

NAISTEN EROTARINOITA

- millaista on olla eronnut nainen, jolla on lapsia

**Tampereen yliopisto
Terveystieteen laitos
Pro gradu –tutkielma**

**Anne Rummukainen
Kevät 2007**

TIIVISTELMÄ

TAMPEREEN YLIOPISTO

Terveystieteen laitos

RUMMUKAINEN, ANNE: Naisten erotarinoita - millaista on olla eronnut nainen, jolla on lapsia

Pro gradu -tutkielma, 79s., 2 liitesivua

Ohjaaja: Kansanterveystieteen yliassistentti, Rita Jähi

Kansanterveystiede

Huhtikuu 2007

Tutkimuksen kohteena on suomalaisen naisen ja äidin av(i)oero. Ero käsitetään tutkimuksessa prosessina, joka alkaa jo parisuhteessa ollessa ja päättyy joskus juridisen eron jälkeen. Tutkimuksen tarkoituksena on tutkia haastateltujen naisten kokemuksia avio- tai avoerosta: kuvailla ja ymmärtää eroprosessien kulkua sekä niihin liittyviä tuntemuksia. Kiinnostuksen kohteena on myös eron terveysulottuvuus. Miten erotarinoissa puhutaan terveydestä? Millainen uhka terveydelle ja hyvinvoinnille ero näyttää olevan?

Johdannossa kerrotaan suomalaisen naisen sekä avioerojen historiasta ja esitellään aiheeseen liittyviä tutkimuksia. Teoriaosuudessa esitellään hyvinvointiin, elämäntapaan, elämäntapaan, elämäntapaan ja kehitykseen liittyvää teoretista tietoa, jolla ajatellaan olevan merkitystä eroprosessiin ja/tai sen kokemukseen. Teoriaosuuden lopussa paneudutaan itse eroprosessiin: mitä kaikkea on mahdollisesti koettu jo ennen eroa (parisuhteen ja perheen vaiheet), millaisista vaiheista eroprosessi koostuu, miten eroja tyypitellään ja mihin kaikkeen ero naisen elämässä vaikuttaa.

Tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jossa seitsemän Eron jälkeen -vertaustukitoimintaan osallistunutta naista on kertonut tutkijalle erotarinansa. Haastatellut ovat 30-41 -vuotiaita ja heillä on yhteiset lapset ja pitkä suhde entisen puolison kanssa. Haastattelujen kesto on ollut keskimäärin kaksi ja puoli tuntia. Avoimen haastattelun menetelmällä on haluttu tavoittaa haastateltavan itsensä kokemus: millaista on olla eronnut nainen, jolla on lapsia.

Aineistoa analysoitaessa tulevat esille kerrottujen tarinoiden yhteiset ja eroavat piirteet. Saadaan nelikenttä, jonka avulla pystytään karkeasti tyypittelemään erilaisia tarinallisia peruspiirteitä tai juonia jätettyjen ja jättäjien tarinoiden välille riippuen siitä, millaisena he ex-puolisonsa kuvasivat ja kokivat. Osalla haastateltavista eroprosessi oli vielä hyvin keskeneräinen. Todennäköisesti juuri tästä keskeneräisyydestä johtuu, ettei kaikkia tarinoita pystytty sijoittamaan valmiisiin tarinamuotoihin; ne eivät olleet vielä valmiita tarinoita, niistä puuttui loppu. Haastateltavat olivat pikemminkin jatkumolla menetys – jumittuminen – selviytyminen – kasvu. Juonen löytäminen oli keskeneräisissä tarinoissa vaikeaa; tunnelma oli lähinnä kaoottinen ja/tai jumittunut. Mallitarinat onkin koottu kahdesta samaan nelikentän lokeroon kuuluvasta tarinasta, mikä mahdollisti sen, että kaikki mallitarinat - huonon miehen jättämä nainen, huonon miehen jättäjä, hyvän miehen jättämä nainen ja hyvän miehen jättäjä - saivat lopun.

Haastateltujen puhetta analysoitaessa huomio kiinnittyi heidän haluunsa puhua eron syistä, vaikka niistä ei kertaakaan kysytty. Eron syyt ja ylipäätään eron ymmärrettäväksi tekeminen - todennäköisesti sekä itselle että haastattelijalle - vaikuttaa hyvin tärkeältä haastatelluille. Myös psyykkiseksi määriteltä puhetta oli paljon; se oli puhetta, jossa haastateltava kertoo jaksamisestaan, huolistaan, tuntemuksistaan tai kokemuksistaan. Kaikille haastatelluille oli yhteistä puhe eron kaaosmaisuudesta, paperi- ja puhelinrumbasta. Fyysiseksi määriteltä terveyspuhetta oli yllättävän vähän. Kuitenkin

fyysisyys ilmeni haastatteluissa erilaisena kipuiluna ja väsymyksenä. Lapsista puhuttiin paljon ja heidän roolinsa oli haastateltujen naisten elämässä suuri. Mielenkiintoista oli myös naisten suhtautuminen ex-puolison uuteen naisystävään.

Eron vaikutus naisen hyvin- ja pahoinvointiin on haastattelujen perusteella selkeä. Jättäjät kokevat, ettei heillä ollut muuta vaihtoehtoa kuin erota; itsesyytökset ja avun tarpeen kieltäminen tekevät eroista vaikeita. Jätettyjen kohdalla taas erovalmiuden puuttuminen, elämän kaoottisuus ja mielen-terveyspalvelujen käytön tarpeellisuus erokriisissä tulevat selvästi esille. Onpa jättäjä tai jätetty, monet asiat muuttuvat eron myötä. Eron raskaus liittyy osaltaan juuri monien asioiden samanaikaiseen muuttumiseen. Myös eron jälkeisellä vanhemmuuden muodolla ja yhteistyön sujumisella ex - puolison kanssa näyttää olevan selkeä yhteys naisen vointiin. Mitä helpommin ex-puolisot kykenevät tekemään yhteistyötä lastensa hyvinvoinnin eteen, sitä paremmin naiset kokevat voivansa ja päinvastoin. Vaikka ero on haastatelluille naisille/äideille erittäin raskas elämäkokemus, on siinä mahdollisuus myös parempaan. Tämä näkyy myös mallitarinoissa.

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO	5
2. TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA	8
2.1 Erik Allardtin käsitys hyvinvoinnista	8
2.2 Antonovskyn sence of coherence -käsite	10
2.3 Elämänkaari, elämänkulku vai elämänpolku	11
2.4 Naisen aikuisuus ja keski-ikä.....	14
2.5 Eroprosessi.....	16
2.5.1 Parisuhteen ja perheen kehitysvaiheet	16
2.5.2 Mistä avioero johtuu	18
2.5.3 Jättäjä/jätetty ja erovalmius.....	19
2.5.4 Erokriisin vaiheet.....	21
2.5.5 Eron tehtävät ja onnistunut ero	25
2.5.6 Eron vaikutukset	26
3. TUTKIMUSONGELMAN JA -AINEISTON ESITTELY	31
3.1 Tutkimusongelma ja haastateltavat	31
3.2 Eron jälkeen -toiminta	31
4. TUTKIMUSMENETELMÄT JA –PROSESSI.....	33
5. TULOKSET	36
5.1 Mistä puhutaan, kun puhutaan av(i)oerosta	36
5.2 Nelikentän tarinat.....	41
5.2.1 Huonon miehen hylkäämä nainen: ”Se oli sittenkin helpotus”	42
5.2.2 Hyvän miehen hylkäämä nainen: ”Elämäni romahti”	45
5.2.3 Huonon miehen jättäjä: ”Haluan itselleni ja lapsilleni elämän”	51
5.2.4 Hyvän miehen jättäjä: ”Oliko parisuhdetta ollenkaan”	55
5.3 Eron vaikutus naisten hyvin-/pahoinvointiin	60
5.4 Tarinoiden vertailua	63
5.5 Tarinallisuus jatkumona.....	67
6. POHDINTA.....	68
6.1 Tutkimuksen luotettavuus	68
6.2 Tyypittelyn ongelmallisuus.....	70
6.3 Moraalisesti arvokkaan tarinan vaatimus.....	72
6.4 Tutkimuksen anti itselle ja muille	73
KIRJALLISUUS	76
LIITTEET	80
Liite 1. Lähestymiskirje haastateltaville	80
Liite 2. Avoimen haastattelun apurunko	81

1. JOHDANTO

Erosin lasteni isästä kesällä 2002. Samoihin aikoihin, eroprosessini keskellä, aloitin opintoni Tampereen yliopistossa. Osallistuin 2003 Eron jälkeen -vertaistukiryhmään, joka oli uudenlainen tukimuotokokeilu koko eroavalle lapsiperheelle. Tuon toiminnan loppuaikoina aloin miettiä mahdollisuutta tehdä pro gradu -tutkielmani liittyen eroprosessiin ja etenkin naisen/äidin erokokemukseen. Päädyin haastattelututkimukseen ja sopivat haastateltavat sain Eron jälkeen -toimintaan osallistuneista naisista. Mielenkiintoni aiheeseen on säilynyt loppumetreille asti ja aihevalintani on ”antanut” minulle paljon, vaikka se on joskus tuntunutkin aivan liian läheiseltä ja raskaalta.

Kiinnostukseni kohteena on nimenomaan Suomessa asuvan suomalaisen naisen/äidin eroprosessi ja erokokemus, joten aloitan kertomalla hieman suomalaisen naisen sekä avioerojen historiasta ja siirryn sieltä kohti nykypäivää sekä esittelen muutamia aiheesta tehtyjä tutkimuksia. Kirjan Suomalainen nainen (1999) saatteessa suomalaisia naisia kuvataan äideiksi, vaimoiksi, perheenelättäjiksi, hyvin koulutetuiksi osallistujiksi ja vaikuttajiksi. Kaikissa Pohjoismaissa lisättiin jo 1800-luvun lopulla naisen yksilöllisiä oikeuksia ja vaimon päätösvaltaa perheen taloudellisiin asioihin. Suomessa naiset saivat äänioikeuden 1906 ja vuonna 1929 säädettiin avioliittolaki; pohjoismaisen avioliittomallin mukaan puolisoiden kesken vallitsi oikeudellinen yhdenvertaisuus ja erillisvarallisuus. Käytännössä se merkitsi sitä, että molemmat puoliset olivat oikeutettuja omistamaan ja hallitsemaan omaa omaisuuttaan, päättämään ansiotyöstään ja yhteiskunnallisesta osallistumisestaan itsenäisesti sekä toimimaan yhtäläisin oikeuksin vanhempina. Puolisoiden taloudellista asemaa haluttiin suojella avio-oikeudella yhteiseen omaisuuteen. Taustalla oli ajatus, että myös kotona oleva nainen on kotityöllään ottanut osaa perheen elatukseen ja on siten oikeutettu erotilanteessa saamaan taloudellista hyvitystä. (Pylkkänen 1999, 33 ja 36.)

Moralistinen ilmapiiri oli Suomessa 1900-luvun alkuvuosikymmeninä tiukka. Avioeron ehtoja jopa kiristettiin eikä asumuseroa hyväksytty. Käytännössä avioeron saattoi kuitenkin saada pitkään jatkuneen erillään asumisen jälkeen. (Pylkkänen 1999, 37.) Avioerojen määrä alkoi Suomessa kohota 1960-luvun lopulla tasaantuen noin 10 000 eroon vuodessa (Tilastokeskus 2002; Paajanen 2003, 10). Avioliittolain uudistaminen 1988 muutti avioeron hakemusasiaksi, eikä siihen enää tarvittu mitään perusteluja tai syytekijöitä, eikä eroprosessin etenemiseen vaikuttanut, vaikka toinen puolisoista olisi vastustanut eroa. Uudistuksen myötä avioerojen määrä hetkellisesti kohosi, mutta tasaantui noin 12 000 eroon vuodessa 1990-luvun alkupuolella. (Makkonen 1991, 17-19.) Nykyisin

avioeroja laitetaan vuosittain vireille noin 18500 ja niistä noin 14000 toteutuu. (Litmala 2001, 12-15.)

Avoliittoja oli vuonna 2000 lähes 19 % suhteista ja lapsiperheistäkin niiden osuus on jo yli 15 % (Perheet 2000). Nikander (1996) on tutkinut sekä avio- että avoparien yhteen ja erilleen muutttoa, ja hänen mukaansa avoparit eroavat selvästi useammin kuin avioparit. Yleisesti arvioidaan avio- ja avoeron koskettavan lähes 40 000 puolisoa vuosittain. Avio- ja avoerojen kokonaismäärän arvioiminen on kuitenkin hankalaa, sillä avoeroja ei tilastoida.

Eronneisuutta voidaan kuvata myös ns. kokonaiseronneisuusluvulla, joka kertoo sen, minkä osuuden avioliitoista arvioidaan laskennallisesti päättyvän eroon kunkin vuoden avioerojen määrän mukaan. Kokonaiseronneisuusluvun mukaisesti arvioidaan viime vuosina solmituista avioliitoista noin puolet päättyvän eroon, jos eronneisuus on tulevaisuudessa yhtä runsasta kuin nyt. Suomen kokonaiseronneisuusluku on Euroopan korkeimpia. (Paajanen 2003, 11.) Suomen lapsiperheistä oli vuonna 2000 yksinhuoltajaperheitä yli 19 %, kun niitä oli sotien jälkeen 10 % (Perheet 2000).

Tolkki-Nikkonen (1990) on seurannut 15 vuotta 1971 avioituneita pareja. Hän tiivistää avioliitossa tapahtuneet muutokset seuraavasti: ”avioliittoja solmitaan vähemmän, avoliitot, avioerot ja uudelleen avioituminen ovat lisääntyneet; lapsien määrä perhettä kohti on pienentynyt, aviottomana syntyneiden lasten lukumäärä on lisääntynyt ja perheet, joissa on vain toinen vanhemmista, ovat lisääntyneet.” (Tolkki-Nikkonen 1990, 9.) Maatalousyhteiskunnan aikana puoliset olivat toisistaan riippuvaisia ja avioliittoa jatkettiin, ellei ollut pakottavaa syytä erota. Nykyisin puolisonvalinnan perustana on henkilökohtainen kiintymys ja avioeron syyksi riittää puolisoitten tunnesiteiden ja kiintymyksen laimeneminen. Avioliitto on yhteiskunnallisten muutosten myötä identifioitunut kumppanuuteen, intimiteettiin ja itsensä toteuttamiseen. Parisuhteeseen liittyvät odotukset ovat lisääntyneet. (Tolkki-Nikkonen 1990, 16.)

Myös Jallinojan (2000) mukaan parisuhde ja perhe ovat kokeneet monia muutoksia. Perhe ei ole vain äiti, isä ja lapset, vaan se on paljon enemmän. Perhe rakentuu erilaisten ”kolmansien” avulla. ”Kolmas” voi olla lapsi, työ, alkoholismi, rakastaja, ystävä: mikä tahansa, joka vie puolisoitten huomion toisaalle. (Jallinoja 2000, 11.) Perhe ei ole enää instituutio, vaan sen kannatinpylväs on parisuhde. Perhettä pitää tällä hetkellä koossa romanttisen rakkauden ihanne ja rakkauskeskeinen parisuhdemalli; jos parisuhde ei toimi, perhe hajoaa. Avioerojen yleistymisen Jallinoja ymmärtääkin johtuvan parisuhteen kasvaneesta merkityksestä (mt, 12). Paljon huomiota saanut Anthony Gidden-

sin käsite ”puhdas suhde” (*the pure relationship*) omaksuttiin 1990 –luvulla kuvaamaan edellä mainitun kaltaista parisuhdetta. Sen mukaan parisuhde on nykyisin vapaaehtoiseen valintaan perustuva suhde, joka on jatkuvan arvioinnin kohteena. Parisuhde muodostuu vain itsensä vuoksi ja kestää vain niin kauan kuin se tyydyttää suhteen molempien osapuolten tarpeita. (Giddens 1992.)

Litmalan (2001) mukaan avioliittojen solmiminen on vähentynyt kahdesta perussyystä: ikäluokat ovat pienentyneet ja avoliitot ovat lisääntyneet. Lisäksi Litmala (2001) arvioi erojen kasvun johtuvan vuoden 1988 avioliittolain uudistuksesta, yhteiskunnallisesta kehityksestä ja myötämielisemmiksi muuttuneista eroasenteista.

Määttä (2002) mukaan viime vuosikymmeninä tapahtunut naisten koulutustason nousu, työssäkäynnin yleistyminen, sosiaaliturva ja julkiset palvelut ovat myös osaltaan vaikuttaneet paljon perheiden elämään. Avioliiton takaama taloudellinen tuki ei ole naisille niin merkityksellistä kuin ennen. Nykynainen ei halua uhrautua pelkästään kodille ja perheelle, vaan hän kykenee ja haluaa huolehtia myös itsestään. (Määttä 2002, 21-22.)

Eroava nainen oli vuonna 2001 keskimäärin 40-vuotias ja mies 43-vuotias. Tilastojen valossa erityisen riskialttiita vuosia ovat avioliiton toinen, kolmas ja neljäs vuosi, mutta avioeron todennäköisyys vähenee vasta kymmenen avioliittovuoden jälkeen. Noin kolmasosalla eronneista oli kaksi lasta, viidesosalla yksi lapsi ja 16 prosentilla oli kolme lasta tai enemmän. Lapsettomista avioliitoista puolestaan 31 % päättyi eroon. (Paajanen 2003, 11, 19.) Kaksi kolmasosaa avioeroista tapahtuu naisten hakemuksesta; tämä on tyypillistä Suomen ohella kaikissa länsimaissa (Määttä 2002, 12-13). Myös Perhebarometri 2003 tutkimuksessa nainen oli ollut aloitteentekijänä kahdessa kolmesta avioerosta ja puolet eronneista vastaajista ilmoitti naisen myös tehneen lopullisen eropäätöksen. Kolmasosalla eronneista eropäätös oli ollut yhteinen. (Paajanen 2003, 67.) Tutkimusaineistoa on pääsääntöisesti vain avioeroista, vaikka avoeroissa on paljon samaa, etenkin jos parilla on yhteisiä lapsia ja yhteistä omaisuutta.

Tässä tutkimuksessa käsitän erolla sekä avioeron että avoeron. Kaikki haastateltavat ovat olleet suhteissaan yli kymmenen vuotta ja heillä on ollut yhteistä omaisuutta ja yhteiset lapset entisen puolison kanssa. Ero kiinnostaa minua prosessina eli tapahtumasarjana, joka alkaa jo ennen eroa ja päättyy joskus juridisen eron jälkeen. Eroprosessin kulkua on mahdoton määritellä tarkasti, sillä jokainen eronnut on oma yksilönsä ja kokee eron omalla tavallaan. Jokainen ero on myös syineen ja seurauksineen omanlaisensa. Kaikesta yksilöllisyydestä huolimatta uskon (mm. elämäkokemukseni

perusteella) eroissa olevan jonkinlaisia yhteisiä peruspiirteitä, joita yritän työssäni kartoittaa. Erityisesti sydäntäni lähellä on se, miten suomalainen, aikuinen nainen kokee eron.

Seuraavassa teoriaosuudessa esittelen kaksi käsitettä, joiden ajattelen olevan merkityksellisiä ihmisen hyvinvoinnin ja elämäntilanteen kokonaisuuden kannalta. Naiseudella, elämäntilanteella ja kehityksellä ajattelen myös olevan merkitystä eroprosessiin ja sen kokemiseen. Teoriaosuuden lopussa paneudun eroprosessiin, eli olen etsinyt teorialtetta siitä, mitä kaikkea ero pitää sisällään: mitä kaikkea on mahdollisesti koettu ennen eroa (parisuhteen ja perheen vaiheet), miten eroja tyypitellään, millaisista vaiheista eroprosessi koostuu ja mihin kaikkeen ero naisen elämässä vaikuttaa. Kansanterveystieteiden opiskelijana ja holistisen ihmiskäsityksen omaksuneena minua kiinnostaa erityisesti eron vaikutus fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvin- ja/tai pahoinvointiin. Tällä kaikella ajattelen olevan merkitystä tutkimukseni kannalta. Ne ovat näkökulmia, joiden kautta aiheistoani tarkastelen.

2. TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA

2.1 Erik Allardtin käsitys hyvinvoinnista

Lukiessani Erik Allardtin teosta Hyvinvoinnin ulottuvuuksia (1976) miellyin hänen käsitykseensä hyvinvoinnista huomattavan monisäikeisenä ilmiönä. Hyvinvoinnin tarkkaan määriteltä, ihanteellista tilaa on vaikea määrittellä, mutta ihmisten tavoitteet, toivomukset, tarpeet, arvot ja arvostukset kertovat siitä jotain. Hyvinvointikäsitteet on historiallisesti muuttuva ja taloudellis-poliittinen järjestelmä on kehittyneissä yhteiskunnissa sen tärkeä taustatekijä. Hyvinvointi määritellään tutkimuksessa tarvekäsitteen avulla. (Allardt 1976, 17-31)

Hyvinvoinnin perusulottuvuuksia on kaksi: Hyvinvointi - Onni (onnellisuus) ja Elintaso - Elämäntilanteen laatu. Hyvinvoinnin aste määräytyy tarpeentyydytyksen asteesta, eli se on tila, missä ihmisellä on mahdollisuus tyydyttää keskeiset (aineelliset ja aineettomat) tarpeensa. Tyydytetyt tarpeet toimivat usein myös resurssina, eli ne edesauttavat muiden tarpeiden tyydyttymistä. Hyvinvointi on objektiivisempi ulottuvuus kuin onnellisuus, joka on ihmisen subjektiivinen kokemus liittyen tunteisiin ja elämyksiin. Empiirisesti hyvinvointia voidaankin tutkia havainnoimalla objektiivisesti havaittavia

olo- ja ihmissuhteita, kun taas onnea tutkitaan selvittämällä subjektiivisia tunteita ja asenteita. Hyvinvointiin liittyy myös suurempi pysyvyys kuin onneen, joka voi olla hetkellistä ja katoavaa. Elintaso taas tarkoittaa niitä aineellisia ja persoonattomia resursseja (mm. tulot, asunto, työllisyys), joilla ihminen voi tyydyttää tarpeitaan ja ohjalla elinehtojaan. Elämänlaatu puolestaan sisältää ne inhimilliset suhteet, joilla tyydytetään sosiaalisia ja itsensä toteuttamisen tarpeita. Elämänlaatu on kokoava käsite kaikelle sille aineettomalle, mikä on ihmiselle hyväksi. Hyvinvointiin vaikuttavat siis elintaso ja elämänlaatu, joihin molempiin voidaan sisällyttää sekä objektiiviset että subjektiiviset (onnellisuus) näkökulmat. (Allardt 1976, 32-36.)

Hyvinvoinnin pohjoismaisessa vertailututkimuksessa, jonka pohjalta Allardt'n kirja on kirjoitettu, tarpeet luokitellaan kolmeen perusluokkaan: Having (elintaso), Loving (yhteisyyssuhteet) ja Being (itsensä toteuttamisen muodot), jotka kukin jaettiin edelleen pienempiin osatekijöihin, joihin en tässä sen tarkemmin paneudu. (Allardt 1976, 37-38.)

Having (elintaso), jonka käsitän fyysisenä (persoonattomana) luokkana, koostuu kaikesta siitä, mitä ihminen tarvitsee: mm. tuloista, asumistasosta, työllisyydestä, koulutuksesta ja terveydestä. (Allardt 1976, 39-40.) Vaikka Allardt'n tutkimuksessa terveys on yksi elintason osatekijöistä, on se hänen mukaansa toisenlaisessa asemassa kuin elintason muut osatekijät; se on ”myös resurssi, joka vaikuttaa muihin osatekijöihin, mahdollisuuksiin hankkia koulutusta, tuloja jne.” Lähtökohtana Allardtilla kuitenkin on, että terveys on yksi elintason keskeisistä osatekijöistä. (Allardt 1976, 134.)

Loving (yhteisyyssuhteet), jonka käsitän hyvinvoinnin sosiaalisena luokkana, koostuu paikallis- ja perheyhteisyydestä ja ystävyysuhteista. Ihmisillä on tarve olla osa yhteisöään ja tarve läheisiin suhteisiin. Parhaimmillaan yhteisyyssuhteet ovat silloin, kun ne ovat molemminpuolisia (symmetrisiä). (Allardt 1976, 43-45.)

Being (itsensä toteuttamisen muodot) käsitän hyvinvoinnin psyykkisenä luokkana, joka Allardt'n tutkimuksessa koostuu ihmisen kokemasta arvonannosta (status), korvaamattomuudesta, poliittisista resursseista ja mielenkiintoisesta tekemisestä (doing). Vastakohtana tälle luokalle voidaan pitää yksilön vieraantumista. (Allardt 1976, 46-49.) Mielestäni tämä luokka liittyy läheisesti elämänhallinta -käsitteeseen.

Monet tarveteoriat painottavat fysiologisten tarpeiden ensisijaisuutta ja tietty elintason minimitaso on varmasti hyvinvoinnin perusedellytys. Esimerkiksi Maslowin tunnetussa tarvehierarkiassa on

viisi hierarkisesti järjestynyttä perustarvetta: fysiologiset perustarpeet, turvallisuus, rakkaus, arvonta ja itsensä toteuttamisen tarve. Maslowin mukaan ihminen pyrkii tyydyttämään ensin alemman tason tarpeen ja siirtyy vasta sitten seuraavalle tasolle. Tämä voidaan kuitenkin kyseenalaistaa esimerkiksi rakkauden tai itsensä toteuttamisen tarpeen kohdalla, sillä on varmasti ihmisiä, jotka alhaisesta elintasosta huolimatta pyrkivät tyydyttämään rakkauden- ja hellydentarpeensa. (Allardt 1976, 41.)

Allardt'n tutkimuksen analyysi tukee näkemystä terveydestä monitahoisena ilmiönä, jossa mikään kolmesta päätekijästä ei ole ylitse muiden, vaan kaikki kolme osatekijää (having, loving ja being) ovat tärkeitä (Allardt 1976, 262). Tutkimus osoitti myös, että hyvinvoinnin eri osatekijöiden riippuvuudet ovat heikkoja: objektiivinen elintaso ja subjektiiviset kokemukset ovat yllättävän irrallaan toisistaan, eli ihmisten ulkoiset olosuhteet eivät välttämättä ole sidoksissa tyytyväisyyteen elämässä (Allardt 1976, 10).

Tolkki-Nikkosen tutkimus tukee Allardt'n käsitystä. Tutkimuksen mukaan tärkeimpiä liittoa koossa pitäviä asioita 15 avioliittovuoden jälkeen olivat läheisyys, luottamus ja rakkaus puolisoon. Taloudelliset syyt eivät olleet kovin yleisiä yhdessä pysymisen syitä, ja avioliiton onnellisuus olikin tutkimuksen pareilla yhteydessä enemmän subjektiivisiin kokemuksiin kuin objektiivisiin olosuhteisiin, kuten tulot tai asuminen. (Tolkki- Nikkonen 1990, 71-75.)

2.2 Antonovskyn sence of coherence -käsite

Aron Antonovskyn sence of coherence -käsite on myös mielenkiintoinen eroprosessin kannalta. Antonovsky pohtii kirjassaan (1980) koherenssin tunnetta ja terveyden jatkumo-käsitettä. Koherenssin tunne tarkoittaa sitä, että ihmisellä on voimakas luottamus siihen, että asiat sujuvat niin itsellä kuin ympäristössäkään ennakoidulla tavalla. Se on siis jonkinlainen tunne elämän hallinnasta ja eheydestä. (Antonovsky 1980, 123). Koherenssin tunteeseen vaikuttavat ratkaisevasti mm. yksilön peruspersoonallisuuden rakenne, ympärillä oleva kulttuuri ja historiallinen ajanjakso. Samoin vaikuttavat myös yksilön elämän suuret tapahtumat, kuten avioituminen tai muutto, jotka voivat saada aikaan merkittäviä muutoksia koherenssin tunteeseen. Koherenssin tunne häiriintyy silloin, kun elämän ennustettavuus on uhattuna. (mt., 124-127.) Antonovskyn mukaan sairauslähtöinen terveydenhuoltojärjestelmä ei ole riittävä, sillä se ei saa aikaan toivottua tunnetta asioiden hallittavuudesta (mt. 217). Koherenssin tunteen voi käsittää jatkumona ja keskeinen oletus on, että vahva koherenssi

edistää terveyttä. Toisaalta se voi kuitenkin liian voimakkaana (valehallinnantunne) estää joustavuutta ja kykyä mukautua uusiin olosuhteisiin. (mt., 156-159.)

Elämäntutkimukseen liittyen on Arja Häggman-Laitila (1999) tehnyt mielenkiintoisen haastattelututkimuksen, jossa hän löysi kolme terveyskokemuksen perustyyliä. 1. Haastateltavat, jotka hallitsivat elämäänsä ja hoitivat itseään. He kokivat terveytensä kokonaisvaltaisena ja sisältäpäin määrittävänä. He uskoivat ihmisen omiin elämän säätelymahdollisuuksiin ja kokivat, että terveyteen kuului koko inhimillinen elämä. He huolehtivat terveydestään. 2. Haastateltavat, joille terveyspalvelut ja -neuvonta olivat tärkeitä ja tukea antavia, mutta toisaalta kuitenkin he kokivat ne elämää rajoittavina ja ahdistavina. Nämä haastatellut kokivat terveytensä osittuneena ja ulkoapäin määrittävänä; vaivat koettiin ulkopuolelta hyökkäviksi olioiksi, joihin ihminen itse ei voi vaikuttaa. Voimavarat kuluivat sairastamiseen ja terveydentilasta huolehtimiseen. 3. Haastateltavat, joille oma-toiminen terveydenhoito oli merkityksellistä, ja jotka kokivat terveytensä jäsentymättömänä. He uskoivat ihmisen elämän ulkoiseen ohjaukseen ja siihen, että ihmisen ei tarvitse itse suunnitella eikä hallita elämäänsä. Heille terveys ja omasta terveydestä huolehtiminen olivat etäisiä ja jopa merkityksettömiä asioita. Haastateltavien joukossa oli eniten terveytensä kokonaisvaltaisena ja sisältäpäin määrittävänä kokeneita (60 %), seuraavaksi eniten terveytensä osittuneena ja ulkoapäin määrittävänä kokeneita (26 %) ja vähiten niitä, joilla terveyskokemus oli jäsentymätön (14 %). Ajattelen, että erotilanteessakin elämäntutkimuksen ja eheyden tunne, samoin kuin terveyden kokemus liittyvät voimakkaasti siihen, miten ihminen kokee elämänsä määrittävän. Jos ihminen kokee elämänsä määrittävän sisältäpäin, hän ohjaa sitä itse. Jos ihminen kokee elämänsä määrittävän ulkoapäin, hän kokee, että muut ohjailevat hänen elämänsä. Elämänsä jäsentymättömänä kokevat jotenkin ”ajelehtivät” elämän virrassa, eivätkä sen kummemmin edes mieti asiaa.

2.3 Elämäntutkimus, elämäntutkimus vai elämäntutkimus

Elämäntutkimus (lifespan) on psykologinen termi, joka viittaa ihmisten sisäisten tekijöiden merkitykseen elämäntutkimuksessa. Se kuvaa, miten elämäntutkimukset riippuvat yksilöllisistä tekijöistä, elämäntutkimuksista ja elämäntutkimuksesta. Toisaalta se käsittää myös elämän biologisen ennalta määrätymisen, jolloin elämän katsotaan noudattavan tiettyä rakennetta. (Marin 2001b, 28.) Lahelman mukaan elämäntutkimuksen näkökulma korostaa suuria elämäntutkimuksia elämäntutkimuksen käänteiden yhteydessä. Elämäntutkimuksen psykologisessa näkökulmassa korostetaan voimakkaimmin yksilönkehitystä ja yksilöitymistä. (Lahelma 1998, 14.)

Elämänkulku (lifecourse) on terminä sosiologisempi ja prosessuaalisempi kuin elämänkaari. Se ottaa huomioon kohorttivaikutukset, ikänormit, historian kulun ja yhteiskunnalliset tekijät, jotka vaikuttavat ihmisten mahdollisuuksiin rakentaa itse omaa elämänkulkuaan. Termi mahdollistaa myös sen ajatuksen, että elämässä voidaan palata myös taaksepäin, kokea tietyt elämänvaiheet uudelleen, mutta eri tavoin. (Marin 2001b, 28.) Elämänkululla tarkoitetaan tapahtumien (naimisiinmeno, avioero) sijoittumista ja kestoja vuosina määriteltynä (Lahelma 1998, 14). Kansainvälisessä kirjallisuudessa käsitteitä life span ja life course käytetään usein synonyymeina. Suomessa elämänkulku termin käyttöä elämänkaari termin sijaan perustellaan joskus mm. sillä, että halutaan korostaa elämänkulkujen monimuotoisuutta; ei ole vain yhtä elämänkulkua, vaan monia (Elämänkulkutyöryhmä 1999, 11).

Myös *elämänpolun* käsite on mielenkiintoinen. Se korostaa osuvasti ihmisen eteen tulevia valintoja ja valinnan mahdollisuuksia, poikkeamisia tavanomaisista ratkaisuista, kiertoteitä ja päämäärän tuntemattomuutta. (Marin 2001b, 28-29.)

Tällä hetkellä olen mieltynyt eniten elämänkaarinäkökulmaan, koska se painottaa elämänmuutoksia (mm. ero) ja ihmisen sisäisiä tekijöitä elämänkulussa. Jungia voidaan pitää varsinaisen elämänkaariajattelun luoja. Jung oli Freudin oppilas, mutta toisin kuin Freud, hän hahmotti elämänkaaren kokonaisuutena. Hän kehitti sosiaalipsykologista teoriaa, jossa sisäinen psyyke ja ulkoinen kulttuuri vaikuttavat yhdessä yksilönkehitykseen. Jungin teoriassa elämänkaari muodostuu neljästä vaiheesta: lapsuus, nuoruus/aikuisuus, kypsä keski-ikä sekä vanhuus. Hänen kiinnostuksensa kohdistui ennen muuta aikuisiän kehitykseen. Erikson jatkoi Jungin viitoittamaa tietä ja perehtyi erityisesti yksilönkehityksen ja yhteiskunnan instituutioiden (perhe, koulu, työelämä) suhteisiin. Erikson erotti kahdeksan elämänkaaren vaihetta, joista minua tutkimukseni kannalta kiinnostavat varhais-aikuisuus (6.) ja keski-ikä (7.). (Lahelma 1998, 16-17.)

Työssäni minua kiinnostavat elämänkaaren vaiheista aikuisuus ja alkava keski-ikä, sillä haastateltavat olivat 30-41 -vuotiaita siten, että suurin osa heistä oli nelissäkymmenissä. Ajattelen aikuisuutta ja keski-ikää lähinnä tehtävä- ja kriisinäkökulmasta, jossa aikuisuuden eri vaiheet nähdään toinen toistaan seuraavien erilaisten tehtävien ja kriisien kautta. Välillä on toki vakaampia jaksoja. Jos ihminen ei toteuta johonkin elämänvaiheeseen kuuluvaa tehtävää, elämä kriisiytyy ja seuraava vaihe kärsii siitä. Taustalla on ajatus joko yhteiskunnallisesti määrittyneistä elämänkuluista (ns. normatiivisista pakoista) tai kokemuksellisista pakoista elää muiden kanssa samanlaisten vaiheiden kautta.

Kyse voi olla myös psyykkisen kehityksen tuottamista ihmisen sisäisistä kriiseistä. (Marin 2001a, 247-248.)

Erikson sijoittaa aikuisuuden ikävuosien 35-50 välille. Tässä vaiheessa ihmisellä on halu jättää merkki omasta itsestään. Se merkitsee omien kykyjen, voimien ja luovuuden osoittamista ja sitä, että ne asetetaan myös muiden käyttöön. Vaiheen onnistuessa ihmisessä herää vastuu. Ihminen hallitsee itseään niin sisäisesti kuin ulkoisestikin ja kokee olevansa tarpeellinen. (Marin 2001a, 248-249.) Tämän vaiheen kehitystehtävä on generatiivisuus (uuden luominen), joka koskee erityisesti huolehtimista uudesta sukupolvesta sekä itsestä; se koskee kaikkea inhimillistä toimintaa, mikä vie yhteisöä tai yksilöä eteenpäin. Jos vaihe epäonnistuu, uhkaa lamaantuminen. Tällöin yksilö kokee itsensä kyvyttömäksi ja tarpeettomaksi. Lamaantuminen lisää yksinäisyyteen vetäytymistä, psyykkisiä häiriöitä ja ihmissuhdeongelmia. Usein alkoholin hallitsematon käyttö tai yht`äkkäinen lihominen kasautuvat keski-ikään. (Vuorinen 1998, 259.)

Elämänsä näkökulman mukaan sairauksilla on biologinen, geneettinen, psykologinen ja sosiaalinen taustansa ja se auttaa erityisesti tunnistamaan sairauksien sosiaalisia, psyykkisiä ja kokemuksellisia ulottuvuuksia. Ikä, sukupuoli ja usein myös sosiaalinen asema ovat tässä näkökulmassa esillä. Elämänsä näkökulma auttaa tunnistamaan keskeisiä kansanterveysongelmia sekä niihin vaikuttavia tekijöitä, samoin kuin kohdentamaan ja tehostamaan terveyspolitiikkaa noiden ongelmien torjumiseksi. (Lahelma 1998, 18-20.)

Naisen elämänsä ihmissuhteilla on Kaija Maria Junkkarin mukaan erittäin merkitsevä osuus ja ne vaikuttavat paljon naisten tekemiin valintoihin elämässään. Ihmissuhteisiin keskittyminen voi olla naiselle joko voima tai ongelma. Voima se on silloin, kun naisella on ympärillään lämpimiä ihmissuhteita, joissa hän pystyy sekä saamaan että antamaan rakkautta. Ongelma muodostuu silloin, jos nainen huomioi vain toisten tarpeet ja hyvinvoinnin, mutta unohtaa omansa. Viimeistään keski-ikässä tukahdutetut tarpeet vaativat huomiota ja nainen joutuu kriittisesti arvioimaan ihmissuhteittensa toimivuutta ja kypsyyttä. (Junkkari 2004, 23-24.) Keskittyminen ihmissuhteisiin ja muiden tarpeiden huomioiminen ovat toki tärkeitä myös keski-ikässä, mutta siten, että naiset ottavat huomioon myös omat tarpeensa; he yrittävät löytää tasapainon omien ja muiden tarpeiden välillä (Junkkari 2004, 132). Av(i)oliiton kannalta on mielenkiintoista, että siitä on tullut koko ajan yhä lyhyempi osa naisen elämänsä suhteessa hänen elinikänsä.

2.4 Naisen aikuisuus ja keski-ikä

Aikuisuuden ja keski-ään määrittely ei ole helppoa. Kaikkien oletetaan itsestään selvästi tietävän, mitä ne ovat. Ne ovat ajanjaksoja nuoruuden ja vanhuuden välissä tai hulluuden ja viisauden välissä: takana mielen unelmat ja edessä vanhuuden vaivat. Aikuisuus määritellään aikuistumisen prosessin kautta. Prosessin ajatellaan johtavan tietynlaiseen ruumiilliseen, henkiseen ja sosiaaliseen kypsyyteen. Nuo kolme aikuisuuden osa-aluetta kypsyvät kuitenkin eri tahtiin. Aikuisuudella ei siis ole yksiselitteistä alkamisajankohtaa. (Marin 2001a, 226-230.)

Keski-ikä taas nähdään varsin pitkänä ja rajoiltaan epämääräisenä elämänjaksona. Toiset katsovat tulleensa keski-ikään heti 35 vuoden jälkeen, toiset vasta kymmenen vuotta myöhemmin. Useimmille se alkaa noin nelissäkymmenissä ja päättyy noin 60-65-vuotiaana. Keski-ikä on mm. arvioinnin ja vastuunkantamisen aikaa. Siihen liittyy oivallus elämän lyhydestä ja kuoleman väistämättömyydestä. (Marin 2001a, 234-243.) Suurin osa naisista käy läpi jonkinlaisen elämän uudelleenarvioimisen 35-45 vuoden välillä; tämä liittyy osittain naisen biologiaan, sillä lopullinen päätös lapsista on tehtävä tässä iässä (Junkkari 2004, 30-31).

Kaija Maria Junkkari kuvaa kirjassaan *Naiseksi joka olet* (2004) mielenkiintoisella tavalla varhaisen keski-ään muutosvaihetta inventaarion ajaksi. Tutkimustaan varten hän on haastatellut kymmenen 35-47 -vuotiasta naista sekä elänyt tutkimustyönsä aikana omaa keski-ään kriisiään. Hän kuvaa keski-ään inventaariota matkaksi, joka voi ulkoisesti olla hyvinkin näkymätön, mutta saattaa sisäisesti olla yksi elämän rajuimpia ja vaativimpia kokemuksia. (Junkkari 2004, 8-14.) Usein jokin ulkoinen tapahtuma, esim. aviollinen kriisi, muutto tai läheisen kuolema voi aloittaa keksi-ään siirtymäkauden, mutta ennen kaikkea se on kuitenkin sisäinen matka, jossa saatetaan kyseenalaistaa koko siihenastinen elämäntapa sekä näkemys omasta identiteetistä. (mt., 31-36) Joillekin haastatelluista naisista keski-ään muutosvaihe oli ollut suhteellisen helppo, mutta useimmille vaikea, jopa äärimmäisen tuskallinen ja ahdistava, sillä ihminen joutuu kohtaamaan myös oman pimeän puolensa voidakseen kasvaa ihmisenä. Unet saivatkin tärkeän merkityksen monille keski-ään kynnyksellä oleville naisille; he ajattelivat niiden kertovan heidän sisäisestä matkastaan omaan itseän. (mt., 39-43.)

Aviolliset ongelmat olivat yleisin syy keski-ään muutosvaiheen alkamiseen Junkkarin haastatelluilla naisilla. Keski-ään alku on yksi eroalttiista vaiheista, sillä naiset alkavat selvemmin havaita omaa osuuttaan suhteen vaikeuksiin ja myös sitä, miten he huomaamattaan osallistuvat itse omaan sortoonsa. Kun naiset itsenäistyvät, miessuhteet joutuivat uudella tavalla arvioitaviksi, eivätkä he

enää suostu entisiin kuvioihin. Naiset toivoivatkin, että suhde mieheen olisi kahden aikuisen välinen suhde ylihuolehtimisen, jalustalle asettamisen tai alistumisen sijaan. (Junkkari 2004, 111-113.) Naisen muuttuminen ei välttämättä merkitse ristiriidan syntymistä parisuhteeseen, vaan miehet voivat olla myös helpottuneita, kun vaimot ovat laajentaneet elämäänsä; parisuhteeseen tulee lisää tilaa olla yhdessä sekä erikseen (mt., 120-121). Keski-ikäisen muutoksen myötä naisella vapautuu paljon energiaa aitojen yhteyksien kehittämiseen ihmisten välillä, kun hän ei enää suostu vääristyneisiin ja kahlehtiviin ihmissuhteisiin. Positiivista on myös se, että nainen oppii erottamaan toisistaan yksityisen miehen ja miesvaltaisen yhteiskunnan ja ymmärtämään sen, että mies on saman järjestelmän uhri, joskin eri tavalla. Nainen oppii arvostamaan itseään ja pitämään itsestään huolta. Hän on sekoitus, jossa on hellyyttä, lämpöä ja huomaavaisuutta, mutta myös voimaa, jäämäkkyyttä ja rohkeutta. Hän on erillinen, vastuullinen ihminen, ei kenenkään jatke. (mt., 121.) Keski-ikäisen muutosvaiheen läpikäyminen ei kuitenkaan tarkoita kaikkien ongelmien selvittämistä, vaan jonkinlaista peruslevollisuuteen pääsemistä, hyväksyvän suhteen löytymistä omaan itseen (mt., 163).

Junkkarin ajattelu perustuu Jungilaiseen psykologiaan, jonka mukaan meissä jokaisessa on tietoisien minän lisäksi piilotajunta, joka on suureksi osaksi tiedostamaton ja alkaa vaatia erityistä huomiota noin 35 ikävuoden tienoilla. Jungin mukaan ihminen voi kasvaa omaksi itsekseen vasta, kun löytää yhteyden piilotajuntaansa; tapahtumaa kutsutaan yksilöitymiseksi eli individuaatioksi, joka on pääosin piilotajunnan johtama prosessi. Vasta yksilöitymisen kautta ihmisestä tulee kokonainen, ja se on tärkeää niin henkiselle tasapainolle kuin fyysiselle terveydellekin. (Junkkari 2004, 27.)

Tutustuminen omaan piilotajuntaan tapahtuu varjon kautta. Varjo tarkoittaa elämätöntä elämää: tukahdutettuja, hävettäviä tai laiminlyötyjä elämänalueita, jotka ovat kuitenkin aitoja ominaisuuksiamme. Varjo voi pitää sisällään myös myönteisiä, tukahdutettuja ominaisuuksia, eli joskus ihminen voi torjua esim. omaa lahjakkuuttaan: puhutaan kirkkaasta varjosta. Tukahdutettuna varjomme alkaa tiedostamattomasti hallita meitä ja saatamme heijastaa varjomme ominaisuuksia muihin ihmisiin; emme tunne itseämme kokonaisiksi ja voimme henkisesti pahoin. Oman varjon kuuntelu mahdollistaa puolestaan sen, että ihminen tulee aidosti ja rehellisesti omaksi itsekseen. Naisen varjo voi olla hyvin monimuotoinen: mm. tukahdutetut, tiedostamattomat unelmat, käyttämättömät lahjat, mielikuvat omasta naiseudesta tai rohkeasta elämästä. Myös äitisuhte ja itsessä oleva sisäinen tyttö nousevat piilotajunnasta viimeistään keski-ikässä ja vaativat huomiota. (Junkkari 2004, 46-49.) Eri-laiset tunteet ovat arvokkaana apuna itsetuntemuksen lisääntymisessä. Ahdistus, suru, suuttumus, pelko ja kateus kertovat tärkeitä asioita meistä itsestämme ja ne ovat arvokkaita viestejä, joiden kuunteleminen auttaa meitä oman varjon kohtaamisessa (mt., 52-54).

Myös Pirkko Niemelä kirjoittaa naisen keski-ikästä, muutoksista ja mielen ja ruumiin integraatiosta, sen monista esteistä, mutta myös mahdollisuuksista. Mielen ja ruumiin välinen integraatio on prosessi, joka jatkuu läpi koko elämän. Naisen ruumiiseen, etenkin sen lisääntymiskykyyn liittyviin osiin suhtaudutaan kulttuurissamme kielteisesti. Naiset koettavat muovata oman ruumiinsa miesten ihannekuvan mukaiseksi ja tämä ”naisen valheruumis” vaikeuttaa naisen mielen ja ruumiin integraatiota. Mahdollisuudet integraatioon sijoittuvat usein elämän muutoskohtiin, kriiseihin, jolloin naisen on pakko miettiä itseään, elämäänsä ja omia tarpeitaan uudelleen. Hyvät ystävät ovat usein tarpeellinen apu näissä elämän muutosprosesseissa, sillä heidän avullaan naisen on helpompi työstää muutoksia. Monesti naiset hyväksyvät itsensä, omat tarpeensa ja tunteensa vasta keski-ikässä, kun lapsuudessa ja nuoruudessa opitusta ”naismyytistä” on uskallettu kasvaa ulos. (Niemelä 1995, 76-88.)

Aikuisuus on aikaa, jolloin pyrkimys yksilöllisyyteen ja omaan identiteettiin korostuu. Levinsonin (1978) mukaan olisikin ihanteellista, jos ”nuori” ja ”vanha” kohtaisivat keski-ikässä; nuoruuden ihmettely ja energisyys kohtaisivat kypsyyden ja itsetiedostuksen. (Marin 2001a, 249-250.) Itse ajattelun alkavan keski-ikäisen vaiheeksi, jossa katsellaan mennyttä (kriittisestikin), asetetaan päämääriä ja välillä tarkistetaan, missä mennään. Joko jatketaan samaan suuntaan tai sitten muutetaan suuntaa.

2.5 Eroprosessi

Käsitän eron prosessina, joka alkaa jo parisuhteessa ollessa ja päättyy joskus juridisen eron jälkeen. Eroprosessiin sisältyy monia erilaisia vaiheita ja tyypittelyjä, joiden avulla ja kautta hahmottelen eroprosessin kokonaisuutta. Jo parisuhteessa ollessa pariskunta ja perhe käyvät läpi omat kehitysvaiheensa, jotka voivat vaikuttaa eroon. Aluksi käyn lyhyesti läpi parisuhteen ja perheen kehitysvaiheet, joista osa on eroherkempiä kuin toiset. Näiden jälkeen olen koonnut tietoa erilaisista eron syistä, eroon liittyvistä vaiheista sekä onnistuneen eron edellytyksistä. Lopuksi on lueteltu, mihin kaikkeen ero elämässä vaikuttaa.

2.5.1 Parisuhteen ja perheen kehitysvaiheet

Perhebarometri 2003 tutkimuksessa kartoitettiin suomalaisten näkemyksiä parisuhteesta ja avioerosta. Hyvässä parisuhteessa tärkeimpinä tekijöinä pidettiin puolisoiden välistä luottamusta sekä mo-

lemminpuolista arvostusta ja kunnioitusta. Lisäksi puolisoiden samanlaiset elämänarvot, kyky käsitellä ristiriitoja ja jakaa kaikki asiat puolisoiden kesken koettiin tärkeiksi. Edellä mainittujen asioiden lisäksi eronneet naiset korostivat mm. molempien puolisoiden vahvaa sitoutumista perheeseen, samaa sosiaalista taustaa, puolisoiden samankaltaisuutta ja sitä, että puolisoilla on myös omia ystäviä ja harrastuksia. (Paajanen 2003, 28-30.)

Väestöliiton Pysytään yhdessä –kirjassa (2006) parisuhde jaetaan neljään vaiheeseen, jotka kumppanit käyvät läpi sekä yhdessä että yksilöllisesti, kumpikin omassa tahdissaan. Vaiheiden läpi ei kuljeta suoraviivaisesti ja välillä voidaan olla pitkiä aikoja, jopa vuosikausia, paikallaan. Ensimmäinen vaihe on *rakastuminen*, jossa kumppania ei nähdä aivan realistisesti, vaan kumppanin aidot piirteet sekoittuvat unelmaan. Joskus kumppanin kurjiin piirteisiin voi jäädä myös koukkuun, sillä mm. mustasukkaisuus tai omistushalu voivat tuntua alussa rakkaudenosoitukselta. Toisessa vaiheessa *silmät avautuvat* ja molemmat näyttävät todelliset luonteensa sekä näkevät toistensa todelliset luonteet. Monesti kumppanit ihmettelevät toisissaan tapahtuneita muutoksia, vaikka he vain näkevät toisensa realistisemmin. Molempien on huolehdittava siitä, että he saavat tuoda tunteensa ja tarpeensa esille. Paljastuva todellisuus voi myös olla myönteinen kokemus, mutta aina todellisuus ei vastaakaan aikaisempaa mielikuvaa, jolloin kumppania voidaan yrittää muuttaa tai joillekin tulee halua lähteä suhteesta pois. Seuraavaa, parisuhteen kolmatta vaihetta kuvataan kaikkein vaativimmaksi ja raskaimmaksi. Siinä selvitetään, onko suhteella elämänpituista kestävyyttä – *sitoudunko sinuun?* Tässä vaiheessa moni tarvitsee aikaa ja tilaa itselleen. Monilla myös oma itse on kateissa. Kuka oikeastaan olen äidin, kodinhoitajan tai työntekijän roolin takana? Puolisoiden olisi löydettävä sopiva läheisyys–etäisyys -tasapaino, jossa sekä oman tilan tarve että yhdessäolo tulisivat tyydytetyiksi. Erilaisuus on parisuhteessa välttämätöntä ja tunteet tulisi voida ilmaista vapaasti, mutta kuitenkin toista kunnioittaen. Viimeinen vaihe on *elämänkumppanuus*. Se on aikaa, jolloin toinen hyväksytään sellaisena kuin hän on. Enää ei tarvitse kilpailla ja riippuvuus toisesta on nyt helpompi hyväksyä. Parin on helppo elää yhdessä; yhteiset vuodet ja elämäkokemus kannattelevat. Lapset ovat harvemmin enää kovin pieniä tässä neljännessä vaiheessa. Toisen ominaisuuksista pystytään iloitsemaan, eivätkä pikkuasiat enää hetkauta suhdetta. Koska toinen tunnetaan niin perinpohjaisesti, voidaan moniin asioihin suhtautua huumorilla entisen ärsyyntymisen sijaan. (Cacciatore ym. 2006, 16-26.)

Perheasioiden sovittelijoiden mukaan yksilöt ja parit pohtivat keskenään liian vähän ongelmiaan parisuhteen eri kehitysvaiheissa. (Pettilä ja Yli-Marttila 1999, 21.) He jakavat parisuhteen kehityksen, hieman edellisestä poiketen, kolmeen vaiheeseen. Parisuhteen alussa on *symbioosivaihe*, joka kestää 2-3 vuotta; tuolloin yksilöllisyys on vähäistä ja tärkeintä on "me". Se on suhteen juurtumisen

aikaa. Symbioosivaihetta seuraa *irtaantumisen ja itsenäistymisen vaihe*, joka kestää 5-7 vuotta; tuolloin yksilöllisyys ja oman tilan tarve ovat keskeisiä. Siirtymävaihe symbioosivaiheesta itsenäistymisen vaiheeseen on erityinen kriisikohta suhteelle, sillä yleistä on, että tyytyväisyys puolisoon vähenee juuri tuolloin. Jos parisuhteen tässä vaiheessa suhtaudutaan sallivasti ja kärsivällisesti tunteiden ilmaisuihin, voi siitä tulla suhdetta rakentava eikä erottava vaihe. Kolmas kehitysvaihe on *kumppanuus*, jolloin sekä yksilöllisyys, että keskinäinen yhteys ovat aiempaa paremmassa tasapainossa. Usein puoliset ovatkin tyytyväisempiä suhteeseensa sitten, kun suurimmat särmit ovat hioutuneet pois. Tosin kumppanuusvaihekin voi johtaa pettymykseen, jos puoliset huomaavatkin etäännytyensä niin paljon, ettei yhteistä kumppanuutta juuri löydy. (Pettilä ja Yli-Marttila 1999, 25.) Väistämätön tosiasia on, että puoliso valitaan aina puutteellisin tiedoin, toteavat Kaija Maria ja Lari Junkkari. Ketään, edes itseään, ei voi tuntea täydellisesti. Vihkikaavassa tulisikin kysyä ”Haluatko ottaa vastaan sen puolen sekä itsessäsi että toisessa, jota et vielä tunne?” (Junkkari K.M. & Junkkari L. 2006, 57-58.)

Parisuhteen vaiheiden lisäksi, jos perheessä on lapsia, käy perhe myös systeeminä läpi omat kehitysvaiheensa. Pettilä ja Yli-Marttila tyypittelevät perheen kehitysvaiheita seuraavasti: muodostuva perhe, lasta odottava perhe, leikki-ikäisen perhe, koululaisperhe, murrosikäisen perhe, ”tyhjän pesän” perhe ja ikääntyvä perhe. Eri perhevaiheissa puoliset kohtaavat erilaisia tehtäviä ja paineita. Jokaisessa muutoskohdassa perhe kehityskriisin kautta hakee uutta tapaa toimia yhdessä. (Pettilä & Yli-Marttila 1999, 26.) Aikuisuuden ja keski-ikäen kannalta tärkeimpiä perheen kehitysvaiheita ovat leikki-ikäisen, kouluikäisen ja murrosikäisen perhe. Lasten ollessa pieniä parisuhteessa eletään monesti irtaantumisen ja itsenäistymisen vaihetta, lisäksi on asunto- ja opintovelkoja sekä työelämän paineita, jotka kaikki koettelevat parisuhdetta. Vanhemmuuden hoitaminen vie paljon voimia ja puolisosuhteelle ei tahdo löytyä tarpeeksi aikaa. Kriiseistä selvitään joko yksin tai yhdessä puolison kanssa ja usein se ratkaisee, kasvavatko puoliset erilleen vai löytävätkö he uudella tavalla toistensa luo. (mt, 26-27.)

2.5.2 Mistä avioero johtuu

Pitkän parisuhteen päättyminen eroon on monesti useiden syiden summa. Seuraavaksi on pari erotyypittelyä, jotka valaisevat mielestäni melko hyvin avioeron mahdollisia syitä, vaikka ne eivät kovin yksityiskohtaisiin syihin menekään.

Halla-Seppälä (1983) on hahmottanut seuraavat neljä avioeron päätyyppiä. Ensimmäisessä suhde hajoaa *sisäiseen mahdottomuuteensa*. Puolisot voivat kehittyä liiton aikana eri suuntiin, tai sitten heillä voi olla keskenään hyvin erilaiset odotukset parisuhteesta. Lopulta pettymykset ja turhautumiset johtavat eroon. Avioliiton voi hajottaa myös *ns. kolmas pyörä*. Toinen puoliso löytää "sopivamman" tai joku ulkopuolinen ihminen (ystävä tai vaikka anoppi) kiilaa puolisoitten väliin ja aiheuttaa eron. Kolmas on *"vapaustaistelijan avioero"*. Avioliitto koetaan tai se on muodostunut alistus- tai riistosuhteeksi, josta kärsivä osapuoli pyrkii vapautumaan eron avulla. Jos avioliitto on alun perin ollut keino päästä pois lapsuuden kodista, voi se silloin olla itsenäistymisen välivaihe ja ero mahdollistaa vasta lopullisen itsenäisyyden. Neljäs on *ero osana valtataistelua*. Siinä eroamalla pyritään vahingoittamaan puolisoa hyvityksenä vuosia jatkuneesta katkeroitumisesta. Tarkoituksena on toisen nujertaminen henkisesti, taloudellisesti tai sosiaalisesti. Jos taas erolla uhkaamista käytetään kiristyskeinona oman tahdon läpiviemiseen, voi liitto ikään kuin vahingossa luistaa eroon. Puoliso ottaakin yllättäen toisen uhkailut todesta ja panee itse eron vireille. (ref. Vidgren 1993, 22.)

Steve Duck (1991) erottaa neljä hieman toisenlaista eroon päättyvää parisuhdetyyppiä: ensimmäinen perustuu puolisoitten erilaisuuteen, toisessa on avaintekijänä liiton hoitamattomuus, kolmannessa puolisot kasvavat liiton aikana erilleen ja neljännessä suhde katkeaa äkillisesti esimerkiksi uskottomuuteen tai rikokseen. Halla-Seppälän tyyppittely on mielestäni enemmän painottunut puolisoitten valtasuhteisiin, kun taas Duck painottaa puolisoitten persoonallisuuksien erilaisuutta ja erilleen kasvua; tosin nämä painotukset limittyvät läheisesti toisiinsa.

2.5.3 Jättäjä/jätetty ja erovalmius

Erokokemukseen vaikuttaa myös se, onko ns. jätetty osapuoli vai jättäjä. Lilian Edvall kirjoittaa humoristiseen sävyyn avioeron erilaisista näkökulmista tutkimuksiin ja muuhun kirjallisuuteen perustuvassa kirjassaan. Kirjan mukaan raskainta on tulla jätetyksi, olipa sitten kyse uskottomuudesta tai siitä, että toinen on yksinkertaisesti saanut tarpeekseen. Jätetty selviää usein vihan voimalla. Toiset harkitsevat jopa itsemurhaa. Jotkut odottavat puolison palaavan, mikä entisestään vaikeuttaa tunteiden läpikäymistä. Jätetty ei ole menettänyt pelkästään kumppaniaan, hän on menettänyt myös itsensä, ja se on vakava uhka identiteetille. Elämältä on pudonnut pohja. Sinä päivänä, jolloin jätetty ei enää janoa kosta, hän on päässyt pitkälle. Ero on prosessi ja on olemassa vaara, että ihminen juuttuu johonkin eroprosessin vaiheeseen. Arvokkain lahja, minkä jätetty voi itselleen antaa on se, ettei pidä itseään uhrina, vaan omasta elämästään vastuullisena ihmisenä. (Edvall 2001, 84-91.)

Mutta ei jättäjänkään osa ole helppo. Myös hän käy läpi omaa surutyötään. Hänen ongelmakseen voi muodostua niin oma kuin toistenkin asenne: pitää kivuttomasti sopeutua tilanteeseen, kun on kerran vapaaehtoisesti halunnut suhteesta pois. Jätetylle sentään sallitaan suru ja kaipuu. Jättäjää voi myös vaivata musertava syyllisyys. Mikäli jättäjä avioituu pian eronsa jälkeen uudelleen, uuden suhteen onnistumispakko ja torjuttu erokriisi voivat aiheuttaa melkoisia paineita. (Määttä 2002, 141-142.)

Emotionaalinen eli tunnetason ero alkaa jo avioliiton aikana. Kun ihminen huomaa avioliittonsa epäonnistuneen, voi hän toimia hyvin monella eri tavalla. Jotkut ottavat etäisyyttä puolisoon ja vetäytyvät joko itseensä tai kodin ulkopuolelle. Uppoutumisella työhön, harrastuksiin, ystäviin tai alkoholiin yritetään helpottaa tukalaa tilannetta. Jotkut parit haluavat tässä vaiheessa hakea apua suhteensa pelastamiseksi, toiset alkavat pikkuhiljaa hyväksyä avioeron mahdollisuuden ja osa puntaroi: lähteäkö vai jäädä. Eron harkintavaihe on useimmille raskain koko erossa. Tosin vaikeudet usein voimistuvat selvästi vasta sitten, kun erosta aletaan keskustella vakavasti puolison kanssa. Moni harkitsee aina uudelleen ja uudelleen, eikä tiedä, erotako vai ei. (Määttä 2002, 104-107.) Myös Edvallin mukaan pahinta on juuri ennen eroa: silloin, kun nykyisyys on katkolla ja tulevaisuutta ei vielä ole (Edvall 2001, 76). Myös Ponzetti ja Cate havaitsivat haastattelututkimuksessaan (1986), että eron miettimisvaihe oli monille raskainta koko erossa, vaikka riidat lisääntyivätkin merkittävästi vasta erokeskustelun myötä. (Ponzetti & Cate 1986, 1-16).

Urpu Nieminen (1993) käyttää käsitettä *erovalmius* siitä tilanteesta, jolloin ihminen on varmistunut eronsa oikeellisuudesta. Ihminen alkaa käyttää *jos*-sanana sijasta *kun*-sanaa puhuessaan tulevaisuudesta. Yhteisistä asioista puhutaan jo menneessä aikamuodossa. Erovalmius näkyy muuallakin kuin puheessa. Eroa suunnitteleva alkaa kuunnella paremmin itseään ja arvostaa omia tuntojaan ja omaa hyvinvointiaan, hän haluaa ”sijoittaa itseensä”. Hän tekee suunnitelmia ja järjestelyjä, joiden avulla valmistautuu eron jälkeiseen aikaan. Eroava tietää myös joutuvansa luopumaan monista tutuista asioista ja ottaa vastuun päätöksestään. Tässä vaiheessa yleensä loppuvat erolla uhkailu ja yritykset muuttaa puolisoa. Enää ei ole tarvetta näyttää puolisolle, että on tosissaan tai selviää. Myös huoli puolison selviämisestä vähenee erovalmiuden lisääntyessä: puoliso nähdään aikuisena, omasta elämästään vastuullisena ihmisenä. Eroava hahmottaa suhteensa kokonaisuutena ja on valmis luopumaan siitä. Hän on saanut siitä kokonaisuutena tarpeekseen. Erovalmiuden saavuttaminen voi kestää vuosia. On selvää, että sellaisen avioliiton elvyttäminen, jossa toisen erovalmius on jo vahva, vaatii onnistuakseen paljon. (Nieminen 1993, 14-20.)

On tietysti myös sellaisia eroja, joissa erovalmius ei ole ehtinyt kehittyä. Jotkut voivat erota hyvin pikaisesti esim. uskottomuuden takia. Joskus taas puoliso vain häipyä jättäen erokirjeen pöydänkulumalle. Tapa, jolla yhteiselämä päätetään vaikuttaa siihen, miten elämä jatkossa asettuu. (Määttä 2002, 117-122.) En tiedä, voivatko puoliset olla koskaan yhtä valmiita ja valmistautuneita eroon. Todennäköisesti toinen on aina työstänyt asiaa kauemmin kuin toinen. Mitä vähäisempi on erovalmius, sitä traumaattisemmaksi erokokemus todennäköisesti muodostuu.

2.5.4 Eroksiin vaiheet

Eron ja sen vaiheet voi käsittää kriisikäsitteen kautta; ero on kriisiprosessi, joka sisältää erilaisia vaiheita. Kiinalaisessa kirjoituksessa kriisi-sanassa yhdistyvät sekä vaaran, että mahdollisuuden symbolit. Tapa, miten kriisiin reagoidaan vaikuttaa merkittävästi loppuratkaisuun, sillä jokaiseen kriisiin sisältyy isku ja sarja haasteita eli tehtäviä, jotka täytyy läpikäydä. Kriisissä piilee aina myös jumiutumisen vaara. Kuitenkin jokainen kriisi tarjoaa myös mahdollisuuden rakentaa uutta korviketta menetetyille tilalle. (Wallerstein & Blakeslee 1991, 345.)

Judith S. Wallersteinin on tehnyt uraa uurtavan amerikkalaisten avioeroperheiden pitkäaikaisen seuranta tutkimuksen. Hänen mukaan avioero on ainutlaatuinen elämäkriisi, koska siihen sisältyy vaihtoehtoja ja se pyrkii helpottamaan stressiä, päinvastoin kuin tapahtuu kuolemassa. Alkuvaiheessa se luo sekä uusia ratkaisuja että uusia ongelmia. Ainutlaatuista on myös se, että ero tuo esiin ihmisen keskeisimmät intohimot ja voimakkaat tunteet; menetys ja suru sekoittuvat rakkauteen ja vihaan. Muista kriiseistä avioero poikkeaa myös sen suhteen, että siinä viha purkautuu muita kriisejä useammin henkiseksi tai fyysiseksi väkivallaksi. (Wallerstein & Blakeslee 1991, 30-31.)

Määttän mukaan ero on kriisi, jota voi verrata läheisen kuolemaan tai äkilliseen invalideettiin; se on tilanne, missä ihminen kokee olemassaolonsa ja perusturvallisuutensa uhatuksi. Eroksiin liittyy usein psykofyysisiä oireita, kuten unettomuutta tai korostunutta halua nukkua, nopeaa lihomista tai laihtumista. Myös erilaiset ihottumat, tulehdukset ja somaattiset sairaudet voivat puhjeta. (Määttä 2002, 125.)

Myös lukuisissa amerikkalaistutkimuksissa ero on todettu erittäin stressaavaksi psykologisesti. Siihen liitetään sekä fyysisten että tunneperäisten sairauksien kasvu. Äskettäin eronneilla on mm. suurempi todennäköisyys joutua auto-onnettomuuteen, tehdä itsemurha, olla sairauslomalla töistä tai masentua. Lisäksi epäonnistumisen tuntemukset, itsetunnon lasku sekä yksinäisyys ovat tavallisia.

Negatiiviset vaikutukset ovat voimakkaimpia heti eroa seuranneina kuukausina. Pitkäaikaiset vaikutukset vaihtelevat paljon enemmän; toiset näyttävät voivan paremmin kuin ennen eroa, mutta toiset taas voivat huonommin vielä kymmenen vuotta eron jälkeen. Ne, jotka avioituvat uudelleen (onnellisesti) näyttävät olevan onnellisempia kuin yksin elävät. (Bee 1997, 438.)

Ensimmäinen vuosi eron jälkeen on yleensä tuskaisin ja sitä hallitsevat voimakkaat tunteet. Vähintään vuoden kestävässä erokriisissä on kohdattava ensimmäinen joulu ilman puolisoa, samoin ensimmäinen kevät, syksy ja kaikki koko vuoden eri etapit. Useimmiten eroprosessi kestää vuodesta kolmeen vuoteen, mutta se voi venyä pidemmäksikin. Se voi myös juuttua johonkin vaiheeseen tai pitkittyä, jos erokriisin aikana joutuu kokemaan muita suuria elämänmuutoksia, kuten sairautta ja lähiomaisten tai omaisuuden menetyksiä. (Vidgren 1993, 23-25.)

Reva Wisemanin mukaan avioero on sekä kivun, että kasvun prosessi, jossa on nähtävissä viisi vaihetta, joita myös Määttä havaitsi saamissaan kirjeissä ja kuvailee seuraavasti (Määttä 2002, 113-114).

Kieltäminen

Avioeroprosessin alkuvaiheessa puoliset eivät halua nähdä totuutta. He selittävät vaikeuksien johdettavan ulkoisista tekijöistä, kuten työhuolista tai taloudellisista ongelmista. Näin rakennetaan suhdetta omien epätodellisten mielikuvien varaan. Ongelmat voidaan kieltää myös uhmalla ja vastarinnalla. Toista loukataan esim. pakenemalla uskottomuuteen. Jossakin vaiheessa saavutetaan kuitenkin kriittinen raja ja puolisojen silmät aukeavat. Ongelmia ei enää torjuta. (Määttä 2002, 114-117.)

Menetykset ja masennus

Kun ongelmat myönnetään on keskusteluyhteys puolisoon yleensä katki. Puolisot eivät luota toistensa kykyyn ja haluun ymmärtää tilannetta. Ollaan pettyneitä, loukkaantuneita ja avuttomia; toimintakyky heikkenee. Jos parilla on lapsia, se heijastuu myös heihin. Osa haluaa säästää lapset vanhempien ongelmilta, osa taas käyttää heitä hyväkseen, haluaa liittoutua. Syyllisyys ja huoli painavat mieltä. (Määttä 2002, 123.) Ajattelen, että tässä vaiheessa todellisuus iskee päin kasvoja. On sopeuttava monenlaisiin menetyksiin. Osa yhteisistä ystäväistä, toisen sukulaisista, yhteinen asunto, auto, kesämökki ja/tai terveys voidaan menettää. Melkein kaikki ympärillä oleva ja oma sisinkin on pakotettu muutokseen ja menetyksen tunteeseen.

Kiukku ja ristiriitaisuus

Vähitellen tulevat mukaan myös pettymyksen, suuttumuksen, vihan ja katkeruuden tunteet. Reva Wiseman toteaaakin surutyön etenevän tällä tavalla. Miksi juuri minulle kävi näin! Varsinkin jos puoliso on pettänyt, on helppo olla vihainen. Vihasta voi saada myös voimaa, joka auttaa eteenpäin selviytymisessä. (Määttä 2002, 124, 132-135.) Matti J. Kuronen kuvaa kirjassaan niin sanottua hurjasteluvaihetta, joka mielestäni myös ilmentää tätä eron vaihetta. Siinä eroava joutuu jonkinlaiseen vieraantumisen tilaan, joka on jonkinlainen koston, katkeruuden ja murheiden hukuttamisen tila, jota hän nimittää "iloiseksi leskeksi". Tosin "leski" ei aina oikeasti ole iloinen, vaan hän etsii itselleen uutta, sopivaa roolia. (Kuronen 1985, 77-79.)

Uudelleen suuntautuminen ja uusi elämäntyyl

Vähitellen mielen täyttävät muut asiat. Monet tuntevat surun lisäksi samanaikaisesti helpottuneisuutta. Useille eronneille avioliitto oli ollut sarja uhrauksia, jotka riistivät itsekunnioituksen ja mahdollisuuden kuulla, saaticka toteuttaa omia tarpeita tai toiveita. Ero soi heille mahdollisuuden olla oma itsensä ja nauttia siitä, mistä he itse halusivat. (Määttä 2002, 142-143.)

Hyväksyminen

Avioeron jälkeen useimpien naisten arkinen elämänmeno ja käytös ei paljoakaan muutu, etenkin jos heillä on lapsia. Olennaista onkin heidän muuttunut tulkintansa elämästään, ominaisuuksistaan ja käyttäytymisestään. Suurin muutos tapahtui naisten sisäisessä maailmassa. Toivottavaa on, että eron kokemuksesta tulee tietoinen ja levollinen osa itseä. Kokemus ei ole torjuttu tai kielletty, vaan työstetty läpi. (Määttä 2002, 144-146.)

Tunteilla on eroprosessissa tärkeä tehtävä; niiden avulla ihminen reagoi kokemuksensa ulos itseltään. Käsittelemättöminä tunteet voivat vaikuttaa pitkään ja salakavalasti. Niistä voi tulla sisäisiä, näkymättömiä kahleita, jotka ilmenevät epäonnistuneina valintoina, toistuvina virheratkaisuina, estyneisyytenä tai virhetulkintoina. (Määttä 2002, 133.)

Ulla Pettilä ja Lea Yli-Marttila (1999) kuvaavat eroa monitasoiseksi, traumaattiseksi kokemukseksi. Heidän mukaansa erouhan tiedostamisesta alkaa *emotionaalinen eli tunne-ero*. Tämä on rankkaa

aikaa keskusteluineen ja riitelyineen, sillä eron todellinen mahdollisuus kuitenkin vielä kielletään. Mitä paremmin tunne-eron vaihe käydään läpi, sitä helpompaa on siirtyä *konkreettisen eron vaiheeseen*, jossa puoliset eroavat toisistaan taloudellisesti ja myös yhteisen arjen vanhemmuus päättyy. Jos voimakkaat tunteet yhä vellovat, voivat ne hankaloittaa eron onnistunutta läpivientä. Konkreettista eroa seuraa *sosiaalinen ero*, jossa osa yhteisistä ystäväistä jää pois elämän arjesta ja suhde toisen sukulaisiin muuttuu usein etäisemmäksi. Etäisyyden ottaminen on usein molemminpuolista, sillä myös sukulaiset ovat epätietoisia siitä, miten olla yhteydessä eronneeseen, toisen suvun, osapuoleen. (Pettilä & Yli-Marttila 1999, 41-43.)

Judit S. Wallerstein (1991) jakaa eron kolmeen, osittain päällekkäiseen vaiheeseen, jotka kuvaavat mielestäni eron sosiaalista puolta. Ensimmäinen on *akuuttivaihe*, joka alkaa liiton lisääntyvästä ankeudesta ja päättyy toisen vanhemman poismuuttoon. Tässä vaiheessa tunteenpurkaukset ovat tavallisia ja yli puolet tutkimukseen osallistuneista lapsista joutui näkemään vanhempien välistä fyysistä väkivaltaa. Tyypillistä tälle vaiheelle on kaoottisuus. Mikäli ero on tapahtunut yhteisymmärryksessä, akuutti vaihe ei ole niin kaoottinen. Toinen vaihe on *siirtymävaihe*, jossa perheen rajat ovat vielä hatarat - uusia ihmisiä, uusia asuntoja, uusia rakastettuja - perhe käy läpi monenlaisia muutoksia. Tyypillistä toiselle vaiheelle on kuitenkin pyrkimys ratkaista ongelmia. Kolmas on *uuden vakiintumisen vaihe*, jossa eronnut perhe vakiintuu uudelleenlaiseksi, toimivaksi yksiköksi: ihmissuhteet, asuminen ja arki vakiintuvat. (Wallerstein & Blakeslee 1991, 33-35.)

Halla-Seppälä jaksottaa erokriisin kolmeen vaiheeseen. *Menneisyyteen suuntautuminen* sisältää epämiellyttävän todellisuuden kieltämisen, eron vastustamisen ja lopulta murtumisen, kun kaikki keinot avioliiton pelastamiseksi on jo käytetty. Toiseen vaiheeseen eli *omaan minään keskittymiseen* sisältyvät irrottautuminen, eli puolisoitten taloudellinen eriytyminen, sureminen ja menovaihe. Tämä vaihe on monenlaisten menetykseen liittyvien tunteiden käsittelyn aikaa, josta lopulta halutaan nousta ylös; halutaan kokeilla erilaisia ihmissuhteita ja testata itseä sekä paikata kolhiintunutta itsetuntoa. *Tulevaisuuteen suuntautuminen* taas pitää sisällään nousemisen, jolloin ihminen määrittelee itsensä ja elämänsuuntansa uudelleen sekä kokoamisen, jolloin voimavarat vähitellen palautuvat ja elämä alkaa asettua uusiin uomiinsa. Viimeisenä on myöntäminen, eli eronnut hyväksyy tapahtuneen eron sekä uuden elämäntapansa ja sen mielekkyyden. (ref. Vidgren 1993, 24.)

Av(i)oero on voimakkaasti tunteita tuottava tapahtuma, jossa eri vaiheet kytkeytyvät toisiinsa, niiden järjestys ja voimakkuus voivat vaihdella, eivätkä kaikki vaiheet ole edes välttämättömiä kaikille. Käsitän tässä tutkimuksessa kriisin elämäntapavaiheena, joka pakottaa ihmisen miettimään mennyttä,

nykyisyyttä ja tulevaa. Se on uhka, mutta samalla siinä on myös kasvun mahdollisuus. Ero sisältää naiselle mahdollisuuden kasvaa ihmisenä, yksilönä, yhteiskunnan jäsenenä, äitinä, puolisona jne. Valitettavasti kriisissä on aina myös mahdollisuus jumittua johonkin kriisin vaiheista.

2.5.5 Eron tehtävät ja onnistunut ero

Avioerolla nähdään olevan kaksi tarkoitusta: pois pääsy kestävämmäksi muuttuneesta avioliitosta ja uuden elämän aloittaminen. Avioeroa vireille laitettaessa avioeron jälkeinen elämä saa hakijan mielessä merkittävät mittasuhteet; epäonnistuneen liiton tilalle toivotaan kiihkeästi parempaa. Ajatus eron pitkäaikaisseurauksista yllättää monet ihmiset. Noin kolmessa vuodessa eron jälkeen ihmiset saavat elämänsä ulkonaisesti jonkinlaiseen järjestykseen, mutta henkisesti se on päättymätön ketju tapahtumia, jotka muuttavat kaikkien osallisten elämän lopullisesti. (Wallerstein & Blakeslee 1991, 11-12.)

Judith S. Wallersteinin mukaan aikuinen saa avioerossa kaksi tehtäväsarjaa: oman elämän mahdollisimman hyvä uudelleen rakentaminen ja lasten vanhemmointi eron jälkeen. Ensimmäinen tehtävä *oman elämän uudelleen rakentamisessa* on avioliiton päättäminen mahdollisimman ”sivistyneesti”. Jos tässä onnistutaan, se helpottaa tulevien vuosien elämää niin aikuisten kuin lastenkin osalta suunnattomasti, eikä asianosaisten tarvitse uhrata energiaansa jatkuvaan vihaan, menetyksen tunteeseen tai kärsimykseen. Toisena on surutyön tekeminen, joka alkaa liiton hajotessa ja jatkuu vielä kauan erilleen muuton jälkeen. Avioliitto, jonka surutyötä ei ole tehty jatkuu psykologisessa mielessä. Kolmantena on itsensä löytäminen, joka tarkoittaa uuden minuuden tunteen ja identiteetin luomista ja vahvistamista. Neljäntenä on voimakkaiden tunteiden läpikäyminen, sillä jatkuessaan ne voivat tuhota ihmisen, joka tuntee kärsineensä pohjatonta vääryyttä. Viides tehtävä eronneelle on rohkaista mielensä ja mennä rohkeasti eteenpäin. Itsetuntonsa ja itseluottamuksensa palauttamiseksi eronneen on uskallettava kokeilla uusia ihmissuhteita, rooleja ja ratkaisuja elämässään. Kuudes tehtävä on jälleenrakentaminen, jonka päämääränä on uusi, jatkuva ja edellistä parempi aikuissuhde tai muuten tyydytystä tuottavan elämän luominen. Vaikka tehtävät ovat lueteltu peräkkäin, ne kulkevat käytännössä myös limittäin. Näiden oman elämän jälleenrakentamistehtävien rinnalla on eronneen lisäksi tärkeää yrittää *luotsata lapset mahdollisimman turvallisesti erokarikoiden läpi*, vaikka se joskus tuntuukin ylivoimaisen raskaalta. Lasten vanhemmointi tarkoittaa siis lasten suojelemista vanhempien välisiltä ristiriidoilta ja hoivaamista heidän varttuessaan. (Wallerstein & Blakeslee 1991, 345-350.)

Avioero edellyttää vanhasta luopumista ja uuden elämäntilanteen vakiinnuttamista. Amerikkalainen sosiologi Paul Bohannon erottaa avioerossa kuusi eri tapahtumakokonaisuutta, jotka ovat osittain samanaikaisia, osittain peräkkäisiä.

- *emotionaalinen ero*, joka käynnistyy jo ennen avioeroa. Silloin, kun liitto alkaa näyttää epäonnistuneelta. Vaihe saattaa kestää vuosia, jopa vuosikymmeniä.
- *juridinen ero*, joka merkitsee avioliiton virallista loppumista.
- *taloudellinen ero*, joka tarkoittaa omaisuuden jakamista ja eron muita taloudellisia seurauksia.
- *ero yhteisestä vanhemmuudesta* tarkoittaa lasten huoltoon, elatukseen ja tapaamisiin liittyviä päätöksiä.
- *sosiaalinen ero*, joka merkitsee eronneen uutta asemaa, roolia ja siviilisäätystä yhteisönsään.
- *psykykinen ero*, joka tapahtuu avioeron jälkeen ja voi jatkua vuosienkin ajan suru- tai kriisityönä sekä uuden minuuden rakentumisena. (ref. Määttä 2002, 103-104 ; Tolkkonen 1990, 69-70.)

Av(i)ero ei ole vain yksi ero, vaan se pitää sisällään useita menetyksiä, joilla kaikilla on omat vaiheensa. Näistä kaikista menetyksistä ja vaiheista eronneen olisi selvittävä, että hän voisi jatkaa elämänsä eteenpäin mahdollisimman onnistuneesti.

2.5.6 Eron vaikutukset

Eron jälkeen ihminen työstää itseään kahdensuuntaisesti, toisaalta irti vanhasta ja toisaalta kohti muutoksen tuomaa uutta itseä ja elämää. Hylätyltä osapuolelta eron työstäminen saattaa vaatia enemmän aikaa ja sisäisiä voimia. Jättäjän surutyö on pidemmällä ja hänen on siten helpompi astua uuteen elämään. (Pettilä & Yli-Marttila 1999, 97.)

Heti eron jälkeen menetykset ovat jatkuvasti mielessä, mutta vähitellen mielen täyttävät muutkin asiat. Määtän tutkimuksessa (2002) monet tunsivat surun lisäksi samanaikaisesti helpottuneisuutta, fyysisistä ja henkisistä kahleista irtautumista. Ero soi heille mahdollisuuden olla oma itsensä. Eron jälkeen haluaisi tuntea itsensä sisäisesti kasvaneeksi ja vahvaksi, mutta vaatii rohkeutta pysähtyä tutkiskelemaan mennyttä. Vahvuus tulee vasta sitten, kun on uskaltanut kohdata oman haavoittu-

vuutensa ja haurautensa. Toivottavaa on, että avioeron kokemuksesta tulee tietoinen ja levollinen osa omaa itseä. (Määttä 2002, 142-146.) Pitkä avioliitto on keskeinen osa ihmisen minuutta. Eronneen on kehitettävä itselleen uusi identiteetti ja elämäntapa. Myös ympäröivä yhteisö suhteessa itsen jäsentyy uudelleen; työ, ammatti, talous ja ystävyys- ja sukulaisuussuhteet joutuvat uudenlaisen tarkastelun kohteeksi. Selviytyminen näistä haasteista on hyvin yksilökohtaista. (mt., 147.) Seuraavaksi kuvailenkin niitä elämän osa-alueita, joihin ero tuo muutoksia.

Identiteetti

Määttän tutkimuksessa kävi ilmi, että pitkä liitto on syvälinen osa identiteettiä monille pitkään avioliitossa olleille ja perhekeskeisille naisille. Näiden naisten identiteetti on usein rakentunut paljolti miehen uran ja persoonallisuuden varaan; koti ja lapset ovat olleet näiden naisten elämän keskipiste. Vaimon identiteetin taakse kätkeytyy kuitenkin oma erillinen yksilö, jonka pitäisi eron myötä astua esiin. (Määttä 2002, 147-151) Nuoremmille ja "vähemmän kotikeskeisille" naisille avioero vastaa vasti monesti toimi uuden identiteetin katalysaattorina. Avioeron aiheuttama masennus ja viha jäivät vähäisemmiksi, eivätkä he surreet eroa niin syvästi. Näillä naisilla oli myös kodin ulkopuolista elämää. Uuden tasapainon ja identiteetin luomiseksi eronneen on kyettävä irtaantumaan avioliiton ympärille muotoutuneista rakenteista. Tämä on sitä helpompaa, mitä enemmän eronneella on mahdollisuuksia omaksua uusia rooleja ja sopeutua niihin. Uusia rooleja voivat tuoda mm. opiskelu, ammattitaidon kehittäminen, keskittyminen itsen, ihmissuhteiden vaaliminen tai uusien ystävyys- ja rakkaussuhteiden luominen. (Määttä 2002, 153-156.)

Ruotsalaisen tutkimuksen mukaan itsetunto kohentui eron jälkeen 84 % naisista ja vain erittäin harva koki itsetuntonsa laskeneen. Naiset tekivät eronsa jälkeen itsenäisiä päätöksiä ja hyödynsivät osaamistaan enemmän kuin aviossa ollessaan. (Edvall 2001, 112.) Nuoremmat naiset saivat usein eroa uutta puhtia; he etenivät uralla, jatkoivat opiskelua ja nauttivat mahdollisuudesta elää itsenäisesti, monet solmivat myös uuden avioliiton, josta tuli onnellinen. Huomattava kuitenkin on että, vaikka 80% naisista oli kymmenen vuoden kuluttua erostaan sitä mieltä, että ero oli oikea ratkaisu, heistä neljäsosan mielestä elämä oli epäoikeudenmukaista ja yksinäistä. (Edvall 2001, 115-116).

Sukulaiset ja ystävät

Toiset ihmiset ovat eronneelle tärkeä tuki ja turva. Ystävien merkitys korostuu eron ongelmien läpikäymisessä. Joskus puhumisen tarve on niin kyltymätön, että suuri ystäväjoukko on tarpeen, ettei

eronnut uuvuta aina samaa tuen antajaa. Vaikka moni haluaa ystävyuden nimissä antaa neuvoja, eronnut joutuu kuitenkin itse selvittämään ja ratkaisemaan omat ongelmansa. Kipeiden asioiden setviminen vaatii aikansa sekä ystävien kanssa, että ilman heitä. Avioeronsa jälkeen ihminen on erilainen, eivätkä vanhat ystävyysuhteetkaan välttämättä toimi entiseen tapaan. On tärkeää luoda myös uusia ihmissuhteita, jotka sopivat paremmin muuttuneeseen elämäntilanteeseen. Ystävä on se, joka tukee, ymmärtää ja auttaa näkemään uusia ovia. (Määttä 2002, 173-177.)

Seksuaalisuus ja uusi parisuhde

Avioero merkitsee seksuaalielämän muuttumista. Pitkän avioliiton aikana parin seksielämä on vaikiintunut omanlaisekseen ja saattaa olla ainoa kokemus seksistä. Mielikuva voi olla syvään juurtunut, eikä sen tilalle ole helppo luoda uutta sukupuolielämää. Tilanne voi olla hämmentävä ja keski-ikäisen voi olla vaikea "määrittää kurssiaan". Seksuaalinen itsetuntokin on rakennettava uudestaan. (Määttä 2002, 178.) Avioeron jälkeen on siis edessä uusien ihmissuhteiden kokeilun kausi. Monia uusi suhde kiehtoo ja pelottaa samaan aikaan. Haavoittumisen pelko on eronneella suuri. Useimmat eronneet välttivät heittäytymistä päätä pahkaa uuteen suhteeseen. Useat kuitenkin pitivät epäonnistunutta avioliittoa oppikokemuksena ja uskovat, että ihminen oppii virheistään. Monia yhdistää usko siihen, että uusi suhde onnistuu juuri siksi, että on itse kehittynyt ihmisenä. Uusi parisuhde on myös hyvä itsetunnon palauttaja. (Määttä 2002, 186-193.)

Terveys

Ruotsalaistutkimuksen (1996) mukaan eronneilla, leskillä, avoliitossa olevilla ja uudestaan avioitu-neilla on suurempi kuolleisuusriski kuin niillä, jotka pysyvät avioliitossa saman kumppanin kanssa. Kuolleisuusriskiä lisäsi vielä alhainen sosioekonominen asema, työelämän ulkopuolella oleminen ja lasten vähäinen lukumäärä. Nämä vaikutukset olivat tosin selvempiä miesten kohdalla, eli avioliitto näytti suojaavan erityisesti miehiä. Eronneiden kotiäitien avioerokokemukset olivat usein erityisen rankkoja ja kotonaolo olikin yhteydessä lisääntyneeseen kuolleisuusriskiin. Lapset kuitenkin useimmiten seuraavat erossa äitiä ja tällä taas oli naisia "suojaava" vaikutus. Yhteiskunta tukee yksinhuoltajaäitejä rahallisesti, joten talous on mahdollista pitää pystyssä vakailta elämäntavoilla, joilla myös on terveyttä suojaava vaikutus. Avioeroa pidettiin kuitenkin suuresti stressaavana elämänprosessina, "leimaavana" tapahtumana, joka vaikuttaa usein negatiivisesti myöhemmässä elämässä, esim. terveyttä huonontavasti. Hyvällä avioliitolla ajatellaan siis olevan positiivinen vaikutus terveydelle, sosiaaliselle elämälle ja yksilön identiteetille, mikä tavallaan "suoja" avioliitossa olevia.

Huonolla terveydellä, huonoilla elämäntavoilla, alhaisilla tuloilla ja työttömyydellä nähtiin olevan myös oma vaikutuksensa avioerojen tai naimattomuuden syinä. (Hemström 1996, 366-376.) Perhebarometri 2003 tutkimuksen mukaan hyvässä avioliitossa olevat naiset olivat korostetusti tyytyväisempiä terveyteensä kuin eronneet (Paajanen 2003, 25). Vidgrenin mukaan erokriisiin liittyy usein psykofyysisiä oireita: unettomuutta, tai erityistä halua vain nukkua, nopeaa lihomista tai laihtumista. Lisäksi voi ilmaantua ihottumaa, tulehduksia ja erilaisia somaattisia (ruumiillisia) tuntemuksia tai sairauksia. (Vidgren 1993, 23.)

Lapsista huolehtiminen

Jotkut naiset keskittyvät eronsa jälkeen vain lapsiin. Osa on tehnyt niin avioliiton aikanakin ja jatkaa samaa elämäntapaa. Toisaalta on vaara, että nämä äidit kuluttavat itsensä loppuun, sillä selviytyminen niin työstä kuin kaikista kodin- ja lastenhoitotehtävistä on todella raskasta. Keskittyminen pelkästään lapsiin merkitsee monelle yhä suurempaa yksinäisyyttä ja vähentyneitä kontakteja muihin aikuisiin. On muistettava se tosiasia, että kyetäkseen pitämään huolta lapsistaan, äidin on pidettävä huolta ensin itsestään. (Määttä 2002, 166-168.)

Yksinäisyys

Monet niistäkin, jotka harrastivat vilkasta sosiaalista elämää, olivat yksinäisiä. Lapset helpottavat yksinäisyyttä, mutta toisaalta ne myös rajoittavat sosiaalista elämää; myös heikko taloudellinen tilanne rajoittaa seuraelämää. Yksinäisyyden tunne kuitenkin häviää, kun ihminen lakkaa pitämästä yksinäisyyden hetkiä merkinä omasta arvottomuudestaan. Tulee ymmärrys siitä, että itsekkin voi olla "riittävä". Olennaista on siis se, millainen suhde eronneella on itseensä. Vapaa-ajan voi käyttää itse haluamallaan tavalla, voi mietiskellä tai touhuta omilla ehdoillaan. Näin ymmärrettynä yksinäisyys antaa voimia ja itsevarmuutta kohdata toiset ihmiset entistä avoimemmin, ilman torjuttua tulemisen pelkoa tai halua muokata heitä mieleisikseen. Siten ihmissuhteiden, ystävyys- ja rakkauten vaalimisessa etusijalla ei olekaan suhde toisiin vaan omaan itseeseen. Vasta yksin ollessaan ihminen todella ymmärtää, mitä hän arvostaa ja mikä hänelle on tärkeää. (Määttä 2002, 178-184.)

Talous

Myös eron jälkeisten taloudellisten asioiden hoituminen riippuu eronneen iästä, asemasta ja koulutuksesta. Vähän koulutetuilla, vanhemmilla naisilla on rajoitetummat mahdollisuudet, ja useat koki-

vatkin elintasonsa laskeneen eron myötä. Nuoremmat sitä vastoin enimmäkseen kohensivat taloudellista asemaansa eron jälkeisinä vuosina. (Määttä 2002, 156-158.)

Arki

Avioliiton arki muotoutuu päivittäisistä rutiineista ja vuodenkiertoon liittyvistä rituaaleista. Jokaisella parilla on omat tapansa tehdä asioita yhdessä. Arki antaa elämälle lujat puitteet ja juuri sen tavanomaisuus tekee siitä tärkeän. Avioero kaataa arjen tukipilarit. Uusi arki vaatii opettelua ja totuttelua sekä kykyä irtaantua avioliitossa luodusta yhteisten tapojen ja roolien maailmasta. (Määttä 2002, 158-162.)

Perhebarometri 2003 mukaan naiset kokivat miehiä useammin, että ero oli ollut onnistunut ratkaisu (Paajanen 2003, 84). Eronneista naisista 70 % ei ollut katunut koskaan eroaan ja 27 % oli katunut joskus. Katuminen liittyi yleensä lapsiin ja heille aiheutuneeseen mielipahaan. (Paajanen 2003, 79.) Naiset kokivat avioeron myötä eniten onnellisuuden lisääntyneen, itsetunnon vahvistuneen sekä suhteen omiin lapsiin parantuneen. Myös suhteet omiin ystäviin ja suhtautuminen työhön koettiin paremmiksi. Huonompaan suuntaan olivat taas muuttuneet suhteet entisen puolison sukulaisiin ja yhteisiin ystäviin. (Paajanen 2003, 78.) Edvallin mukaan ”avioero on tavallaan kuolleesta unelmasta kertova murhenäytelmä”. Eroa helpottaa, jos puolisoilla ei enää aikoihin ole ollut mitään yhteistä. Samoin, jos kumppani kohtelee niin huonosti, että on pelkästään helpotus päästä eroon. Avioerot ovat harvoin oikeudenmukaisia. Joillekin ero voi olla helpotus ja mahdollisuus uuteen, parempaan elämään. On vain hyväksyttävä kipu saadakseen pitkällä aikavälillä jotain parempaa. Erosta selviytyy, kun uskoo, että kulman takana on jotain parempaa. (Edvall 2001, 106-107.)

Tämän kirjallisuuskatsauksen perusteella ero on hyvin monisäikeinen ja kauaskantoinen tapahtuma. Olin lukenut paljon erokirjallisuutta jo ennen haastattelujen tekemistä, joten osasin suurin piirtein odottaa, mistä haastateltavat kertoisivat minulle keittiöpöytäni ääressä. Monilla kirjallisuuskatsauksen käsitteillä: jättäjä/jätetty, erovalmius, eron vaiheet, oli myös merkitystä analysoidessani aineistoa. Aikuisuus/keski-ikä ja elämänkaari, samoin kuin hyvinvointi ja eheyden tunne ovat käsitteitä, jotka auttoivat minua ymmärtämään haastateltujen kokemuksia. Kaikki lukemani on varmasti joillain tavalla vaikuttanut tekemiini valintoihin ja havaintoihin, mutta täytyy tunnustaa, että minun on vaikea hahmottaa sitä itse; olen liian lähellä sekä itseäni että omaa aineistoani. Todennäköisesti lukija näkee kytkökset paremmin kuin minä itse.

3. TUTKIMUSONGELMAN JA -AINEISTON ESITTELY

3.1 Tutkimusongelma ja haastateltavat

Tutkimuksen päätarkoitus on tutkia haastattelemieni naisten kokemuksia avio- tai avoerosta; kuvaila ja ymmärtää eroprosessien kulkua sekä niihin liittyviä tuntemuksia. Kiinnostuksen kohteena on myös eron terveysulottuvuus. Miten ero vaikuttaa naisten terveystkokemukseen? Miten erotarinoissa puhutaan terveydestä? Millainen uhka terveydelle/hyvinvoinnille ero näyttää olevan? Alun perin minua kiinnosti myös erosta selviytyminen erillisenä kysymyksenä, mutta vähitellen se hiipui työni laajuuden takia. Selviytyminen on kuitenkin mukana siinä muodossa kuin se tarinoissa tulee ilmi.

Kriteereinä tutkimukseen osallistumiseen olivat 30-45 -vuoden ikä, yhteiset lapset ja pitkä suhde entisen puolison kanssa. Sain haastateltavat Eron jälkeen -projektista, joka toimi yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osaston kanssa. Suunnittelin lähestymiskirjeen, jonka Eron jälkeen -toiminnan projektipäällikkö Oili Jyrkämä lähetti neljälletoista toimintaan osallistuneelle eronneelle naiselle, jotka parhaiten täyttivät edellä mainitut kriteerit. Olin alun perin toivonut saavani 5-7 haastateltavaa. Yhteydenottoja tuli kaikkiaan kahdeksan, joista sovin haastattelun ensimmäisten seitsemän kanssa. Haastateltavat olivat iältään 30-41-vuotiaita. Kaikki naiset olivat olleet avio- tai avosuhteessa entisen puolisonsa kanssa 10-20 vuotta ja kaikilla haastatelluilla oli lapsia, jotka asuivat heidän luonaan. Haastattelujen perusteella halusin saada selville, millaista on olla eronnut nainen, jolla on lapsia.

3.2 Eron jälkeen -toiminta

Eron Jälkeen -toiminta syntyi vuosina 2002–2005 toteutetussa kokeiluhankkeessa Mannerheimin lastensuojeluliiton Tampereen osaston yhteydessä. Hankkeen rahoittajana oli Raha-automaattiyhdistys. Tampereella vanhemmat saavat apua ja tukea erotilanteisiinsa sosiaalitoimen perheneuvolasta, perheasiainyksikön lastenvalvojilta ja sosiaalityöntekijöiltä, seurakunnan Perheasiain neuvottelukeskuksesta ja vertaisryhmistä, Väestöliitosta, Kriisikeskus Osviitasta ja Fisherin -eroseminaarista. Lähtökohtana kehittämishankkeelle oli, että keinoja eroauttamiseen on Tampereella sekä määrällisesti että laadullisesti liian vähän tarpeeseen verrattuna. (Jyrkämä & Rinnevuori, 2005, tiivistelmä.)

Eron jälkeen -projektissa keskeinen pyrkimys oli auttaa koko eronnutta perhettä ja siksi tukityön piiriin voivat osallistua yhtä aikaa kaikki eroavan perheen jäsenet: äiti, isä ja eri-ikäiset lapset. Erilleen muuttaminen oli asiakasperheissä melko tuore asia; enimmillään erilleen muuttamisesta oli kulunut reilu vuosi. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 5)

Asiakkaat hakeutuivat toimintaan oma-aloitteisesti saatuaan tiedon toiminnasta joko viranomaistaholta (perheneuvola ym.) tai lehtiartikkeleista, joita on julkaistu aina uuden perheryhmän koamisvaiheessa. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 12-13). Osa asiakkaista ei ole käyttänyt muita palveluita eronsa vaiheissa ja osa taas on ollut perheneuvolan, kriisikeskuksen, seurakunnan Perheasiainkeskuksen ym. asiakkaina (mt., 13). Työskentelyn piirissä oli kerrallaan 7-13 perhettä, riippuen siitä oliko vetäjiä yksi vai kaksi ryhmää kohden. Tämä mahdollisti sopivan kokoiset vertaisryhmät. (mt., 15.)

Ensimmäisen yhteydenoton ja aloitteen toiminnan piiriin tulemiseksi teki yleensä perheen äiti ja siksi alkuhaastattelut tehtiin heidän kanssaan. Haastatteluissa kartoitettiin perheen tilanne ja selvitettiin perheenjäsenten halukkuus ja sopivuus ryhmämuotoiseen toimintaan. Seuraavaksi oli yhteistapaaminen, jossa toimintaan mukaan valitut äidit ja lapset tutustuivat vertaisryhmäkumppaneihinsa. Äitejä pyydettiin selvittämään, antaako lasten isä luvan yhteystietojensa antamiseen yhteydenottoa varten. Isät tavattiin myös yksilötapaamisissa ennen isien vertaisryhmätoiminnan alkamista. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 16.)

Äidit, isät ja eri-ikäiset lapset aloittavat tämän jälkeen vertaisryhmätapaamiset, joita prosessin aikana on noin 15; aktiiviprosessin kesto oli noin neljä kuukautta, jolloin ryhmät tapasivat kerran viikossa kahden tunnin ajan. Lisäksi aikuisten vertaisryhmille järjestettiin 1-2 jatkotapaamista varsinaisen aktiivijakson päättymisen jälkeen. (mt., 15.) Vuosina 2002 – 2005 mukana oli yhteensä 35 perhettä, joissa 35 äitiä, 23 isää ja 62 lasta (1-14v). Näistä perheistä on muodostettu 6 äitien ryhmää, 4 isien ryhmää ja eri-ikäisten lasten ryhmiä 16. Vertaisryhmät olivat yhden tai kahden ammattilaisen ohjaamia suljettuja ryhmiä. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 18.)

Ryhmätoiminta sisälsi muun muassa vertaiskeskustelua ja teematyöskentelyä. Aikuisten ryhmissä käsiteltävät asiat painottuivat eroprosessin läpikäymiseen, oman itsen työstämiseen ja eron jälkeiseen vanhemmuuteen. Käsiteltäviä teemoja olivat mm. erotunteet: suru, viha, syyllisyys, häpeä, katkeruus ja pelko. Erotunteiden lisäksi teemoina olivat mm. keskeneräisyys/anteeksianto, hyväksyminen/irtipäästäminen, itsetuntemus/itsetunto, voimavarat, vuorovaikutus, oman elämän kulku,

oman elämän rakentaminen eron jälkeen, rakkaus- ja parisuhde, eron jälkeinen vanhemmuus ja kasvatust. Keskustelut vertaisryhmissä muotoutuvat sisällöllisesti ryhmästä nousevien tarpeiden mukaan. Aikuisten ryhmissä teemoja käsiteltiin lisäksi tiedollisen etukäteismateriaalin sekä toiminnallisten ja kokemuksellisten tehtävien avulla. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 21-22.)

Toiminnan tavoitteena on ollut auttaa koko perhettä vanhempien erokriisissä. Aikuisten kannalta toiminnan keskeinen tavoite oli auttaa ja tukea heitä eroprosessin läpikäymisessä, samoin kuin eron jälkeisen elämän ja oman itsen kehityssuuntien etsimisessä. Lisäksi vanhemmat saivat tietoa ja tukea lasta erossa auttavista ja suojaavista tekijöistä sekä apua uuden, eronjälkeisen vanhemmuuden luomiseen. Tärkeänä tavoitteena on myös ollut lapsessa itsessään olevien voimavarojen voimistaminen. Työskentelyä voidaan luonnehtia koko perheen kriisiauttamiseksi, ennaltaehkäiseväksi ja myös korjaavaksi toiminnaksi. Nämä työskentelyn ulottuvuudet saavat tietysti erilaisia painotuksia perheiden tilanteiden mukaan. Vanhemmat kokivat sekä itse että lastensa hyötyn toiminnasta ja he olivat sitä mieltä, että toimintamalli olisi erinomainen auttamistapa eron eri vaiheissa. (Jyrkämä & Rinnevuori, tiivistelmä ja 6-7.)

4. TUTKIMUSMENETELMÄT JA –PROSESSI

Tämä tutkimus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Pertti Alasuutari on osuvasti verrannut laadullisen tutkimuksen tekemistä arvoituksen ratkaisemiseen; tutkimuksen kohteena oleva arvoitus ratkaistaan kerätyn aineiston pohjalta saatujen johtolankojen ja niiden avulla muodostettujen merkitystulkintojen avulla. Mitä enemmän vihjeitä mysteerin ratkaisemiseksi löytyy, sen varmempi tutkija voi olla ratkaisun oikeellisuudesta ja mielekkyydestä. (Alasuutari 1999, 47-48.)

Tutkimusta suunnitellessani päädyin lopulta avoimeen haastatteluun, jota varten olin kuitenkin laatinut väljän haastattelurungon tai tukilistan (ks. liite 2) lähinnä siltä varalta, jos joku haastateltavista ei olisi päässytään kertomisen alkuun. Pelkäsin, että tiukalla teemoittelulla en tavoittaisi haastateltavan kokemusta, vaan se kertoisi lähinnä omasta kokemuksestani tai haastateltavan oletetusta kokemuksesta; en halunnut tuottaa itse tutkimukseni tuloksia, vaan halusin antaa haastateltavan määrittellä itse oman kokemuksensa. Lisäksi avoin haastattelu tuntui minusta inhimilliseltä ja sopivalta menetelmältä tutkia näin arkaluontoista aihetta, sillä siinä haastattelutilanne on lähinnä tavallista keskustelua: keskustellaan tietystä aiheesta, eikä kaikkien haastateltavien kanssa ole edes välttämä-

töntä käydä läpi jokaista etukäteen ajateltua teemaa (Eskola ja Suoranta 2000, 86). Ennen varsinaisia haastatteluja tein kaksi esihaastattelua, joissa testasin nauhurinkäyttöä, ajan kulumista sekä harjoittelin kuuntelemista ja tarkistavien kysymysten tekoa. Esihaastateltavat olivat kuitenkin ystäviäni, joten tilanne oli varsin erilainen kuin oikeissa haastatteluissa.

Tutkimushaastatteluista tein kuusi keittiönpöydän ääressä kotonani ja yhden haastateltavan tiloissa. Haastattelujen kesto oli keskimäärin 2,5 tuntia siten, että lyhin kesti kaksi tuntia ja pisin kolme ja puoli tuntia. Kaikilla kerroilla läsnä olivat vain haastateltava ja minä, koska halusin tilanteen olevan mahdollisimman rauhallinen ja leppoisa. Haastattelujen kulku muotoutui kolmevaiheiseksi: ensin haastateltava kertoo oman tarinansa, jonka jälkeen minä teen haastattelurungon perusteella mahdollisesti tarkentavia tai kokonaan uusien aihealueiden kysymyksiä ja viimeiseksi on vaihe, jossa me jaamme kokemuksia. Jokainen haastattelu oli tietysti omanlaisensa, mutta nuo kolme vaihetta ovat jokaisessa haastattelussa jollain tavalla läsnä.

Olin itse mukana Eron jälkeen -vertaistukitoiminnassa ja kaksi haastateltavaa olivat minulle entuudestaan ”tuttuja”. Haastattelutilanteessa tutustumisvaihe jäi heidän kanssaan lyhyemmäksi, mutta toisaalta taas täysin tuntemattomat haastateltavat kertoivat asiat jotenkin tarkemmin, mikä helpotti minua analyysivaiheessa. Haastatteluja purkaessani havaitsin, etten loppujen lopuksi tiennyt näiden kahden ”tutun” eroista paljoakaan etukäteen; olimme keskittyneet jokainen omaan eroomme ja se, mitä olimme vertaiskeskusteluissa kuulleet toistemme eroista oli jo ehtinyt osin unohtua.

Tein haastattelut nopeassa tahdissa - kahden viikon sisällä - ja kirjoitin ne tekstimuotoon mahdollisimman pian. Työvaihe tuntui työläältä ja raskaalta. Lopulta kirjoitettua tekstiä oli 224 sivua. Mietin, jaksanko jatkaa tästä itselleni ehkä liiankin läheisestä aiheesta, vai olisiko helpompaa vaihtaa aihetta. Aineisto oli kuitenkin mielenkiintoinen ja jotenkin tunsin, että olen haastateltaville sen velkaa, että teen tämän loppuun asti. Puolen vuoden tauon jälkeen jatkoin työtäni; jaoin haastattelupuhetta eron syy / seuraus / kokemus / selviytyminen -puheeksi. Samalla poistin omia kokemuksiani käsittelevää puhetta, sekä sellaista haastateltavan puhetta, joka saattoi olla lähtöisin minusta. Omien kokemusteni poistaminen aineistosta helpotti minua huomattavasti, sillä se auttoi minua etäännyttämään omasta erostani; sain keskittyä pelkästään haastateltavien kokemukseen. Tämän tehtyäni huomioni kiinnittyi siihen, mistä haastateltavat puhuvat erotarinoissaan ja vastaavasti siihen, mistä he eivät puhu tai puhuvat vasta kysyttäessä. Aloin tehdä tarkempia havaintoja aineistostani. Havainnot eivät kuitenkaan itsessään ole tutkimuksen tuloksia, vaan ne toimivat johtolankoina, joiden avulla pyritään pääsemään havaintojen ”taakse” (Alasuutari 1999, 78).

Jatkoin tekemällä jokaisesta tarinasta kronologisen aikajanan. Mietin, mistä kertominen alkaa, mitä vaiheita erossa on ollut ja missä vaiheessa kertoja on nyt. Sen jälkeen tein vielä uudet, tarkemmin jaotellut aikajanat, joissa näkyivät haastateltavan omat puheenvuorot, joihin tulkintani perustuivat. Näin yritin varmistaa itselleni, että olin tulkinnut haastateltavan puheen hänen omasta näkökulmastaan. Tämän jälkeen yritin keksiä mahdollisimman kuvaavia otsikoita tarinoiden eri vaiheille.

En ollut alun perin ajatellut tarinallisuutta tutkimukseni menetelmäksi, mutta vähitellen se luontevasti - kuin hiipien - istuutui menetelmäkseni. Tutustuttuani perusteellisesti aineistoon huomioni kiinnittyi tarinoissa oleviin samankaltaisuuksiin ja vastaavasti eroavuuksiin. Jaoin haastateltavien tarinat jätettyjen ja jättäjien tarinoihin. Jätettyjen tarinoissa oli tietyt omat peruspiirteensä sekä vaiheensa ja jättäjillä vastaavasti omansa, erilaiset kuin jätetyillä. Näin olin pikkuhiljaa löytämässä kertomusten juonirakenteen, josta mm. Alasuutari kirjoittaa: ”Juonirakenteen tutkiminen auttaa siis löytämään eri kertomusten väliset erot ja yhtäläisyydet. Sen lisäksi se on avain kertomusten merkitysrakenteen tutkimiseen.” (Alasuutari 1999, 131). Itselläni tosin järjestys oli toinen; löysin kertomusten välisten erojen ja samuuksien kautta kertomusten juonirakenteet. Seuraavaksi esittelen jättäjien ja jätettyjen tarinoissa havaitsemani keskeisimmät erot.

Jättäjät

- muuttivat lastensa kanssa pois kotoaan
- eivät puhuneet eronjälkeisestä terveydestään, paitsi jos mies oli ollut tosi keho kumppani
- voimakas halu tai pakko selviytyä/pärjätä
- tilanne on vaikeuksista huolimatta jotenkin hallinnassa tai ainakin halutaan uskoa niin
- eivät mieti - Miksi?, koska ovat itse tehneet eropäätöksen

Jätetyksi tulleet

- ovat jääneet (saaneet jäädä) perheen entiseen kotiin - hyvä vai paha?
- ex-puoliso (mies) on ollut valmiimpi eroon ja nainen on enemmän tai vähemmän yllättynyt - miettivät Miksi?
- puhuvat oma-aloitteisemmin pahoinvoinnistaan, sairastumisestaan ja avuntarpeestaan
- tuntevat itsensä uhriksi ja niin pitkään, kun tuntee olevansa uhri, vaikuttaa tilanne olevan vaikein
- ”nuortuvat”, eli tyyli muuttuu nuorekkaampaan suuntaan
- ottavat lohdutussuhteen, seurustelevat ja uusi miesystävä saattaa olla reilusti nuorempi

Tarinoiden yhteiset ja eroavat piirteet tulivat vielä selvemmin esille, kun otin huomioon heidän eroa edeltävän suhteensa laadun, eli jaottelin ex-puolisot karkeasti hyviin ja huonoihin. Hyvällä miehellä tarkoitan miestä, joka on huolehtinut perheestään, eikä hänellä ole ollut häiritsevässä määrin alkoholi-, mielenterveys- tai muita ongelmia. Huonolla miehellä on vastaavasti ollut joku ongelma, jonka nainen on kokenut elämäänsä (ja lastensa elämää) häiritsevänä. Näin muodostui nelikenttä, jonka avulla pystyin karkeasti tyypittelemään erilaisia tarinallisia peruspiirteitä tai juonia jätettyjen ja jättäjien tarinoiden välille riippuen siitä, millaisena he ex-puolisonsa kuvasivat ja kokivat. Mielenkiintoista oli, että haastatellut jakautuivat nelikentän lokeroihin niin tasaisesti kuin tällä haastateltujen määrällä on mahdollista jakautua. Kirjallisuuskatsauksessa esittelemäni käsitteet: jättäjä/jätetty, erovalmius, erotyypittelyt, jne. vaikuttivat varmasti siihen, että huomioni ylipäätään kiinnittyi tämän tyyppisiin asioihin naisten erotarinoissa. Tämä nelikenttä oli jatkossa tutkimukseni tukipilari, johon neljä erilaista erotarinaa pohjautuvat.

	JÄTETTY (hylätyksi tullut)	JÄTTÄJÄ (hylkääjä)
HUONO MIES		
HYVÄ MIES		

5. TULOKSET

5.1 Mistä puhutaan, kun puhutaan av(i)oerosta

Analysoidessani aineistoa huomasin, että haastateltavat kertoivat likipitäen niistä asioista, joista olin ajatellutkin heidän kertovan (näkyä selvimmän haastattelurungossa liitteessä 2). Uskon, että tähän vaikutti lukemani erokirjallisuuden lisäksi oma erokokemukseni, osallistumiseni Eron jälkeen – toimintaan sekä se, että olin iältäni ja elämäntilanteeltani vastaavassa vaiheessa kuin haastateltavat; olin yksi heistä. Haastateltaviani helpotti varmasti se, että he olivat jo vertaistukiryhmissä tottuneet

puhumaan eroistaan ja tuntemuksistaan muiden kanssa, samoin kuin se, että he olivat jo ennen haastattelua miettineet ja analysoineet eroprosessiaan.

Yllättävintä itselleni oli haastateltavien halu puhua eron syistä, sillä en kertaakaan kysynyt niistä. Itse asiassa olin pelännyt koko aihetta, sillä en halunnut, että haastateltavat kokisivat minut millään tavalla uteliaana tai tunkeilevana. Eron syyt ja ylipäätään eron ymmärrettäväksi tekeminen - todennäköisesti sekä itselle että haastattelijalle - vaikutti hyvin tärkeältä haastatelluille. Vaikka en alun perin ajatellut sen kummemmin eron syihin paneutuakaan, kokoan muutamia asiaan liittyviä tutkimustuloksia parista suomalaistutkimuksesta. Myös haastattelemini naisten erojen syyt löytyvät pitkälti seuraavista tutkimustuloksista.

Perhebarometri 2003 on ensimmäinen laajaan postikyselyaineistoon perustuva tutkimus, jossa kerrotettiin suomalaisten näkemyksiä parisuhteesta ja avioerosta. Postikysely lähetettiin 3000:lle vuonna 1995 avioituneelle henkilölle, joista 1500 oli edelleen avioliitossa ja 1500 oli eronnut. Tutkimuksessa havaittiin, että ero periytyy jossain määrin, sillä eronneet olivat hieman useammin itse avioerolapsia. Eronneet olivat myös tunteneet toisensa lyhyemmän aikaa ja menneet useammin mielestään naimisiin liian nuorena kuin edelleen naimisissa olevat. Lisäksi he tunsivat saaneensa vähemmän tukea omilta sosiaalisilta verkostoiltaan avioliitossa oleviin verrattuna. Havaittiin myös, että eronneet eivät olleet tehneet avioliittonsa eteen niin paljon työtä kuin naimisissa olevat ja ero olikin heille usein vasta ensimmäinen todellinen paikka käsitellä parisuhdetta. (Paajanen 2003.) Naisilla tärkeitä eroon johtavia syitä olivat läheisyyden puute, kommunikointivaikeudet, parisuhteen hoitamattomuus, riittämätön tuen saanti puolisolta, arvostuksen/kunnioituksen puute ja erilaiset arvot ja/tai elämäntyyli. Lisäksi puolison päihdeongelmat sekä fyysinen ja henkinen väkivalta tulivat esiin etenkin naisille tyypillisinä eron syitä. (Paajanen 2003, 71). Lopullinen avioeroon johtanut syy oli useimmin uskottomuus, mutta todennäköisesti se koettiin ongelmallisen suhteen viimeisenä pisarana ja vahvisti vain eropäätöksen. (Paajanen 2003, 74-75). Tolkki-Nikkosen tutkimuksessa (1990) eroajatuksia olivat 15 avioliittovuoden aikana aiheuttaneet mm. liiallinen alkoholin käyttö, riitely, ymmärtämättömyys, uppoutuminen työhön, tuttavien erot, seksi, arvomaailmojen erot, uskottomuus ja kokemus vastuunkantamisesta yksin (Tolkki- Nikkonen 1990, 68).

Myös psyykkiseksi määrittelemääni puhetta oli paljon. Se oli puhetta, jossa haastateltava kertoi jakamisestaan, huolistaan tai muusta sellaisesta, jonka pystyin mieltämään jollain tapaa ”pään sisäiseksi” asiaksi, tuntemukseksi tai kokemukseksi. Kaikille haastatelluille oli yhteistä puhe erilleen muuton jälkeisen ajan kaaosmaisuuudesta, paperi- ja puhelinrumbasta, johon osa oli saanut apua yh-

teiskunnalta (esim. Kela, sosiaalitoimisto) ja josta osa oli sinnitellyt tai yrittänyt sinnitellä omin voimin. Tyypillistä oli, että haastateltu ei muistanut tarkasti tapahtumien järjestystä, paikkaa tai aikaa. Itseä, lapsia sekä eroa koskevia hoidettavia ja järjesteltäviä asioita on eron jälkeen niin paljon, ettei niitä ehdi, eikä jaksakaan tarkemmin pohtia: ”sitä vaan tekee, yksi asia kerrallaan”.

Fyysiseksi määrittelemääni terveyspuhetta oli vastaavasti yllättävän vähän. Olin pettynyt, sillä etenkin jättäjien kohdalla jouduin kysymään ruumiillisista tuntemuksista, koska oma-aloitteisesti he eivät asiaa maininneet. Kuitenkin fyysisyys ilmeni haastatteluissa. Se näyttäytyy monenmoisina ”kipuina”: lihominen, laihtuminen, selkäkipu, kurkkua kuristaa, flunssat tarttuu, päätä kivistää. Monien oireiden kohdalla en osaa edes erotella, ovatko ne fyysisiä vai psyykkisiä. Kaikille haastatelluille yhteistä oli väsymys. Haastattelut saivat minut miettimään suhtautumistamme fyysiseen sairastumiseen ja väsymykseen.

Kyllä mä olin fyysisestiki väsynyt, koska kun mä vein lapset ja sitte tein niitä aamuhomia, niin kyllä mä kahden, joskus kolmenki tunnin päiväunet nukuin.

Mä oon koko ajan myös fyysisesti sairas, et siiks mä toivon, että mä saisin lomaa, mut enhän mä voi saada lomaa, kun en mä oo töissä. Enhän mä voi saada lomaa lapsista, kun on mies, joka ei voi pitää niitä. Mä oon yhdessä vaiheessa sanonu, että voisko nää lapset ottaa huostaan ja sit mä oon jälkeinpäin miettiny, että kuka äiti sanoo omista lapsistaan, että voisko nää ottaa huostaan.

Pitääkö olla fyysinen syy, että voi hakea sairauslomaa ja levätä? Miten kotiäiti voi saada lomaa? Onko lapset annettava huostaan, että saisi itse levätä hetken? Mielestäni tässä kuvastuu fyysisyyden ylivalta. Vasta sitten, kun on fyysisiä oireita, äiti kokee olevansa oikeutettu lepäämään. Todennäköisesti kuvaukset kertovat myös siitä, että tuntemuksia on vaikea erotella; ne ovat läsnä koko ihmisessä: psyykkisesti, fyysisesti, sosiaalisesti ja henkisesti. Ajattelen tämän tukevan käsitystäni siitä, että ihminen on fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen ja henkinen kokonaisuus.

Eeva Jokisen tutkimuksessa äitien väsymyksestä, naisten kirjoituksissa useimmiten mainitut äitiyden tunnot olivat: väsymys(35kertaa), onni/onnellisuus(10), yksinäisyys(10), itkee/itkettää(10), huono omatunto(9), pelko(9), uupumus(8), ilo(7), ahdistus(7), huoli(6), kiire(6), nautinto(6) ja tuska(6). Valtaosa äitien tuntemuksista näyttää siis olevan kielteisiä; tosin antropologisessa tutkimuksessa on havaittu tuntemusten kulttuuristen ilmausten liittyvän yleensä tiettyihin ongelmiin, joten se ei ole vain äitikirjoittajien piirre. (Jokinen 1996, 26.) Jokisen aineiston 35 väsymyksestä 22 sijoittui kotiin ja seitsemän taas kodin ja palkkatyön rajalle. Kotiin sijoitettu väsymys synnyttää mielikuvan sisälle jäämisestä, vangittuna olemisesta. Kotona väsyminen liitetään myös yksin jaksamiseen, il-

man toista aikuista olemiseen ja se voi kanavoitua siten läheisyyden ja välittämisen kaipuiksi. Lisäksi kodissa väsyminen voi liittyä hallitsemattomuuden tunteeseen, eli tässä tapauksessa tavaroiden ja paikkojen järjestyksessä pitämiseen sekä ajan ja tahdin hallintaan. (mt., 35-37.) Epäjärjestys oli muutenkin yksi suurimmista tuskaa aiheuttavista asioista äideille. ”Kodin tavaroita, töitä, omaa ruumista, ihmisten välisiä suhteita ei saatu pidetyksi paikallaan tai muuten järjestyksessä.”(mt., 105.) Analyysinsä tärkeimpänä tuloksena Jokinen pitää sitä, että väsymispuhe ja -kirjoitus ovat äideille hyvin tärkeitä ja ne ikään kuin liu`uttavat merkityksiä ja auttavat löytämään muita tuntemuksia (mt., 42).

Myös Marja-Liisa Honkasalon (1988) tutkiessa naisten puheita työpaikoilla, väsymys oli ykkösoire naisilla, erityisesti pienten lasten äideillä. Mielenkiintoista on, että ne pienten lasten äidit, joilla oli eniten oireita, tunsivat itsensä terveimmiksi. Väsymys esiintyi usein kytkeytyneenä muihin oireisiin: kipu, särky, hermostuminen, stressi ja unihäiriöt. Koska väsymys on yleistä ja sallittua, Honkasalo pääättelee sen ehkä olevan peitenimi muille, kätkeytyneille oireille kuten masennus, pelko tai epävarmuus. (Honkasalo 1988, 121.) Väsyminen on hyvin monipuolinen ilmaisu eikä sitä ole patologisoitu: ei ole välttämättä sairaus, jos on väsynyt (Jokinen 1996, 31). Artikkelissaan ”Onko nainen oman terveytensä määrittelijä” (1995) Marja-Liisa Honkasalo ja Päivi Åstedt-Kurki kirjoittavat, että käytännössä ihmisiä hoidetaan usein tautilähtöisesti, unohtaen ihminen kokonaisuutena, persoonana. Terveyden kokeminen on hyvin moniulotteinen ja -merkityksellinen asia. Naisen terveyden kokemukselle on tyypillistä hyvän ja huonon olon samanaikainen kokeminen: esim. kuukautiset ovat hankalat, mutta ne kertovat samalla, että nainen on terve. Myös perheen vointi heijastuu naisen oman terveyden kokemiseen; äitinä naisen on ”pakko” pysyä terveenä ja selviytyä kotiaskareista, koska lapsista on pystyttävä huolehtimaan. Äidin omat vaivat ja hankaluudet väistyvät hänen kokemusmaailmassaan ja merkityksellisiksi nousevat ”toiset”. Åstedt-Kurjen väitöskirjatyön (1992) mukaan terveyskokemus muodostuu eräänlaisesta kudoksesta, jossa on mukana hyvää oloa, vaivattomuutta, hankaluuksia ja sairauden tunnetta. Myös Helen Popay (1992) on miettinyt, miksi äitien väsymys ei määriy edes oireeksi: äidit ovat koko ajan väsyneitä, mutta tuntevat itsensä terveiksi. Popayn mukaan kyse on kulttuurisista tavoista, joissa äitien terveys on sidoksissa kykyyn toimia kotiäitinä. Näiden tutkimustulosten valossa voin vain todeta, että se väsymyksen määrä, mitä haastateltaviani olleet naiset/äidit ovat joutuneet eroprosessissaan kokemaan on varmasti ollut moninkertainen niihin äiteihin verrattuna, joiden elämän olosuhteet ovat olleet kunnossa.

Elämäntavoista tupakointi tuli selvimmän esille haastateltujen keskuudessa. ”Tupakkaa rupesin vetämään ihan hulluna”, totesi eräs haastatelluista ja tämä näkyy myös useissa tutkimuksissa (Puska

ym. 1991; Helakorpi ym. 2001). Siviilisäädyn mukaan tarkasteltuna tupakointi on molemmilla sukupuolilla yleisintä juuri eronneiden ryhmässä (Laaksonen 2003, 228). Alkoholin käyttöön ero ei haastatelluilla naisilla juurikaan ollut vaikuttanut. Yksi haastateltu totesi että ”Alkoholi on hänelle vieläkin kuin punainen vaate” ja sillä hän tarkoitti sitä, että ex-puolison liiallinen alkoholin käyttö sai hänet vielä eron jälkeenkin inhoamaan kyseistä ainetta. Myös Paakkasen (1992) tutkimuksessa todetaan, että avioero ei lisää naisten alkoholin käyttöä. Humala sekä usein tapahtuva alkoholin käyttö ovatkin yleisempiä parisuhteessa elävillä kuin eronneilla naisilla (Metso ym. 2002).

Haastatellut kertoivat myös selviytymisestään – eivät suoraan, eivätkä kaikki – mutta siinä mittakaavassa kuin he tunsivat selviytyneensä. Ystävät nousivat kiistatta suurimmaksi avuksi, ja kaikki mainitsivat vertaistukiryhmän ja siellä käydyt keskustelut. Myös sukulaisia, ammattiauttajia, omia voimavaroja ja arjen rutiineja arvostettiin. Perhebarometri 2003 tukee haastateltujen kokemuksia. Sen mukaan henkistä tukea eronneet naiset kokivat saaneensa eniten ystäviltään ja seuraavaksi omilta sukulaisilta, ammattiauttajilta sekä työtovereilta. (Paajanen 2003, 54-55.) Lapset olivat kaikille haastatelluille naisille syy selviytyä.

Lapset on se, mikä vie eteenpäin. Sitä vaan meni - aamulla nousi ylös, tarhaan ja kouluun ja töihin - ne arjen rutiinit.

Lapsista puhuttiin muutenkin paljon ja heidän roolinsa oli haastateltujen naisten elämässä suuri. Osalla lapset olivat olleet yksi syy erota toimimattomasta parisuhteesta. Toisilla se oli vastaavasti ollut syy eron täytöntöönpanon pitkittymiseen. Joka tapauksessa lapset aiheuttavat naiselle erotilanteessa paljon pohdittavaa, huolta ja väsymystä. Toisaalta taas lapset myös pakottavat naisen selviytymään sellaisesta, jota he ehkä muuten eivät jaksaisi. Lapset saattoivat myös olla kiistakapula vanhempien välisissä riidoissa ja siten lapset mahdollistavat eron pitkittymisen psykologisessa mielessä. Haastatellut jakoivat kokemuksen siitä, että lasten kautta ex-puoliso yhä edelleen voimakkaasti vaikuttaa entisen perheensä elämään. Naisten on pakko ottaa lasten isä huomioon tekemisissään. Ulrich Beck ja Elisabeth Beck-Gernsheim puhuvatkin avioliiton jälkeisestä eroliitosta. Eroliidito on avioliiton jälkeinen liitto, jossa huomioidaan taloudellinen huolenpito, lapset ja yhteinen eletty elämä. (Beck & Beck-Gernsheim 1995, 147). Haastatellut naiset kokivat myös, että lasten suhtautumisen vanhempiinsa muuttui eron myötä. Haastateltujen perusteella ajattelen, että nainen/äiti ja arki liittyvät tiiviisti toisiinsa ja vastaavasti taas mies/isä ja pyhä.

Onhan se tosi, että ei ex enää elä sitä arkee, mitä mä lasten kans elän, että sehän saa todellakin sitä hyvää. Mä oon sanonu, että sanokaa sille itelleen suoraan, jos niitä sieppaa

*siinä joku, mutta ei ne haluta pahottaa sen (isän) mieltä. Mulle kyllä tulee sit ämpärikau-
palla.*

Mielenkiintoisin oli mielestäni lasten vaikutus naisten suhtautumisessa ex-puolison uuteen naisystävään. Kaikki haastattelemi-
ni naiset puhuivat ex-puolison uudesta naisystävästä, jos sellainen oli, enemmän tai vähemmän positiiviseen sävyyn. Jopa ne, joille ex-puolison uusi naisystävä oli ollut yksi syy eroon. Käsitän tämän jonkinmoisena naisten ”liittona” lasten hyväksi. Haastatelluilla nai-
silla/äideillä lasten hyvinvointi näyttää olevan tärkeämpää kuin omat tunteet. Tämä pitää paikkansa tietysti vain niissä tapauksissa, joissa nainen/äiti kokee uuden naisystävän olevan hyvä hänen lapsil-
leen. Osa haastatelluista jopa toivoi ex-puolison löytävän mukavan ja hyvän naisystävän, että voisi tuntea olonsa turvallisemmaksi lastensa osalta. Ne haastatellut, joilla oli uusi miesystävä, puhuivat myös hänestä ja hänen vaikutuksestaan sekä naisen että lasten elämään. Näiden edellä mainittujen aihealueiden lisäksi kaikki puhuivat itsestään ja ex-puolisostaan ja omasta erokokemuksestaan, mut-
ta siitä tarkemmin erotarinoissa.

5.2 Nelikentän tarinat

Nelikentän kategorioihin: jättäjä/jätetty ja huono mies/hyvä mies, viittasivat myös jotkut tehdyt tut-
kimukset (ks. tutkimuksen teoreettinen tausta). Hahmottelemani nelikentän pohjalta hahmottui ai-
nakin neljä mallitarinaa.

	JÄTETTY (hylätty nainen)	JÄTTÄJÄ (nainen hylkää)
HUONO MIES	TAINAN TARINA	SANNAN TARINA
HYVÄ MIES	KIRSIN TARINA	RIITAN TARINA

Mallitarinat olivat aluksi rönsyileviä ja sisälsivät paljon kaikkea mahdollista eroon liittyvää. Vähi-
tellen, ohjaajani neuvosta, ruodin esiin tarinoista niiden oleellisen osan, luurangon. Tarinat lyheni-
vät ja selkiytyivät. Selkiyttääkseni ja helpottaakseni tarinoiden lukemista edelleen, tein mahdoli-

simman lyhyet ja kuvaavat otsikot kronologisten erotarinoiden eri vaiheille. Tarinoiden juonet perustuvat kunkin nelikentän haastateltujen naisten kokemuksiin ja kuvauksiin eroistaan. Mallitarinat ja niissä olevat sitaatit kokosin siis useammasta samaan nelikenttään luokitellusta erotarinasta. Halusin käyttää mahdollisimman paljon haastateltujen omia puheenvuoroja ”kertomaan” tarinan. Mallitarinoissa nimet, ammatit, iät, yms. on tunnistettavuuden takia muutettu. Tarinan ymmärrettävyyden takia olen muuttanut joissain sitaattikohdissa myös aikamuotoja.

5.2.1 Huonon miehen hylkäämä nainen: ”Se oli sittenkin helpotus”

Viimeisten vuosien piina

Taina on 37-vuotias kosmetologi. Taina ja Taisto olivat yhdessä 18 vuotta ja heille syntyi kolme lasta, jotka ovat nyt kouluikäisiä. Avioliitto oli alkuun onnellinen, mutta vähitellen kaikki muuttui. Viimeisinä yhteisinä vuosina Taina koki Taiston käytöksen henkisenä väkivaltana (alistamisena, nöyryyttämisenä, pakottamisena). Taina ei enää tiennyt, kuka hän on.

Ei sitä osaa kellekää kertoo, joka ei oo sitä kokenu. Mustan silmän ymmärtää kaikki tuomita, mutta henkistä väkivaltaa ei kukaan näe. Siinä on hirvee selittäminen ihmisille, jos haluaa saada ne ymmärtää, mikä on itellä ollu. Ne on niin pitkiä juttuja.

Jaksaakseen Taina kokeili erilaisia suhtautumistapoja. Joskus hän halusi keskustella ja toisinaan hän yritti vain olla välittämättä. Taina oli aina pitänyt itseään vahvana ja terveenä naisena, mutta suhteen loppuaikoina hän epäili omaa mielenterveyttään. Hän reagoi pahaan oloonsa myös fyysisesti.

Se siinä on tehny niin sekaseks, just se, kun mä oon ajatellu, että mä oon terveellä itsetunnolla varustettu ja että kyllä mä ymmärrän, että nää on ihan pimeitä. Mutta samaan aikaan, että jos mä oonkin vähä liian tärke omasta itsestäni. (...) Sitä vaan jotenkin rimpuloi niin, että mä en voi olla väärässä loppujen lopuksi.

Mies haluaa erota ja Tainaa pelottaa oma pärjäämisensä

Vaikeuksista huolimatta Taina olisi ollut vielä valmis jatkamaan liittoa. Hänen itsetuntonsa oli latis-tettu ja hän pelkäsi, miten selviytyisi yksin lasten kanssa. Taisto kuitenkin rakastui nuorempaan naiseen ja halusi erota. Vaikkei Taina eroa alun perin halunnutkaan, silti hän oli siihen hyvin valmis.

Kyllä varmaan mä oon ollu niin valmis siihen eroon ja niin väsynyt siihen kaikkeen, en mä ollu edes surullinen.

Taina opetteli uusia taitoja, keksi vanhasta uutta ja ”venytti” senteistä euroja. Taisto kohteli Tainaa edelleen huonosti; vähätteli, ei maksanut elatusmaksuja eikä muutenkaan noudattanut sovittuja asioita.

Vihaa oli ensimmäinen puoli vuotta. (...) Just tää, että mua pidetään itsestäänselvyytenä! (...) Mutta se on tuottanu tosi paljon tyydytystä, että me pärjätään.

Ero oli sittenkin Tainalle helpotus

Hän nautti kotinsa rauhallisuudesta, lapsistaan ja siitä, ettei enää tarvinnut koko ajan pelätä ”mitä seuraavaksi”. Taina löysi eron jälkeen itsessään olevan luovuuden. Hän sisusti uuden kotinsa oman näköisekseen ja kirjoitti ahdistustaan runoiksi. Hän nautti siitä, että hänellä oli omassa kodissaan hyvä olo.

Mulle on ero merkinny mieletöntä helpotusta henkiseen tasapainoon, ihan järjettömän iso muutos siihen pahaan oloon. Meidän hyvinvointi alko selkeesti sen eron jälkeen, se rauhallisuus kodissa, se olo siellä.

Taina osti nuorekkaampia vaatteita ja kävi viihteellä. Hän meni Erosta eteenpäin – vertaistukiryhmään ja sai siellä sympatitaa ja ymmärrystä. Ystävät, sisarukset, työkaverit ja myös osa Taiston sukulaisista ovat olleet hänelle suurena tukena.

Kyllähän ne asiat on saanu ihan uusia mittasuhteita, että siinä toi Eron jälkeen -toiminta on kyllä ollu, että ei jää ihan vääristyneisiin ajatuksiin iteksensä. Siis yleisesti ottaen se, että juttelee.

Ystävät on hirveen iso asia, koska ei oo varaa mennä yksityiselle (lääkärille) ja sitten yhteiskunnallisen tuen avulla saatu on niin pitkien jonojen päässä (...)’Ai, silloinko mä tuun kertoo, kun mulla kuristaa nyt?’

Elämä on edelleen rankkaa

Taina kaipaa fyysistä läheisyyttä, mutta pelkää henkistä sitoutumista. Hän on tapaillut yhtä miestä jo yli vuoden, mutta hän ei halua tutustuttaa miestä lapsiinsa, eikä hän halua edes ajatella seurustelelevansa.

Mulla on ihan hirvee pelko uuden suhteen luomiseen.

Kosmetologina Taina joutuu silloin tällöin tekemään töitä myös iltaisin. Joskus hän tuntee olevansa Ihan Poikki! Huono omatunto omasta riittämättömyydestä ja kasvavien lasten mukanaan tuoma lisääntynyt rahanmeno ahdistavat.

Niin monta kertaa on se huono omatunto seurana, siis heti, jos on jotain ja tulee kotio myöhemmin, niin mä oon huono äiti. (...) Nyt huomaa, että ikä tekee näköjään jo, ja tietysti tää isä-äitinä oleminenki vaatii veronsa.

Tainasta tuntuu, että Taisto haluaa yhä edelleen hallita häntä; hän on itsestäänselvyys, jota voi kohdella huonosti. Lapset joutuvat kärsimään vanhempiensa riidoista ja purkavat omaa pahaa oloaan Tainaan. Avioliiton aikainen kokemus asioiden epäreiludesta jatkuu edelleen.

Taistolle ei päde samat säännöt kuin minulle, se on semmonen, mikä saa mut raivoihinsa. Yhdessä on sovittu lastenvalvojan luona, eli on viralliset sopimukset, mutta kun nekään ei enää päde. Mä en tiedä enää, mihin mä voin luottaa. (...) Mä tunnen olevani niin voimaton.

Taina pitää Taistoa itsekkäänä ja moraalittomana, eikä hän voi ymmärtää tämän toimintaa (tietoista kiusaamista). Myös vanhat, käsittelemättömät ”kummallisuudet” häiritsevät Tainaa, mutta he eivät valitettavasti kykene Taiston kanssa selvittämään asioita keskenään.

Kun viikonloppu alkaa, niin mä mietin koko viikonlopun, siis mä oon miettiny hirveesti näitä asioita. Ne on semmosia asioita, mitkä on vieläkin käsittelemättä tai mä en saanu koskaan hänen kanssaan niitä., että ne mulla tulee pinnalle.

Taina on huomannut, että hänen hyvinvointinsa kannalta on sitä parempi, mitä vähemmän hän on tekemisissä Taiston kanssa. Pakolliset asiat hän hoitaa yleensä tekstiviestien välityksellä.

En jaksa enää – on aika asettaa rajat

Taina on toivonut, että Taisto arvostaisi ja kunnioittaisi häntä edes lastensa äitinä, mutta ymmärtää nyt, että niin ei todennäköisesti tule koskaan tapahtumaan. Hän on luopunut yhteisen vanhemmuuden odottamisesta. Hän on surullinen siitä, että aika menee ihan toissijaisiin asioihin, eikä lasten hyvinvoinnin edistämiseen. Taina on pettynyt myös yhteiskuntaan; lastenvalvoja ym. sosiaali- ja terveyspalvelut (yhteiskunta) eivät ole kyenneet heitä auttamaan. Itse asiassa Tainasta tuntuu pahalta, että häntä yritetään painostaa yhteistyöhön Taiston kanssa; hän ei enää millään jaksaisi.

Kai tää on vaan mun kohtaloni, niinkun lastenvalvoja sano, että on olemassa ihmisiä, jotka voi hautaan asti kiusata, että tulee oleen vielä ne yhteiset lastenlapset.

Taina haluaa mennä keskustelemaan asioista yksin, sillä yhteiset käynnit Taiston kanssa vievät hänet liikaa voimia. Taina haluaa suojella itseään ja hän alkaa olla valmis asettamaan selkeitä rajoja Taiston toiminnalle.

Mä oon aina pelänny, että mulle tulee joku sanoo, että 'Sä et oo yrittäny kaikkees', mut kyllä mä oon. Mun vaan täytyy oman pääni kanssa päästä selväks, (...) et tähän se raja on nyt asetettava. (...) Mulla ei oo voimavaroja, mun täytyy myös osata sanoa EI, että mä vaan väsyttän itseni, mä en jaksa olla enää kotona äiti. (...) Vaikka mä pomppisin Taiston pillin mukaan, niin se ei tyydy, se ei riitä, se on pohjaton suo, et enhän mä kerkeis tehdä muuta.

Loppu

Tainan tarina on kiltin tytön tarina. Vaikka Tainaa on kohdeltu huonosti, haluaa hän silti käyttäytyä hyvin ja moitteettomasti sekä ex-puolisoa että yhteiskuntaa kohtaan; siten hän kokee myös pystyvänsä elämään sovussa itsensä kanssa. Kiltin tytön tarinassa on kuitenkin jumittumisen vaara, sillä ei ole mitään takeita siitä, että hankala puoliso joku päivä parantaisi tapansa ja lopettaisi loukkaamisensa. Mitä tapahtuu, kun kiltti tyttö lopulta väsy, eikä enää jaksa? Tainasta on kuitenkin kasvamassa eronsa myötä myös itseään kunnioittava ja arvostava aikuinen nainen, joka on tarpeen vaatiessa valmis puolustautumaan. Lisäksi tässä tarinassa näkyy mielestäni selvästi se, miten vaikea erosta on irtautua, kun eroon johtaneita asioita ei ole pystytty selvittämään yhdessä eikä niitä pysty yksin ymmärtämään.

5.2.2 Hyvän miehen hylkäämä nainen: ”Elämäni romahti”

Mehän oltiin niin unelma

Kirsi on 38-vuotias optikko ja hän ehti olla Harrin kanssa naimisissa 14 vuotta ennen avioeroa. Heillä on kolme kouluikäistä lasta. Harrilla on oma yritys ja hän matkustelee paljon työnsä takia. Harri takasi perheen toimeentulon Kirsin huolehtiessa kodista ja lapsista

Kun Harri teki pitkiä reissuja ja tuli kotio, niin lapsethan sen huomion vei. Mä jäin aina siinä sitte, mähän olin vaan se äiti. (...) Vaikka mä olinkin kenkkumainen ja kiukuttelin, niin laiminlöin kuitenkin oikeesti niitä omia tarpeitani.

Lasten synnyttyä Kirsi on tehnyt vain muutaman lyhyehkön työrupeaman omassa ammatissaan optikkona. Perheen talous oli turvattu ja Kirsi kuvitteli elävänsä onnellista (tai ainakin turvallista) perhe-elämää eikä nähnyt ongelmia, joita heidän liitossaan oli. Avioliiton loppuajankana riidoissa väläyteltiin eron mahdollisuutta, mutta Kirsi ei ottanut sitä todesta.

Mä puhuin, että meillä on aivan ihana perhe ja Harri on niin ihana - mä halusin sitä. Mä en tajunnu sitä todellista tilannetta. (...) Mä aattelin, että kyllä me tästä kohta, kyllä tää tästä.

Ero oli yllätys

Harri muutti perheensä luota pois, mutta halusi edelleen olla aktiivisesti mukana lastensa elämässä. Kirsi jäi lasten kanssa perheen entiseen asuntoon. Kirsin oli vaikea ymmärtää, mitä oli tapahtunut.

Ei elämä sillai oo niin hirveesti muuttunu, mutta kuitenkin Harri on ollu olemassa. (...) Oli niinku et - Häh? (vrt. jätettyjen miesten kertomuksiin)

Mä toivoin, että avioero olis niinkun kuolema, että se toinen kuolis, se ois niinkun lopullista, sit sais surra, sais olla vihanen, sais olla pettynyt ja se loppus. Yks mun ystävä, jonka veli on kuollu sano, et jos hänen veljensä tulis kahden viikon välein tuohon ovelle, niin ei-hän hän toipus koskaan, aina se suru nousis uudestaan pintaan ja niinkun sais pienen häivähdyksen, näkis.., siitä ihmisestä, joka on joskus ollu rakas.

He kävivät perheneuvolassa keskustelemassa, mutta tunteet olivat niin sekaisin, ettei siitä ollut heille apua. Kirsi pakeni lohdutussuhteeseen, jota kesti muutaman kuukauden. Vasta lohdutussuhteen päätyttyä hän tajusi tilanteen todellisuuden - hän oli vihainen, pettynyt, surullinen ja kaikkea mahdollista siltä väliltä - Kirsi masentui.

Kun sen rupes tajuaan, et (...) tää on niinkun oikeesti, niin se oli mulle se kaikista kovin, mikä sen romahduksen aiheutti.

Alkuhan meni tosiaan siinä itsesäälissä ja kauheessa itkeskelyssä. (...) Tuli joskus yölläkin, ihan hirveitä, niinku tuntu, et kaikki seinät kaatuu päälle, että mä en selviä, et mä kuolen tähän tunteeseen. (...) Laihduin 7 kiloa, kun en muistanu syödä päiväkausiin ja tupakkaa rupesin vetämään ihan hulluna (...) Mä istuin ja näivetyin jossain parvekkeella tai pihalla tai jossain, vedin tupakkaa ja aattelin, että voi kun ois jo huomina päivä.(...) Mua pelotti oma itte, kun mä olin aivan sekopäinen.

Romahdus

Elämältä oli pudonnut pohja. Kirsi vihasi Harria ja syyllisti häntä perheen rikkomisesta. Kirsin oli kuitenkin otettava tekemisissään huomioon sekä lapset että Harri lasten isänä – pirullista. Kanssakäyminen Harrin kanssa oli pelkkää huutamista. Lapset alkoivat oireilla.

Mä romahdin niin totaalisesti, (...) et en mä pystynyt ees oleen lasten kanssa. (...) Mä oon itkenyt ja sanonut Harrille, että mä en halua näitä lapsia, että mä en halua hoitaa niitä, mä en jaksa hoitaa niitä. Mä en oo varustautunut siihen synnyttäessäni kolme lasta, että mulle jää kaikki, et mä oon vastuussa kaikesta.

Tässä näkyy selvästi erovalmiuden puuttuminen - hylätyksi tuleminen. Hylätty nainen joutuu monesti kantamaan päävastuun itsensä lisäksi myös lapsistaan. Tilanne on aivan eri kuin sellaisella ihmisellä, joka itse haluaa/hakee eroa ja on ehtinyt valmistautua eroon.

En ois ikinä selvinnyt ilman vanhempiani ja ilman mun ystävääni.” (...) Isä tuli viereen ja otti kato, iso mies piti näin (näyttää), mä olin kun pieni lapsi siellä sen kainalossa. Se sano vaan, että sulla on varmaan tosi paha olo, sullon nyt paha olla ja mä sanoin, et 'Niin on' ja itkin ja itkin. Ja illalla isä hiero mun selkääni ja aamulla isä teki mulle aamupalan, 'Mitä sää otat – munakasta' - mä olin kun prinsessa.

Se mun ystävä on ite käynyt läpi (eronnut) ja sillä oli niinku semmonen asenne muhun, että se anto mun tuntea kaikki ja se oli puolueetonki vielä, että ei se lähtenyt Harria haukkua. (...) Se jakso kuunnella ja opetti mulle kaikki laskujen maksut ja auto ihan näissä mun käytännön asioissa ja lasten kanssa.

Kirsi haki apua ja sai mieliala- ja nukahtamislääkkeet. Hän kävi säännöllisesti puhumassa psykiatrisen sairaanhoitajan kanssa.

Se alkuvaihe, ne ensimmäiset kuukaudet kun se (mielialalääkkeet) lähti vaikuttamaan, niin se oli niinkun semmosta ..aika paha. (...) Pikkuhiljaa mä rupesin siitä, että en mää tässä loputtomiin ajatellu ollakaan, että kyllä mää tästä nyt ja ne lapsetki oli siinä.

Kirsi yrittää ymmärtää tapahtunutta

Vähitellen viha hellitti ja hän alkoi käydä kunnolla läpi tapahtunutta.

Niin kauan oli helppoo, kun sä haukuit toista ja toinen oli syyllinen kaikkeen, mutta sit siinä kohtaa, kun rupesitte tajuaan sen oman osuutensa siihen soppaan, et miten mä oon

voinu olla niin hirvee. (...) Ne mielialalääkkeet ehkä anto mulle sen rauhallisuuden käydä niitä asioita (...) ja hakeutua tämmösiin juttuihin (Eron jälkeen -vertaistukiryhmä). Sitte mä pystyin lopettaa sen lääkityksen ja hoitaa itteeni tällä eroryhmällä ja puhumalla.

Kirsi pohti ja arvioi (reflektoi) itseään ja elämäänsä, kävi vertaistukiryhmässä ja vähitellen hänen elämänsä umpisolmu alkoi löytyä. Hän luki paljon eroa käsitteleviä kirjoja ja kirjoitti eroon liittyvistä tuntemuksistaan pöytälaatikkoon.

Mä rupesin käymään kaikkee läpi niinku täyspäisesti, ottaa sitä omaa osuuttani sieltä - ottaa ja hyväksyy - ja sit antaa itelleni anteeks. (...) Pitää antaa itelles anteeks ennen kuin voi lähtee eteenpäin siitä.

Oli se hirvee ja kauhee kasa tunteita (...), mun pelastus oli se, et mä kävin ne kaikki tunteet lävitse. Kyllähän mä olisin voinu iskee Harrin puukolla kuoliaaks siinä jossain kohtaa, niin hirvee viha oli ja sitten oli kauhee suru ja katkeruus ja kaikki. Kauheeta, nyt kun aattelee taaksepäin, (...) mitenkä se kaikki meni, siinä on niin paljon kaikkee.

Tapahtunut selkiytyy vähitellen

Suurimman tunnemylläkän mentyä Kirsi ymmärtää paremmin myös Harria. He pystyvät yhdessä käymään menneitä asioita läpi: enemmän tai vähemmän sopuisasti. Kirsi ymmärtää enemmän tapahtuneesta ja hyväksyy sen.

Joka kerta mulle selkiää enempi, et ne löytää omat paikkansa, et missä järjestyksessä mikäki meni ja miks mä tunsin näin ja miks näin. Et kaikkee mä en varmaan ymmärräkään, mutta on niinku helpompi pistää piste koko hommalle.

Me ei kumpikaan pyydetty toisiltamme, mitä me halutaan, oletti vaan, että toinen tietää sen (...), et meidän kummankaan tarpeet ei tullu tyydytetyks.(...) Se loppuaika meidän suhteessa, et kaikki se, mitä mä koin Harrin kautta jääväni paitsi jostakin, niinkun se paha mieli, mä purin sitä hirveesti lapsiin.

He aikovat tehdä asioista selvemmat sopimukset, ettei turhia riitoja tai vääntämissä tulisi kovin usein. Heistä molemmista tuntuu, että tilanne on rauhoittunut sekä heidän itsensä että lastensa kannalta. Kirsi pystyy jo katsomaan vanhoja valokuvia ja videoita eikä häntä satu enää niin paljon. On aika mennä elämässä eteenpäin.

Nyt mä pystyn puhuu lasten kanssa kaikista vanhoista kivoista muistoista ja mulle ei tuu sitä tunnetta, että mua sattuu, kun mä en enää sitä Harrin kanssa koe. Nyt on semmonen vaihe, et mulle tulee hyvä mieli niistä hyvistä asioista (...) ja mun on nyt tietysti helpompi puhua lapsilleki Harrista, kun en enää koe sitä kohtaan vihaa enkä tämmöstä kaunaa.

Kirsi on tavannut muutama kuukausi sitten kiinnostavan miehen, Heikin, ja hän on aika ihastunut tällä hetkellä. Kirsi miettii, olisiko jo valmis aloittamaan vakavamman seurustelun.

Mullahan on tavallaan hyvä tilanne tässä tällä hetkellä, et mulla on tää uus, mä saan siltä tämmöstä hellyyttä ja tunnen itseni naiseks jälleen. Sitte on exä, joka kävi vaihtamassa talvirenkaat autoon ja lapsilla on paikka mihin mennä. (...) Mut pelottaa vähä oikeesti, että annanko mä vaan mennä tän (uusi suhde), että annanko mä nyt tälle tunteelleni vallan.

Kyllä mä tiedän sen, että vaikka mulla on kaveri, niin ei sitä nyt ihan olan kohautuksella, kun Harrille siihen joku tulee (...) kyllä mä sitä pelkään ja etukäteen oon miettiny.

Kasvu vastuulliseksi aikuiseksi

Merkittävin kokemus Kirсилle on ollut kasvu ihmisenä – kasvu vastuulliseksi, itseään arvostavaksi aikuiseksi naiseksi.

Mun oli pakko kokee ero, siis mun kasvamisen takia. Piti niinku sattua niin paljon, että pysty tekee ittellensä jotain. Että kyl mä koen, että mä oon paljon parempi ihminen tänä päivänä: mä oon itselleni paljon parempi ja mä oon lapsilleki paljo parempi. (...) Mulle on tullu paljon selvemmäks se, mitä mä itse haluan ja tuomaan se rohkeemmin esilleki. Ehkä sen tiedostaaki paremmin millon on hyvä olla. (...) Mä elän nyt tässä hetkessä ja yrittän nauttia siitä.

Loppu

Rakentavalle avioerolle on Kresselin (1985) mukaa kolme perustetta: halu erota on molemminpuolinen ja molemmat osapuolet työskentelevät eron jälkeen uuden sopimuksen hyväksi sekä se, että lapsilla on edelleen oikeus rakastaa molempia vanhempiaan. Tässä tarinassa nämä kolme perustetta loppujen lopuksi täyttyvät. Kun pahin tunnemylläkkä on ohi ja Kirsi on reflektoinut itseään, myös hän (jätetty nainen) on sitä mieltä, että ero oli oikea ratkaisu, sillä muuten hän itse ei olisi ”kasvanut vastuulliseksi aikuiseksi”. Kirsi ja Harri työskentelevät kovasti päästäkseen kumpaakin osapuolta tyydyttävään sopimukseen ja molemmat haluavat myös lastensa parasta; he asuvat lähekkäin siksi, että lasten on helppo nähdä molempia vanhempiaan.

Harrin erovalmius oli alunperin pidemmällä kuin Kirsin ja Kirsi tuokin julki oman erovalmiutensa puuttumisen. ”Huomaa, että me on menty ihan eri vaiheissa”. Puolisoiden eroprosessit ovat todennäköisesti aina hieman erilaiset ja eri vaiheessa johtuen mm. erovalmiuden asteesta ja siitä, onko jätetty vai jättäjä. Kirsi kuitenkin etenee eroprosessissaan ja pystyy lopulta ymmärtämään tapahtu-

neen. Kirsin kertoo kasvutarinan, mutta hyvän miehen hylkäämä nainen voi myös jumittaa tarinassaan. Viha, kauna, katkeruus voivat ”jäädä päälle”, jos suhde entiseen puolisoon on hyvin vaikea, eikä eroprosessi syystä tai toisesta pääse etenemään seuraavaan vaiheeseen. Seuraavaksi on vihaisen ja katkeran naisen mielteitä jumittuneen erotarinan romahdusvaiheesta, jossa nainen kokee tapahtuneen suurena vääryytenä. Tässäkin näkyy se tuska, kun ei voi ymmärtää tapahtunutta. Tätä voisi kuvailla tarinallisesti ehkä tragediaksi. Antonovskyn *sence of coherence* -käsite auttoi minua ymmärtämään eroprosessiin liittyviä voimakkaita tunteita ja ahdistusta silloin, kun elämältä oli pudonnut pohja.

Mua on kohdeltu väärin ja mun perhettä on kohdeltu väärin, täähän on ihan perseestä.(...) Mun mielenterveys kärsii, jos mä päivät pitkät vatvon että, Miks – Miks? (...) Mun vanhemmuuteni on vaarassa, mä oon kohta Pitkässäniemessä.

Nainen/äiti –suhteen ristiriita on suuri. Miten nainen voi vihata lastensa isää ja samaan aikaan äitinä ajatella lastensa parasta? Tällaisessa tilanteessa on vaara, että puoliset voivat käyttää lapsia keskinäisen vihansa ja/tai kostonsa välikappaleina ja sotkevat heidät omaan valtataisteluunsa.

Kyllä lapset on kärsiny jo niin pitkään että tään on loputtava, ei tästä tuu mitään (...) pakokohan tää on, kun tälläkään tavalla tää ei voi jatkua. Tässä ollaan kaikki hoidossa kohta.

Jos kaikki ne, jotka suunnittelee eroa tai syrjähyppyä tai jotain, näkis sen, mikä on tilanne kahden vuoden päästä, et (...) kaikki on ihan perseestä: yks laps on perheneuvolassa ja yks on siellä, täällä, tuolla ja entinen vaimo on aivan... (...) - kannattaaks tähän ryhtyä?

Silloin kun omat keinot loppuu, niin toiveita ja pettymyksiä kohdistetaan yhteiskuntaan.

Eihän tää mitään normaalia elämää oo, eihän kukaan vietä tämmöstä elämää. Mä toivoin, että jotenkin rullais nää systeemit (...) Eikö tässä nyt mitään voida tehdä ennen kun minä oon tuolla jossain ihan oikeesti katkenneena. Nyt napsitaan jotain pillereitä ja en tiedä sitten, kun nekään ei auta, niin mikä on seuraava liike. (...) Et siinä vaiheessa, kun mä makaan Pitkässäniemessä ja lapset on otettu huostaan, niin siinä vaiheessa sanotaan, että nyt me - yhteiskunta - puutumme peliin, tämä äiti on loppu.

Loppu

Lotta Lehmusvaara ja Tiina Torppa kuvaavat mielestäni mielenkiintoisella tavalla tunteita, mm. vihaa ja eroon juuttumista kokemuksiinsa ja näkemyksiinsä perustuvassa ero-oppaassaan. Perinteisesti tytöille on sanottu, että leikkikää nätisti ja olkaa kilttejä. Ajatellaan, että naisen viha ei saa näkyä. Mutta ilmaisemattomana viha voi tunnetasolla sitoa naisen avioeroon koko elämän ajaksi, li-

säksi ilmaisematon viha voi kääntyä itseä vastaan ja ilmetä jatkuvana pahana olona, ahdistuksena, työhulluutena, valitusvirtenä. Tukahdutettu viha voi johtaa masennukseen tai se kulkee kantolastina kipeässä selässä tai vatsan kivistyksenä. ”Vihan lisäksi torjumme tuhansia muita tunteita. Kaikki ilmaisematon tukkii, ei vai suutamme vaan myös koko kehoa.” Naiset voivat myös vältellä omia ongelmiaan ja vastuuta käyttämällä aikaa muiden ongelmien pohdiskeluun sen sijaan, että ilmaisivat omia tunteitaan. Tunteiden ajankohtainen ilmaiseminen ei ole helppoa, mutta jos siitä tulee tapa, se palkitsee ja tekee elämästä mielenkiintoisemman. (Lehmusvaara & Torppa 1996, 48-50.)

5.2.3 Huonon miehen jättäjä: ”Haluan itselleni ja lapsilleni elämän”

Sanna kokee mahdottomaksi jatkaa tuhoon tuomittua suhdettaan

Sanna on 33-vuotias röntgenhoitaja. Sannalla ja Jannella on kolme lasta, joista kaksi on tarhaikäisiä ja vanhin on koulussa. Janne kävi töissä ja oli arvostettu ammatissaan, mutta Jannen alkoholiongelma paheni koko ajan. Se toi mukanaan lisääntyvän väkivaltaisuuden ja Sanna alkoi pelätä sekä itsensä että lastensa puolesta. Sovun säilymisen takia Sanna joutui antamaan paljon anteeksi ja periksi avioliitossaan. Koti ja lapset olivat yksin Sannan vastuulla, eikä hän enää jaksanut pitää kulis-seja yllä. Sanna haki apua ahdistukseensa; hän oli yhteydessä turvakotiin ja kävi seurakunnan Perheasianneuvottelukeskuksessa keskustelemassa elämäntilanteestaan.

Ne oli sellasia terapiaistuntoja. Mä vaan puhuin siellä tunnin, et miltä musta tuntuu ja miten mun päivä on menny ja miten mä ja lapset tästä tilanteesta kärsi. Se oli mulle semmonen henkireikä, mistä mä sain voimaa. Mä rupesin käymään siellä tätä asiaa läpi; se sai mun ajatukset niinku liikenteeseen, et tää ei tosiaankaan oo mitenkään normaalia, et mulla on oikeus saada ihan ihmismäistä kohtelua, et ei mun tartte aina kärsiä kaikesta. (...) Se on varmaan ollu se mun pelastuskeino sillon, et on jolleki uskaltanu kertoa. (...) Pikkuhiljaa se vyyhti rupes purkautuu.

Perhebarometri 2003 -kyselytutkimuksen mukaan kolmasosa eronneista oli hakenut ongelmiinsa apua ammattiauttajalta ja apua hakeneista peräti 75 % oli naisia. Yleisimmät syyt ammattiavun hakemiseen olivat liiton yleiset ristiriidat, liiton ajautuminen umpikujaan, kommunikointiongelmat ja oma jaksaminen (masentuneisuus). Lisäksi fyysinen väkivalta, päihdeongelmat ja uskottomuus olivat erityisesti naisten mainitsemia syitä. Syyt ammattiavun hakemiseen olivat hyvin yhteneväisiä lopullisten erosyiden kanssa. Parisuhteen pelastumisen kannalta ammattiapua oli todennäköisesti haettu liian myöhään. (Paajanen 2003, 63-64.)

Sannan ”silmät avautuivat”. Sanna alkoi järjestellä asioita siihen malliin, että voisi selviytyä tulevaisuudessa lasten kanssa yksin.

Sillon kun teki sen eropäätöksen, (...) oli niin väsynyt. Sitä aatteli, et mä en enää jaksa mu-rehtia (...), et nyt mä otan eron ja mä rupeen huolehtiin lapsista ja itsestäni. (...) Mulla ei ollu mitään muuta vaihtoehtoa (kun erota), että mä tavallaan hiivun pois siitä - kuihtuisin kokoon - niinku kukka kuolee.

Sannakin - huonon miehen jättäjä - perustelee eroaan vaihtoehdottomuudella.

Ex-puoliso hankaloittaa elämää edelleen

Sanna etsi itselleen ja lapsilleen asunnon ja he muuttivat pois kodistaan. Erilleen muuttamisen jäl-keen Janne ehdotti, että he jatkaisivat vielä yhdessä. Sanna joutui miettimään asiat vielä kertaalleen läpi, antoi melkein periksi, mutta päätyi kuitenkin lopulta edelleen eroon.

Mietin mielessäni, et teinkö mä nyt oikein, et mä hajotan perheen. Mut sit et, 'Mä en jaksa tämmöstä, et nyt riitti - et EI.' (...) Sit Janne et - 'OK, sä oot tän tehny, hän ei tee yhtään mitään'. Siitä alko se kiusanteko - Et tee sitte! (...) Musta tuntuu, et Janne halus pitää niinku narussa, et mä pompin sen mukaan, miten hän haluaa.

Sanna oli kovilla ensimmäiset kaksi vuotta. Talous oli tiukalla ja lapset olivat vielä pieniä, eikä Jan-nesta ollut auttajaksi, päinvastoin. Janne pisti kapuloita rattaisiin kaikessa mahdollisessa: asunnon myynnissä, elatusmaksuissa, lasten tapaamisissa jne. Lopulta Sanna anoi oikeudessa yksinhuolta-juutta ja sai sen. Sen jälkeen Janne oli entistä katkerampi ja purki ärtymystään Sannaan. Lasten ta-paamisista keskusteltaessa Janne tiuski, et ”Hoida, kun oot kerran yksinhuoltajuuden saanut”. San-naa harmittaa lasten puolesta: ”Miten lapset säilyttävät suhteet isäänsä, kun tapaavat häntä niin har-voim?”

Sanna ei salaa väsymystään - hän saa ymmärrystä ja tukea

Se ensimmäinen vuosi (...) oli semmonen, et voi ku muistais tämän, kun en unohtais tätä ja kun tän mä vielä muistasin. Se oli kauhee se paperirumba ja se puhelinrumba, (...) - kyllä se sitä oli - sai vetää henkee ja sit taas lähtee.

Sanna pyysi rohkeasti apua papereiden täyttämiseen ja tunsu itsensä etuoikeutetuksi, kun häntä au-tettiin. Vanhempiaan hän ei halunnut huolestuttaa enempää kuin oli pakko. Muutama ystävä, sisa-

rukset ja osa Jannen sukulaisista tiesivät hänen vaikeuksistaan ja auttoivat mm. lasten hoidossa. Työpaikalla Sanna kertoi vaikeasta elämäntilanteestaan ja jäi sairauslomalle.

Mulla on hyviä ystäviä, siis sillai että (...) ne niinku leipo omenapiirakan ja tuli meille kahville, että keitetääs nyt kahvit, että täs on tarjottavaa. (...) Semmosia ystäviä, jotka ei odota, et mää pitäsin yhteyttä, vaan ne niinku soitti.

Sanna halusi saada itsensä ja elämänsä kuntoon: hän halusi selvittää kuka hän on ja mikä on normaalia. Sanna pääsi kunnallisen mielenterveystoimiston asiakkaaksi, sai rauhoittavat lääkkeet ja pääsi terapiaan. Hän puhui ahdistusta ulos itsestään myös vertaistukiryhmissä (Eron jälkeen ja Myrskyläyty väkivaltaa kokeneille naisille).

Kun oli antanu itselleen luvan puhua, niin oli vähä niinku, et hyvä ku ei kadulla ottanu jotain kädestä kiinni ja 'Tieksää kuule, ku mulle kävi niin kauhee juttu.' (...) Ku me käytiin läpi niitä, niin sit mä rupesin tajuamaan, et on suoraan sanottuna ihan helvetissä eläny, et mä olin niinku pyyhkiny ne pois mielestäni. (...) Ihan järkyttävää, et mitenkä mä oon voinu elää tolleen.

– ja ymmärtää itsekin

Myös lapset oireilevat ja he käyvät säännöllisesti perheneuvolassa keskustelemassa joko erikseen tai yhdessä. Janne on satunnaisesti mukana koko perheen tapaamisissa. Myös Sannalla itsellään on ollut ongelmallinen lapsuus. Hänen omalla isällään on ollut ongelmia ja hän on jäänyt etäiseksi Sannalle. Kaiken kokemansa ja kuulemansa jälkeen Sanna ajatteleekin omilla lapsuudenkokemuksillaan olleen vaikutusta elämänsä kulkuun.

Ei oo niinku tajunnu sitä, että voi olla jotain muuta elämää kun se, minkä mä olin kotoosaanu - ei sitä itse huomannu - siihen oli jotenki tottunut.

Sannan selitys eroon lähtee lapsuudesta, eli huonoa lapsuutta seuraa huono avioliitto, joka on ollut alusta asti huonoissa kantimissa (determinen). Tällä tavalla Sanna kertoo elämäänsä ja eroaan ymmärrettäväksi sekä itselleen että toiselle.

Nyt kun aattelee, niin kuinka alas sitä on joutunu vajoomaan. (...) Jälkeenpäin niin ku miettii, et voiko jollain olla tämmönen elämä, et oonko mä ihan kuvitellu tän kaiken, vai miten.

Tässä näkyy Sannan muuttuminen ja kasvu ihmisenä. Hän katselee omaa, taaksejäänyttä elämäänsä niin kuin unta – tapahtuiko se tosiaan minulle?

Sanna saa vähitellen etäisyyttä asioihin

Sannan erilleen muuttamisesta on nyt kaksi ja puoli vuotta. Hänestä tuntuu, että hän on puhunut asioista tarpeeksi. Sannalla on kova vimma siivota komeroita, raivata pois entistä ja antaa tilaa uudelle. Enää Jannen teoilla ja sanomisilla ei ole niin suurta vaikutusta häneen kuin aikaisemmin.

On semmonen niin puhdistautunu olo, kun on puhunu ja puhunu – ei me enää puhuta niinku avioliitoista ja eroistakaan, me puhutaan kaikesta muusta ja se on ihanaa, kun ei enää tarte aina puhua siitä erosta. (...) Mulla ei oo tähän asti ollu aikaa komerojen siivoamiseen ja kun nyt saa perattua, niin seki varmaan keventää kummasti.

Kyllä se etäisyys tekee, se menettää merkityksensä. Vihdosta viimein mä oon saanu tonne korvien väliin upotettua et, Janne on semmonen ihminen, jolle mä en mitään voi. (...) Jannella ei oo enää sellasta valtaa muhun (...), et se on aika neutraalia tosiaan, mikä nykyään on. (...) Rupee kasvaa joku semmonen suoja, et ei se enää niin paljon hetkauta.

Myös lapsilla alkaa pikkuhiljaa helpottaa. Sanna nauttii vilkkaista ja eloisista lapsistaan, jotka voivat vihdoinkin leikkiä ja remuta vapaasti.

Sillai osaa niinku höllätä (...), eikä reagoi kaikkeen niin negatiivisesti, niin ehkä sitte lapsetki pääsee siitä paremmin yli.(...) Lapset ei enää kysele niin kauheesti, (...) kyllähän ne kaipaa niinku isää, mut ei ne enää ajattele, et se olis meidän perhe.

Nyt mä oo tajunnu et OK, tää pyörii. Lapset kasvaa, asiat niinku toimii niitten kannaltaki ihan hyvin jo. (...) Nyt kun ajattelee, niin ne (lapset) saa sen (elämän), että niitten ei tarte elää varpaillaan ja näkymättöminä lapsina - et saa remuta ja leikkiä.

Sanna löytää oman voimansa ja uskoo elämän kantavan

Sanna luottaa itseensä. Hän uskaltaa ja haluaa kokeilla uusia asioita. Kaiken kokemansa jälkeen Sanna näkee tulevaisuuden valoisana ja toivoo, että elämällä on hänelle vielä paljon annettavaa.

Nyt on niinku et 'Haa, mä meen tuolta kattoon, pääsiskös tuolta kautta', mä oon lähteny niinkun vipeltään. (...) Ja, mikä kans on hirveesti muuttunu, että kun tekee suunnitelmia, niin tietää, et ne pitää tai jos ne ei pidä, niin se on itsestä kiinni.

Ehkä se on se kaikkein paras, et on löytäny itsestään sen vahvuuden, et ei oo sit riippuvainen kenestäkään, et me pärjätään. Et se tulee se tasa-arvoinen ihminen mua vastaan sit jossain vaiheessa.

Loppu

Sannan tarinassa oleellista on kehittyminen. Sanna rohkaistuu, kasvaa ja itsenäistyy kokemustensa myötä. Sanna kuvaakin eroaan laskuvarjohypyksi.

Sehän on niinkun laskuvarjohyppy tää koko erojuttu (...) Tää ero oli se mun hyppy. Että mä en jää mieltiin siihen luukulle, että hyppääkö vai enkö, et ku mä meen luukulle, niin mä hyppään, että mulla on varustukset kunnossa, että mä oon taittanu varjoni tarpeeks hyvin.

Sannasta tulee mieleeni, että vaikka yksinhuoltajaäiti joutuukin tekemään ja huolehtimaan asiat yksin, on se sikäli helpompaa, että yksinhuoltajana hän ei edes odota toisen aikuisen tekevän mitään. Sanna oli vastannut asioista yksin jo ennen eroa ja eron jälkeen hän tekee asiat automaattisesti yksin, eikä aika mene sen murehtimiseen, ettei puoliso huomaa tai halua osallistua kotitöiden tekemiseen. Useissa tutkimuksissa puhutaan myös uudesta kotityön muodosta, perheen ajan hallinnasta (*time management*) (Daly 2001; Arendall 2001; Garhammer 2001), joka on useimmin äidin vastuulla. Siitä on tullut uusi kotityön muoto, jossa äiti yleensä vastaa siitä, että perheenjäsenet ovat oikeassa paikassa oikeaan aikaan. Äiti huolehtii, että lapset menevät harrastuksiin, kouluun, retkille, hammaslääkäriin, kavereiden syntymäpäiville jne. oikeaan aikaan; hän järjestää perheen lomat ja huolehtii mm. vierailukutsuista. Erottuaan nainen huolehtii tästä kaikesta kokonaan yksin ja se on todella raskasta, mutta silloin hänen ei tarvitse ärsyntyä siitä, että puoliso ei osallistu tähänkään kotityön muotoon. Huonon miehen jättäjillä elämä helpottui siinäkin mielessä, että ex-puoliso ei ollut enää ”sotkemassa” suunnitelmia, vaan kaikki on naisesta itsestä kiinni: oli jotain, mihin saattoi luottaa.

5.2.4 Hyvän miehen jättäjä: ”Oliko parisuhdetta ollenkaan”

Perhe on ”se mun juttu”

Riitta on 39-vuotias toimistotyöntekijä. Hän kävi lukion jälkeen kauppaopiston ja tapasi 18-vuotiaana opiskelijatyttönä Eskon. Parin vuoden yhdessäolon jälkeen heille syntyi ensimmäinen lapsi. Perhe kasvoi nopeasti ja he muuttivat omakotitaloon. Esko oli paljon poissa kotoa työnsä takia ja päävastuu lapsista ja kodista oli paljolti Riitan harteilla. Riitta oli satunnaisesti työelämässä äitiyslomien ja hoitovapaiden välillä. Sukulaisista ja ystävistä ei juurikaan ollut apua, eikä Riitta sitä suuremmin halunnutkaan – perhe oli hänen oma juttunsa.

Kyllästyminen – herääminen todellisuuteen

Esko oli sinänsä hyvä mies, joka ei lyönyt eikä juonut, mutta Riitta joutui olemaan lasten kanssa paljon yksin. Vähitellen ”yksinolo” omakotitalossa lasten kanssa alkoi käydä raskaaksi. Riitasta tuntui, ettei elämä ollut enää ollenkaan oman näköistä. Hän oli kyllästynyt olemaan perheen ”pomo” ja kaipasi toista vastuullista aikuista rinnalleen.

Se lähti pikkuhiljaa, siinä oli vuosien saatossa tullu semmosta kyllästymistä. (...) Sitä niinku yks aamu herää, et ’jumaliste, missä tilanteessa mä oon’, et ei tää oookkaan mun näkönen tää elämä, et mä oon niinku väärää saanu.

Riitta koki olevansa nalkissa. Kuinka hän voisi olla oma itsensä, kun toinen oli niin erilainen ja halusi ihan eri asioita kuin hän itse. Hänestä tuntui, ettei parisuhde antanut hänelle enää yhtään mitään, eikä hän kyennyt enää jatkamaan sitä. Hän tunsu tukehtuvansa.

Me oltiin niin kaukana toisistamme. (...) Parisuhdetta vedätettiin tappiin asti vaan sen takia, kun on ne muksut, et kumpikaan ei tykänny toisistaan enää vuosikausiin. (...) Mulle tuli se, että mä en ainakaan enää jaksa, et mä en jaksa enää vetää tota äijää.

Sit mä aattelin, et eihän tästä mitään tuu, että mähän kuolen. Musta tuntu, et mun elintila oli niinkun tämmönen (näyttää), et kun ei saanu henkee enää kotona. Vaikkei hän niinku kahlinnu mua mihinkään, mä sain mennä ja tulla, siis sillai, et ei niinku semmosta. Mut ehkä just se, että (...) ei vaan voinu toteuttaa itteensä niin kauan, kun oli tavallaan kuitenkin parisuhteessa.

Tässä mielestäni näkyy se, että Riitta ei koe olleensa ”oikeassa” parisuhteessa. Hän koki, ettei voi toteuttaa itseään juuri parisuhteen takia, koska puoliso oli niin erilainen kuin hän itse.

Sitte kun siihen herää, niin sitä rupee työstää ja sit on tullu niitä voimavaroja ihan hirveesti. Ehkä sitä aattelee, että jos ei nyt, niin koska sitte (...), et mä haluan jotain nyt ittelleni.

Eropäätöksen tuska ja sen jälkeinen huuma

Mulla oli kauhee syllisyys, että miks mä ajan tätä suhdetta tämmöseen erotilanteeseen, vaikka mulla näennäisesti ei ois mitään hyväksyttävää syytä siihen. (...) Se on tää perinteinen, ei juo, eikä lyö ja on yhteiset lapset, niin mikä mun syy on siitä lähtee muuta kun et mä oon n i i i n kyllästyny tohon ihmiseen. Et onks se tarpeeks suuri syy rikkoo sit perhe kaikilta?

Lopullisen eropäätöksen tekeminen oli Riitalle hyvin vaikeaa. Hän ei olisi halunnut tuottaa pahaa mieltä - puolisolleen, lapsilleen, vanhemmilleen, appivanhemmilleen - kenellekään. Oli niin monia asioita, jotka vaikuttivat. Hän pitkitti ja pitkitti, kunnes ei enää jaksanut.

Ja sitte mä, 'Et enhän mä nyt voi kaikkia kummin kaimoja tässä vetää mukana, et tää on mun ainoa elämä'! Mut mun piti viedä se niin pitkälle, että mulla ei ollu kahta vaihtoehtoa; mä aattelin, et mun terveys menee nyt, että sekä fyysinen että psyykinen, tai sitten tää ero tulee.

Riittakin perustelee eropäätöstään vaihtoehtottomuudella. Riitta ja Esko eivät kyenneet yhdessä keskustelemaan suhteensa ongelmista. Riitta kuitenkin halusi, että Esko ymmärtäisi myös hänen näkökantansa. He kävivät perheneuvolassa muutamia kertoja ja sopivat lastenvalvojalla lasten yhteishuollosta. Erpäätöksen jälkeen Riitan olo oli helpottunut.

Se tuli kaikki, ne vuosien patoutumat, että ehkä siinä huumassa meni ne ensimmäiset kuukaudet, että herrajumala mulla on hyvä olla omassa kotonani. Se oli oikeesti monta vuotta ollu niin tuskaa olla siellä.

Notkahdus

Alun huumen jälkeinen aika oli raskasta. Musertava syyllisyys painoi edelleen mieltä. Riitta kokee ”kulkeneensa sumussa”. Pakollisten asioiden hoitaminen tuntui todella työläältä: eroon liittyvä paperityö, asumistuki, lasten päivähoito, kaikki ne puhelut ja virastoissa juoksemiset.

Sillä kohtaa elämässä, kun kaikki asiat kuormitti hirveesti ja lapset tarvi tietysti sitä huomioo (...) niinku ois sumussa kulkenu. Se on just sitä aikaa, kun täytyy kaikki se paperimäärä täyttää ja hoitaa niitä asioita.(...) Naisen energiaa menee hirveesti, et se taistelee niistä perusasioista. Sä pidät huolen kaikkien hammaslääkäreistä ja lääkäreistä ja saaks sää nyt etuudet oikein ja mikä lappu puuttuu mistä ja niinku nää - ei kukaan tuu tyrkyttään sulle, että haetko!

Riitta ei kertonut alussa edes naapureille, tarhassa tai koulussa, että hän oli eronnut. Riitalla ei ollut suuremmin apua ystävistä tai suvusta. Hän jäi töistä vuorotteluvapaalle, sinnitteli ja yritti selviytyä omin voimin.

Musta tuntuu, että ne (omat sukulaiset ja ystävät) niinku syytteli mua, että teit tyhmän liikkeen tai sillai, että niitten mielestä kaikki ulkoiset puitteet oli hyvin ja se Esko oli niin ihana ja kunnollinen. Se oli ihmeellistä. Tuntu että kaikki niinku katos, kaikki, siis sukulaiset ja tämmöset, omatkin.

Riitta ei kokenut myöskään itse olevansa oikeutettu suruun, vihaan tai muihin tunteisiin, koska itse hän oli eroa halunnut ja tunsijaneensa suhteen lopulliseen eroon. Elämä tuntui edelleen tyhjältä ja hän mietti ”Tätäkö mä nyt sitten halusin?” Riitta masentui, mutta ei myöntänyt sitä edes itselleen.

Keväällä, kun olin masent ..tai että en ollu tyytyväinen itteeni, tuli notkahdus. Mun oli ehkä pakko käydä siellä (pohjalla) sen takia, että mä annoin niinku itselleni armon, että mulla ei ollu mitään muuta vaihtoehtoo (kuin erota).

Ehkä se tuli senki takia, kun itte on tehny sen ratkasun, niin aattelee että, ’ No, nyt se elämä sit alkaa’ ja sit kun se ei niinkun alkanukkaan. ’Tätäkö mä nyt sitten halusin - yksinoloa - että enhän mä nyt tätäkään halunnu’. Siinähan mä nyt katkeroidun, mulla ei oo aikaa, eikä rahaa toteuttaa omia semmosia haaveitani mennä ja tulla ja olla.

Lopulta hän kuitenkin kykeni hyväksymään tekemänsä valinnan.

Pitää pystyy kattoon itteensä peilistä ja toisalta taas se anteeksanto sieltä taustalta, että eihän kukaan oo täydellinen - saa mokata.

Arjen raskaus

Esko tapasi lapsiaan säännöllisesti joka toinen viikonloppu ja yritti opetella olemaan lastensa kanssa. Hän löysi uuden naisystävän ja aloitti seurustelun. Riitta oli iloinen Eskon puolesta.

Olin kauheen tyytyväinen, kun mä kuulin et lasten isällä on joku kiikarissa ja mä aattelin, et tosi kiva, et Esko sais vähä.., kun se oli ihan maassa jotenki, (...) ja mä pesin sen pyykit vieläkin, se aina laitto pyykkikassin mulle.

Esko meni naimisiin ja muutti uuden perheensä kanssa toiselle paikkakunnalle. Tapaamiskerrat lasten kanssa harvenivat. Nykyisin Riitalla on vapaa, pidennetty viikonloppu noin kerran kuukaudessa. Lasten isäsuhde kuitenkin huolestuttaa Riittaa ja, hän edelleen vähän harmittelee - lasten takia - ettei jaksanut sinnitellä liitossaan.

Mä oon vähä vihanen, ett mä en jaksanu. Toisaalta mä en kuitenkaan yhtään haikaile sinne, mä en todellakaan halua, me oltiin niin eri aallonpituuksilla, mut et lapsilla on menny perhe tai ydinperhe sen takia, että mä kyllästyin.

Elämä on asettunut pikkuhiljaa uomiinsa. Riitta ei enää häpeä eroaan niin paljon, mutta itsesyytelyn kuulee yhä hänen puheestaan. Riitan elämän keskipiste ovat lapset ja hän haluaa panostaa parhaan kykynsä mukaan lasten kouluun ja harrastuksiin.

Meillä on talous tosi tiukkaa, mutta en mä tiedä toisaalta, mun mielestä me pärjätään loppujen lopuksi aika hyvin. Siihen on vaan niinku asennoitunu, et eletään sen mukaan. Oishan se kauheen kiva tehdä vaikka mitä juttuja, mut sit loppujen lopuksi, ei me oikeestaan sen onnellisempia oltas.

Tämä tukee selvästi Allardtin käsitystä hyvinvoinnista (ks. tutkimuksen teoreettinen tausta), missä ihmisen ulkoiset olosuhteet ovat irrallaan hänen subjektiivisista kokemuksistaan (onnellisuus).

Se huolestuttaa, että sit ku mä meen töihin, niin kuinka mä jaksan. On sen lisäksi vielä noi lasten koulut ja läksyt ja ne tarvii kuitenkin vielä siinä vähä tukea. (...) Mä oon niin tyytyväinen, että lapset pärjää ja siitä mä saan voimaaki jotenki, että - tosi ihanaa. Mä oon monta kertaa miettiny, et elänks mä liikaaki lasten kautta.

Paistaa se päivä risukasaankin

Tällä hetkellä Riitta on vuorotteluvapaalla työstään ja nauttii siitä. Päivisin, kun lapset ovat koulussa, hän käy työväenopiston kurssilla. Vapaina viikonloppuina hän nauttii omasta ajasta, käy elokuvissa, kuuntelee musiikkia, järjestelee tavaroita: mitä nyt jaksaa tehdä tai sattuu huvittamaan. Riitan tarinasta tulee mieleeni Reed Larssonin (2001) tutkimus, jossa hän havaitsi, että, naimisissa olevat amerikkalaisäidit olivat onnellisempia työpaikalla kuin kotona, kun taas vastaavasti yksinhuoltajaäidit olivat onnellisempia kotona kuin töissä. Naimisissa olevan äidin vastuu kodin siisteydestä, viihtyisyydestä ja aterioiden maukkaudesta on suurempi kuin yksinhuoltaja-äidin, joka voi rytmittää päivän oman mielensä mukaan ja jonka työtaakkaa miehen läsnäolo ei lisää. Kotielämän vaatimukset koettiin yksinhuoltajaäitien perheissä pienemmiksi. (Larson 2001, 85-109.)

Mä oon niinku syntyny uudestaan, (...) saan toteuttaa mun vapauttani, ettei mulla oo aina se aikataulu siinä taustalla (...) Tosin ei sitä tiedä, paljonko se on siihen eroon ja paljonko tähän 40 -ikään ja paljonko taas siihen, että nyt mulla on kaikki lapset koulussa, että sekin tuo aina oman elämäntilanteensa.

Ero on kasvattanut häntä henkisesti ja varmuus omien päätösten oikeellisuudesta kasvaa koko ajan. Riitta tuntee löytäneensä itsensä uudelleen ja nauttii siitä.

Voi olla erilainen ja uskaltaa olla erilainen niinkun omasta halustaan ja lähtökohdistaan - on semmonen, mikä on aina ollu. (...) Se vapaus, se oli siinä, kun mä istuin siinä prätjän

takana ja mä katoin aurinkoa ja pilviä ja tuuli tulee ja vie mun tukkaa... TÄÄ ON ELÄMÄÄ, et mä rakastan, että mä vielä voin kokee tämmösen.

Mun mielestä se oli sen Muumisadun lopussa, kun se Ninni lähti sitte maailmalle, niin se totes siinä, että 'En tiedä yhtään, mitä seuraavan kulman takana tai seuraavana päivänä odottaa, mutta se on aivan Ihanaa.' Mä oon just niinku semmonen.

Loppu

Riitan tarinassa näkyy mielestäni Kaija Maria Junkkarin mainitsema keski-ikä ”sisäisen matkan” vaikutus naiseen; nainen saattaa kyseenalaistaa koko siihenastisen elämäntapansa sekä näkemyksensä omasta identiteetistään. Riitta halusi tulla eron myötä omaksi itsekseen. Riitta viittaa myös lasten kasvuun ja sen mukanaan tuomaan elämäntilanteen muutokseen, jossa perhe ja lapset eivät enää vaadi kaikkea naisen huomiota, vaan naisella on mahdollisuus huomioida myös omat halunsa ja lähtökohtansa, kasvaa ja tulla oman itsensä näköiseksi. Ajattelen myös, että ihminen kasvaa ja kehittyy koko elämänsä ajan. Olisiko yksilöllinen kasvu ollut kuitenkin mahdollista myös parisuhteessa?

Vaikka Riitta vaikuttaakin melko tyytyväiseltä, mietin kuitenkin, oliko ero välttämätön. Ymmärrän, että ero oli välttämätön tässä vaiheessa, mutta olisiko parisuhteen hyväksi voinut tehdä jotain jo aikaisemmin, ennen kuin ero oli ainoa vaihtoehto. Riitta kertoo että kyllästymisen oli tullut pikkuhiljaa, kuin varkain: yhtenä aamuna sitä herää ja huomaa, ettei elämä enää olekaan omannäköistä ja puoliso tuntuu ihan vieraalta. Tolkki-Nikkosen (1990) tutkimuksessa seurattiin 15 vuotta 1971 aviokituneita pareja ja tuli ilmi, että joillain pareilla vanhemmuus oli syrjäyttänyt parisuhteen niin, että kymmenen avioliittovuoden jälkeen parisuhde näytti kokonaan puuttuvan (Tolkki-Nikkonen 1990, 72). Tutkimuksessa tuli myös ilmi, että naiset aliarvioivat puolisonsa tyytyväisyyden avioliittoon ja sukupuolielämään, kun taas miehet yliarvioivat. Voidaankin sanoa, että ”puolisot elävät sisäisen kokemuksen tasolla tavallaan kahta eri liittoa”. (Tolkki-Nikkonen 1990, 75.) Jotain tämän tyyppistä ajattelen Riitalle ja Eskollekin tapahtuneen: vanhemmuus, pienet lapset, työ, vanha omakotitalo eli elämän arki ja kiire veivät huomion sekä ajan parisuhteelta, mikä on tänä päivänä koko perheen perusta ja kivijalka. Puolisot olivat arjen aherruksessa loitontuneet liian kauaksi toisistaan.

5.3 Eron vaikutus naisten hyvin-/pahoinvointiin

Haastattelujen perusteella ajattelen, että eron vaikutus naisen hyvin-/pahoinvointiin on selkeä. Jättäjien eropäätöksen tuska tuli haastatteluissa selkeästi ilmi, samoin kuin se, ettei ero välttämättä tuo-

nutkaan onnea, vaikka eroa oli halunnutkin. Jätettyjen kohdalla elämän kaoottisuus oli jopa pelottavaa; mielenterveyspalvelujen käytön tarpeellisuus erokriisin pahimmassa vaiheessa tuli hyvin selkeästi esille haastateltujen kertomuksissa. Vaikka haastatteluissa löytyikin monia yhdistäviä tekijöitä, niin silti jokainen eronnut kokee, tuntee ja käy eroprosessia läpi omalla, yksilöllisellä tavallaan.

Myös tutkimusten mukaan avioeroa pidetään suuresti stressaavana elämänprosessina ja "leimaavana" tapahtumana, joka vaikuttaa usein negatiivisesti myöhemmässä elämässä, esim. terveyttä huonontavasti. (Hemström 1996, 366-376.) Erokriisiin liittyy usein psykofyysisiä oireita: unettomuutta, tai erityistä halua vain nukkua, nopeaa lihomista tai laihtumista. Lisäksi voi ilmaantua ihottumaa, tulehduksia ja erilaisia somaattisia (ruumiillisia) tuntemuksia tai sairauksia. (Vidgren 1993, 23.) Kaikki tämä näkyi myös haastatteluissa. Lisäksi syvä väsymys oli kaikille haastatelluille yhteinen kokemus.

Analysoituani haastattelut kuitenkin ajattelen että, vaikka ero on erittäin raskas ja raastava elämänkokemus, on siinä mahdollisuus myös parempaan. Ihan niin kuin Wallerstein totesi kriisistä: kriisissä yhdistyvät sekä vaaran, että mahdollisuuden symbolit ja tapa, miten kriisiin reagoidaan vaikuttaa merkittävästi sen loppuratkaisuun. Jättäjä tuntee, ettei hänellä ole muita vaihtoehtoja kuin erota; silloin ihmisen on pakko lopulta ottaa riski ja uskaltaa katsoa, mihin elämä eron jälkeen vie. Jättäjille suhteen jatkaminen tuntuu olevan lopulta suurempi riskiltä kuin siitä eroaminen. Jätetyillä asia on sikäli vaikeampi, että ero tulee enemmän tai vähemmän yllätyksenä, eikä sitä varmasti ainaakaan alkuun näe mahdollisuutena parempaan. Vaikeinta näyttää useimmille olevan ensimmäinen vuosi (tai kaksi) eron jälkeen.

Onpa jättäjä tai jätetty, monet tärkeät asiat muuttuvat eron myötä ja eron raskaus liittyy osaltaan juuri monien asioiden samanaikaiseen muuttumiseen. Holmes ja Rahe ovat kehittäneet (sosiaalista uudelleensopeutumista mittaavan) elämänmuutostaulukon, jonka avulla voidaan arvioida henkilön elämäntapahtumien aiheuttamaa stressin yhteismäärää. Avioero on pisteytetty puolison kuoleman jälkeen stressaavimmaksi elämäntapahtumaksi (73 stressipistettä). Holmes ja Rahe tekivät tutkimuksessaan sen johtopäätöksen, että jos henkilölle kertyy yhden vuoden aikana yli 200 stressipistettä, sairastumisriski psykosomaattisiin häiriöihin kasvaa huomattavasti. Psykosomaattisilla sairauksilla tarkoitetaan häiriötiloja, joiden taustalla on emotionaalinen ongelma, joka johtaa fyysiseen häiriöön tai vaurioon. Tyypillisiä psykosomaattisia häiriöitä ovat mm. astma, vatsahaava, kohonnut verenpaine, jännityspäänsärky, migreeni, krooniset kiputilat, ylipaino, kivuliaat kuukautiset, nivelreuma, ärtynyt paksusuoli ja haavainen paksusuolen tulehdus. (Naukkarinen 1998, 232-233.) Kaikilla haastatelluilla oli eron lisäksi myös muita suuria muutoksia elämässään. Osalla muutokset oli-

vat eron mukanaan tuomia muutoksia, kuten muutto, lainanotto, lasten päiväkodin ja koulun vaihtuminen tai oma sairastuminen. Osalla oli vielä lisäksi työhön liittyviä muutoksia, läheisen sairastuminen tai kuolema, jne. Stressaavien elämäntapahtumien yhteismäärä on monilla haastatelluilla korkea, joten Antonovskyn sense of coherence eli elämän hallinnan ja eheyden tunne on ollut kovalla koetuksella. Monet asiat muuttuvat eron myötä ja eron raskaus liittyy juuri useiden asioiden samanaikaiseen muuttumiseen.

Miettiessäni eron vaikutusta naisten hyvin-/pahoinvointiin, nousi - naisten omien tunteiden, eroprosessin läpikäymisen ja monien samanaikaisten muutosten lisäksi - eron jälkeinen vanhemmuus ja sen muoto merkitykselliseen asemaan. Eron jälkeen -raportin (2005) tiivistelmäosuudessa eron jälkeinen vanhemmuus ryhmitellään neljäksi erilaiseksi vanhemmuudeksi.

1. Perheet, joissa yhteinen vanhemmuus jatkuu eron jälkeen äiti- ja isävanhemmuuden ohella.
2. Äiti- ja isävanhemmuus ovat erikseen läsnä lapsen elämässä. Yhteistä vanhemmuutta vain vähän.
3. Vanhemmat ovat paljon tekemisissä keskenään, mutta riidellen. Sekä lapset että aikuiset joutuvat kärsimään epäselvästä tilanteesta.
4. Vanhemmilla ei ole yhteistyötä lasten asioissa. Vanhemmuus on selkeästi erillistä äiti- ja isävanhemmuutta tai vanhemmuus on yksin toisen vanhemman hoidettavana. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, tiivistelmä.)

Haastatellut jakautuivat vanhemmuuden osalta kaikkiin neljään ryhmään tasaisesti. Selkeästi vaikeinta elämä oli niillä haastatelluilla naisilla, joiden vanhemmuus kuuluu kolmanteen vanhemmuusryhmään, eli vanhemmat ovat tekemisissä keskenään, mutta riidellen. Näillä haastatelluilla eroprosessi oli jumittunut ja nainen kärsi epäselvästä tilanteesta sekä itse että lastensa puolesta. Toiseksi hankalin tilanne oli neljännessä vanhemmuusryhmässä, missä nainen kantoi yksin vastuun sekä kodista että lapsista, koska toinen vanhemmista ei joko kyennyt tai halunnut hoitaa vanhemmuuttaan. Eron jälkeisellä vanhemmuuden muodolla ja yhteistyön sujumisella ex-puolison kanssa on haastattelujen perusteella selkeä yhteys naisen hyvinvointiin/pahoinvointiin. Mitä helpommin ex-puolisot kykenevät tekemään yhteistyötä lastensa hyvinvoinnin eteen, sitä paremmin naiset kokevat itse voivansa. Vastaavasti taas, mitä enemmän ex-puolisot riitelevät, sitä huonommin naiset kokevat voivansa.

Myös Eron jälkeen -raportin mukaan eron jälkeisen vanhemmuuden tukemista tarvittiin kolmannessa ryhmässä runsaasti. Toisaalta tässä ryhmässä tuesta oli myös paljon apua ja näkyvin muutos pa-

rempaan tapahtui nimenomaan niissä perheissä, joista molemmat vanhemmat osallistuivat toimintaan. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 26.) Johtopäätöksenä raportissa olikin, että vanhemmuustyökentely mahdollisimman pian erilleen muuttamisen jälkeen on hyödyllistä, tukee molempien vanhempien vanhemmuutta sekä lisää etävanhemman mahdollisuutta säilyä lasten elämässä. (Jyrkämä & Rinnevuori 2005, 27.) Tämä on mielestäni asia, joka myös yhteiskunnan tulisi ottaa huomioon. Eroperheet, joissa on lapsia tarvitsevat myös yhteiskunnan apua ja tukea eroprosessin läpiviemisessä. Eronneet itse ovat monesti niin suurten tunnekuohujen vallassa, että ulkopuolinen apu on tarpeen ja nimenomaan sen tyyppisessä muodossa kuin Eron jälkeen -toiminta sitä kokeili: nopeasti tukea ja apua molemmille puolisoille sekä lapsille.

5.4 Tarinoiden vertailua

Nelikentästä muodostui runko neljälle mallitarinalle: huonon miehen jättämä nainen, huonon miehen jättäjä, hyvän miehen jättämä nainen ja hyvän miehen jättäjä. Seuraavassa tiivistän ja yritän etsiä tarinoiden ytimen. Toivon, että näin saan paremmin näkyväksi tarinoiden keskeiset erot, joka mahdollistaa tarinoiden vertailun.

Huonon miehen jättämä nainen

Miehellä on ongelma: alkoholi, mielenterveys, tms. ja vastuu kodista ja lapsista on naisella. Perhe-elämä on vaikeaa, eikä nainen koe olevansa onnellinen – tuskin mieskään. Nainen on silti valmis jatkamaan liittoa lasten takia tai hän ei uskalla itse tehdä eroaloitetta tai hän ei halua myöntää epäonnistuneensa. Mies tekee kuitenkin lopullisen eropäätöksen. Vaikka nainen ei alun perin eroa ”halunnutkaan”, kokee hän eron helpotuksena, koska hänen ei tarvitse enää pelätä koko ajan. Vielä eron jälkeenkin nainen on uhrautuja ja sopuiliija, joka yrittää viimeiseen asti sopia ja sietää asioita; varmasti myös pelko vaikuttaa tähän. Piina voi kestää vuosia ja taistelu turhauttaa. Lopulta naisen on mietittävä, mihin ja miten hän asettaa rajat; hänen on suojeltava sekä itseään että lapsiaan.

Huonon miehen jättäjä

Miehellä on ongelma: alkoholi, mielenterveys, mies pettää tms. ja vastuu kodista ja lapsista on naisella. Suhde tulee siihen pisteeseen, että nainen kokee sen jatkamisen mahdottomaksi. Eroa ei tarvitse sen kummemmin selitellä itselle tai toisille, eikä myöskään hävetä suhteen päättymistä. Ero on siinä mielessä helppo, että se on ymmärrettävä niin itselle kuin muille, jopa toivottava; nainen saa

ystävien, sukulaisten ja yhteiskunnan tuen ja ymmärryksen tapahtuneelle. Toisaalta ero on siinä mielessä vaikea, että nainen joutuu kantamaan myös eron jälkeen yksin vastuun lapsista, kodista ja kaikista asioista. Ex-mies voi lisäksi olla katkera ja hankaloittaa elämää vielä eron jälkeenkin.

Hyvän miehen jättämä nainen

Mies on kunnollinen, vastuullinen ja huolehtii perheestään. Nainen ei halua nähdä suhteen ongelmia tai hän ajattelee niiden menevän ohi. Suhde on toiminut naisen kannalta suhteellisen hyvin. Joka tapauksessa miehen erovalmius on pidemmällä kuin naisen ja ero on naiselle yllätys. Mitä varakkaampi, kunnioitetumpi tai arvostetumpi ex-puoliso on, sitä enemmän nainen tuntee menettäneensä, koska eron myötä hän usein menettää myös sosiaalisen asemansa. Erojärkytys on suuri ja monesti mielenterveyspalvelujen käyttö on naiselle tarpeen, että hän voi selviytyä. Jätetyillä naisilla on usein tarve solmia nopeasti uusi suhde. Tunteet: viha, suru, katkeruus ovat erittäin voimakkaita tässä tapauksessa. Lapset jäävät erossa useimmiten naiselle ja he ”pakottavat” naisen takaisin arkeen. Jos nainen pystyy ymmärtämään tilanteen ja hyväksyy sen, on erossa kasvun mahdollisuus. Vaarana tässä tarinassa on jumittuminen johonkin eron vaiheista. Etenkin, jos eroon liittyy kolmas osapuoli tai suuri varallisuus, saattaa ero olla repivä. Lapset saattavat muodostua naisen taisteluseekiksi tai koston välikappaleeksi ex-miestä kohtaan.

Hyvän miehen jättäjä

Ex-mies on sinänsä hyvä mies, joka ei lyö eikä juo, mutta nainen on kuitenkin lopen kyllästynyt ja väsynyt, eikä kykene jatkamaan suhdetta, koska tuntee tukehtuvansa siinä. Eropäätöksen tekeminen on naiselle todella tuskaista. Nainen kokee musertavaa syyllisyyttä halustaan erota. Nainen ei kerro alussa edes naapureille, lasten tarhassa tai koulussa, että on eronnut – hän häpeää. Nainen ei myöskään koe olevansa oikeutettu suruun, koska on itse halunnut erota ja tuntee ajaneensa suhteen lopulliseen eroon. Ystävistä tai suvusta ei ole naiselle suuremmin apua. Vai eikö hän halua tai koe tarvitsevansa/ansaitsevansa sitä? Syyllistääkö hän itseään niin paljon, ettei kehtaa pyytää apua. Joka tapauksessa naisen on vaikea tunnistaa ja hakea apua masennukseensa; hän yrittää selviytyä viimeiseen asti omin voimin. Naiselle on tärkeää (näyttää), että hän ja lapset pärjäävät (esim. lasten koulu menee hyvin). Ex-mies voi olla eron jälkeenkin hyvä ja kiltti, mutta vaarana kuitenkin on ex-puolison katkeroituminen. Etenkin, jos mies luovuttaa naiselle lasten yksinhuoltajuuden, saattaa mies vetäytyä entisen perheensä elämästä lähes kokonaan. Hyvän miehen jättävillä naisilla ei ole tarvetta aloittaa nopeasti uutta suhdetta eikä sitoutua.

Tarinoissa, joissa toisena osapuolena on *huono mies*, näyttää naiselle ongelmallisinta olevan rajojen asettaminen. Naisen on otettava lasten isä tekemisissään huomioon, vaikka se tuntuisikin ylivoimaiselta. Mihin voi asettaa sopivan rajalinjan, jossa lasten isän ja naisen omat oikeudet ja velvollisuudet ovat mahdollisimman hyvässä tasapainossa? Miten nainen voi asettaa rajat puolisolle, jonka suurimmaksi ongelmaksi parisuhteessa nainen on juuri kokenut toisen ihmisen huonon kohtelun ja sen ymmärtämisen, ettei toiselle voi sanoa tai tehdä mitä tahansa? Miten nainen saavuttaa sen pisteen, ettei ex-puolison sanomiset tai tekemiset enää hetkauta häntä ja hän voi mahdollisimman turvallisesti elää omaa elämäänsä eteenpäin?

Vastaavasti tarinoissa, joissa toisena osapuolena on *hyvä mies*, näyttää suurin ongelma kiteytyvän naisen oman itsen ympärille. Miten nainen pystyy käymään läpi erotunteita, jos hän ei tunne edes olevansa oikeutettu niihin? Etenkin silloin, jos eroon ei liity kolmansia osapuolia, on naisen helppointa syyttää itseään ja kieltää eroon liittyvä tuska. Asiaa näyttää auttavan suuresti, jos nainen pystyy ymmärtämään, hyväksymään ja antamaan anteeksi (itselle ja puolisolle) tapahtuneen. Vasta sen jälkeen hänen on mahdollista jatkaa omannäköistä elämäänsä eteenpäin.

Jätettyjen tarinoita leimaa kaoottisuus ja suurimmat tunnemylläykät: viha, suru, katkeruus, jotka saivat naisen elämän lyhyeksi tai pidemmäksi aikaa kokonaan pois raiteiltaan. Mielenterveyspalvelujen käyttö on monille tarpeen ainakin pahimmassa kaaosvaiheessa. Depressio- eli masennusdiagnoosi perustuu tyypillisten masennusoireiden yhtäaikaiseen ja riittävän pitkään esiintymiseen, jotka alentavat ihmisen toimintakykyä. Depression riskitekijöitä ovat mm. naissukupuoli, erot/menetykset, kuormittavat elämäntapahtumat, yksinäisyys, sosiaalisen tuen puute ja matala sosioekonominen asema. (Kaltiala-Heino 2003, 53-55.) Erovalmiuden puuttuminen ja elämän hallinnan puute näkyvät selvästi näissä tarinoissa. Jos nainen pystyy ymmärtämään ja hyväksymään tapahtuneen, pääsee hän ero-prosessissaan eteenpäin ja aloittaa uuden, ehkä onnellisemmän, elämäntapahtuman.

Jättäjien erotarinat eivät ole kokonaisuutena niin kaoottisia kuin jätettyjen tarinat. He ovat itse tehneet eropäätöksen ja ovat henkisesti valmistautuneet siihen. Jättäjät (haastatellut) ovat jo suhteessa ollessaan kantaneet päävastuun kodista ja lapsista, joten ero ei siinä mielessä edes suuresti lisää heidän työtaakkaansa. He ovat myös tehneet käytännön järjestelyjä (hankkineet asunnon, työpaikan, tms.) selviytyäkseen eron jälkeen yksin lasten kanssa. Jättäjien tarinat eivät kuitenkaan olleet help-

poja tai ongelmatomia. Suuri ongelma, etenkin hyvän miehen jättäjillä, näyttää olevan omien erotunteiden (mm. viha, suru, katkeruus, häpeä) hyväksyminen ja läpikäyminen.

Onko terveyttä edistäviä tarinamalleja?

Omasta aineistostani ajattelen, että *huonon miehen jättäjän* tarina on selkeimmin terveyttä edistävä, sillä siinä nainen on itse jättäjä ja siten vahvoilla, eikä hänellä todellakaan ole huonossa suhteessaan mitään kovin suurta menetettävää. Toinen terveyttä edistävä tarina on mielestäni *huonon miehen jättämän naisen* tarina, tosin sillä edellytyksellä, että rakkaus puolisoon on jo hiipunut ja nainen ”kasvaa” niin paksunahkaiseksi, ettei anna ex-puolison enää satuttaa itseään. Jätettyjen tarinat ovat kuitenkin vaikeita – voiko hylätyksi tuleminen olla koskaan terveyttä edistävää? Ehkä silloin, jos hylätty ei itse pysty irrottautumaan sairaasta suhteesta; on vain hyvä, jos toinen tekee sen hänen puolestaan. Tosin, terveyttä edistävä se on mielestäni vasta silloin, kun hylätty ymmärtää oman arvonsa, eikä hyväksy huonoa kohtelua.

Entä ne tarinat, joissa toisena osapuolena on hyvä mies? Nekin ovat vaikeita – etenkin moraalisesti. *Nainen, joka jättää hyvän miehen* on ”kummallinen” – vai onko? Mies on voinut olla hyvä, mutta kuitenkin naiselle jollain tapaa sopimaton: ei ainakaan niin hyvä, etteikö yksin olisi parempi tai parempaa voisi löytyä. Loppujen lopuksi tämäkin on terveyttä edistävä, jos naisella kerran ei ole mielestään ollut muita vaihtoehtoja kuin jättää hyvä mies. *Hyvän miehen jättämä nainen* on kuitenkin kaikista heikoimmassa asemassa. Hänen koko elämänsä on musertunut. Tämä ei helposti käänny terveyttä edistäväksi, mutta jos nainen ymmärtää ja hyväksyy tapahtuneen, voi olla että hän lopulta ajattelee, että ero oli parempi myös hänen kannaltaan – niinhän Kirsillekin kävi. Ei ole oikeastaan tarinasta kiinni, onko se terveyttä edistävä vai sitä huonontava, vaan pikemminkin siitä, miten ihminen siihen suhtautuu. Käsitin Vilma Hännisen väitöskirjatutkimuksen ”Sisäinen tarina, elämä ja muutos” (1999) siten, että juuri elämänmuutokset kutsuvat rakentamaan sisäistä tarinaa uudelleen. On siis tärkeää, miten tuon kutsun ottaa vastaan, minkä merkityksen sille antaa ja miten siihen suhtautuu; näkeekö eronnut itsensä uhrina vai jonain muuna.

Tekemäni havainnot ovat vain yksi tapa nähdä ja selostaa kerrotut tarinat. Minusta tuntuu että tulkinta on sekoitus etäistä, ulkopuolista teoriatietoa ja toisaalta taas emotionaalista tulkintaa, jossa minä itse ihmisenä olen mukana. Vilma Hänninen vertaakin osuvasti tarinankerrontaa alueesta piirrettyyn karttaan. ”Samoin kuin tietystä alueesta voi laatia monenlaisia kartoja, mutta ei mitä tahansa, voi tietyistä tapahtumista kertoa monenlaisia tarinoita, mutta ei millaisia tahansa” (Hänninen

1994, 173-174). Irmeli Järventie pohtii artikkelissaan samaa asiaa: ”Kirjoitetulla tarinalla on aina vaihtoehtonsa. Mielestäni se, mistä vaietaan, on vähintään yhtä kiinnostavaa kuin se, mitä tuodaan julki – rakentuuhan julkituotu vaietulle ja päinvastoin.” (Järventie 1994, 138.) Tämä saa minut miettimään haastateltavien kertomien tarinoiden lisäksi myös itseäni ja sitä, mitä tuon julki aineistoni pohjalta. Tutkimus on valintoja ja toimintaa – todellakin.

5.5 Tarinallisuus jatkumona

Yritin sovittaa haastateltujen tarinoita erilaisiin tarinatyyppittelyihin. Mietin, voisiko näitä erotarinoita sijoittaa Frankin (1995) selviytymis-, kaaos- ja kilvoittelutarinoiden sisälle. Mietin myös, olisiko niissä Murrayn (1989) komedian, romanssin, tragedian tai ironian piirteitä. Osassa niistä oli, mutta en kuitenkaan kyennyt asettamaan kaikkia tarinoita näihin valmiiksi tehtyihin tarinamuotteihin. Pikemminkin minulle tuli tunne, että haastateltavat olivat jatkumolla, jonka toisessa päässä on menetys ja toisessa vastaavasti kasvu. Menetyksen ja kasvun välissä ovat jumittuminen ja selviytyminen. Tälle jatkumolle: menetys – jumittuminen – selviytyminen – kasvu pystyin paikantamaan kaikki haastateltavat.

Menetys	Jumittuminen		Selviytyminen			Kasvu
1	2	3	4	5	6	7

Olin jo aikaisemmin piirtänyt tarinoita kuvaavat viivadiagrammit. Ensin olin piirtänyt jokaisesta tarinasta monimuotoisen, kronologisen kertomuksen mukaan kulkevan, vuoroin nousevan ja laskevan käyrän. Lopuksi tein yhteenvedon ja kuvasin tarinaa yhdellä, joko laskevalla, tasaisella tai nousevalla suoralla, joiden jyrkkyys vaihteli aina sen mukaan, mikä kokonaisvaikutelma kustakin tarinasta muodostui. Asetin nämä piirtämäni viivadiagrammit menetys-kasvu -jatkumolle siten, että menetystä kuvasi laskeva suora, jumittumista tasainen suora, selviytymistä loivasti nouseva suora ja kasvua jyrkemmin nouseva suora. Olin tyytyväinen: sain tarinat viivadiagrammeineen sopimaan jatkumolle.

Vilma Hänninen toteaa väitöskirjassaan ”Sisäinen tarina, elämä ja muutos”, että tarina on ajallinen kokonaisuus, eli sillä on alku, keskikohta ja loppu ja sen keskeinen elementti on sen juoni (Hänninen 1999, 20). Ero on ajallinen prosessi ja osalla haastateltavista eroprosessi oli vielä hyvin kesken-

eräinen. Oivalsin, että todennäköisesti juuri tästä keskeneräisyydestä johtui, etten pystynyt millään sijoittamaan kaikkia tarinoita valmiisiin tarinamuotteihin – ne eivät olleet vielä valmiita tarinoita – niistä puuttui loppu. Sanoinkin muutamalle haastateltavista, että olisi mielenkiintoista kuulla, mitä hänelle kuuluu viiden vuoden kuluttua tai miten hän silloin kertoisi erostaan ja kieltämättä se kiinnostaa minua edelleen – haluaisin kuulla tarinoiden lopun – sen jälkeen voisin pohtia, miten heidän sisäinen tarinansa on muuttanut ja/tai vaikuttanut heidän elämäänsä.

Juonen löytäminen oli keskeneräisissä tarinoissa todella vaikeaa; tunnelma oli lähinnä kaoottinen ja jumittunut. Vei kuitenkin aikaa, ennen kuin pystyin oivaltamaan ja hyväksymään sen, että tarinat eivät vielä olleet kokonaisia tarinoita. Tämän hyväksytyäni erotarinoiden kirjoittaminen mahdollistui. Jos toinen mallitarinan kertojista oli jumittunut eroprosessissaan tai tarina oli muuten hyvin keskeneräinen, oli toinen kertoja jo pidemmällä; siten pystyin kirjoittamaan ”valmiimman” mallitarinan, jossa oli jo jonkinlainen loppu. Mallitarinan kirjoittaminen oli sitä vaikeampaa mitä erilaisemmissa vaiheissa kunkin tarinan kertojat keskenään olivat, koska minulta vei aikaa, ennen kuin pystyin sijoittamaan kertomukset tarinoiden vaiheisiin.

Antonovskyn sence of coherence -käsite auttoi minua ymmärtämään haastateltujen tuntemuksia. Elämänhallinnan ja eheyden tunne oli pienempi niillä, jotka olivat menetys-jumittuminen vaiheessa tarinallisuus -jatkumolla ja vastaavasti kehitys-kasvu vaiheessa olevilla haastatelluilla koherenssin tunne oli suurempi.

6. POHDINTA

6.1 Tutkimuksen luotettavuus

Tieteellinen tutkimus pyrkii aina olemaan objektiivista, mutta laadullisessa tutkimuksessa objektiivisuudella tarkoitetaan lähinnä sitä, että tutkijan omat arvot, asenteet tai uskomukset eivät sekoitu tutkimuskohteeseen. Tutkijan tulisi tunnistaa omat esioletuksensa ja arvostuksensa ja niiden vaikutus tutkimukseen ja sen tuloksiin; objektiivisuus laadullisessa tutkimuksessa on nimenomaan oman subjektiivisuutensa tunnistamista. (Eskola & Suoranta 2000, 17-18.) Täydellinen objektiivisuus

lienee kuitenkin mahdotonta saavuttaa, sillä ihmisellä on taipumus tulkita asioita omasta näkökulmastaan senhetkisen ymmärryksensä valossa (Hirsjärvi ym. 2003, 151).

Etukäteen minua mietitytti, miten haastattelutilanteessa osaan antaa riittävästi tilaa haastateltavalle. Olin tehnyt väljän haastattelurungon siltä varalta, jos joku haastateltavista ei pääsisi kertomisen alkuun. Loppujen lopuksi pelkoni oli turha, koska haastateltavat olivat motivoituneita kertomaan tarinansa ja minulle jäi luonnostaan kuuntelijan ja tarkentavien kysymysten tekijän rooli.

Avoimessa haastattelussa olen kuitenkin aina myös itse tuottamassa aineistoa. Pysin olemaan kommentteissani mahdollisimman neutraali ja yritin ajoittaa omat kommenttini haastateltavan kertomuksen jälkeen. Kaikki haastateltavat olivat jo etukäteen miettineet, mitä kertoisivat eroistaan. Kaikesta huolimatta analyysivaiheessa minun oli tarkasti huomioitava mistä tai kenen puheesta käsitellyt asiat olivat lähtöisin. Vaikka yritin tietoisesti välttää johdattelua, havaitsin analyysivaiheessa kohtia, joissa haastateltava oli saattanut saada vaikutteita minulta; vältin parhaani mukaan niiden osioiden käyttöä. Haastattelut kestivät 2-3,5 tuntia ja usein haastateltava puhui samasta asiasta useamman kerran eri asiayhteyksissä, joten uskon ja toivon, että huomioni ovat oikeita. Valitettavasti en voi arvioida sanattoman viestinnän vaikutusta, koska haastatteluja ei kuvattu. Haastattelutilanteet olivat joka tapauksessa vuorovaikutuksellisia ja haastateltavat tekivät myös minulle kysymyksiä omasta erostani. Tosin, tilanne poikkesi luonnollisesta kahvikeskustelusta sikäli, että haastateltavat yleensä jollain tapaa kommentoivat, jos he tekivät minulle kysymyksiä ”Sunhan tässä kai pitäis kysellä, mutta...”. Kaikesta etukäteismietinnästä huolimatta olin haastattelijana noviisi; minulla oli enemmän intoa kuin taitoa.

Tulkintani haastatteluaineistosta ovat väistämättä itseni läpäisemiä. Tarkoitan tällä sitä, että minun on mahdotonta poistaa itsestäni kasvatustani, elettyä elämäni, elämäkokemuksiani, arvojani tai asenteitani, ylipäätään tapaan käsittää tämä maailma, jossa elän. Minä olen siis suomalaisen yhteiskunnan ja kulttuurin läpäisemä. Tämän ymmärrettyäni mietin, ”Mitä merkitystä tällä koko hommalalla on, tähän on vain minun tulkintaani” - iski ahdistus. Rita Jähi kirjoittaa väitöskirjassaan (2004) ”Ajattelen niin, että tulkintani haastateltavien kokemuksista eivät sijoitu selkeästi omaan maailmaani eivätkä haastateltavien maailmaan, vaan ne ovat tulosta näiden maailmojen kohtaamisesta ja liikkumisesta niiden välillä. Tutkijan pyrkimyksenä voisi olla tehdä todennäköisin tulkinta teoreettisen tietämyksensä ja elämäkokemuksensa pohjalta.” (Jähi 2004, 82.) Luettuani tämän oloni helpottui. Minun on luotettava itseäni – olen riittävä, kunhan ymmärrän subjektiivisuuteni - tosin se ei ole helppoa.

Myös haastateltavan kertoma tarina on aina kulttuuristen mallien ja yksilöllisten kokemusten yhteen kietoutunut kokonaisuus (Hänninen 1999, 15), joten sekin sisältää elementtejä ympärillä olevasta yhteiskunnasta ja sen käytännöistä, vaikka se kerrottaisiinkin yksilön sisäisenä kokemustarinana. Sikäli asia on helppo, että tässä tutkimuksessa sekä haastattelija että haastateltavat ovat suomalaisen yhteiskunnan kasvatteja, lähestulkoon samanikäisiä, koulutettuja ja äitejä. Todennäköisesti kokemuksemme suomalaisesta yhteiskunnasta on melko yhtenevä. Toisaalta, olemme kaikki niin yhteiskuntamme läpäisemiä, että on vaikea erottaa, mikä kokemuksessa tulee kulttuurista ja mikä ihmisestä itsestään. Voiko niitä edes kunnolla erottaa toisistaan? Onko se edes tarpeen?

Pohdin paljon myös eettisyyttä. Olin luvannut haastateltavilleni, että ketään heistä ei pystyisi tunnistamaan lopullisessa tekstissäni. Sen vuoksi muutin kaiken sen, mikä tunnistettavuuden takia oli muutettava. Halusin kuitenkin käyttää paljon suoria sitaatteja, koska haastateltavani olivat verbaalisesti lahjakkaita ihmisiä, ja minua kiinnosti juuri heidän kokemuksensa. Keksin, että voin yhdistää kahden eri ihmisen puhetta samaan sitaattiin, kunhan ne kuuluvat samaan perustarinaan ja samaan eroprosessin vaiheeseen. Joitain puheessa olevia manereita poistin tunnistettavuuden takia. Minun teki mieleni näyttää viittä vaille valmis työni parille haastatellulle, mutta pelkäsin, mitä he sanoisivat. Olin tehnyt suuren työn itselleni tärkeän asian parissa ja pelkäsin heidän reaktioitaan. Olisi ollut kuitenkin mielenkiintoista tietää, olisivatko haastatellut tunnistaneet itsensä tarinamalleista tai miten he olisivat kokeneet tekemäni huomiot. Olisivatko he olleet pettyneitä siihen, että lokeroin heidän tarinansa nelikentän tarinamallien sisään?

6.2 Tyypittelyn ongelmallisuus

Kaikista ongelmallisimmaksi asiaksi tutkimusta tehdessäni koin tyypittelyjen tekemisen. Kuitenkin minun oli tehtävä tyypittelyjä, koska muuten en olisi päässyt työssäni eteenpäin. Tyypittelyt ja luokittelut sekä yksinkertaistavat että selkeyttävät asioita. Ihmisten elämä on kuitenkin aina monimuotoisempaa ja siksi haluankin ottaa esille muutamia tekemäni jaottelun ongelmakohtia.

Hyvä mies/huono mies -jaottelu ei ole ongelmaton, sillä on mahdollista, että ns. hyvä puoliso, siis periaatteessa kiltti ja kunnollinen perheestään huolehtiva mies, muuttuu eron myötä joko välinpitämättömäksi tai jopa kiusaajaksi, ainakin hetkellisesti. Tämä tuli ilmi omissa haastatteluissani. Eroprosessissa mies käy läpi eron vaiheet vastaavasti kuin nainenkin ja myös hän voi jumittua esim.

viha-vaiheeseen. Olisi mielenkiintoista tietää näiden keskeneräisten tarinoiden jatko. Muuttuuko hylätty, vihainen ja katkera mies jälleen hyväksi, vai jääkö pahis pysyväksi? Liitto ei myöskään koostu yksin hyvästä tai pahasta miehestä, vaan naisella on varmasti yhtä tärkeä rooli sekä itse liitossa, että myös erotilanteessa. Haastateltavat naiset toivat rohkeasti esille myös oman keskeneräisyytensä ja ihailin heitä suuresti heidän rehellisyydestään kertoessaan tarinoitaan.

Myös jättäjä/jätetty -jaottelu on ongelmallinen. Vaikka pystyin määrittelemään haastateltavat joko jättäjiksi tai jätetyiksi, ei asia ole todellisuudessa ollenkaan niin yksinkertainen. Tein määrittelynsä perusteella kumpi puolisoista oli tehnyt lopullisen eropäätöksen. Paljon on kuitenkin tapahtunut jo ennen erilleen muuttamista. Esimerkiksi nainen, joka lopulta jättää miehensä, on saattanut tuntea itsensä jätetyksi jo avioliiton aikana. Hän on voinut kokea olevansa hylätty esim. miehen työn, harrastusten tai alkoholiongelman takia jo vuosikausia, ennen kuin hän lopulta saa tarpeekseen ja päättää hylätä hylkääjän. Monesti on aika vaikea määritellä, kuka loppujen lopuksi on jätetty tai jättäjä, jos koko av(i)oliiton aika otetaan huomioon.

Ylipäättään erotarinoissa joko-tai -ajattelu ja tyyppittely ovat ongelmallisia. Vain harvoin, jos koskaan, joku on pelkästään hyvä tai paha, jätetty tai jättäjä, syyllinen tai uhri. Tämä tuli ilmi myös siten, että vaikka haastateltava kertoi erostaan ja siihen liittyvistä ikävistäkin asioista, hän kuitenkin myös kunnioitti ex-puolisoaan.

Mua ei oo yhtään haitannu tää meidän ero, mä en oo kaivannu ex-mieheni perään, enkä sitä aikaa, mikä meillä on ollu, mutta en mä sitä poiskaan antais. Se, että mulla on nää kolme lasta, on siinä ollu omat hyvänsä sinäki aikana.

Mistä se mahtoi johtua? Mistä se kertoi? Oliko erosta kulunut jo sen verran aikaa, että pahin tunne mylläkkä oli jo ohitse? Oliko Erosta eteenpäin –vertaistukityhmällä ollut vaikutusta tähän asiaan? Olivatko haastateltavat vieraskoreita minua, haastattelijaa kohtaan? Ehkä näinkin, mutta on muistettava, että kaikki haastateltavat olivat olleet pitkään suhteissaan ja heillä kaikilla oli useampia yhteisiä lapsia ex-puolison kanssa, joten suhteissa oli varmasti ollut myös monia hyviä ja onnellisia ajanjaksoja. Juuri tämä tekee eroista myös erityisen raskaita. Ne ovat täynnä muistoja menneistä, hyvistäkin, ajoista. Toisaalta niissä on myös kipeitä ja tuskaisia kokemuksia. Kaikissa tapauksissa ongelmat ovat lopulta selittäneet hyvän ja kaikkien perheenjäsenten elämä on kokenut mullistavia muutoksia.

6.3 Moraalisesti arvokkaan tarinan vaatimus

Tyypittelyn lisäksi myös moraalinen näkökulma aiheutti minulle päänvaivaa. Selvimmin se tuli esille hyvän miehen jättäjien erotarinoissa. Aihetta ei ole juurikaan käsitelty, enkä ollut lukenut siitä etukäteen. Ihmettelin alussa, miksi ”Hyvän miehen jättäjien” erotarinat teettivät minulla niin paljon töitä. Ensin ajattelin, että tarinat ovat jotenkin ristiriitaisia, enkä siksi heti ymmärtänyt niitä, mutta ajan myötä minusta alkoi tuntua siltä, että juuri moraalinen oli se seikka, joka vaikeutti tarinoiden ymmärtämistä. Moraalinen koski sekä haastateltavaa että haastattelijaa. Tämä ilmeni mm. haastateltavan epävarmuutena kertoessaan tarinaansa ja jonkinlaisena sisäisenä ristiriitaisuutena, joka sai kuuntelijan kurtistamaan kulmiaan. Vaikka tunsin, että minun velvollisuuteni haastattelijana oli yrittää ymmärtää haastateltavan tarina, minun oli joskus vaikea hahmottaa tapahtunutta; myös kuuntelijalle tuli ristiriitainen olo. Näiden tarinoiden kertominen ja moraalisesti hyväksytyksi tekeminen vaatii aivan erityistä taitoa. Joka tapauksessa, näiden tarinoiden kohdalla tein analysoidessani monta kertaa itselleni kysymyksen – Miksi?

Keväällä 2005, miksi –kysymysten risteillessä päässäni, istuin Anssi Peräkylän luennolla, jossa hän kertoi Harold Garfinkelistä, joka on Parsonsin oppilas. Parsonsin mukaan kulttuuri antaa meille normit, jotka me sisäistämme ja jotka ohjaavat meitä elämässämme; sosiaalistuminen yhteiskuntaan mahdollistaa sosiaalisen järjestyksen eli pystymme elämään toisten ihmisten kanssa yhdessä suuremmita ristiriidoitta. Garfinkelin kuitenkin kyseenalaisti Parsonsin sosiaalisen järjestyksen, koska hänestä normit eivät ole kattavia ja tarpeeksi yksityiskohtaisia; esim. hankalassa avioliitossa voi ihmisellä olla suhteen jatkamisen normin lisäksi myös itsensä pelastamisen normi, ja ne ovat ristiriidassa keskenään. Garfinkel ajatteli, että sisäiset normit kyllä vaikuttavat ihmisen tekemiin valintoihin, mutta merkityksellisempää on *selontekovelvollisuus*, jota ihminen tuntee aina silloin, kun hän toimii jotenkin tavallisuudesta poikkeavalla tavalla. Tavallista toimintaa ei siis selitellä sen kummemmin, vaan toiminta itsessään tuo ilmi perustelut toiminnalle (inkarnoitunut). Tavallisuudesta poikkeavan toiminnan selittäminen on ihmiselle lajityypillinen ominaisuus. Mielestäni tämä näkyi myös erohaastatteluissa siten, että haastateltaville oli tärkeää kertoa myös eron syistä, vaikka en kertaakaan niistä kysynyt. Nähtävästi pienten lasten eronneet äidit pitivät kuitenkin velvollisuutenaan selittää myös eronsa syitä ja toki se edesauttoi minua huomattavasti ymmärtämään heidän erokokemuksiaan. Parsons väitti myös, että jaettu tieto tekee ymmärtämisen mahdolliseksi ja se oli toinen asia, minkä Garfinkel näki toisin. Garfinkelin mukaan kyseessä oli ennemminkin ihmisen *kyky löytää mieltä melkein minkälaisesta toiminnasta tahansa* ja usein löydämmekin: esim. eronnut nainen tuntee tai tekee jotain, koska on vihan vaiheessa. Meillä on siis kyky tai halu ymmärtää toi-

sia ihmisiä ja se on välttämätöntä, että tulemme toimeen toistemme kanssa. Ymmärtäminen on tärkeää vertaistukitoiminnassa ja myös siinä, miten minä ja haastateltava ymmärrämme toisiamme tai miten minä tutkijana ymmärrän tai tulkitseen haastateltavan toiminnan tai kokemuksen. Ymmärtäminen tai tulkintatyö on toisaalta kyky, mutta toisaalta se on myös velvollisuus, jotta sosiaalinen järjestys säilyisi.

Edellä mainitun luennon anti oli oman tutkimukseni kannalta merkittävä. Selontekovelvollisuus todellakin auttaa ymmärtämään sitä, miksi eronneet naiset ja etenkin hyvän miehen jättäjät kertoivat eronsa syistä; he halusivat minun ymmärtävän tapahtuneen. Toisaalta luento auttoi minua myös ymmärtämään omaa ahdistustani silloin alussa, kun en ymmärtänyt kaikkea tapahtunutta; minulla oli tarve löytää mieltä heidän toiminnastaan, ymmärtää heitä.

Törmäsin siis kulttuuriimme ja sen mahdollistamiin tapoihin kertoa moraalisesti arveluttavasta asiasta. Tarinat saivat minut miettimään, miten voi ja on ylipäätään mahdollista kertoa moraalisesti hyväksyttävästi itselle, saatikka toiselle sellaisesta, mitä pidetään yhteiskunnassamme moraalittomana tekona – jättää nyt hyvä ja kunnollinen mies, lasten isä. Omassa aineistossani sekä hyvän että huonon miehen jättäjät perustelivat eroaan vaihtoehdottomuudella.

Mut mun piti viedä se niin pitkälle, että mulla ei ollu kahta vaihtoehtoo; mä aattelin, et mun terveys menee nyt, että sekä fyysinen että psyykinen, tai sitten tää ero tulee.

Mulla ei ollu mitään muuta vaihtoehtoa (kun erota), että mä tavallaan hiivun pois siitä - kuihtuisin kokoon - niinku kukka kuolee.

Molemmilla eron vaihtoehtona on psyykkisen ja/tai fyysisen terveyden menetys, jonkinmoinen psyykkisen olemassaolon loppu, oman itsen kuolema. Vakuuttavaa. Olisi mielenkiintoista tietää, miten muut vastaavissa tai samantyyppisissä tilanteissa olevat kokevat ja miten he kertoisivat tarinaansa ymmärrettäväksi. Mitä muita vakuuttamisen muotoja on kuin vaihtoehdottomuus?

6.4 Tutkimuksen anti itselle ja muille

Itselleni tämä tutkimusprosessi on ollut mielenkiintoinen matka, jonka aikana olen läpikäynyt omaa eroprosessiani ja elänyt elämäni eteenpäin. Erityisesti tämä tutkimus on ollut matka itseäni. Minun on ollut huomioida oma subjektiivisuuteni, että olen pystynyt tekemään mahdollisimman objektiivisen tutkimuksen itselleni läheisestä asiasta. Olen tehnyt tutkimusta hitaasti, pala palalta, silloin tällöin, kun muu elämä ja aikataulut ovat antaneet myöten. Tämä näkyy myös lopputuloksessa, sillä

jos olisin tehnyt tämän puolessa vuodessa, niin kuin se periaatteessa olisi ollut mahdollista, niin tutkimukseni olisi täysin erilainen. Tuskin olisin edes päässyt tarinavaiheeseen, sillä tauot ovat olleet edellytys ajattelulle ja luovalle työlle, jota tarinallisuus mielestäni vaatii. Tarinallisuuden anti on ilmeinen. Ilman tarinallisuutta havainnot olisivat ikään kuin ”roikkuneet ilmassa”, kuulumatta mihinkään suurempaan kokonaisuuteen. Tarinallisuus on mahdollistanut juonen avulla syvemmän tulkinnan; havainnot eivät ole jääneet pelkiksi irrallisiksi luetteloiksi, vaan ne on työstetty eteenpäin tarinoiksi, joilla on tietyt lähtöoletukset.

Toivon, että tästä tutkimuksesta on hyötyä kaikille asian parissa työskenteleville. Ero on mullistava tapahtuma naisen/äidin elämässä. Etenkin, kun eroon liittyy lapsia, on tärkeää, että nainen (myös mies) ei jumitu erokriisin vaiheisiin vaan eroprosessi etenee: vain siten mahdollistuu koko perheen toipuminen. Ajattelen, että yhteiskunnassamme olisi oltava ”automaattinen systeemi”, jossa lapsiperheen tilanne ja avun tarve kartoitetaan mahdollisimman pian vanhempien erilleen muuttamisen jälkeen. Jätetty nainen/äiti kokee eron enemmän tai vähemmän yllättävänä ja koko hänen elämänsä saattaa romahtaa. Huomionarvoista kuitenkin on, että myös jättäjä tarvitsee apua ja tukea eroprosessissaan, mikä ilmenee mm. seuraavassa hyvän miehen jättäjän sitaatissa.

Pitäs olla, et heti kun oot eronnu, niin kartotetaan se tilanne ja tulee kodinhoitaja tai perhetyöntekijä auttamaan. Siis, ei tarvii hävetä, et oo yksin. Ja lapsetki tarvii sitä apua, ku se yksin jäänyt aikuinen ei ehkä jaksa lasten elämää siinä vaiheessa..., et sellasta seuraa ja tukea, et se arki lähtee luistamaan siitä jotenki. (...) Tuntuu, et kaikki mahdolliset jutut, niin saa kyllä itte ottaa selvää. Ja semmonen ihminen, joka eroaa, niin jaksako se ottaa selvää?

Hyvän miehen jättäjät kokivat jääneensä eron jälkeen yksin ja olivat masentuneita, mutta eivät kuitenkaan kokeneet ansaitsevansa apua, koska syyllistivät itseään ja tunsivat itse aiheuttaneensa eron. Avun tarve on siis ilmeinen sekä jätettyjen että jättäjien keskuudessa. Perhebarometri 2003 -tutkimuksen mukaan noin 40 % eronneista naisista koki saaneensa riittävästi tukea ammattiauttajalta, mutta 23 % oli vastaavasti sitä mieltä, että ei ollut löytänyt sopivaa ammattiapua. Peräti neljä prosenttia naisista koki, ettei ollut löytänyt ketään kenen kanssa keskustella ongelmistaan. (Paajanen 2003, 90.)

Ihanteellista tietysti olisi, jos perhe hakisi apua ajoissa ja parisuhde voitaisiin pelastaa. Parisuhteen pelastumisen kannalta ammattiapua haetaan kuitenkin monesti liian myöhään. Perhebarometri 2003 -tutkimuksessa moni vastaaja ilmoittikin hakeneensa ammattiapua vasta avioeroprosessiin liittyvien vaikeuksien takia. (Paajanen 2003, 63-64.) Tämä sama näkyi myös haastateltujen tarinoissa: am-

mattiapua haettiin liian myöhään tai ei ollenkaan, osa sopi vain lasten huoltajuudesta lastenvalvojan luona. Aamulehdessä (17.3.2007) Ville Juutilainen kuitenkin kirjoittaa otsikolla ”Kurjaan yhteis- eloon haetaan rohkeasti ulkopuolista apua”. Lehtikirjoitus perustuu tamperelaisten alan asiantunti- joiden haastatteluihin, joiden mukaan parisuhdeongelmiin haetaan nykyisin apua entistä enemmän ja varhaisemmassa vaiheessa kuin ennen. Muutos on tapahtunut viiden viime vuoden aikana. Paris- kunnat eivät enää arastele jakaa asioitaan ulkopuolisen auttajän kanssa. Kaupungin ja kirkon palve- lut ovat jo ruuhkautuneet, mutta järjestöt pystyvät vielä auttamaan melko nopeasti.

Kieltämättä tuntuu oudolta, että auton ajamiseen tarvitaan autokoulu, jonka päätteeksi saadaan ajo- kortti, mutta yhteiseen asumiseen ja lasten vanhemmuuteen ei ihmistä valmistella juuri ollenkaan. Itse kannatan sairauksia ehkäisevää ja terveyttä edistävää näkökulmaa ja uskon, että tässäkin asiassa ennaltaehkäisy antaisi parhaan mahdollisen lopputuloksen sekä perheen että yhteiskunnan kannalta.

Tällä hetkellä parisuhteen tukeminen ja erojen ennaltaehkäisy on yhteiskunnassamme liian vähäistä. Tämä tuntuu oudolta, kun ottaa huomioon, että yhteiskunnassamme tapahtuneet monet muutokset: mm. työelämän suurentuneet vaatimukset ja epävarmuus, tukiverkoston (sukulaiset, ystävät) ha- jaantumisen kaus, yksilöllisyyden korostaminen sekä koventunut arvomaailma eivät ainakaan hel- pota parisuhteen ja perheen koossapysymistä. Näin ollen olisi hyvä, että edes korjaava auttamis- muoto (eron jälkeen) olisi kaikkien sitä tarvitsevien käytettävissä. Hyvä eroauttamisen muoto ero- perheille on mielestäni Eron jälkeen -kokeilun tyyppinen toiminta, jossa auttamisen piiriin otetaan koko eronnut perhe: nainen, mies ja lapset. Tärkeää on, että apu alkaa mahdollisimman pian erilleen muuttamisen jälkeen, sillä silloin siitä on eniten apua kaikille perheen osapuolille: mm. eroprosessin läpikäyminen ja eron jälkeinen vanhemmuus saa tukea ja selkiytyy. Vertaistukimuotoisena siitä on se lisähyöty, että eronnut saa uusia, samassa elämäntilanteessa olevia tuttavuuksia, joiden kanssa voi jakaa kokemuksiaan ja saada asioihin uusia näkökulmia. Huomionarvoista kuitenkin on, että ”rikkimenneiden” ihmisten eroauttaminen vaatii suurta ammattitaitoa.

Toivon, että tutkimuksestani on hyötyä kaikille niille, jotka ovat tekemisissä eronneiden kanssa tai ovat itse eroamassa tai eronneet. Ajattelen, että hahmottelemani tarinat auttavat heitä ymmärtämään eroprosessia ja siihen liittyviä tunteita ja kokemuksia. Lisäksi toivon, että työni auttaa näkemään myös sen, että oikeanlaisella auttamisella ja väliintulolla on mahdollista auttaa ihmisiä etenemään hyvinkin vaikeissa eroprosesseissa; auttaa selviytymään sellaisesta, mikä ei ilman apua ehkä olisi edes mahdollista.

KIRJALLISUUS

- Alasuutari P. (1999): Laadullinen tutkimus. Vastapaino, Tampere
- Allardt E. (1976): Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. WSOY, Porvoo
- Antonovsky A. (1980): Health, Stress, and Coping. Jossey-Bass publishers, London
- Arendell T. (2001): The new care work of middle class mothers. Managing childcearing, employment and time. Teoksessa Daly KJ. (Ed.) Minding the time in family experience. Emergin perspective and issues. Elsevier Science, Oxford, s. 163-204
- Beck U. & Beck-Gernsheim E. (1995): The Normal Chaos of Love. Polity Press, Cambridge
- Bee H. (1997): Lifespan development. Addison-wesley Educational publishers Inc, United States
- Bohannon P. (1971):The Six Stations of Divorce. Teoksessa P. Bohannon (Ed.), Divorce and After. Anchor, New York
- Cacciatore R. ym. (2006): Pysytään yhdessä. Otava, Helsinki
- Daly KJ. (2001): Controlling time in families. Patterns that sustain gendered work in the home. Teoksessa Daly KJ. (Ed.) Minding the time in family experience. Emergin perspective and issues. Elsevier Science, Oxford, s. 227-249
- Duck S. (1991): Understanding Relationships. The Guilford Press, London
- Edvall L. (2001): Eron pelisäännöt. Näkökulmia avioeroon. Karisto Oy, Hämeenlinna
- Frank AW. (1995): The wounded storyteller. Body, Illness and Ethics. The University of Chicago Press, Chicago
- Elämäntutkimusryhmä (1999): Elämäntutkimus ja terveys. Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki. Raportti 1
- Eskola J. & Suoranta J. (2000): Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino, Helsinki
- Frank AW. (1995): The wounded storyteller. Body, Illness and Ethics. The University Press of Chicago, Chicago
- Garhammer M. (2001): Wie Europäer ihre Zeit nutzen. Zeitstrukturen und Zeitkulturen im Zeichen der Globalisierung. Edition Sigma, Berlin
- Giddens A. (1992): The Transformation of Intimacy. Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies. Polity Press, Cambridge
- Häggman-Laitila A. (1999): Terveys ja omatoiminen terveydenhoito. Kuvailtava teoria yksilöllisistä kokemuksista. Acta Universitatis Tamperensis 648, Tampere
- Halla-Seppälä T. (1983): Erokriisi ja erokriisiterapia. Ryhmätyö 12 (3), s. 17-22.
- Helakorpi S. ym. (2001): Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2001. Kansanterveyslaitos, Helsinki
- Hemström Örjan (1996): Is Marriage Dissolution to Differences in Mortality Risks for Men and Women? Journal of Marriage and the Family 58, s. 366-378.

- Hirsjärvi S. ym. (2000): Tutki ja kirjoita. Tammi, Helsinki
- Honkasalo M. & Åstedt-Kurki P. (1995): Onko nainen oman terveytensä määrittelijä? Teoksessa Sorvettula (toim.) Naisen terveys. Hyvän elämän strategiset mitat. Kirjayhtymä, Helsinki, s. 115-144
- Honkasalo M. (1988): Oireiden ongelma – sosiaalilääketieteellinen tutkimus oireista, niiden esiintymisestä ja merkityksestä kahta tutkimusmenetelmää käyttäen. Kansanterveystieteen julkaisuja M 101, Helsingin yliopisto
- Hänninen V. (1994): Ei toimijaa ilman tarinaa. Teoksessa Weckroth & Nikkonen (toim) Jos A niin... Vastapaino, Tampere, s. 167-179
- Hänninen V. (1999): Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Acta Universitatis Tamperensis 696, Tampere
- Jallinoja R. (2000): Perheen aika. Otava, Helsinki
- Jokinen E. (1996): Väsynyt äiti: äitiyden omaelämäkerrallisia esityksiä. Gaudeamus, Helsinki
- Julkunen R. (1999): Sukupuoli, työ, hyvinvointivaltio. Teoksessa Apo ym.: Suomalainen nainen. Otava, Helsinki, s. 79-100
- Junkkari K.M. (2004): Naiseksi joka olet. Kirjapaja, Helsinki
- Junkkari K.M. & Junkkari L. (2006): Läsä ja lähellä. Seksuaalinen viisaus parisuhteessa. Otava, Helsinki
- Jyrkämä O. & Rinnevuori E. (2005): Eron jälkeen – tukea koko eroavalle perheelle. Raportti.
- Jähi R. (2004): Työstää, tarinoida, selviytyä. vanhemman psyykinen sairaus lapsuudenkokemuksena. Acta Universitatis Tamperensis 1015, Tampere
- Järventie I. (1994): Vaiettu viulu. Teoksessa Weckroth & Nikkonen (toim) Jos A niin... Vastapaino, Tampere, s. 137-151
- Kaltiala-Heino RK. (2003): Sukupuoli ja mielenterveys. Teoksessa Luoto R. ym. (toim.) Sukupuoli ja terveys. Vastapaino, Tampere, s. 50-65
- Kressel K. (1985): The process of divorce. How professionals and couples negotiate settlements. Basic Books, New York.
- Kuronen M. (1985): Erokirja. WSOY, Juva
- Laaksonen M. (2003): Tupakka ja sukupuoli. Teoksessa Luoto R. ym. (toim.) Sukupuoli ja terveys. Vastapaino, Tampere, s. 225-235
- Lahelma E. (1998): Johdanto: Ikä, ikääntyminen ja elämäntutkimuksessa. Teoksessa Rahkonen O. & Lahelma E.(toim.) Elämäntutkimus ja terveys. Gaudeamus, Helsinki, s. 9-22
- Larsson R. (2001): Mother's time in two-parent and one-parent families. The daily organization of work, time for oneself, and parenting of adolescents. Teoksessa Daly KJ. (Ed.) Minding the time in family experience. Emergin perspective and issues. Elsevier Science, Oxford, s. 85-109
- Lehmusvaara L. & Torppa T. (1996): Erossa ja elossa. Kansan Sivistystyön liitto, Helsinki
- Litmala M. (2001): Avioeroprosessin piirteet. Tutkimus avioeroista vuonna 2000. Oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen tutkimustiedonantoja 55, Helsinki

- Makkonen M. (1991): Avioeroauttamisen keinot - avioeroauttajien työstä ja sen kehittämismahdollisuuksista. Mannerheimin lastensuojeluliitto, Helsinki
- Marin M. (2001a): Aikuisuus ja keski-ikäisyys. Teoksessa Sankari A.& Jyrkämä J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen: iän sosiologiaa. Vastapaino, Tampere, s. 225-265
- Marin M. (2001b): Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Sankari A.& Jyrkämä J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen: iän sosiologiaa. Vastapaino, Tampere, s. 17-48
- Metso L. ym. (2002): Suomalaisten juomatavat vuonna 2002. Taulukkoraportti vuoden 2002 tutkimuksen perustuloksista ja vertailuja aiempiin juomatapatutkimuksiin. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Aiheita 3/2002, Helsinki
- Murray K. (1989): The Construction of Identities in the Narratives of Romance of Comedy. Teoksessa Shotter J. & Gergen K. (toim.) Text of Identity. Sage, London
- Määttä K. (2002): Avioeron tuska ja helpotus. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki
- Naukkarinen H. (1998): Somaattisiin sairauksiin liittyvistä psykologisista tekijöistä ja käytännön psykosomaattisista ongelmista. Teoksessa Achté K.& Tamminen T. (toim.) Psykiatrian käsikirja, Gummerus, Jyväskylä, s. 228-245
- Niemelä P. (1995): Kotiin omaan ruumiiseen: mielen ja ruumiin integraatioprosessi. Teoksessa Sorvettula (toim.) Naisen terveys. Hyvän elämän strategiset mitat. Kirjayhtymä, Helsinki, s. 76-89
- Nieminen U. (1993): Erovalmiuden tuntomerkit. Teoksessa Taskinen S.(toim.) Itke vain sydämein. Taustaineistoa perheasioiden sovitteluun. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Raportteja 84, Helsinki, s. 14-20
- Nikander T. (1996): Perheiden muodostuminen ja hajoaminen. Avo- ja avioparien yhteen ja erilleen muutto. Väestö 1996:17. Tilastokeskus, Helsinki
- Paajanen P. (2003): Perhebarometri 2003 – Parisuhde koetuksella, käsityksiä parisuhteesta ja sen purkautumisesta. Väestöliitto, Väestötutkimuslaitos, Katsauksia E 17, Helsinki
- Paakkanen P. (1992): Sukupuolen mukainen kaksoiskansalaisuus ja alkoholi. Alkoholipolitiikka 1992; 57: 4, s. 237-251
- Pettilä U. ja Yli-Marttila L. (1999): Eron vaiheet. Kirja eroaville ja eroavien auttajille. Tietosanoma Oy, Helsinki
- Perheet 2000 (2002): Tilastokeskus, Väestö 2001:12, Helsinki
- Ponzetti J. & Cate R. (1986): The developmental course of conflict in the marital dissolution process. Journal of Divorce 1/2, s. 1-16.
- Popay H. (1992): My Health is all right, but I'm just tired all the time. Teoksessa Roberts H. (toim.) Women's health matters. Routledge, London, s. 99-120
- Puska P. ym. (1991): Aikuisten tupakointi Suomessa viime vuosina. Suomen lääkärilehti 46, s. 2332-2335
- Pylkkänen A. (1999): Suomalainen tasa-arvo. Teoksessa Apo ym. Suomalainen nainen. Otava, Helsinki, s. 24-38
- Suomen tilastollinen vuosikirja 2002 (2002): Tilastokeskus, Helsinki

- Tolkki-Nikkonen M. (1990): Parisuhde, Perhesuhde, Olosuhde. Mikä pitää avioliiton koossa 15 vuoden jälkeen. Gaudeamus, Helsinki
- Vidgren A. (1993): Erokriisi. Teoksessa Taskinen S.(toim.) Itke vain sydämeihin. Tausta-aineistoa perheasioiden sovitteluun. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus, Raportteja 84, Helsinki, s. 21-34
- Wallerstein J. & Blakeslee S. (1991): Avioeron jälkeen. Otava, Helsinki
- Wiseman R. (1975): Crisis Theory and the Process of Divorce. Social Casework, 56, s. 205-212.
- Vuorinen R. (1998): Minän synty ja kehitys: ihmisen psyykinen kehitys yli elämänkaaren. WSOY, Porvoo
- Åstedt-Kurki, P. (1992): Terveys ja hyvä vointi ja hoitotyö kuntalaisten ja sairaanhoitajien kokemana. Acta Universitatis Tamperensis 349, Tampere.

LIITTEET

Liite 1. Lähestymiskirje haastateltaville

YHTEYDENOTTOTOIVOMUS

X.XX.XXXX

Arvoisa vastaanottaja

Olen Rummukaisen Anne ja opiskelen Tampereen yliopistossa terveystieteiden maisteriksi. Teen lopputyönäni tutkimusta naisten erokokemuksesta ja erosta selviytymisestä. Minua kiinnostaa erityisesti ero fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena kokemuksena ja haluaisin kuulla juuri sinun erotarinasi.

Erosin itse kaksi ja puoli vuotta sitten ja olin mukana MLL:n ”Eron jälkeen”-toiminnassa. Haluaisin haastateltavikseni samaan toimintaan osallistuneita eronneita naisia, joilla on pitkä suhde takana ja yhteisiä lapsia ex-puolison kanssa.

Haluaisin tehdä haastattelut kotonani xxxxxxxxxxx kahvi/teekupposen ääressä mahdollisimman vapaana keskusteluna. Muukin rauhallinen paikka on mahdollinen – esimerkiksi sinun kotisi, jos sellainen järjestely on sinulle helpompi. Haastattelu ja sen käsittely on ehdottoman luottamuksellista eikä tutkimusraportistani ole tunnistettavissa ketään yksittäistä haastateltavaa.

Toivon, että kiinnostuit olemaan mukana tutkimuksessa, joka valottaa naisten erokokemusta. Soita minulle oheiseen numeroon viikon sisällä, niin voimme sopia tapaamisaikamme. Käsitykseni on, että haastattelu kestää noin 1,5 tuntia.

Tämä kirje on toimitettu sinulle Eron jälkeen -toiminnan välityksellä niin, että Oili on lähettänyt sen em. kriteerit täyttävälle äideille.

Yhteistyöterveisin

Anne Rummukainen
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX
XXXXX TAMPERE
p. xxx-xxxxxxx
anne.rummukainen@uta.fi

Liite 2. Avoimen haastattelun apurunko

Taustatiedot:

- haastateltavan ikä, nykyinen perhetilanne, onko työssä vai kotona?
- lasten lukumäärä ja ikä
- kuinka pitkä aika erosta (erilleen muuttamisesta) on?
- montako vuotta asunut yhdessä ennen eroa?
- yhteishuoltajuus/yksinhuoltajuus?

Jos joku oleellinen asia ei haastattelun kuluessa tule ilmi, niin kysy.

1. ERO FYYSISENÄ (RUUMILLISENA) KOKEMUKSENA

- fyysinen elimistö, esim. ihottumat, laihtuminen/lihominen, migreeni, flunssat
- tupakointi, alkoholinkäyttö, liikunta - ovatko muuttuneet?
- terveys-/sairauspalvelujen käyttö?
- sairauslomat fyysisistä syistä?

2. ERO PSYKKISENÄ KOKEMUKSENA

- minuus/persoonallisuus, itsetunto, seksuaalisuus, hiukset, vaatteet, olemus
- vanhemmuus/äitiys
- elämänarvot/tavoitteet
- mielenterveyspalvelujen käyttö?
- sairauslomat psyykkisistä syistä?

3. ERO SOSIAALISENA KOKEMUKSENA

- perhe: ex, lapset, uusi suhde
- sukulaiset: oma/ex:n suku, miten suhteet muuttuivat?
- ystävät, muuttuivatko ystävyssuhteet? Jäikö osa ystäväistä pois?/Tuliko uusia tilalle?
- yhteiskunnan eri tahot, esim. perheneuvola. Oliko niistä hyötyä tai haittaa?

4. EROSTA SELVIITYMINEN

Miten jaksoit? Mistä sait apua? Oliko apu/tuki/ymmärrys riittävää?

Mikä on auttanut fyysisesti? (having - käsittää perusturvan ja terveyden)

- elämän perusturva
- liikunta

Mikä on auttanut psyykkisesti? (being)

- oman minän kasvu, identiteetti, itsekunnioitus, uudenlainen äitiys
- onnistumisen kokemukset, tiedonkäsittelytaidot

Mikä on auttanut sosiaalisesti? (loving)

- uudet ja vanhat ihmissuhteet
- yhteiskunnan eri tahot, esim. ”Eron jälkeen”-toiminta, perheneuvola

Lisäksi: Mikä on rasittanut? Mikä erityisesti huolestutti?

- yksinäisyys, puutteellinen perusturva, lasten selviytyminen, oikeudessa ”taistelu”, epäonnistumisen kokemukset