

Vanhempien eron vaikutukset pieneen lapseen

Pirpanan koulutuspäivä 13.5.2013

Leea Mattila
psykologi

Laura Honkasalo: Eropaperit

Sara k pertyi äidin kylkeen kiinni.  iti oli kallio, jonka aurinko oli paahtanut kuumaksi, ilmassa tuoksui kataja ja kanerva. Silloin kun kaikki vielä olivat yhdessä, mummi ja ukki, äiti ja isä, Sara ja Tomi, joka k lli harson alla vaunujen kopassa. Sara halusi takaisin sinne. Äidin ja isän piti olla yhdessä, sille he olivat hänet tehneet, ja jos he eivät olleet yhdessä niin keskellä maailmaa oli syvä railo.

Tilastotietoa

- V. 2012 avioeroja 13 040
- Eroja noin puolet solmittujen liittojen määrästä
- Arviolta 60% lapsista ovat eron tapahtuessa pieniä, korkeintaan alakoululaisia
- Alle kolmevuotiaiden lasten vanhempien erojen määrä on kasvanut

Holmes & Rahe (-67): Stressi-indeksi

- Puolison kuolema 100
- **Avioero 73**
- Vankilatuomio 63
- Läheisen omaisen kuolema 63
- Oma vaikea sairaus 53
- Avioliitto 50
- Työstä irtisanominen 47
- Eläkkeelle siirtyminen 45
- Ongelmat seksielämässä 39
- Organisaatiomuutos 39
- Oman taloudellisen tilanteen heikentyminen 38
- Läheisen ystävän kuolema 37
- Sisäinen siirto työpaikalla 36
- Muutokset vastuunjaossa 29
- Lapset lähtevät maailmalle 29
- Ongelmia lain kanssa 29
- Puoliso siirtyy työelämään/työelämästä kotiin 26
- Hankaluudet esimiehen kanssa 23
- Työajan muutos 20
- Loma 13
- Joulu 12

- *Kalpea, väsynyt äiti jäi yksin kotiin. Häntä ei voinut unohtaa hetkeksikään. Mitä jos tornitalo syttyisi palamaan eikä äiti pääsisi kipeän jalan kanssa pakoon. ... ”Multa loppuvat pian voimat”, äiti sanoi puhelimeen. Ovi oli raollaan, Sara näki äidin istumassa eteisen paimentolaismatolla, selin lastenhuoneeseen. Mitä jos voimat loppuisivat juuri silloin, kun Sara seiso i hiekkalaatikolla? Kun he tulisivat kotiin, äiti olisi veltto kuin pehmoapina, kun sisältä otettiin yöpuku pois.*

Pysyvien ihmissuhteiden merkitys lapselle

- Kasvualusta: millään muulla ei ole niin kauaskantoisia merkityksiä lapsen persoonallisuudenkehitykseen, kuin hänen kokemuksillaan perheen vuorovaikutussuhteista
- Lapsen elämässä perusturvallisuus muodostuu pitkälle siitä, että eilinen, tämä päivä ja huomina toistuvat samankaltaisina
- Tunne-elämän kehitykseen vaikuttaa millaiset kiintymyssuhteet lapsella on
- Kiinnittyminen on eilinehto: Pienelle lapselle vanhemmasta eroon joutuminen merkitsee häviämisen ja kuoleman uhkaa
- Kotoa lähtevä vanhempi jättää hänet (lapsen näkökulma) ja jättää surun ja kaipauksen valtaan

Kehityspsykologisia virstanpylväitä

- 6kk objektipysyvyys: vauva on tietoinen objektista ja kykenee pitämään sitä mielessä
- N. 1,5v muistikuvasta mielikuva, johon on liitetty tunteita, toiveita ja odotuksia
- Mielikuva psyykkisen tasapainon väline, itsesäätelymekanismi
- Pitkät erot hoitajasta horjuttavat mielikuvaa

Yksilöitymiskehityksestä (Mahler)

- 4-5kk ikäinen vauva elää symbioosin huippuvaihetta, kokee olevansa yhtä ja samaa äidin kanssa. Ensin on koettava syvä yhteys, ennenkuin siitä voi irrottautua.
- Patologiset riippuvuussuhteet myöhemmin ehkä seurausta siitä, että symbioosivaihe jäänyt kokematta tai kesken.
- 8kk vierastusvaihe, eriytyminen
- 18kk uudelleenlähestymisvaihe (uhma) -> lapsi tulee tuskallisen tietoiseksi erillisyydestään

Vauvan tunne-elämää

- Vauvan joutuessa eroon hoitajasta, reaktiona on ärtyisyys ja syömisen, nukkumisen ja itkemisen rytmin rikkoutuminen
- Bowlby: Vaiheittainen reagointi eroon: 1) protesti 2) alistuminen 3) vetäytyminen kontaktista
- Spitz: pitkittyneestä erosta seuraa äärimmäinen apatia ja syömättömyys
- Vauvoilla hyvin vähän keinoja helpottaa kärsimystään itse
- Arajärvi: ”Alle kaksivuotias lapsi kokee lyhytaikaisenkin eron samanlaiseksi täydelliseksi hylkäämiseksi kuin kuoleman”. Herää tunne omasta huonoudesta: niin huono ja kelpaamaton, että vanhempi on hänet sen takia hylännyt

- *Unen lasilinna hävisi sirpaleiksi ja Sara hätkähti hereille. Yölampussa oli valo, huone piirtyi hämärästä ympärille pehmeinä, punertavina muotina, mutta se ei ollut turvallinen. Nallejen lasisilmät kiilsivät ja varpaita palelsi. ... Sitten hän kuuli sen taas. Äidin itkun. Hän seiso i eteisen viileällä lattialla ja näki äidin, joka istui pää käsissä sohvalla. Äidillä oli päivävaatteet ja pelko painoi Saran vatsassa. Äiti ei saisi lähteä. Ne riitelivät yö toisen jälkeen, koska hän oli paha.*

- Kuolemalla ja poissaololla on sama vaikutus, koska pienen lapsen kyky arvioida tulevaisuuttaan on rajoittunut, ja hänen kykynsä ymmärtää sanallisia selityksiä on puutteellinen
- Bowlby: 2-vuotias ymmärtää menetyksen ja kykenee tekemään surutyötä aikuisen avulla

Tunteista ja niiden puuttumisesta

- Lapsella primitiivinen pelko jäädä yksin – hylätyksi tulemisen tunne
- Erotilanteessa lapselle saattaa syntyä kokemus siitä, ettei kotoa lähteneeseen vanhempaan kohdistuneita rakkauden ja kiintymyksen tunteita hyväksytä
- Anna Freud: vanhemman menetykseen liittyvä mielipahan ja surun **puuttuminen** merkitsee oikeastaan varsinaisen tunteen **kieltämistä**
- **Tunteiden kieltäminen ja torjuminen ei hävitä niitä**, vaan ne pyrkivät aina purkautumaan jotenkin

Sara k pertyi äitiin kiinni, tarrasi etusormeen kuin vauva. Hänen piti vartioida äitiä, jottei äiti katoaisi.  iti nukahti, mutta Sara piti hänestä kiinni. Jos hän olisi hyvä, äiti ei enää itkisi.

Psykofysiologiasta

- Stressin kokemus nostaa mm. adrenaliinin ja kortisolin tasoa
- Stressihormoneilla on aivosoluja ja niiden välisiä yhteyksiä tuhoavia vaikutuksia
- Stressinsäätely puutteellista pienellä lapsella – tynnyttävät radat puuttuvat, ulkopuolinen rauhoittaminen välttämätöntä
- Hoivaajan sensitiivisyys välttämätön vauvan orbitofrontaalisen kuorikerroksen kypsymisen kannalta (sosiaalinen sopeutuminen, mielialojen ja impulssien hallinta, ilmeiden ja tunnesisältöjen hahmotus) 1v

Ennen eroa

- Avioeroa edeltää usein ongelmallinen ja ristiriitainen vaihe
- Perhetilanne voi olla vahingoittava, kuten väkivalta tai henkinen sellainen
- Eroavalla vanhemmalla usein syyllisyyden, vihan, katkeruuden, pettymyksen tunteita
- Parisuhteen ongelmat kuormittavat vanhemmuutta; vanhemmista tulee ilottomia, ärtyneitä, riitaisia, psyykkisesti lapsen tavoittamattomissa

- Erokriisin keskellä vanhempien voimat vähissä – juuri kun lapsi kaipaa emotionaalista tukea
- Surutyössä tarvitaan aikuisen apua. Jos huoltaja on niin haavoittunut, ettei ole voimavaroja, se lisää selvästi lasten tunne-elämän vaikeuksien määrää ja pidentää niiden kestoa
- Lapsi voi masentua aikuisen mukana

Masentuneen hoitajan vauvalla (Sarkkinen, 2003):

- Vähemmän positiivisia kasvonilmeitä
- Enemmän negatiivisia kasvonilmeitä
- Enemmän katsekontaktin välttelyä
- Enemmän protestointia
- Vähemmän ääntelyä
- Alhaisempi aktiivisuuden taso
- Enemmän itkuisuutta
- Enemmän masentunutta mielialaa

- Vauvan masentuneelta äidiltä omaksuma depressiivinen vuorovaikutustyyli yleistyy vauvan muihin ihmissuhteisiin, mikäli masentuneen äidin ja tämän vauvan varhaista vuorovaikutusta ei tueta ja hoideta, tai jos vauvalla ei ole korvaavaa ja riittävän hyvää varhaista vuorovaikutussuhdetta, esimerkiksi isäänsä

Äidillä oli aina väsynyt katse, äiti ei enää kontannut lattialla isona koirana ja puskenut Saraa nurkkaan niin että Saralla meinasi tulla pissat housuun naurusta. Ennen äiti oli tykännyt hänestä, mutta sitten äidin sisältä oli tullut terävänäinen mäyrä, joka nakersi poikki äitiä ja Saraa yhdistävän nyörin, eikä Saralla ollut enää muita kuin isä.

Lapset eron keskellä

- Lapset hyvinkin selvillä vanhempien suhteen ongelmista
- Lapsen tarvitsema huolenpito ja oireilu vetävät muiden huomion häneen, pois vanhempien suhteen ongelmista
- Syyllisyys, häpeä, maaginen ajattelu n. 2-5v
- Sirpa Salo (-11): lapselle erityisen vahingoittavaa nähdä vanhempien riitelyä ja väkivaltaa – yhteydessä käytöspulmiin ja sosiaalisten taitojen vähenemiseen
- Huolen kantaminen ja puolen ottaminen yhteydessä tunne-elämän ongelmiin
- Lapset tulisi ehdottomasti suojata riitelyltä!

Kompassi kateissa

- Avioerosta puhuminen lasten kannalta aiheuttaa syyllisyyttä vanhemmissa
- Pitäisikö jatkaa liittoa lasten takia?
- Parempi erota - ristiriitojen loppuminen

Vauva paikka-aineena

- Suhdetta voidaan yrittää korjata uudella lapsella
- Ruusunpunainen unelma!
- Kun elämä pyörii vastasyntyneen ympärillä, ensimmäiset viikot näyttävät menevän paremmin

Onnistunut ero lapsen kannalta

- Kiintymyssuhde stressipuskurina
- Jos lapsen tarpeet ymmärretään (ja niistä keskustellaan), lapsi kestää surun, pettymyksen ja eron, jonka avioero tuo tullessaan
- Huolto ratkaistaan sovussa; lapsi saa pitää mielessään kuvan kahdesta häntä rakastavasta vanhemmasta
- Vanhemmat käyttäytyvät eron jälkeen sopuisasti toisiaan kohtaan, tekevät yhteistyötä lapsen eteen

Lapsen reagointi

- Ero järkyttää lapsen turvallisuuden tunnetta ja luottamus aikuisten pysyvyyteen horjuu
- **Lapsen vaikeudet selittyvät usein eroa edeltäneistä ja sen jälkeisistä tapahtumista**

MLL: Kun vanhemmat eroavat, pieni lapsi saattaa...

- tukahduttaa vaikeat tunteensa, lohduttaa vanhempaa, olla korostetun kiltti ja toivoa, että kiltteys saa vanhemmat palaamaan yhteen
- heräillä keskellä yötä, vastustaa nukahtamista, nähdä pahoja unia
- taantua kehityksessään, esim. kastella öisin ja päivisin, puhua vauvamaisesti
- menettää ruokahaluaan tai syödä enemmän kuin yleensä
- olla aggressiivinen ja saada raivokohtauksia
- itkeä ja marista, olla ärtyisä
- vetäytyä muiden lasten seurasta
- leikkiä ilottomasti tai raskaasti, tuoda leikkiin aggressiivisia hahmoja tai eron tai yhteen palaamisen teemaa
- pelätä vanhemmasta eroon joutumista
- oirehtia päänsäryllä tai vatsakivuilla.

Äiti itki. Isä pelasta äiti! Äiti upposi aaltojen alle, mustaan avantoon, äiti, äiti, äiti, mutta isä otti takkinsa, henkarit helisivät ja sitten se oli poissa, he yksin äidin kanssa. Sara ei jaksaisi kiskoa äitiä hiuksista ylös, hän seiso i äidin edessä kun äiti itki, äiti kietoi käsivartensa hänen ympärilleen. Äiti keinutti häntä ja sanoi: Sara, mun iso tyttöni, mutta Sara ei halunnut olla iso, hän halusi olla vauva, jota kannettiin ja hellittiin.

Riitaisa ero

- Jos parisuhde hyvin katkera ja riitaisa, on erokin usein riitaisa prosessi
- Aikuisten on silloin vaikea lopettaa riitoja eroon, vaan eron jälkeenkin puututaan toisen elämään, tapaan toimia suhteessa lapsiin
- Lapset jäävät kestoriidan välikappaleiksi, mikä vaikeuttaa lapsen suhteita kumpaankin vanhempaan
- Lojalitettiristiiriita

Huoltajuuskiistat

- Rutter: Erolla sinänsä ei ilmeisesti kovin haitallisia vaikutuksia lapsen mielenterveyteen, vaan vanhempien suhteella ennen ja jälkeen eron
- Kun eroon liittyvät tunteet ja tosiasiat ovat jääneet käsittelemättä, keskeneräinen eroprosessi purkautuu kiistoina huoltajuudesta
- Huoltajuuskiistat pitkittävät eroprosessia
- Jos entiseksi muuttuvaan kumppaniin kohdistuu paljon kielteisiä tunteita, saattaa kuvitella, ettei hän myöskään ole hyvä vanhempana

- *”Jos sä asuisit meidän kanssa, sä olisit turvassa”. Se ei ollut totta. Missään ei ollut turvassa, pahat unet tulivat tapetin kuvioiden takaa, lautalattian raoista, ne ryömivät pihasta kuivien lehtien alta kuin etanat, jättivät jälkeensä limaisen vanan joka heijasti kuunvaloa, ryömivät sisään Saran korvista ja puristivat silmistä kyyneleet jotka kastelivat tyynyn.*

PAS (Parental alienation syndrome)

- Vanhemman psyykinen menetys yhtä suuri tai suurempi kuin fyysinen
- Richard Gardnerin teoria
- Huoltoriidoissa ilmenevä oireyhtymä
- Ei listattuna DSM:ssa, ei APA:n tunnustama

Symptoms of parental alienation syndrome

- 1) A campaign of denigration (obsessed with hatred)
- 2) Weak, frivolous and absurd rationalizations for the depreciation (irrational justifications)
- 3) Lack of ambivalence
- 4) The "independent thinker" phenomenon
- 5) Reflexive support of the alienating parent in a parental conflict (refusal to accept evidence)
- 6) Absence of guilt over cruelty to and/or exploitation of the alienated parent
- 7) Presence of borrowed scenarios (rehearsed quality, phraseology)
- 8) Spread of the animosity to the extended family and friends of the alienated parent

Lapsen paikka?

- Tärkeää, että elämä jatkuu erosta huolimatta
- Kriisin hoidossa ensisijaisinta on aina vakauttaminen
- Asumisjärjestelyt tärkein erosta aiheutuva seuraus lapselle
- Jatkuvuus lapsen elämässä taataan jakamalla eron jälkeinen huolto samassa suhteessa kuin se oli ennen eroa

Vuoroasuminen

- Jos vanhemmat avoimissa keskusteluväleissä, sietävät tilannetta ja työskentelevät vanhempina yhteistoiminnallisena tiiminä
- Vanhempien asuessa lähellä toisiaan – päivähoito pysyy samana
- Kiintymysnäkökulma: 2-3v ei kykene pitämään yllä mielikuvaa poissaolevasta keskushermoston keskeneräisyyden vuoksi
- Australialaistutkimus (McIntosh ym 2010): 2-3v reagoivat vuoroasumiseen kiukulla ja keskittymisvaikeuksilla. 4-5v huomattavasti vähemmän ongelmia.

Siedettävän eron kesto?

- Kehityspsykologit: alle vuoden ikäinen = vauvan ikä (kuukausissa) plus kaksi, tunneiksi muutettuna. Esim. 6kk vauva kestäisi 8 tunnin eron silloin tällöin
- Yli vuoden ikäinen = kuten yllä, mutta päivissä. Esim. 3v kestää 5 päivän eron
- Selviytyminen separaatiosta korvaavan ihmissuhteen avulla

Yksinhuoltajuus

- Suru/helputuksen tunne
- Vastuu vain yhden varassa
- Työn, kotitöiden kuormittavuus
- Heikentynyt sosioekonominen asema?
- Avun hakeminen, verkosto
- Lapsen kannalta tärkeää, että vanhemmalla on poissaolevasta vanhemmasta mielikuvia, hän elää vanhemman mielessä ja on tällä tavoin psyykkisesti läsnä lapsen elämässä

Isän vetäytyminen

- Yli 200 000 lasta Suomessa elää erossa isästään
- Kuvitellaan, että naapurin mies on riittävä miehen malli
- Poika eriytyy äidistä isän avulla – tukee lapsen kiinnostusta ympäröivään maailmaan (Mahler)
- Pikkutyöille isä on itsetunnon lähde
- Positiivisen isäsuhteen yhteys lapsen impulssien ja aggressioiden hallintaan
- Isän häviäminen lapsen elämästä aiheuttaa eniten oireita ja on siten avioeron huonoin seuraus (Lamb, -99)

- *Sara takertui eteisessä isän jalkaan. Ennen isällä oli ollut aikaa, hän oli ottanut jalkapallon kainaloon ja he olivat menneet kentälle potkimaan, he kaksi vain. ... Enää kukaan ei ollut Saran kanssa kaksin, Tomi oli aina mukana. Siksi Sara puri ja tukisti Tomia, äidin suu muuttui vieraaksi ja hän istui sohvalla poski vasten Tomin hiuksia. ”Sä et saa satuttaa Tomia. Tomi on mun vauva, se on sama kuin satuttaisit mua”. Sara seiso keskellä olohuoneen mattoa. Hän ei ollut kenenkään vauva. Öisin astiat särkyivät itseksensä. Isä nukkui sohvalla autopeitteen alla eikä enää nostanut harteilleen niin että Sara ylettyi koskettamaan mäntyjen oksia.*

Uusperheet

- Edeltää vaihe, jolloin yh-vanhemmalla suhde/suhteita ja lapsi ehkä tutustunut erilaisiin uusiin kumppaneihin
- Jos uusi liitto pian eron jälkeen, ei lapselle jää tilaa surra menetystä, ja saattaa kokea uuden puolison tunkeutujana, joka on pyrkimässä vanhemman paikalle
- Uuden rakkauden luo muuttamiseen ei aina mahdu lapsen paras -ajattelu
- Uusi kumppani hyväksytään vähitellen
- Voi olla lapselle myös korjaava kokemus, jos erossa menetetty vanhempi ollut esim. kaltoinkohteleva
- Suomen Uusperheellisten Liitto: toimintaa ja ryhmiä useilla paikkakunnalla

”Puhutaanpa siitä miten asiat tästä lähtien ovat”, isä sanoi.

Sara ei vastannut. Isä sanoisi: maahiset voivat viedä Tomiä koska vain, nyt sinun pitää olla aikuinen ja vahtia, etteivät ne saa Tomiä.

”Mä asun tästä lähtien Raisan luona, mutta mä rakastan teitä yhtä paljon kuin ennenkin”.

Maahisilla oli suuret paljaat jalat, ne vilahtelivat viittojen alta kun ne lähestyivät, hiipivät kallioilla tornitalon takana, odottivat sopivaa sadepilveä, jolla ratsastaa lastenhuoneen ikkunalle. Kasvot syvällä huppujen uumenissa.

Sisarusten merkitys

- Tasapainottava vertaissuhde
- Mahdollisesti erossakin rinnalla säilyvä

Isovanhemmat ja verkosto

- Kokemus jatkuvuudesta ja turvallisuudesta

Sadut ja tarinat

- Auttavat lasta kokoamaan oman tarinansa; lapsi kyllästää ne omilla merkityksillään
- Palauttavat lapsen pelot vähemmän pelottavassa muodossa
- Sadut tarjoavat ratkaisuja

kiperiin tilanteisiin,
mahdollisuus onnelliseen
loppuun

Mielikuvat apuna lapsella

- Sisäistynyt muisto vanhemmasta helpottaa pelkoa, ahdistusta ja paha oloa
- Valokuva ja toisen vanhemman tavara
- Turvalelu - symboloi lapsen ja vanhemman välistä yhteyttä, auttaa kestäämään eroa
- Mielikuvan tukeminen saa usein aikaan itkun, aikuinen saattaa erehtyä luulemaan, etteivät apukeinot tue lasta
- Puheenkehittyminen tuo helpotusta; omien olojen ilmaiseminen ja suhteiden solmiminen

Vanhemmuuden tukeminen/apu

- Työntekijä etsii ja tuo tarkasteltavaksi pilkahtelevaa vanhemmuutta
- Tuetaan vanhemman mentalisaatiota
- Lapsen näkökulma keskusteluun
- Vanhemman vahvistuminen näkyy kykynä kohdata heikkoutensa ja suojata lasta

Normalisaatio

- Kukaan ei saa täydellistä kasvuympäristöä
- Jokainen joutuu kohtaamaan pettymyksiä, vaikeuksia, ongelmia ja menetyksiä
- Elämään kuuluu väistämättä sattumanvaraisuutta ja yllätyksiä
- Yksilöllinen resiliessi
- Aivojen plastisuus – vahingollisten kokemusten yhteydessä syntyneitä haitallisia yhteyksiä tai integroitumatta jääneitä prosesseja on mahdollista hoitaa ja korjata myöhemmin

Apua

- Suomen uusperheellisten liitto: www.supli.fi
- Auttavat puhelimet
- Eroseminaarit
- Perheasiain neuvottelukeskukset
- Perheneuvolat
- Väestöliitto

Lähteet

- Arajärvi, Terttu, Koski, Maija-Liisa: Lapset ja avioero, 1986
- Broberg, Almqvist, Tjus: Kliininen lapsipsykologia, 2005
- Cacciatore, Heinonen, Juvakka, Reinholm: Eropohdintoja pikkulapsivaiheessa, Väestöliitto, 2005
- Gardner, Richard: The international handbook of Parental Alienation Syndrome, 1998
- Honkasalo, Laura: Eropaperit, 2009
- Keltikangas-Järvinen, Liisa: Pienen lapsen sosiaalisuus, 2012
- Linnavuori, Hannariikka: Lasten kokemuksia vuoroasumisesta, Jyväskylän yliopisto, 2007
- Pöijula, Soili: Lapsi ja kriisi, 2007
- Salo, Sirpa: Parisuhdeongelmat ja lapsen psyykinen hyvinvointi, Jyväskylän yliopisto, 2011
- Schulman, Kalland, Leiman, Siltala (toim.): Lastenpsykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet, 2007
- Sinkkonen, Jari: Pienistä pojista kunnan miehiä, 1990
- Sinkkonen, Jari: Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin (katsaus), Duodecim, 2004
- Sinkkonen, Jari, Kalland, Mirjam: Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen, 2012

Kiitos mielenkiinnosta!

- leea.mattila@iki.fi