

Tuuke Liikari

PARISUHDETYTYVÄISYYS JA DEFENSSIT ERON ENNUSTAJANA

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Helmikuu 2020

TIIVISTELMÄ

LIIKARI, TUIKE: Parisuhdetyytyväisyys ja defenssit eron ennustajana

Pro gradu -tutkielma

Tampereen yliopisto

Ohjaaja: Raija-Leena Punamäki-Gitai

Psykologia

Helmikuu 2020

Pitkät parisuhteet toimivat monen perheen pohjana. Pitkässä suhteessa tulee väistämättä eteen konflikteja, joissa defenssit aktivoituvat. Tämä tutkimus tarjoaa uutta tietoa parisuhteista poikkeuksellisen pitkällä tutkimusasetelmallaan. Parisuhdetutkimusta on tehty paljon viime vuosisadan loppupuolella, mutta kulttuurin muutosten myötä parisuhdetutkimusta on tärkeää päivittää ajantasaiseksi. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarjota uniikkia tietoa 2000-luvun parisuhteiden pysyvyyteen vaikuttavista tekijöistä pitkällä aikavälillä. Kun ymmärretään eroihin johtavia tekijöitä, on mahdollista paremmin tukea kriisiytyneitä parisuhteita.

Tässä tutkimuksessa selvitettiin parisuhdetyytyväisyyden ja defenssien käytön yhteyksiä myöhempään eroon. Aineisto koostui 264 pariskunnasta ja heidän lapsistaan. Aineisto on osa laajempaa pitkittäistutkimusta. Ensimmäinen tutkimuskerta tapahtui raskausaikana, toinen lapsen ollessa 2kk ikäinen ja kolmas lapsen ollessa 18-19 vuotta vanha. Parisuhteen osatekijöiksi määritettiin tyytyväisyys, affektio, konsensus ja koheesio, joita mitattiin Dyadic Adjustment Scale -kyselyllä (DAS). Defenssejä mitattiin Defence Style Questionnaire -kyselyllä (DSQ-40).

Tutkimuksessa havaittiin, että naisen parisuhdetyytyväisyys ennustaa tulevaa eroa marginaalisesti, mutta miehen parisuhdetyytyväisyys ei ollenkaan merkitsevästi. Tämän lisäksi tutkimusten mukaan eroa ennustavia tekijöitä ovat miehen kokemaa tyytyväisyys ja naisen kokemaa koheesio niin, että miehen korkea tyytyväisyys nostaa myöhemmän eron todennäköisyyttä ja naisen korkea koheesio laskee sitä. Defenssejä tutkittaessa havaittiin, että neuroottiset ja kypsymättömät defenssit olivat merkitseviä selittäjiä niin, että neuroottisten defenssien käyttö laski eron riskiä ja kypsymättömien defenssien käyttö nosti sitä. Vaikka katoa olikin paljon, tutkimuksen tulokset ovat mielenkiintoisia ja sovellettavissa käytäntöön. Erityisen mielenkiintoinen on tieto siitä, että parisuhdetyytyväisyys vauvuvuonna mitattuna ei vaikuta merkitsevästi myöhemmän eron todennäköisyyteen. Tietoa voidaan soveltaa esimerkiksi neuvoloissa tuoreiden vanhempien parisuhteen tukemisessa.

Avainsanat: Parisuhdetyytyväisyys, defenssit, avioero, tyytyväisyys, affektio, konsensus, koheesio

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

SISÄLTÖ

JOHDANTO	1
Parisuhde ja sen osa-alueet	1
Avioero ja siihen vaikuttavat tekijät	3
Defenssit	4
Konfliktit ja defenssit parisuhteessa	5
Tutkimuskysymykset ja hypoteesit	6
MENETELMÄT	7
Aineisto	7
Mittarit	7
TULOKSET	9
Kuvailevat tulokset	9
Analyysit	9
Katoanalyysi	10
Tutkimuksen tulokset	11
POHDINTA	13
Tutkimuksen rajoitukset ja vahvuudet	14
Johtopäätökset ja jatkotutkimussuositukset	15
LÄHDELUETTELO	16

JOHDANTO

Pitkässä parisuhteessa tulee väistämättä eteen konflikteja, riitoja ja muita tilanteita, joissa minän suojautumiskeinot, defenssit, aktivoituvat. Defenssejä on useita ja näiden käyttö voi vaikuttaa siihen, miten parisuhde voi pitkällä tähtäimellä. Tämän tutkimuksen yhtenä tarkoituksena on selvittää, miten puolisoiden defenssien käyttö vaikuttaa parisuhteen hyvinvointiin pitkällä aikavälillä.

Parisuhde on ihmisen kokonaistyytyväisyyden kannalta merkittävä asia, ja sen vaikutukset näkyvät kaikilla elämänalueilla. Parisuhteen kannalta lapsen saannin jälkeinen vuosi on raskasta aikaa. Vähemmän on tutkittu sitä, onko tällä parisuhdetyytyväisyyden laskulla pitkäkestoisia vaikutuksia. Tämän tutkimuksen toisena tarkoituksena on selvittää, voidaanko vauvavuonna koetulla parisuhdetyytyväisyydellä ennustaa sitä, että onko pari yhdessä vielä lapsen ollessa 18-vuotias.

Pitkä parisuhde on monen perheen pohja ja siksi ihmisille ja parin lapsille tärkeä elementti. Perustavanlaatuaista parisuhdetutkimusta tehtiin paljon viime vuosisadan loppupuolella, mutta se on ollut 2000-luvulla vähissä ja tämä tutkimus pyrkiikin päivittämään viime vuosisadan tutkimustietoa nykypäivän kulttuuriin.

Parisuhde ja sen osa-alueet

Parisuhdetta voidaan tutkia monin tavoin ja niitä onkin tutkittu paljon. Lauer (1990) haastatteli pitkään naimisissa olleita pariskuntia. Pariskunnat mainitsivat tärkeiksi tekijöiksi puolisoista pitämisen, hänen seurastaan nauttimisen, sitoutumisen, huumorintajun ja yhteisymmärryksen siitä, mikä on elämässä tärkeää. Roberts (1980) tutkimuksen mukaan tärkeitä tekijöitä parisuhteessa ovat itsenäisyys, sitoutuminen, kumppanuus ja välittäminen.

Koulutustausta vaikuttaa siihen, mitkä osa-alueet parisuhteessa koetaan hyvinä. Korkeakoulutetut ihmiset kokevat mm. parempaa yhteenkuuluvuuden tunnetta, kunnioitusta, keskustelua, yhdessä tekemistä ja ymmärretyksi tulemistä (Lammi-Taskula & Salmi, 2014).

Spanierin (1976) mukaan parisuhteen osa-alueet ovat tyytyväisyys, affektio, konsensus ja koheesio. Tyytyväisyys tarkoitetaan tyytyväisyyttä parisuhteen nykytilaan ja sitoutumista sen jatkuvuuteen. Affektioilla tarkoitetaan tässä sitä, miten tyytyväinen ihminen on parisuhteessa ilmaistujen tunteiden ja seksin suhteen. Konsensuksella tarkoitetaan tässä puolisoiden

yhteisymmärryksen määrää parisuhteen kannalta tärkeissä asioissa. Koheesiolla tarkoitetaan niitä harrastuksia ja kiinnostuksenkohteita, jotka ovat puolisoille yhteisiä.

Fyysisen affektin ilmaisu on yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen. Konfliktien purkaminen on helpompaa suhteissa, joissa on paljon fyysistä läheisyyttä, vaikka konfliktien määrä ei olekaan riippuvainen läheisyyden määrästä (Gulledge, Gulledge & Stahmann, 2006).

Negatiivisten tunteiden ilmaisu ei ole aina helppoa ja tyytymättömyyden ilmaisu saattaa nostaa lisää negatiivisia tunteita, kuten häpeää ja surullisuutta (Richards & Butler, 2003). Siten tunteiden tukahduttaminen saattaa joskus olla helpompi vaihtoehto. Ongelmia ei kuitenkaan ratkaista olemalla puhumatta niistä. Richardsin ja Butlerin (2003) mukaan voi olla, että ongelmia ei ratkaise itse keskustelu, vaan sen jälkeen tapahtuva itsenäinen keskustelu ja siinä läpikäytyjen tunteiden ja ajatusten prosessointi.

Epätyytyväisissä suhteissa ilmaistaan enemmän negatiivisia tunteita riippumatta suhteen kestosta tai puolisoitten iästä (Carstensen, Gottman & Levenson, 1995). Vanhemmilla pariskunnilla riitoja on kuitenkin vähemmän, minkä arvellaan johtuvan kehittyneestä tunteidensäätelystä. Onnelliset pariskunnat kykenevät tuomaan positiivisia tunteita myös konfliktitilanteisiin – esimerkiksi huumoria, affektiota ja validaatiota. Onnelliset pariskunnat myös ratkaisivat konfliktinsa nopeammin niin, että konflikti ei johtanut seuraavaan konfliktiin vaan ongelma saatiin ratkaistua nopeasti (Carstensen, Gottman & Levenson, 1995).

Tunteiden ilmaisu parisuhteessa on myös sukupuolisidonnaista (Carstensen, Gottman & Levenson, 1995). Naiset ilmaisevat tunteita miehiään enemmän, niin positiivisia kuin negatiivisiakin. Miehillä taas esiintyy korostunutta defensiivisyyttä ja halua poistua tilanteesta. Nämä erot korostuvat epätyytyväisissä suhteissa.

Onnellinen parisuhde perustuu tunteelle suhteen oikeudenmukaisuudesta, hyvälle kommunikaatiolle sekä tyydyttävälle seksielämälle (Paajanen 2003; Kontula, 2009). Aiemmassa tutkimuksessa on havaittu, että naiset ilmaisevat sitoutumista miehiä vapaammin (Fabes & Martin, 1991), ottavat rakkauselämään liittyvät negatiiviset tunteet raskaammin (Sagarin, 2005) ja ilmaisevat haavoittuvuuttaan helpommin (Notarius & Johnson, 1982). Kulttuurin muutokset ja intersektionaalisen feminismin mukanaan tuomat muutokset ovat kuitenkin saattaneet pehmentää näitä eroja. Toisaalta miesten on huomattu uskovan vahvemmin esimerkiksi rakkausavioliittoihin ja ikuiseen rakkauteen (Cunningham & Antill, 1981). Sitoutuminen on yhteydessä puolisoa kohti koettuihin tunteisiin, suhteesta tehtyyn arvioon ja suhteen korvaaviin vaihtoehtoihin (Crawford, Fischer & Diana, 2003).

John Gottman ja Julie Gottman ovat luoneet The Sound Relationship House -mallin kattavien tutkimuksiensa tuloksena (esim. Gottman, 2018; Navarra, Gottman & Gottman, 2015). Mallin

tarkoitus on selventää toimivan parisuhteen periaatteita ja auttaa pariskuntia saavuttamaan parempaa ymmärrystä, yhteyttä ja intiimiyttä parisuhteessaan. Gottman Instituutti kertoo, että arvioimalla näitä osa-alueita on mahdollista ennustaa parisuhteen selviytyminen pitkällä aikavälillä yli 90 prosentin tarkkuudella olettaen, että käyttäytyminen ei muutu.

Malli sisältää seitsemän tasoa. Ensimmäinen taso on rakkauskarttojen rakentaminen ja siinä on kyse siitä, että todella tuntee puolisonsa sisäisen maailman ja myös muistaa päivittää tietojaan tutustumalla kumppaniinsa yhä uudelleen. Toinen taso sisältää kiintymyksen ja ihailun osoittamisen kumppaniaan kohtaan. Kolmas taso kehoittaa kääntymään kumppaniaan kohti ja olemaan läsnä tämän elämässä. Neljäs taso, positiivinen perspektiivi, muistuttaa pitämään positiivisen ajattelun läsnä myös ongelmakohdissa. Viides taso keskittää huomion toimivaan ongelmanratkaisuun. Kuudes taso huomioi puolisoiden elämän tavoitteet ja unelmat – ovatko puolisoiden unelmat toisiaan tukevia vai jopa toisensa poissulkevia. Seitsemännellä tasolla keskustellaan jaetusta elämän tarkoituksellisuudesta ja siitä, mitkä ovat pariskunnalle tärkeitä visioita ja narratiiveja ja miten nämä ilmenevät yhdessä elettyjen vuosien aikana. Tasojen lisäksi mallin talo rakentuu kahden pylvään varaan. Nämä pylväävät ovat luottamus toiseen ja sitoutuminen suhteeseen.

Avioero ja siihen vaikuttavat tekijät

Avioeroja tapahtuu Suomessa vuosittain 13 000 – 14 000 (Tilastokeskus, 2017). Yleisimpiä syitä avioeroon ovat suomalaisen tutkimuksen mukaan kommunikaatiovaikeudet, suhteen hoitamattomuus, toisistaan vieraantuminen, rakkauden, läheisyyden ja arvostuksen puute sekä erilaiset elämän tavoitteet (Kiiski, 2011). Syyt painottuvat eri tavoin miehillä ja naisilla. Kiiskin mukaan syyt myös korreloivat vahvasti keskenään, sillä huonosti voivassa suhteessa on usein useampi asia huonosti. Eroaloitteen tekee useammin se, joka kokee suurempaa epätyytyväisyyttä. Naiset eroavat useammin tunnesyistä, kun taas miehet näkevät avioeron järkevänä tekona (Kiiski, 2011).

Vastaavia syitä on löydetty myös muissa tutkimuksissa, joissa tärkeitä syitä ovat olleet esimerkiksi “erilleen kasvaminen”, kommunikaatio-ongelmat, rahaongelmat ja makuerot sekä ratkaisemattomat ristiriidat ja toisen puolison ärtymystä herättävä käytös. (Hawkins, Willoughby & Doherty, 2012)

Erityisesti pikkulapsiperheet eroavat ja riski eroon on vahvin kahden ensimmäisen vuoden aikana lapsen syntymän jälkeen (Kartovaara, 2007). Lasten hankkiminen vähentää parisuhteelle omistettavaa aikaa. Lapsiperheissä erityisesti kotitöiden epätasainen jakautuminen aiheuttaa

konflikteja. Eniten tyytymättömyyttä aiheuttaa äitien mielestä yhteisen ajan puute ja isien mielestä seksielämän ongelmat (Lammi-Taskula & Salmi, 2014). Lasten tullessa kouluikään vanhempien tyytyväisyys kasvaa. Toisaalta on huomattava, että myös lapsettomuus kuormittaa parisuhdetta, jos se ei ole vapaaehtoista (Kiiski, 2011).

Defenssit

Defenssimekanismit ovat tiedostamattomia minän puolustuskeinoja. Defenssien tarkoitus on suojata minää haitallisilta ärsykkeiltä, ajatuksilta tai tunteilta. Defenssit pohjautuvat vahvasti psykoanalyttiseen teoriaan. Sigmund Freud loi ensimmäisenä defenssin käsitteen mutta vasta hänen tyttärensä Anna Freud kehitti ajatusta pidemmälle (Freud, 1969). Defenssimekanismien luokittelu on aiemmin ollut osa DSM-luokitusta, mutta psykoanalyttisen perinteen väistyessä ja defenssien saaman tieteellisen näytön heikentyessä DSM-5 ei enää sisällä defenssien luokittelua.

Defenssejä voidaan luokitella monella eri tavalla. Anna Freud listasi alun perin 10 eri defenssimekanismia, mutta nykyään mekanismien määrästä ei ole yksimielisyyttä. DSM-IV taas luokittelee defenssit seitsemään eri kehitykselliseen tasoon hyvästä sopeutumisesta väärinsäätelyyn asti.

DSQ-40 –kysely luokittelee defenssimekanismit Vaillant (1977) mukaan kolmeen kategoriaan: kypsät, epäkypsät ja neuroottiset. Defenssien luokittelusta on kuitenkin useampia teorioita ja vahvaa konsensusta luokittelusta tai luokkien määrästä ei ole. Kypsien, epäkypsien ja neuroottisten defenssien lisäksi toisinaan luokitellaan defenssejä myös patologiseen luokkaan.

Kypsiä defenssejä ovat sublimaatio, huumori, ennakointi ja suppressio. Sublimaatiolla tarkoitetaan tunteiden kanavoittoa johonkin sosiaalisesti hyväksyttävään käyttäytymiseen. Huumorilla tarkoitetaan ahdistavan asian huvittavien puolien korostamista. Ennakoinnilla tarkoitetaan tulevaisuussuuntautunutta elämäntapaa, jossa tuleviin vastoinkäymisiin valmistaudutaan kuvittelemalla niitä etukäteen. Suppressiolla tarkoitetaan negatiivisten asioiden työntämistä pois mielestä, kunnes on aikaa käsitellä niitä.

Epäkypsiä defenssejä ovat projektio, passiivisaggressiivisuus, acting out, isolation, mitätöiminen, autistinen fantasia, kieltäminen, siirtäminen, dissosiaatio, halkominen, rationalisaatio ja somatisaatio. Projektioilla tarkoitetaan omien tunteiden ja ajatusten yhdistämistä muiden henkilöiden ominaisuuksiksi. Passiivisaggressiivisuudella tarkoitetaan epäsuoraa negatiivisten tunteiden ilmaisua muita kohtaan. Acting out tarkoittaa sitä, että henkilö

käsittelee asioita enemmän toiminnan kuin harkinnan kautta. Isolation on suomeksi jotain ja tarkoittaa jotain. Mitätöimisellä tarkoitetaan kielteisten ominaisuuksien liittämistä itseen tai muihin. Autistisella fantasiolla tarkoitetaan ahdistuksen käsittelyä päiväaikaisella uneksimisella. Kieltäminen tarkoittaa kyvyttömyyttä myöntää selviä tosiasioita. Siirtäminen tarkoittaa ahdistavan tunteen siirtämistä vähemmän ahdistavaan kohteeseen. Dissosiaatio tarkoittaa ajatusten, tunteiden, muistojen ja käyttäytymisen muodostaman kokonaisuuden hajoamista. Halkomisella tarkoitetaan ihmisten ja asioiden näkemistä mustavalkoisesti joko hyvinä tai pahoina. Rationalisaatiolla tarkoitetaan toiminnan selittelyä vääristyneesti mutta itselle edullisella tavalla.

Neuroottisia defenssejä ovat tyhjäksi tekeminen, pseudoaltruismi, idealisaatio ja reaktionmuodostus. Tyhjäksi tekemisellä tarkoitetaan toimintaa, jolla pyritään korjaamaan aiempaa toimintaa, ajatuksia tai tunteita. Idealisaatiolla tarkoitetaan liioitellun positiivisten ominaisuuksien liittämistä itseen tai muihin. Reaktioimuodostuksella tarkoitetaan ajatusten tai tunteiden korvaamista päinvastaisella käyttäytymisellä.

Konfliktit ja defenssit parisuhteessa

Täydellisessäkään parisuhteessa ei pitkällä aikavälillä vältytä konflikteilta. Ristiriidat parisuhteessa eivät automaattisesti tarkoita sitä, etteivätkö puoliset olisi tyytyväisiä suhteeseensa. Konflikti saattaa heikentää tyytyväisyyttä lyhyellä aikavälillä, mutta tutkimusten mukaan parisuhteen tulevaisuutta pitkällä aikavälillä ei ennusta niinkään konfliktin määrä vaan se, miten konfliktia käsitellään (Heavey, Christensen, & Malamuth, 1995; Sillars, Roberts, Leonard & Dun 2000). Pariterapia keskittyykin usein juuri paremman konfliktinratkaisukyvyin kehittymiseen (Fowers, 1998).

Konflikteja on luonnollisesti eri tasoisia. Puolisot, jotka ovat keskimäärin tyytyväisiä parisuhteeseensa, ovat harvoin tärkeistä asioista merkittävällä tavalla eri mieltä (Spanier, 1976). Nämä pariskunnat myös tekevät kompromisseja sopiessaan erimielisyyksiä ja päätyvät lopputulokseen, johon molemmat ovat tyytyväisiä.

Gottman & Krokoff (1989) huomasivat, että vaikka tietyt negatiiviset tunteet eivät vaikutakaan merkittävästi tyytyväisyyteen pitkällä aikavälillä, niin tietyt käyttäytymismallit voivat olla tuhoisia. Defensiivisyys, vetäytyminen ja itsepäisyys ovat tällaisia käyttäytymismalleja. Samassa tutkimuksessa havaittiin, että sukupuoli vaikuttaa konfliktikäyttäytymiseen. Vaimon positiivinen asenne ja compliance vaikuttavat lyhyellä aikavälillä positiivisesti, mutta pitkällä aikavälillä tuottavat konflikteja. Tyytyväisyys on matalaa varsinkin niissä liitoissa, joissa vaimo ottaa konflikteja esille ja

mies vetäytyy konflikteista. On havaittu, että miehen tapa ottaa konflikteja esiin eroaa vaimon tyylistä, sillä mies usein vain mainitsee konfliktin keskustelussa ja odottaa vaimon jatkavan keskustelua. Vaimon siis odotetaan hoitavan suurin osa konfliktin ympärillä käytävästä keskustelusta riippumatta siitä, kumpi puolisoista alun perin tuo ongelman ilmi. Vaimo on kuitenkin useimmiten se puoliso, joka tuo ongelmat ilmi (Burke, Weier, & Harrison, 1976)

Bouchardin ja Theriaultin (2003) tutkimuksessa havaittiin, että pariskunnat käyttivät sekä coping-mekanismeja että defensessejä käsitellessään parisuhteen ongelmia. Tutkimuksen mukaan coping-mekanismit ja defensesit eivät niinkään ole toisistaan erillisiä tekijöitä kuten tutkimuksessa on perinteisesti ajateltu, vaan sen sijaan on havaittavissa adaptiivinen-maladaptiivinen jako ongelmien käsittelyn välillä.

Vaikka parisuhteen konflikteja on tutkittu kohtuullisesti, defensesien käytön vaikutuksista parisuhdetyytyväisyyteen pitkällä tähtäimellä on hyvin vähän tutkimusta. Eräässä harvoista tutkimuksista huomattiin, että kypsymättömien defensesien käyttö nostaa eron todennäköisyyttä, kun taas kypsien defensesien käyttö laskee sitä (Khoshdast, Jalali & Kakvand, 2016; Ungerer, Waters, Barnett & Dolby, 1997). Vaillant (1992) huomasi myös, että defensesit ennustavat avioliiton pysyvyyttä.

Tutkimuskysymykset ja hypoteesit

Ensimmäinen: Ennustaako puolisoiden parisuhdetyytyväisyyden summamuuttuja (*dyadic adjustment*) myöhempää eroa?

Hypoteesi: Aiemman tutkimuksen perusteella (Mortensen, Torsheim, Melkevik & Thuen, 2012) muodostetaan hypoteesi, että matala parisuhdetyytyväisyys on yhteydessä korkeampaan eron todennäköisyyteen.

Toinen: Ennustavatko puolisoiden parisuhdetyytyväisyyden (*dyadic adjustment*) osa-alueet tyytyväisyys, kiintymys, konsensus ja koheesio myöhemmän eron todennäköisyyttä?

Hypoteesi: Suomalaisen avioerotutkimuksen (Kiiski, 2011) mukaan yleisiä syitä avioeroon ovat mm. kommunikaatiovaikeudet, suhteen hoitamattomuus, toisistaan vieraantuminen, rakkauden, läheisyyden ja arvostuksen puute sekä erilaiset elämän tavoitteet. Nämä tekijät vastaavat tässä tutkimuksessa käytettyjä parisuhteen osa-alueita riittävän tarkasti, jotta voidaan muodostaa hypoteesi

siitä, että tyytyväisyys, kiintymys, konsensus ja koheesio parisuhteessa ennustavat myöhempää eroa niin, että matalat pisteet ovat yhteydessä todennäköisempään eroon.

Kolmas: Ennustaako defenssien käyttö myöhemmän eron todennäköisyyttä?

Hypoteesi: Kypsymättömien defenssien käyttö nostaa eron todennäköisyyttä, kun taas kypsien defenssien käyttö laskee sitä, ja neuroottisten defenssien käyttö ei ennusta eroa merkitsevästi (Khoshdast, Jalali & Kakavand, 2016).

MENETELMÄT

Aineisto

Aineisto on osa laajempaa, poikkitieteellistä pitkittäistutkimusta, johon osallistujiksi kutsuttiin pariskuntia raskausajan alkupuoliskolla eri sairaanhoitopiireissä vuonna 1999. Ensimmäisellä mittauskerralla tutkimukseen osallistui 533 pariskuntaa. Tutkimuksessa oli yhteensä seitsemän mittauskertaa, mutta tässä tutkimuksessa tarkastellaan vain mittauskertoja raskauden aikana (T1), lapsen ollessa 2kk (T2) ja lapsen ollessa 18-19 -vuotias (T3). Tutkimuksen aineisto koostuu näillä kaikilla kolmella mittauskerralla mukana olleista 264 pariskunnasta ja heidän lapsistaan.

Mittauskerroilla raskauden aikana ja lapsen ollessa 2kk molemmat puoliset täyttivät paperisen kyselylomakkeen. Raskauden aikana puoliset vastasivat kyselyyn käyttämistään defenseseistä ja lapsen ollessa 2kk puoliset vastasivat parisuhdetyytyväisyyskyselyyn. Kolmannella mittauskerralla, lapsen ollessa 18-19 -vuotias, lapsi täytti sähköisen kyselylomakkeen. Tästä lapsen täyttämästä kyselylomakkeesta saatiin tähän tutkimukseen tieto siitä, onko pariskunta edelleen yhdessä vai ei.

Mittarit

Parisuhdetyytyväisyys (T2). Dyadic Adjustment Scale (Spanier, 1976; Spanier & Filsinger, 1983) on parisuhteen laatua mittaava kysely. Kyselystä voidaan erottaa neljä faktoria, jotka ovat tyytyväisyys, koheesio, konsensus ja kiintymys. Kyselyssä on 32 kysymystä, joihin vastataan vaihtelevasti joko likert-asteikolla tai kyllä-ei -vastauksella. Kyselyn pistemäärä vaihtelee siten

välillä 0-151. Aiempien tutkimusten mukaan (Spanier, 1976) on huomattu vastausten keskiarvon olevan naimisissa olevilla pariskunnilla noin 114. Kyselystä saatava kokonaispistemäärä muodosti parisuhdetyytyväisyysmuuttujan siten, että korkea pistemäärä indikoi korkeaa tyytyväisyyttä. Tyytyväisyys, koheesio, konsensus ja kiintymys ovat summamuuttujia, jotka muodostettiin osasta vastauksia. Parisuhdetyytyväisyyden summamuuttujan reliabiliteetti oli hyvä sekä miehen ($\alpha = .870$) että naisen ($\alpha = .853$) kohdalla. Seuraavaksi tarkasteltiin parisuhteen osatekijöiden reliabiliteetteja naisella ja miehellä: naisen konsensus ($\alpha = .808$), naisen affektio ($\alpha = .364$), naisen tyytyväisyys ($\alpha = .355$), naisen koheesio ($\alpha = .753$), miehen konsensus ($\alpha = .276$), miehen affektio ($\alpha = .462$), miehen tyytyväisyys ($\alpha = .485$) ja miehen koheesio ($\alpha = .516$).

Defenssimekanismien käyttö (T1). Defence Style Questionnaire (Andrews, Singh & Bond, 1993), on defenssimekanismien käyttöä mittaava kysely. Kyselyssä on 40 kysymystä, joilla mitataan 20 defenssimekanismia siten, että kaksi vastausta muodostaa yhden defenssin summamuuttujan. Nämä 20 defenssimekanismia voidaan luokitella kolmeen luokkaan, jotka ovat kypsät defenssit, epäkypsät defenssit ja neuroottiset defenssit. Kyselyssä korkea pistemäärä kertoo defenssimekanismin korkeammasta käytöstä. Kypsien defenssien reliabiliteetti oli heikko ($\alpha = .443$), epäkypsien defenssien reliabiliteetti oli kohtuullinen ($\alpha = .731$) ja neuroottisten defenssien reliabiliteetti oli heikko ($\alpha = .481$).

Ero parisuhteesta. Tieto mahdollisesta erosta kerättiin viimeisellä mittauskerralla eli lapsen ollessa 18-19-vuotias. Ero määriteltiin lapsen vastauksella kysymykseen "Ovatko vanhempasi eronneet?", eli vastaukset olivat joko kyllä tai ei.

TULOKSET

Kuvailevat tulokset

Vastaajista 106 (40%) oli miehiä ja 152 (58%) naisia. Miehet olivat 24-58-vuotiaita keskiarvon ollessa 35 vuotta. Naisten ikä oli 20-47, keskiarvon ollessa 34 vuotta. Vanhemmista 6,7% ei ollut suorittanut mitään ammatillista koulutusta. 14,9% oli suorittanut ammattikoulun, 38,4% oli suorittanut opistotasoisesta koulutusta ja 40% oli käynyt korkeakoulun.

Suurin osa vanhemmista oli avioliitossa tutkimuksen alkaessa (70,5%). Avioliitossa oli 26,1% vastanneista. 68% vastaajista ei ollut aiempia avioliittoja taustallaan ja 32% vastaajista aikaisempia liittoja oli vähintään yksi. Parisuhteiden kesto tutkimuksen alussa oli 7kk-23 vuotta keskiarvon ollessa 8,5 vuotta.

Lapsista tyttöjä oli 54,5% ja poikia 45,5%. Nuorelta kysyttäessä suurin osa (68,9%) asui molempien vanhempiensa luona. 12,5% asui pääasiassa äitinsä luona ja isän luona taas 2,7%. Vuoroittain molemmilla vanhemmillaan asui yhteensä 12,9%. Suurin osa nuorista (79,2%) oli kyselyn hetkellä lukiossa. Ammattikoulussa opiskeli 12,9%. Pieni määrä vastaajista oli työelämässä tai työttömänä.

Analyysit

Analyysit tehtiin IBM SPSS-Statistics 25 -ohjelmalla. Analyysimenetelmiksi kaikkiin tutkimuskysymyksiin valittiin binaarinen logistinen regressioanalyysi, sillä selitettävä muuttuja oli kaksiluokkainen ("Ovatko vanhempasi eronneet?").

Katoanalyysi

Tutkimuksen pitkittäisasetelman takia tehtiin myös katoanalyysi. Katoanalyysi tehtiin χ^2 testillä. Katoanalyysissä verrattiin niitä, jotka vastasivat ensimmäisellä kerralla niihin, jotka vastasivat kyselyyn kaikilla kolmella mittauskerralla. Katoanalyysissä otettiin huomioon tutkittavien ikä, parisuhteen kesto, siviilisäätö, koulutustaso, parisuhdetyytyväisyys ja defenssit. Tutkittavat erosivat mittauskerroilla toisistaan koulutustason perusteella, naiset marginaalisesti ($p=.053$) ja miehet selvästi ($p=.010$) niin, että tutkimuksessa mukana pysyneet olivat korkeammin kouluttautuneita.

Taulukko 1: Tilastolliset analyysit katoanalyysiin liittyen:

	Testisuure	df	p
Naisen ikä	.392	471	.117
Miehen ikä	.490	214	.399
Parisuhteen kesto	.021	462	.729
Siviilisäätö	3.100	462	.404
Koulutustaso (nainen)	.681	462	.053
Koulutustaso (mies)	1.690	445	.010
Epäkypsät defenssit	.266	431	.571
Neuroottiset defenssit	.117	443	.224
Kypsät defenssit	.397	438	.469
Parisuhdetyytyväisyys (nainen)	3.622	373	.504
Parisuhdetyytyväisyys (mies)	.111	364	.818

Tutkimuksen tulokset

Ensimmäinen tutkimuskysymys oli, ennustaako parisuhdetyytyväisyyden summamuuttuja myöhempää eroa. Analyysi tehtiin binaarisella logistisella regressioanalyysillä. Selittäviksi muuttujiksi asetettiin naisen parisuhdetyytyväisyys ja miehen parisuhdetyytyväisyys. Malli oli tilastollisesti marginaalisesti merkitsevä ($p=.054$) ja sen selitysaste oli 4%. Naisten parisuhdetyytyväisyyden huomattiin marginaalisesti ennustavan myöhempää eroa (vetosuhde 0.965, luottamusväli 0.929-1.003) niin, että korkea tyytyväisyys madaltaa myöhemmän eron riskiä. Miehen parisuhdetyytyväisyys myöhemmän eron todennäköisyyden ennustajana ei ollut merkitsevä (vetosuhde 0.992, luottamusväli 0.959-1.027).

Taulukko 2: Puolisoiden parisuhdetyytyväisyyden summamuuttuja myöhemmän eron ennustajana

Muuttujat	Kerroin	Keskihajonta	p	Vetosuhde (95% luottamusväli)
Naisen parisuhdetyytyväisyys	-0.036	0.020	.069	0.965 (0.929-1.003)
Miehen parisuhdetyytyväisyys	-0.008	0.017	.665	0.992 (0.959-1.027)

Nagelkerke R^2 0.040, $p = .054$

Toinen tutkimuskysymys oli, miten puolisoitten parisuhteen osa-alueet ennustavat myöhemmän eron todennäköisyyttä. Analyysi tehtiin binaarisella logistisella regressioanalyysillä. Selittäviksi muuttujiksi asetettiin sekä naisen että miehen saamat pistemäärät DAS:n eri osa-alueilta tyytyväisyys, kiintymys, konsensus ja koheesio, eli selittäviä muuttujia oli yhteensä kahdeksan. Malli oli merkitsevä ($p=.037$) ja sen selitysaste oli 10,9%. Selittäjistä merkitseviä olivat vain miehen tyytyväisyys (vetosuhde 1,131, luottamusväli 0.978-1.307) ja naisen koheesio (vetosuhde 0,891, luottamusväli 0.802-0.991). Miehen korkea tyytyväisyys siis nostaa myöhemmän eron riskiä ja naisen matala koheesio nostaa riskiä myöhempään eroon.

Taulukko 3: Puolisoiden parisuhdetyytyväisyyden osa-alueet myöhemmän eron ennustajan

Muuttujat		Kerroin	Keskihajonta	<i>p</i>	Vetosuhde (95% luottamusväli)
Miehen	Tyytyväisyys	0.123	0.074	.096	1.131 (0.978-1.307)
	Kiintymys	-0.072	0.130	.582	0.931 (0.721-1.201)
	Koheesio	0.007	0.059	.904	1.007 (0.897-1.131)
	Konsensus	-0.025	0.036	.490	0.976 (0.909-1.047)
Naisen	Tyytyväisyys	0.100	0.073	.173	1.105 (0.957-1.276)
	Kiintymys	-0.082	0.122	.501	0.921 (0.726-1.169)
	Koheesio	-0.115	0.054	.034	0.891 (0.802-0.991)
	Konsensus	-0.005	0.041	.893	0.995 (0.918-1.078)

Nagelkerke R^2 0.109, $p = .074$

Kolmas tutkimuskysymys oli, ennustaako defenssien käyttö myöhemmän eron todennäköisyyttä? Analyysi tehtiin binaarisella logistisella regressioanalyysillä, jossa selittävinä muuttujina olivat pariskunnan käyttämät kypsät, epäkypsät ja neuroottiset defenssit. Malli oli merkitsevä ($p = .007$) ja sen selitysaste oli 7,3%. Merkitseviä selittäjiä olivat kypsymättömät defenssit (vetosuhte 1.026, luottamusväli 1.010-1.042) ja marginaalisesti neuroottiset defenssit (vetosuhte 0.966, luottamusväli 0.933-1.001). Kypsät defenssit eivät olleet merkitsevä selittäjä. Kypsymättömien defenssien käyttö siis nostaa riskiä myöhempään eroon ja neuroottiset defenssit laskevat riskiä.

Taulukko 4: Puolisoiden käyttämät defenssit myöhemmän eron ennustajana

Muuttujat	Kerroin	Keskihajonta	<i>p</i>	Vetosuhde (95% luottamusväli)
Kypsät defenssit	0.007	0.017	.687	1.007 (0.974-1.041)
Kypsymättömät defenssit	0.026	0.008	.002	1.026 (1.010-1.042)
Neuroottiset defenssit	-0.034	0.018	.054	0.966 (0.933-1.001)

Nagelkerke R^2 0.060, $p = .010$

POHDINTA

Ensimmäinen tutkimuskysymys käsitteli parisuhdetyytyväisyyden ja eron yhteyttä. Aiemmista tutkimustuloksista poiketen tässä tutkimuksessa havaittiin, että tyytyväisyyden tasolla ei juuri ollut vaikutusta myöhempään eroon. Aiemmissä tutkimuksissa on havaittu matalan parisuhdetyytyväisyyden olevan yhteydessä korkeampaan eron todennäköisyyteen myöhemmin (Mortensen, Torsheim, Melkevik & Thuen, 2012). Naisen matala parisuhdetyytyväisyys oli vain marginaalisesti yhteydessä kohonneeseen eron riskiin ja mallin selitysaste oli vain 4%. Tässä syynä saattaa olla esimerkiksi tutkimuksen erityisen pitkä kesto. Tulosta saattaa selittää myös se, että vaikka lyhytkestoiset konfliktit parisuhteessa vaikuttavat senhetkiseen tyytyväisyyteen, niillä ei välttämättä ole merkitystä parisuhteen tulevaisuuden kannalta, kunhan konfliktit käsitellään ja saavutetaan lopputulos, johon molemmat puoliset ovat tyytyväisiä (Heavey, Christensen & Malamuth, 1995; Roberts, 2000; Spanier, 1976; Gottman & Krokoff, 1989).

Ei ole yllättävää, että puolisoista vain naisen tyytyväisyys on merkitsevä, sillä vaimon useimmiten odotetaan käsittelevän pariskunnan kohtaamia konflikteja miestänsä laajemmin (Gottman & Krokoff, 1989). On myös mahdollista, että ensimmäisen mittauskerran ajoittuminen vauvavuoteen on vääristänyt kullekin pariskunnalle tyypillistä tyytyväisyyden tasoa. Tuoreet vanhemmat kärsivät usein esimerkiksi lyhentyneistä yöunista, mikä johtaa edelleen negatiivisten tunteiden ilmaisuun parisuhteessa (Medina, Lederhos & Lillis, 2009).

Toinen tutkimuskysymys käsitteli tarkemmin parisuhdetyytyväisyyden eri osa-alueiden yhteyttä myöhempään eroon. Aiemman tutkimustiedon perusteella (Kiiski, 2011) asetettiin hypoteesi, että matala tyytyväisyys eri alueilla olisi yhteydessä korkeampaan eron todennäköisyyteen. Näin ei tässä tutkimuksessa kuitenkaan ollut, vaan ainoita merkitseviä tekijöitä olivat miehen tyytyväisyys ja naisen koheesio vieläpä niin, että miehen korkea tyytyväisyys nostaa eron todennäköisyyttä. Naisen koheesio oli yhteydessä eroriskiin niin, että matala koheesio nosti eron riskiä. Yllättävää tulosta saattaa mahdollisesti selittää miehen tyytyväisyysmuuttujan matala reliabiliteetti tai ensimmäisen mittauskerran osuminen lapsen saamisen jälkeiseen aikaan. Synnytys aiheuttaa epämiellyttäviäkin muutoksia naisen kehossa ja hormonitoiminnassa, minkä lisäksi vastasyntyneen vanhemmilla on usein uniongelmiä ja siitä seuraavia mielialaongelmia (Medina, Lederhos & Lillis, 2009). Nämä tekijät vaikuttavat väistämättä myös parisuhteeseen. Lisäksi tutkimuksen pitkä kesto vaikuttaa todennäköisesti tähän tulokseen. Mielenkiintoista olisi tutkia myös sitä, onko puolisoilla ollut suuria eroja tyytyväisyydessä. Mikäli toinen puoliso on hyvin tyytyväinen ja toinen hyvin epätyytyväinen, tämä ristiriita voisi mahdollisesti aiheuttaa ongelmia parisuhteeseen.

Toisen tutkimuskysymyksen hypoteesi perustui tutkimukseen suomalaisista avioeroista (Kiiski, 2011). Siinä esitetyt yhteydet suhteen ominaisuuksien ja avioeron välillä perustuivat erilaisille suhteen osatekijöille, kuin mitä on tässä tutkimuksessa käytetty. Osatekijät olivat riittävän samanlaisia, jotta hypoteesi voitiin muodostaa, varsinkin kun muuta nykyaikaista tutkimusta aiheesta ei ole Suomessa juurikaan tehty. On kuitenkin mahdollista, että erilaiset parisuhdetyytyväisyyden osa-alueiden mittaustavat vaikuttavat tämän tutkimuksen tulosten eroamiseen aiemmista tutkimustuloksista.

Kolmas kysymys käsitteli defenssien käytön ja myöhemmän eron yhteyttä. Kypsillä defensesseillä ei havaittu olevan yhteyttä myöhemmän eron todennäköisyyteen. Kypsymättömät defensesit nostivat tulevan eron riskiä ja neuroottisten defensesien käyttö taas laskee sitä. Hypoteesi kolmanteen tutkimuskysymykseen oli, että kypsymättömien defensesien käyttö nostaa eron todennäköisyyttä, kun taas kypsien defensesien käyttö laskee sitä ja että neuroottiset defensesit eivät ennusta eroa merkitsevästi. (Khoshdast, Jalali & Kakavand, 2016). Tämän tutkimuksen tulokset eroavat hypoteesista sekä kypsien että neuroottisten defensesien kohdalla. Aiemmissä tutkimuksissa on havaittu, että neuroottisilla pariskunnilla aktiivinen seksielämä suojelee parisuhdetta neuroottisuuden vaikutuksilta (Russell & McNulty, 2011), mikä saattaa selittää tulosta tässäkin tutkimuksessa.

Tulosta saattaa selittää myös se, että tässä tutkimuksessa ei otettu huomioon yksittäisiä defensessejä, vaan tutkimuksen kohteena olivat niistä muodostetut summamuuttujat. On mahdollista, että yksittäiset defensesit olisivat voineet olla merkitsevempiä ennustajia, sillä ihmiset eivät käytä esimerkiksi kaikkia epäkypsiä defensessejä tasavertaisesti.

Tutkimuksen rajoitukset ja vahvuudet

Pitkittäistutkimuksissa osallistujien kato on usein tutkimustuloksiin vaikuttava tekijä (Metsämuuronen, 2003) ja niin on tässäkin tutkimuksessa. Tutkittavien koulutustausta vaikutti tässä tutkimuksessa merkitsevästi katoon. Toisaalta on myös mahdollista, että osallistujat ovat tutkimuksen 18 vuoden aikana lisäkouluttautuneet, mikä vääristää katoanalyysin tuloksia. Aineiston rajaaminen niihin, jotka olivat mukana kaikilla kolmella mittauskerralla, vähensi otoskokoa huomattavasti, mikä vaikuttaa tulosten yleistettävyyteen.

Parisuhteen pidentyessä puolisoitten välillä on todennäköisesti vähemmän riitoja (Hatch & Bulcroft, 2004), mikä saattaa osin myös vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. Tämän tutkimuksen alkaessa parit olivat olleet yhdessä keskimäärin 8,5 vuotta.

Aineisto eroaa merkittävästi väestön keskiarvoista. Tutkimuksessa suurin osa vanhemmista oli korkeasti koulutautuneita. Lasten peruskoulun keskiarvot olivat keskimääräistä korkeampia ja keskimääräistä suurempi osa lapsista opiskeli tutkimushetkellä lukiossa. Sukupuolijakaumakin poikkesi väestöstä keskimäärin, kun tyttöjä syntyi aineiston pariskunnille poikia enemmän.

Vaikka pitkittäistutkimusasetelma vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin vinouttavasti, on se myös tämän tutkimuksen vahvuus. Parisuhteet ovat lähtökohtaisesti pitkäaikaisia, joten niiden tutkiminen poikittaisasetelmalla tai lyhyemmän aikavälin pitkittäisasetelmalla rajoittaa tutkimuksista saatavaa tietoa ja saattaa heikentää uskoa matalan parisuhdetyytyväisyyden suhteiden selviytymismahdollisuuksiin. Tutkimuksen vahvuus on myös parisuhdetutkimuksen päivittäminen 2000-luvulle.

Johtopäätökset ja jatkotutkimussuositukset

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että parisuhdetyytyväisyys vauvavuonna ei vaikuta merkittävästi eron todennäköisyyteen myöhemmin. Voidaan siis olla sitä mieltä, että vaikka parisuhdetyytyväisyys laskee lapsen syntymän jälkeen, se on luonnollinen muutos eikä pitkän tähtäimen kannalta kannata aivan heti hakea avioeroa. Tämä johtopäätös voitaisiin nostaa esiin esimerkiksi neuvolatyössä tuoreiden vanhempien kanssa. Vanha sanonta ”vauvavuonna ei kannata erota” pitää tämän tutkimuksen mukaan paikkansa, sillä vauvavuonna mitattu parisuhdetyytyväisyys ei pitkällä aikavälillä vaikuta pariskunnan eroaikeisiin.

Parisuhdetutkimus on jatkossakin tärkeää. Parisuhteet muuttuvat merkittävästi kulttuurin muutosten myötä, joten tutkimuksen päivittäminen ajankohtaiseksi on tärkeää. Jatkossa tutkimusta voisi tarkentaa defenssien lisäksi coping-keinoihin sekä parisuhteen voimavaroihin ja resilienssiin ja sitä kautta löytää keinoja tukea varhaisesta vanhemmuudesta kärsiviä parisuhteita. Tämän tutkimuksen tulokset eivät olleet hypoteesien mukaisia ja siten erosivat aiemmista tutkimuksista, joten lisätutkimus aiheesta on senkin vuoksi tärkeää.

Mielenkiintoista olisi lisäksi tutkia muitakin parisuhteita kuin heterosuhteita. 2000-luvulla parisuhteet eivät ole enää yksinomaan yhden miehen ja yhden naisen välisiä suhteita. Lisäksi uusperhemuodostelmat tuovat mukanaan uusia mielenkiintoisia tutkimuskohteita.

LÄHDELUETTELO

- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *Journal of Nervous and mental Disease*.
- Bouchard, G., & Theriault, V. J. (2003). Defense mechanisms and coping strategies in conjugal relationships: An integration. *International Journal of Psychology*, 38(2), 79-90.
- Burke, R. J., Weier, T. & Harrison, D. (1976). Disclosure of problems and tensions experienced by marital problems. *Psychological reports*, 38, 531-542
- Carstensen, L. L., Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1995). Emotional behavior in long-term marriage. *Psychology and aging*, 10(1), 140.
- Crawford, D. W., Feng, D., Fischer, J. L., & Diana, L. K. (2003). The influence of love, equity, and alternatives on commitment in romantic relationships. *Family and consumer sciences Research Journal*, 31(3), 253-271.
- Cunningham, J. D., & Antill, J. K. (1981). Love in developing romantic relationships. *Personal relationships*, 2, 27-51.
- Fabes, R. A., & Martin, C. L. (1991). Gender and age stereotypes of emotionality. *Personality and social psychology bulletin*, 17(5), 532-540.
- Fowers, B. J. (1998). Psychology and the good marriage: Social theory as practice. *American Behavioral Scientist*, 41(4), 516-541.
- Freud, A. (1969). Minän suojautumiskeinot. Weilin+ Göös.
- Gottman, J. (2018). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Hachette UK.
- Gottman, J. S., & Gottman, J. M. (2015). *10 Principles for Doing Effective Couples Therapy* (Norton Series on Interpersonal Neurobiology). WW Norton & Company.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: *A longitudinal view*. *Journal of consulting and clinical psychology*, 57(1), 47.
- Gulledge, A. K., Gulledge, M. H., & Stahmann, R. F. (2003). Romantic physical affection types and relationship satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 31(4), 233-242.
- Hatch, L. R., & Bulcroft, K. (2004). Does long-term marriage bring less frequent disagreements? Five explanatory frameworks. *Journal of Family Issues*, 25(4), 465-495.
- Hawkins, A. J., Willoughby, B. J., & Doherty, W. J. (2012). Reasons for divorce and openness to marital reconciliation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(6), 453-463.
- Heavey, C. L., Christensen, A. & Malamuth, N. M. (1995). The Longitudinal Impact of Demand and Withdrawal During Marital Conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 63(5), 797-801

- Kartovaara, L. (2007). Lapset hajoavissa perheissä. Teoksessa *Suomalainen lapsi*, 93-108.
- Khoshdast, F. A., Jalali, M. R., & Kakvand A.R. (2016). Relationship between the personality traits, defence mechanisms and marital satisfaction of elementary school students' parents. *IIOAB Journal*, 7(10), 31-37.
- Kiiski, J. (2011). Suomalainen avioero 2000-luvun alussa: Miksi avioliitto puretaan, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään?.
- Kontula, O. (2009). Perhebarometri 2009. Parisuhdeonnen avaimet ja esteet. Väestöntutkimuslaitos–Katsauksia E, 38.
- Lammi-Taskula, J., & Salmi, M. (2014). Työnjako ja tyytyväisyys parisuhteeseen lapsiperheissä. Teoksessa *J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi*, 72-81.
- Lauer, R.H. (1990). The Long-term Marriage: Perceptions of Stability and Satisfaction. *The International Journal of Aging and Human Development*, 31(3), 189-195.
- Lönnqvist, J., Henriksson, M., Marttunen, M., & Partonen, T. (2014). Psykiatria.
- Medina, A. M., Lederhos, C. L., & Lillis, T. A. (2009). Sleep disruption and decline in marital satisfaction across the transition to parenthood. *Families, Systems, & Health*, 27(2), 153.
- Metsämuuronen, J. (2003). Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä.
- Mortensen, Ø., Torsheim, T., Melkevik, O., & Thuen, F. (2012). Adding a baby to the equation. Married and cohabiting women's relationship satisfaction in the transition to parenthood. *Family process*, 51(1), 122–139.
- Navarra, M. E. R. J., Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2015). Sound relationship house theory and relationship and marriage education. In *Evidence-based Approaches to Relationship and Marriage Education* (pp. 115-129).
- Notarius, C. I., & Johnson, J. S. (1982). Emotional expression in husbands and wives. *Journal of Marriage and the Family*, 44(2) 483-489.
- Paajanen, P. (2003). Parisuhde koetuksella: käsityksiä parisuhteesta ja sen purkautumisesta. Väestöntutkimuslaitos.
- Richards, J. M., Butler, E. A., & Gross, J. J. (2003). Emotion regulation in romantic relationships: The cognitive consequences of concealing feelings. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(5), 599-620.
- Roberts, W. L. (1980). Significant Elements in the Relationship of Long-Married Couples. *The International Journal of Aging and Human Development*, 10(3), 265-272.

- Russell, V. M., & McNulty, J. K. (2011). Frequent sex protects intimates from the negative implications of their neuroticism. *Social Psychological and Personality Science*, 2(2), 220-227.
- Sagarin, B. J. (2005). Reconsidering evolved sex differences in jealousy: Comment on Harris (2003). *Personality and Social Psychology Review*, 9(1), 62-75.
- Sillars, A., Roberts, L. J., Leonard, K. E., & Dun, T. (2000). Cognition during marital conflict: The relationship of thought and talk. *Journal of Social and Personal relationships*, 17(4-5), 479-502.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15-28.
- Spanier, G. B., & Filsinger, E. E. (1983). Clinical use of the Dyadic Adjustment Scale. In E. E. Filsinger (Ed.), *A sourcebook of marriage and family assessment* (156–168). Beverly Hills, CA: Sage.
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Siviilisäädyn muutokset [verkkójulkaisu]. ISSN=1797-6413. 2017, Liitetaulukko 1. Avioliittojen ja avioerojen määrä vuosina 1990–2017. Helsinki: Tilastokeskus [viitattu: 17.1.2020]. Saantitapa: http://www.stat.fi/til/ssaaty/2017/ssaaty_2017_2018-05-08_tau_001_fi.html
- Ungerer, J. A., Waters, B., Barnett, B., & Dolby, R. (1997). Defense style and adjustment in interpersonal relationships. *Journal of research in Personality*, 31(3), 375-384.
- Vaillant, G. E. (1992). Ego mechanisms of defense: a guide for clinicians and researchers. American Psychiatric Pub.
- Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to Life*.