa vanhempienkin parisuhteen

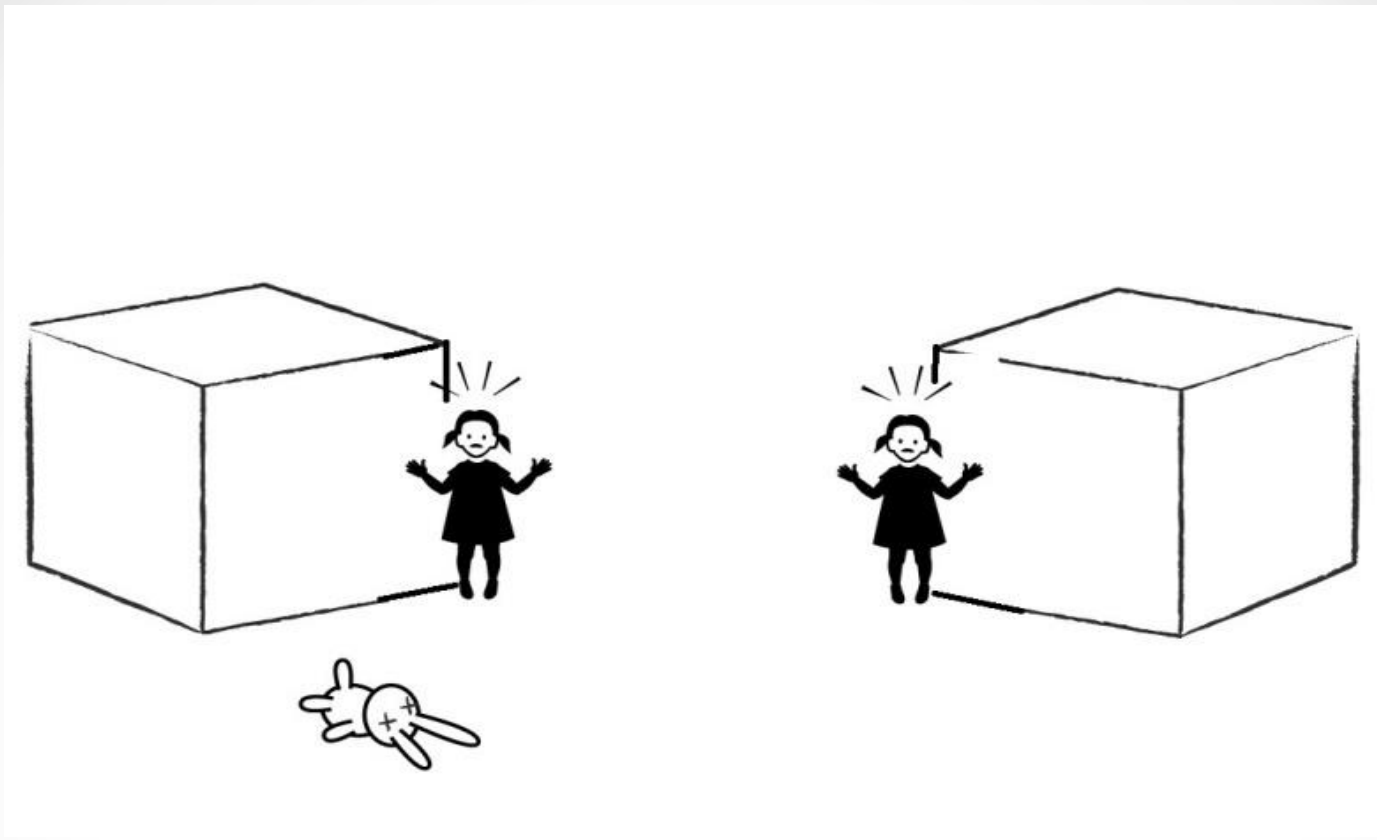
- Miksi olemme yhdessä?
- Mitä parisuhde meille merkitsee?

Eriytymisen haasteet näkyvät riidoissa ja rakastelussa.

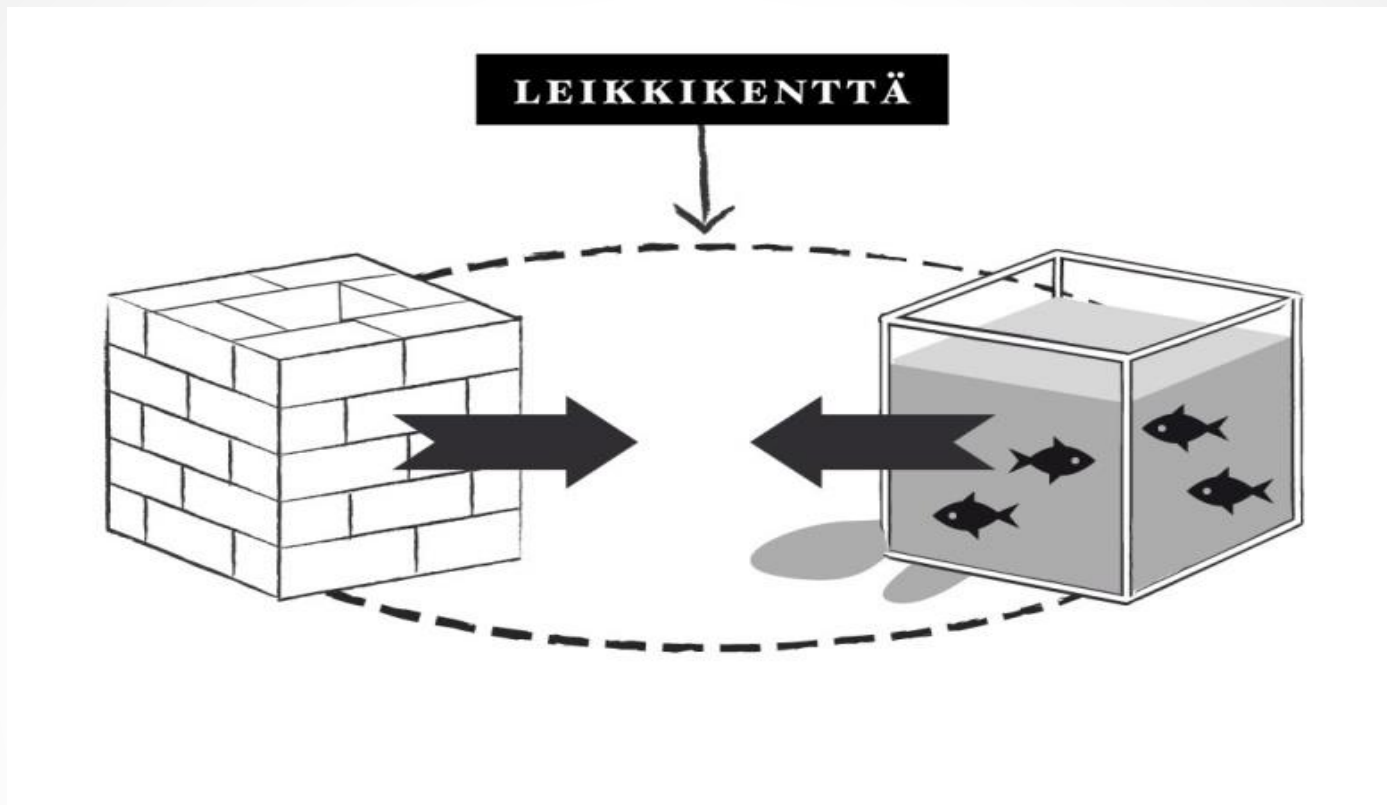




**Aina ei vanhempien väliin mahdu lapsia, vaan arjen täyttää parisuhteen kuviot: kiihko, riidat, kasvatuseristiriidat...**



**Kohtaamista välttelevien kumppanien välille ei synny lapsia kannattelevaa suhdetta, vaan arjen täyttää tarkoituksellinen kiire tai muu toisen sivuuttaminen. Ehkä ollaan yhdessä "lasten takia".**

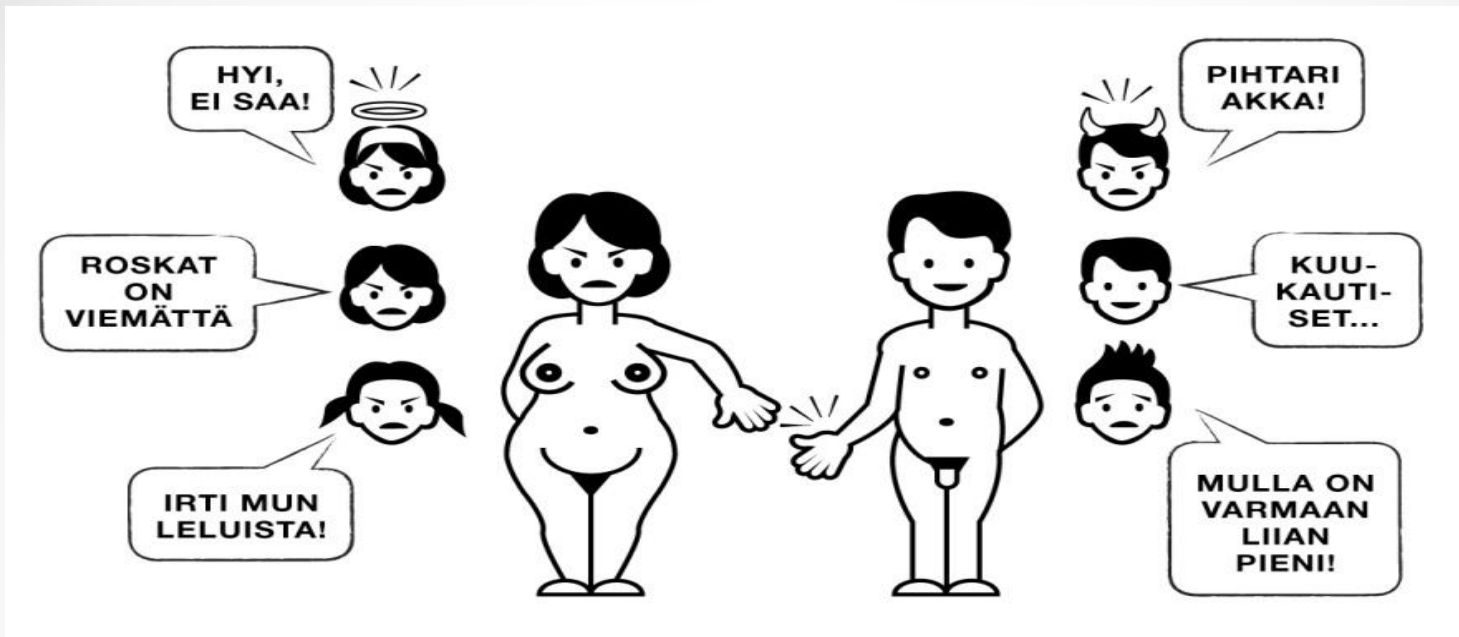


**Mitä lapset näkevät kun vanhemmat puhuvat keskenään?**

**Miten kukin lapsi näihin suhtautuu?**

**Millaisena riidat näyttäytyvät?**

- **Saavatko lapset huomata vanhempien keskinäistä rakkautta?** •



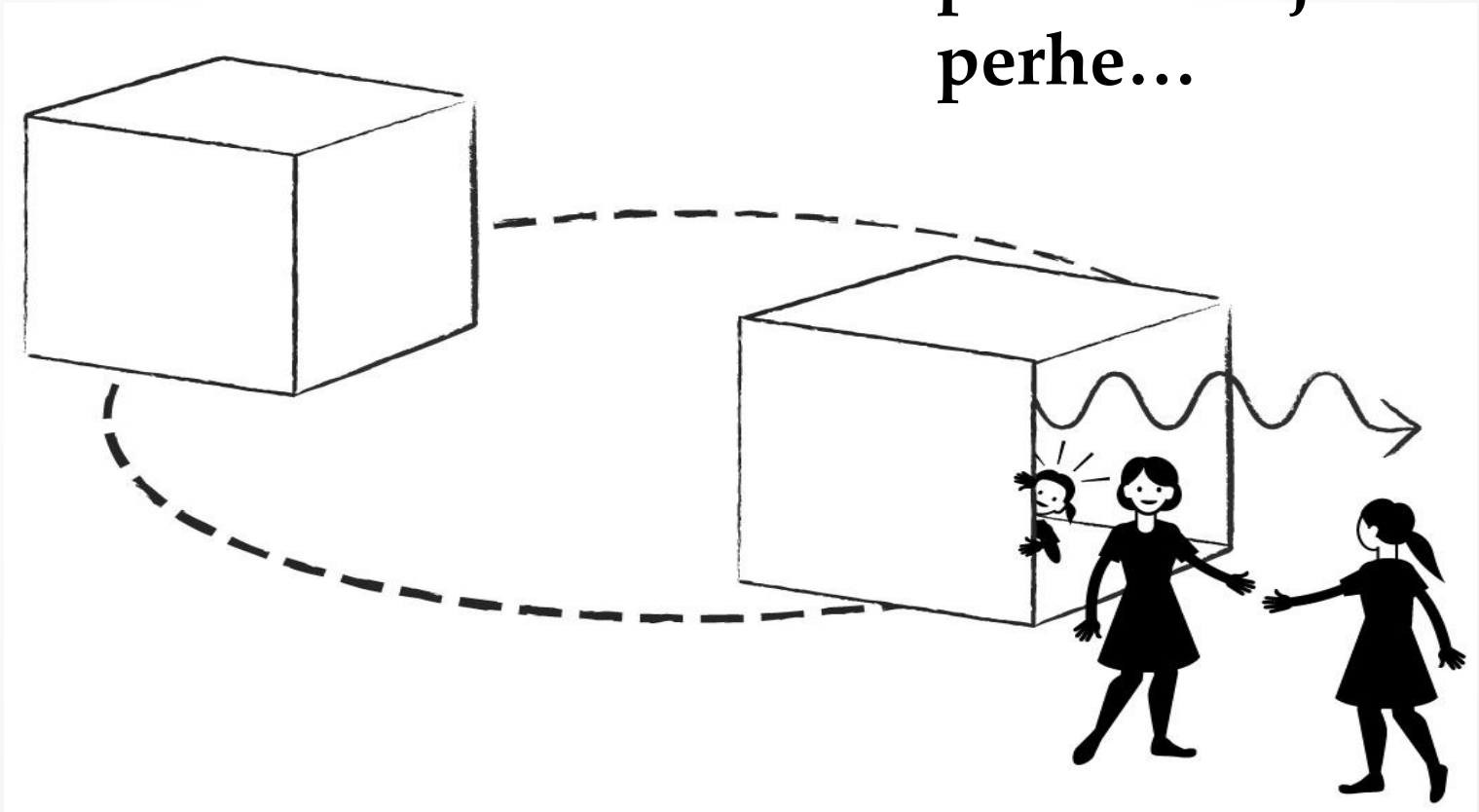
**Millä tapaa oma ajattelumme kehostamme ja meille sallitusta seksuaalisuudesta on muuttunut lasten myötä – jos on?**

**Miten löytyy aikaa seksuaalisuudelle ja siitä puhumiselle?**

**Millainen on torjunnan sietokykymme?**

**Mikä kaikki pitää seksuaalista suhdettamme yllä, jos juuri nyt ei haluta tai jaksa?**

**Elämässä on  
muutakin kuin  
parisuhde ja  
perhe...**



# Parisuhde kovilla?

- Pysähdy kohtaamaan asia
- Pohdi omaa osuuttasi onnellisuuteen ja onnettomuuteen
- Oletko muistanut kertoa ihan oikeasti sanoilla tarpeitasi toiselle? Teitkö sen rauhallisesti, syyttämättä, menneitä kaivelematta?
- Maltoitko kuunnella toisen vastauksen, vaikka se olisikin epäreilu?
- Koko hommaa ei saa kerralla kuntoon, puhukaa tarpeen mukaan pienissä pätkissä, niin kauan kuin pystytte pysymään asiassa ja rauhallisina.

# Parisuhde kovilla?

- Hyväänkin parisuhteeseen kuuluu vaikeita aikoja, suoranaisia kriisejä, epäreiluutta, anteeksiantamattomia loukkauksia...
- Kriisi on yhteisen kasvun mahdollisuus! Älä heitä sitä hukkaan!
- Löytyisikö jotakin hyvää tai toivoa herättävää, jonka avulla jaksaa kunnes suhteelle jää enemmän aikaa?

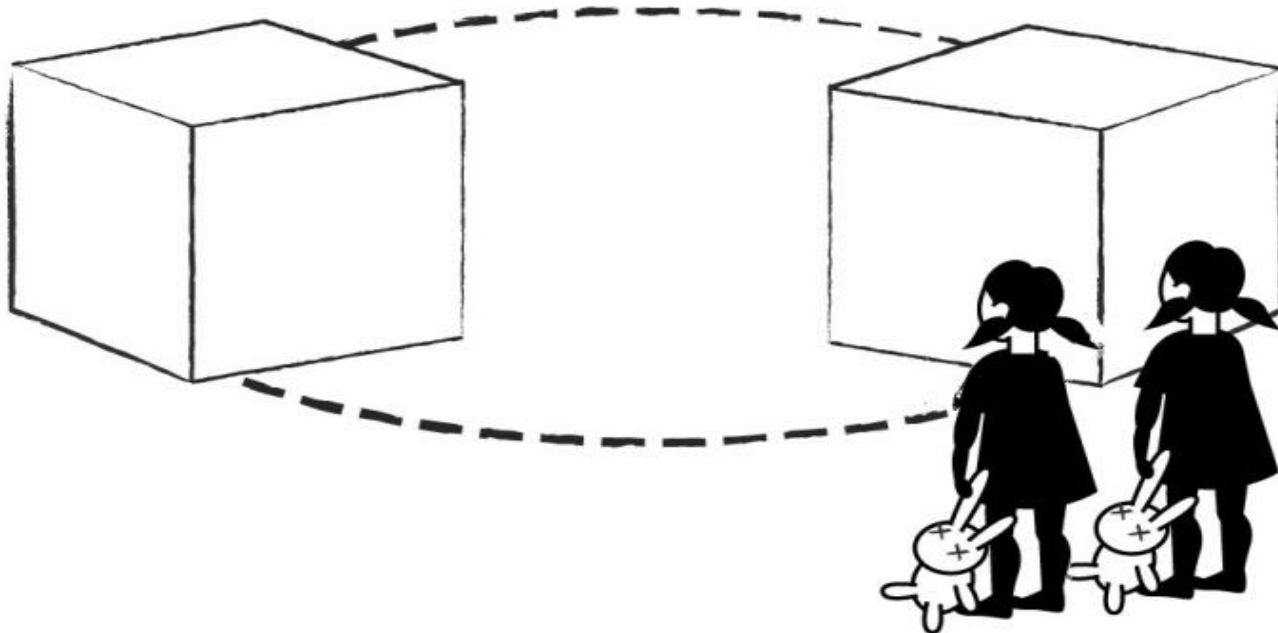


# Monikkoperheessä

- Monikkovanhemmuus on myös rikkaus!
- Alkukaaoksen jälkeen parisuhteelle jää aikaa ja tilaa kun osa lasten kasvukamppailuista ja leikeistä tapahtuu lastenhuoneessa
- Perheen moninaiset ihmissuhteet auttavat näkemään itseä ja puolisoa erilaisessa valossa, eikä aina vaan yhdenlaisena







**Millaisen leikkikentän te rakennatte?**

**KIITOS !**

[www.jannarantala.fi](http://www.jannarantala.fi)

Twitter: @jannarantala  
#parintaju

Facebook:  
lastenpsykiatri  
Janna Rantala



Lastenpsykiatrian erikoislääkäri, pari- ja perhepsykoterapeutti

**JANNA RANTALA**

# **PARINTAJU**

Parisuhde  
lapsiperheessä

GUMMERUS