

”JOS EI NÄITÄ KRIISEJÄ OIS TAPAHTUNU, NIIN EMMÄ OIS LÖYTÄNY SITÄ
KULTAJYVÄÄ”

Parisuhdekriisistä selviytyminen avioparikurssilaisten kertomana

TURUNEN, PIA-MARIA

Tampereen yliopisto

Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön
laitos

Sosiaalityö

Pro gradu- tutkielma

Toukokuu 2008

TURUNEN, PIA-MARIA: ”Jos ei näitä kriisejä ois tapahtunu, niin emmä ois löytäny sitä kultajyvää” Parisuhdekriisistä selviytyminen avioparikurssilaisten kertomana

Pro gradu-tutkielma, 72 s., 4 liites.

Sosiaalityö

Toukokuu 2008

Tutkimuksen kohteena ovat merkittävästä parisuhdekriisistä hyvin selvinneet avioparit, jotka ovat osallistuneet jossakin vaiheessa yhteistä historiaansa parisuhdekoulutukseen. Sain tutkimukseen osallistuneiden pariien yhteystiedot avioliitto- ja parisuhdetyötä tekevien järjestöjen yhdyshenkilöiltä, jotka olivat ensin kysyneet pariien halukkuutta osallistua tutkimukseen. Parit olivat osallistuneet joko yhden tai useamman eri järjestäjän organisoimaan avioliitto- tai parisuhdetapahtumaan. Tarkoitukseni on kuvata ja tulkita pariskuntien kokemuksia parisuhdekriisissä elämisessä ja selviytymisen keinoista sekä avioliitto- ja parisuhdetyön kautta tulleesta avusta selviytymisessä.

Tutkimusaineisto koostuu neljän pariskunnan teemahaastatteluista, jotka toteutin parihaastatteluna. Tarkastelun kohteena oli pariskunnan yhdessä tuottama tarina parisuhdekriisistä selviytymisessä. Tutkimuksen lähestymistapa on narratiivis-elämäkerrallinen. Kaikki tutkimukseen osallistuneet ovat olleet vähintään 10 vuotta naimisissa ja seurustelleet tai tunteneet toisensa sitä ennen vähintään kaksi vuotta. Tutkimuksen analyysi on narratiivinen, ja käytin aineiston lukemisessa kahta eri lukutapaa, temaattista ja kokonaishahmon luentaa.

Tutkimuksessa käydään läpi erilaisten parisuhdekriisien aiheuttamia tunteita, ajatuksia ja kokemuksia pariskuntien elämässä. Kriisistä selviytymisessä parit tukeutuivat yhteiseen historiaan ja muistoihin hyvistä aiemmista aikakausista, etsivät yhteisyyttä vahvistavia erilaisia kokemuksia, hyödynsivät ammatillista apua sekä yksilö-, että parisuhdekriisien ratkomisessa ja kokivat hengellisen elämän tuomaa toivoa ja lohtua.

Tutkimuksessa ilmenee kaksi erilaista tarinaa avioliitto- ja parisuhdetyöhön osallistujina ja identifioitumisena parisuhteen hoitajiksi. *Avioliittotyöhön kasvaneiden-* tarina viittaa uudenlaiseen, nykyaikaiseen parisuhdeorientaatioon, jossa myös mies on aktiivinen parisuhteen hoitaja ja keskustelija. Avioliittotyöhön on lähdetty mukaan heti parisuhteen alkuvaiheessa. *Avioliittotyöhön ajautuneiden-* tarinassa parisuhdekriisi on pakottanut tekemään jotakin parisuhteen pelastamiseksi ja pari on tullut sen johdosta avioliitto- ja parisuhdetyön piiriin. Miehinä näkökulma työmuotoa kohtaan muuttuu tarinan myötä vastustavasta myönteiseksi ja jopa innostuneeksi.

Avioliitto- ja parisuhdetyön kautta saatu vertaistuki toimii modernina yhteisöllisyyden kokemuksena avioparien tarinoissa. Parisuhdekoulutuksen kautta lisääntynyt tietoisuus ja ymmärrys parisuhdetta, omaa itseä ja kriisiä kohtaan auttoivat työskentelemään paremmin parisuhteen hyväksi ja kriisin ratkaisemiseksi. Avioliitto- ja parisuhdetyössä mukanaolo mahdollisti myös irtaantumisen arkisista ympyröistä ja tarjosi erityisesti lapsiperheen vanhemmille aikaa keskinäiselle yhdessäololle. Kolmen parin tarinassa avioliitto- ja parisuhdetyön kautta koettu apu tapahtui pienin askelin kerrallaan, he kertoivat saaneensa aina jotakin uusia oivalluksia tietyltä avioliittoleiriltä- tai kurssilta. Yhden parin tarinassa ensimmäinen avioliittoleiri oli heidän kriisinsä käännekohta, jota olen analysoinut narratiivisesta näkökulmasta.

SISÄLLYS

1. TAUSTAA TUTKIMUKSELLE.....	1
2. MUODOSTUVAN PARISUHTEEN VAIHEET.....	4
3. VAKIINTUNUT PARISUHDE.....	7
3.1 Yhteensopivuus ja sitoutuminen.....	7
3.2 Parisuhteen vaiheet ja parisuhdesidokset.....	7
3.3 Parisuhteiden muodot ja tilastot.....	9
4. PARISUHTEEN KRIISIT, RISTIRIIDAT JA KONFLIKTIT.....	11
4.1 Konfliktit ja parisuhdekriisit.....	11
4.2 Vuorovaikutus ristiriidoissa ja konflikteissa	13
4.3 Ristiriitojen ja kriisien aiheuttajat ja ratkaisut.....	16
5. AVIOLIITTO- JA PARISUHDETYÖ.....	18
5.1 Suomessa tehtävä avioliitto- ja parisuhdetyö.....	18
5.2 Avioliitto- ja parisuhdekoulutuksen vaikutukset.....	21
6. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	23
6.1 Tutkimustehtävä ja tutkijan positio.....	23
6.2 Aineiston hankinta ja haastattelutilanteet.....	24
6.2.1 Haastatteluteemat.....	26
6.2.2 Parihaastattelu aineistonhankinnan menetelmänä.....	26
6.2.3 Aineiston parien esittely.....	28
6.3 Narratiivis-elämäkerrallinen lähestymistapa.....	29
6.4 Aineiston analysointi.....	31
7. PARISUHDEKRIISIEN KUVAUKSET.....	34
7.1 Muodostuvan parisuhteen kriisit.....	34
7.1.1 Umpikujaan ajautuneet ristiriidat.....	35
7.1.2 Seurustelun lakkauttaminen.....	35
7.1.3 Läheisriippuvuus.....	36
7.2 Vakiintuneen parisuhteen kriisit.....	36

7.2.1 Hiljainen kriisi.....	37
7.2.2 Uskottomuus­kriisi.....	38
7.2.3 Masennus­kriisi.....	39
7.2.4 Alkohol­in on­gel­makäytön kriisi.....	41
7.2.5 Liiallisen työnteon kriisi.....	42
8. PARISUHDEKRIISISTÄ SELVIYTYMINEN.....	44
8.1 Yhteinen eletty elämä selviytymisen tukena.....	44
8.2 Yhteisyyden ja pariskunttuuden kokemus selviytymisen tukena.....	45
8.3 Terapian ja psykiatrisen hoidon vaikutukset kriisistä selviytymiseen.....	46
8.4 Hengellisen elämän merkitys osana selviytymistä.....	48
9. AVIOLIITTO- JA PARISUHDETYÖN KAUTTA SAATU APU.....	50
9.1 Vertaistukiryhmän turvallisuus, kokemus välittämisestä ja yhteydestä toisiin pareihin.....	50
9.2 Ymmärryksen ja tiedostamisen lisääntyminen.....	52
9.3 Mahdollisuus hoitaa parisuhdetta ja kohdata puolisoa.....	55
9.4 Avioliittoleiri käännekohtana- Tainan ja Teemun tarina.....	56
10. TARINOIDEN LAJITYYPIT AVIOLIITTO- JA PARISUHDETYÖN NÄKÖKULMASTA...	59
10.1 Avioliittotyöhön kasvaneiden tarina.....	59
10.2 Avioliittotyöhön ajautuneiden tarina.....	60
11. AVIOPARIEN ELÄMÄ KRIISIN JÄLKEEN.....	62
12. POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	64
LÄHTEET.....	68
LIITTEET	
Liite 1. Esitietolomake.....	i
Liite 2. Tutkimuspyyntö­lomake.....	ii
Liite 3. Teemahaastattelurunko.....	iii
Liite 4. Tutkimuslupa.....	iv

1. TAUSTAA TUTKIMUKSELLE

Parisuhteet ovat usein mielenkiinnon kohteena mediassa. Iltapäivälehdet spekuloiivat julkisuuden henkilöiden parisuhteiden erojen syitä ja antavat vihjeitä keitä ovat nähty yhdessä ja keiden välillä rakkaus on selvästi jo roimahtanut. Televisiosarjoissa tavalliset ei-julkkikset tulevat koko kansan tuntemiksi henkilöiksi, kun he etsivät kameroiden edessä itselleen sopivinta puolisoa. Parisuhteiden onnistumisesta ja epäonnistumisesta on tehty viihdettä, mutta mieleen herää kysymys mitä muuta parisuhteiden vankka esilläolo mediassa kertoo aikakaudesta jossa elämme.

Siirtyminen esimodernista maatalousyhteiskunnasta moderniin aikakauteen irrotti yksilöt vahvoista traditionaalisista siteistä, joilla yksilöt oli sidottu kuulumaan yhteisöön, tiettyihin vallitseviin arvoihin, roolimalleihin ja uskonnolliseen ajatteluun. Esimoderni aikakausi oli antanut yksilölle tietyn identiteetin, aseman yhteisössä, normit joiden mukaan tuli toimia, ehkä tietynlaisen suojan ja turvavallisuuden, mutta ei vapaata oikeutta yksilöllisille valinnoille. Modernin aikakauden tavamerkinä oli sen sijaan vapaus valita ja individualisointumisprosessin alkaminen. (Beck & Beck-Gernsheim 1995, 45-47.)

Perheille yhteiskunnassa tapahtunut muutos merkitsi monen sukupolven perheestä ydinperheeseen siirtymistä. Monen sukupolven ”laajennetussa perheessä” elämää saneli taloudellinen selviytyminen ja siinä oli vähän tilaa henkilökohtaisille haluille, tunteille ja motiiveille. Puolison valintakin oli enemmän taloudellinen välttämättömyys, joten vähän huomiota voitiin antaa puolisojen yhteensopivuuden kysymyksille. Erityisesti 1950-luvulta alkaen yksilöiden ja perheiden eteen on tullut sarja uudenlaisia kysymyksiä, jotka nousevat valinnanmahdollisuuksien lisääntymisestä. Valinnanmahdollisuuksia on paljon esimerkiksi uusien elämäntyylien ja koulutusmahdollisuuksien välillä. Yhteiskunnan rakenteelliset muutokset ovat vaikuttaneet siihen, että suuri väestömäärä voi elää helpompaa elämää kuin aiemmin, jolloin elämän merkityksen ja laadun kysymykset voivat tulla ajankohtaisemmiksi. (Mt., 47-48.)

Parisuhteelle yhteiskunnan murros on merkinnyt myös suurta muutosta. Puolison valinta on yksilöllinen asia, joka pohjautuu rakastumiseen ja yhteensopivuuden tunteeseen. Perhe rakentuu parisuhteen varaan. (Jallinoja 2000.) Miehen ja naisen välinen liitto muodostaa ikäänkuin oman maailmansa, jossa rakennetaan jaettuun asentee, mielipiteitä ja odotuksia niin triviaaleista jokapäiväisistä asioista, kuin suurista maailmanpolitiikan tapahtumistakin. Puolisoiden yhteinen kuva maailmasta on jatkuvan verbaalin tai non-verbaalin dialogin alla, neuvoteltavana, kyseenalaistettavana ja vahvistettavana. Epävakaassa yhteiskunnassa pysyvä parisuhde toimii myös

identiteetin määrittäjänä, turvallisuuden ja merkityksellisyyden tunteen tuojana. (Beck & Beck-Gernsheim 1995, 50-51.)

Samalla kun parisuhteen ja rakkauden vaalimiseen on eniten mahdollisuuksia kuin koskaan aiemmin historiassa, kertovat suuret avioeroluvut omaa tarinaansa rakastamisen vaikeudesta (ks. esim. Jallinoja 2000; Beck & Beck-Gernsheim 1995). Korkea eronneisuus ei kuitenkaan välttämättä kerro siitä, etteikö parisuhteeseen suhtauduttaisi nykypäivänä yhtä vakavasti kuin aiemmissa sukupolvissa. Kyse voi olla päinvastaisestakin reaktiosta. (Pukkala 2006a, 11.) Omakohtaiset havainnot lähipiirissä tapahtuneista useista eroista ovat puhutelleet minua. Parisuhteen aallokko ja vaikeudet löytää ratkaisuja puolisoiden keskinäisiin ongelmiin ovat herättäneet itsessäni kysymyksiä. Monesti läheisten ihmisten ero vieläpä yllättää, se voi olla jotakin, joka ei ole ennakolta antanut merkkejä ulospäin.

Suomessa työskennellään parisuhteiden hyvinvoinnin vahvistamiseksi useissa organisaatioissa (Kataja ry). Parisuhdetutkimuksen aihe on ajankohtainen, sillä myös poliittisella tasolla on nähty tarve parisuhde- ja perheneuvonnan vahvistamiselle ennaltaehkäisevän työn muodossa ja lisäämällä yhteistyötä julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin toimijoiden välillä, jotta perheet saisivat tarvitsemaansa tukea ja palvelua (Hallitusohjelma 2007).

Oma kiinnostukseni tähän tutkimusaiheeseen on syntynyt Helsingin NMKY:n avioparikursseilta, joille osallistuimme mieheni kanssa ystäviemme innostamana. Painotus kursseilla on ennaltaehkäisevässä työskentelyssä sekä parisuhteen rikastamisessa ja vahvistamisessa. Kursseilla jotkut luennoitsijoina toimineet avioparit kertoivat omista hyvin vaikeistakin vaiheistaan liitossaan ja miten he ovat onnistuneet kääntämään ne voitoiksi. Tästä nousi kiinnostus aiheeseeni, parisuhdeongelmista selviämiseen ja parisuhdetyöstä saatuun apuun puolisoiden elämässä. Tästä näkökulmasta, puolisoiden kertomia onnistumistarinoita parisuhdekriisien selvittelyssä, ei ole aiemmin tutkittu Suomessa.

Sosiaalityön tavoitteena on lisätä ihmisten hyvinvointia edistämällä myönteistä sosiaalista muutosta, ihmissuhdeongelmien ratkaisuja ja itsenäistä elämänhallintaa. Sosiaalityön ammattilaisen tulee pyrkiä huomioimaan asiakkaan koko elämänpiiri ja kohdata asiakasta niin yksilönä kuin osana hänen perhettään ja sosiaalista verkostoaan. (Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry 2005.) Sosiaalityön ammattilaisten haasteena on tunnistaa ja kohdata myös parisuhteiden ristiriita- ja kriisitilanteita sekä antaa neuvontaa ja ohjausta pariskuntien saattamiseksi oikeanlaisen avun piiriin.

Olen erotellut tutkimuksen viitekehyksessä parisuhteen muodostuvaksi ja vakiintuneeksi parisuhteeksi, koska molemmissa parisuhteen vaiheissa on omat leimalliset piirteensä, myös kriisien osalta. Tutkimuksen toinen luku käsittelee parisuhteen alkua tunnesuhteen näkökulmasta. Kolmas luku sisältää vakiintuneen parisuhteen ominaisuuksien tarkastelua, vakiintumisen edellytyksiä sekä tilastotietoja parisuhteista ja parisuhteiden eri muotoja. Neljäs luku käsittelee parisuhteen kriisejä, konflikteja ja ristiriitoja käsitteellisestä näkökulmasta, puolisoiden tunnesuhteen muovaajina ja yleisimpiä ristiriitojen ja kriisien syitä. Neljännessä luvussa on myös katsaus tutkimuksiin, joita on tehty parisuhteen ristiriitatilanteiden vuorovaikutuksesta. Viides luku käsittelee suomalaisen avioliitto- ja parisuhdetyön syntyhistorian lisäksi katsauksen suurimpiin parisuhdetyön toimijoihin sekä tutkimustietoa parisuhdekoulutuksesta. Kuudes luku sisältää tutkimuskysymysten tarkastelua sekä tutkimuksen metodologisten lähtökohtien ja aineiston analyysimenetelmän esittely. Luvut seitsemän, kahdeksan ja yhdeksän ovat aineiston perusteella erilaisten parisuhdekriisien, selviytymiskeinojen ja avioliitto- ja parisuhdetyöstä saadun avun esittelyä. Luku kymmenen sisältää aineiston tarinoiden lajityyppien analysointia. Luvussa yksitoista on katsaus aineiston avioparien kokemukseen selviytymisestä haastatteluhetkellä. Luvussa kaksitoista on tutkimuksen johtopäätökset sekä pohdinta.

2. MUODOSTUVAN PARISUHTEEN VAIHEET

Rakastuminen on keskeisessä asemassa parisuhteen synnyssä. Rakastuminen ja romanttinen rakkaus kiehtoo suurta yleisöä, ja siksi aikalaiskulttuurin, eli romaanien, runojen, laulujen, oopperoiden, näytelmien ja elokuvien suosikkiteemana on pitkään ollut romanssi. Rakastumisen tunnetta tavoitellaan ja sen olemassaolosta tulee suhteen koetinkivi, koska rakastumisen tunteen halutaan elähdyttävän elämää parisuhteen alun jälkeenkin. Voidaan puhua tunteesta, joka syttyessään on niin voimakas, että sille ei voi yhtään mitään. Sitä ei voi muuta kuin ihmetellä ja antautua sen vietäväksi. Merkittävää rakkauden tunteessa on se, että se kannattelee parisuhdetta kuin itsestään, eikä rakastavaisten tarvitse itse työskennellä suhteensa hyväksi. Rakastuneena ihminen näkee toisen ja myös itsensä kauniimpana ja parempana, kuin mitä muutoin näkisi. (Jallinoja 2000, 20-21, 38, 46, 68.)

Määttä (1997) on tutkinut rakkausskeemaa muun muassa haastatteleamalla korkeakouluopiskelijoita heidän rakkauskäsityksistään, merkittävistä rakkauskäytännöistä tapahtumista ja oman identiteetin rakentumisesta niiden myötä. Rakastuminen prosessina on yksilöllinen, eikä siitä voi muodostaa vakioitavaa mallia. Karkeasti se on kuitenkin jaettavissa seuraaviin vaiheisiin: toisen huomaaminen, kiinnostuminen, tutustuminen, ihastuminen, rakastuminen, kriisivaiheet ja siitä seuraten joko suhteen kariutuminen tai syveneminen rakastamiseksi. (Mt., 1-2, 11, 87.)

Rakastumisen huumaan sisältyy fantasiavaihe, jonka ominaispiirteisiin kuuluu, että todellisuus ja koko olemassaolo näyttää vastarakastuneille toisenlaisena. Rakastumisen fantasiavaiheelle on ominaista halu elää symbioosissa mielitiettynsä kanssa. Tästä syystä parisuhteen alkua kuvataan myös symbioottiseksi vaiheeksi. Rakastuneen kaikki huomio kiinnittyy yhteen henkilöön, josta hän ei halua luopua. Rakastuneen tietoisuuden täyttää jatkuva, pakonomainen pohdinta rakastetustaan. (Mt., 30, 33.) Rakastunut on valmis uhraamaan paljon rakastettunsa vuoksi- omat mielipiteet eivät ole niin tärkeitä, vaan niistä voi toisen hyväksi jopa luopua, sama pätee toisen pyyntöihin ja toiveisiin. Toisen tarpeita tyydytetään vaikka omalla kustannuksella. Halu sopeutua on suuri. (Hämäläinen 1987, 112.) Fantasiavaiheeseen liittyy myös toisen osapuolen ihannointi, jopa siinä määrin, että kielteisetkin piirteet nähdään myönteisesti, tai selitetään parhain päin. Rakastumiseen liittyy myös minäkäsityksen muuttuminen. Tähän liittyy keskeisesti "minän laajentuminen", kun rakastettu aletaan nähdä osana itseä. Tämä tarkoittaa, että rakastunut omii kumppaniltaan hänen ominaisuuksiaan ja piirteitään osaksi omaa minäänsä, jolloin myös itsearvostus voimistuu. (Määttä 1997, 46-47, 54, 57-58, 87.)

Rakastuminen rakentuu monenlaisista voimakkaista tunteista. Rakastumisen ominaispiirteet vaihtelevat yksilöittäin, ja niitä voidaan selittää ja kuvata monista eri näkökulmista. Rakastumiseen kuuluu intohimon, yhteenkuuluvuuden, läheisyyden, kiihkeyden ja irrationaalisuuden tunteita. Myös halu eristäytyä muista, huolenpito, jännite ja samaistuminen kuuluvat rakastumiseen. Rakastumisen yhteyteen voi liittyä myös limerenssi, joka tarkoittaa kouristuksenomaista takertumista toiseen. Limerenssissa yhdistyvät euforinen onnen tunne ja toisaalta myös pelko siitä, että jää vaille vastarakkautta. Näin ollen rakastumisen tunnekenttään kuuluu myöskin epävarmuuden, epätietoisuuden, haavoittuvuuden tunteita sekä pelkoa rakkauden menettämisestä ja läheisyydestä. Rakastumisessa vuorottelevat siis hyväksynnän toivo ja hylätyksi tulemisen pelko vuoristoradan lailla. (Määttä 1997, 41-42, 87-89.)

Romanttisen rakkauden ankara kriitikko, terapeutti Jo Loudin (1981) on nostanut aikamme kulttuurin ja median syyväksi siihen, että tietoisuutemme on kyllästetty romanssilla, joka antaa harhavaikutelman romanttisesta rakkaudesta läpi elämän kestäväksi tilana. Pettyessään, kun romanttinen rakkaus loppuu, ihmiset ryntäävät toiseen suhteeseen ja edelleen odottavat ikiaikaista romanssia. Loudin suorii parisuhteelle ladattuja odotuksia liiallisiksi, jotka synnyttävät riippuvuutta ja symbioottisia suhteita parien välille. Ratkaisuna kritiikissä on romanssista realismiin pyrkivä asennoituminen parisuhteessa, jossa vapaudutaan riippuvuudesta sellaiseen itsenäisyyteen, että puolisoa ei tarvitse pakonomaisesti miellyttää, vaan voi olla vapaasti oma itsensä. Vain näin heidän välilleen voi Loudinin mukaan syntyä aito vuoropuhelu. (Ref. Jallinoja 2000, 211-214.)

Romanttinen rakkausaika ei välttämättä kuulukaan itsestään selvästi parisuhteen alkuun siten kuin se mediassa esitetään, vaikka sen merkitys nykypäivänä parisuhteen käynnistäjänä on korostunutkin. Pukkalan (2006a) väitöskirjassa pitkässä parisuhteessa eläneistä pareista osa ei muistanut parisuhteen ensimmäisiä vuosia onnentäyteisinä. Näillä pareilla puuttui rakastumisen huuman mukanaantuoma positiivinen tunnemylläkkä. Parien kertomuksissa kuvastuu enemmänkin lämmön ja ihastuksen tunteet kuin voimakkaat rakastumiskokemukset. Puolisot olivat myös törmänneet heti parisuhteen alussa merkittäviin keskinäisiin vaikeuksiin, jotka muut parit joutuvat kohtaamaan myöhemmin, rakastumisen tunteen laannuttua. (Mt., 110-113.)

Määttä (1997) kuvaa rakastumista seuraavaa vaihetta kriisivaiheeksi, johon sisältyy pettymyksen, turvattomuuden ja avuttomuuden tunteita ja kokemuksia. Rakastuneet osapuolet tutustuvat toisiinsa syvemmin ja alkavat huomata toisissaan sellaisia piirteitä, jotka aiemmin olivat piilossa tai tiedostamattomia. Syntyy turhaantumista tai vihaa, koska toinen ei vastaakaan haavekuvaa ja

fantasioita. Unelmien menettäminen tekee kipeää. Ristiriitoja tulee tasapainon etsimisestä läheisyyden ja erillisyyden välillä. Tarve oman tilan etsimiseen voi tulla eri tahdissa kumppaneiden kesken. Toinen puolisoista voi kaivata edelleen hyvin läheistä ja symbioottista rakkaussuhdetta ja toinen puolestaan voi kokea sen ahdistavana ja haluaa irtiottoja, josta syntyy yhteentörmäyksiä. Symbioottisesta rakkauden alkuvaiheesta tulee kasvaa eteenpäin, muutoin suhteesta tulee tukahduttava addiktiivinen riippuvuussude. Yksin- ja kaksinolon paradoksi voi nostattaa kriisin rakkaussuhteessa, kun ihmisen on vaikea löytää onnellisuutta itsenäisenä yksilönä. Parisuhde ei suojele täysin yksilöä itsetunnon kolhuilta tai loukkauksilta, ja jokaisen on lopulta löydettävä onnellisuuden ainekset itsestään, jotta parisuhdekin voisi onnistua. Toiseen ihmiseen takertuminen ikuisen onnen löytämisen toivossa johtaa vain pettymyksiin. Yhdessä oleminen ja läheinen rakkaus ei ole samuutta vaan sitä, että kaksi ovat erillisinä yhteydessä keskenään. (Mt., 67-79, 91.) Monet rakastumisesta seuraavat vaikeudet ja pettymykset ovat päällekkäisiä ja heijastuvat toisiinsa. Ne muodostavat kokonaisuuden, jota voi olla vaikea eritellä tunnetasolla. (Määttä 1999, 46.) Kasvaminen merkitsee siirtymistä syvempään tietoiseen rakastamiseen, jolloin rakkauden kohteena ei enää ole haavekuva, vaan todellinen ihminen vikoineen kaikkineen. Toinen vaihtoehto on suhteen päätyminen. (Määttä 1997, 68, 87.)

3. VAKIINTUNUT PARISUHDE

3.1 Yhteensopivuus ja sitoutuminen

Vakiintuminen seurustelusuhhteessa on pitkittynyt, koska osapuolet haluavat varmistua yhteensopivuudestaan ennen päätöksentekoa lopullisesta sitoutumisesta. Yhteensopivuuden katsotaan olevan tae parisuhteen säilymiselle silloinkin, kun rakastumisen alun huuma on lakannut. Yhteensopivuus muodostuu puolisoiden henkilökohtaisista ominaisuuksista, jota on kuitenkin vaikea todeta, koska voidaan ajatella, että joskus puoliset myös lakkaavat sopimasta toisilleen. Tästä käytetään usein arkikielessä nimitystä ”kasvaa erilleen”. Yhteensopivuuden arviointi on henkilökohtainen projekti. Vasta kun kumpikin varma toistensa sopivuudesta, he päättävät avioitua, perustaa perheen tai jatkaa muuten vakiintuneina yhdessä. Vakiintumisen pitkittymisen voidaan katsoa johtuvan useista syistä, mutta päällimmäiseksi nousee yleinen tietoisuus avioliitosta riskinä, joka johtuu nykyisistä avioerotilastoista. Aiemmin perinteet ja normit olivat avioliittoja koossapitäviä tekijöitä, mutta nykyisin niillä ei ole enää samanlaista voimavaikutusta, koska ihmiset eivät suostu elämään huonoissa liitoissa. Sen sijaan on tullut yhteensopivuuden merkitys. (Jallinoja 2000, 69-82.)

Sitoutuminen toiseen ihmiseen vakiintuneessa parisuhhteessa on motivationaalinen tila. Sitoutumisessa voidaan nähdä kolme ulottuvuutta: persoonallinen sitoutuminen henkilöön tai suhteeseen, moraalinen ja rakenteellinen sitoutuminen. Persoonallinen sitoutuminen tarkoittaa suhteen jatkumisen haluamista henkilökohtaisista ja emotionaalisista syistä. Moraalinen sitoutuminen liittyy tunteeseen siitä, että suhteen tulee jatkua, esimerkiksi avioliittoinstituutioon sitoutumisen tähden. Rakenteellinen sitoutuminen kulminoituu tunteeseen, että suhteen tulee jatkua siihen tehtyjen sijoitusten vuoksi, esimerkiksi omaisuuden, lasten tai ansaitun maineen tähden. (Johnson 1991, ref. Lewis 2001, 124.) Pukkalan (2006a) mukaan sitoutuminen parisuhhteessa on valinta ja päätös, jota joutuu tietoisesti tarkistamaan ja ajoittain varmistamaan. Päätös sitoutua ja hoitaa suhdetta oli auttanut pitkässä liitossa eläneitä puolisoita selviämään yli sellaisten aikojen, jolloin oli ollut vaikeaa ja keskinäistä vieraantumisen tunnetta. (Mt., 143-145.)

3.2 Parisuhteen vaiheet ja parisuhdesidokset

Vakiintuneeseen parisuhhteeseen kuuluu itsenäistymisen ja erillistymisen vaihe symbioottisen alun jälkeen. Itsenäistymisen tarve saattaa tulla puolisoille eri aikaan, jolloin se voi aiheuttaa

hämmennystä ja keskinäisten välien kiristymistä uuden tilanteen edessä. Toisaalta itsenäistymisen vaihe voi mennä kohtuullisen huomaamattakin ohitse, mikäli tarve ottaa lisää omaa tilaa tulee molemmille puolisoille yhtä aikaa. Tälle parisuhteen vaiheelle on tyypillistä, että puolisoilla omat tarpeet ja tunteet voimistuvat. Syntyy tarve rakentaa oma yksityinen tila, jossa voi tunnustella ja löytää omia voimavarojaan, minuutta ja identiteettiään yksilönä. Muutostarpeet koettelevat parisuhteen rajoja. Puolisoiden eri aikaan tapahtuva itsenäistyminen saattaa synnyttää valtataistelua. Itsenäistymisen vaihetta kutsutaan myös parisuhteen kriisivaiheeksi ja se voi kestää useita vuosia. Toisaalta tässä vaiheessa parisuhde voi helposti päätyä myös eroon, koska tilanne saatetaan kokea niin suurena uhkana. (Pukkala 2007, 62-65; Hämäläinen 1994, 168-173.) Perhon ja Korhosen (2003) tutkimuksen mukaan parisuhteen yksi vaikeimmista vaiheista on juuri ensimmäisten avioliittovuosien jakso. Suuri osa heidän tutkimuksessan ilmenneistä avioeroista tapahtui ensimmäisen kymmenen vuoden aikana. Vaikeuksia aiheutti muun muassa vastavuoroisuuden ja läheisyyden puute, oikeuksien ja velvollisuuksien epäoikeudenmukainen jakaantuminen, puolison erilaisuus ja siihen sisältyvä yhteensopimattomuus sekä miesten ajoittainen menohalu. (Mt., 91-102.)

Parisuhteen kolmantena vaiheena nähdään yleisesti kumppanuuden vaihe, jolloin puoliset ovat löytäneet uudenlaisen tasapainon mahdollisen kriisivaiheen ja itsenäistymisen haasteiden jälkeen suhteessa itseensä ja toisiinsa. Kumppanuuden vaihetta kuvastavat seesteisyys ja tasavertaisuus, jossa on tilaa sekä puolisoiden yksilöllisyydelle ja erilaisuudelle, että heidän väliselle yhteydelleen. Kumppanuuteen voi liittyä myös uudelleen rakastumisen tunne puolisoiden välillä. Parisuhteen eri vaiheisiin siirtyminen on yksilöllistä kestoaltaan, joten jotkut parit saavuttavat kumppanuuden vaiheen nopeammin kuin toiset. Toisaalta on myös huomattava, että kaikki parit eivät koskaan tavoita kumppanuuden vaihetta, jota pidetään myös parisuhteen ihannevaiheena. (Pukkala 2007, 66-68; Hämäläinen 1994, 173-174.)

Pitkää parisuhdetta voidaan tarkastella myös siinä esiintyvien parisuhdesidosten kautta. Aluksi paria yhdistää vain emotionaalinen side, jota voi kuvata rakastumisen, voimakkaan viehätyksen ja ihastuksen tunteilla. Emotionaalisen sidoksen varaan aletaan rakentaa vakiintuvaa parisuhdetta ja ajan kuluessa parin välille muodostuu myös muita sidoksia. Taloudellisesti-tekniininen sidos vahvistuu esimerkiksi yhteisen lainan myötä ja omaisuuden karttuessa. Sosiaalisia sidoksia on useita. Mikäli parilla on lapsia, sosiaaliset odotukset tai normit puoltavat sitä, että lapsi voi asua perheessä, jossa on molemmat vanhemmat. Sosiaalisia sidoksia ylläpitävät myös sukulaiset, ystävät ja muut tuttavapiirit, joiden kautta parisuhteeseen luodaan jatkuvuuden odotuksia. Näiden odotusten voimakkuus rakentuu uskonnollisten näkemysten ja muiden traditioiden myötä, ja näihin liittyy

esimerkiksi ajatukset siitä ”ettei ole oikein erota” tai ”täytyy kantaa vastuunsa”. Sosiaalinen sidos ei välttämättä aina liity sosiaaliseen paineeseen, vaan kyseessä voi olla myös tärkeään sosiaaliseen verkostoon kuuluminen pariskuntana, joka tuottaa parille iloa ja tyydytystä. Lakiin perustuva sidos on länsimaissa löysentynyt, kun avioerolainsäädäntöä on muutettu niin, että avioliitto on helpompi purkaa. Kuitenkin lainsäädännön voidaan katsoa olevan jonkinlainen sidos avioliitossa, koska avioeron hakeminen vaatii aina tietyn aloitteellisen toiminnan, oikeuden päätöksen ja lainopillisen neuvonnan hakemisen. Seksuaalisuus on myös hyvin oleellinen sidos parisuhteessa puolisoitten välillä. Parisuhteen sidoksia on muitakin kuin edellä mainitut, ehkä oleellimmat parisuhdesidokset. Jos pariskunnan alunperin yhdistänyt emotionaalinen sidos heikkenee tai katkeaa ajan myötä, on jäljellä siis muita sidoksia, jotka yhdistävät paria. (Trost 1987, 303-310.) Puolisoiden väliset emootiot eli tunteet ovat kuitenkin erittäin tärkeä osa-alue parisuhteessa ja kuuluvat herkästi haavoittuviin alueisiin, joiden vahingoittumisesta tai näivettymisestä usein nähdään eronkin alkavan (Tolkki-Nikkonen 1990, 70).

3.4 Parisuhteiden muodot ja tilastot

Avioitumista edeltää yleensä pitkäaikoinen avoliitto, joka usein nähdään yhtenä perheenmuodostusvaiheena ennen avioitumista. Avoliitto ei yleistymisestään huolimatta ole kuitenkaan vakiintuneessa parisuhteessa korvannut avoliittoa, sillä suurin osa, yhdeksän kymmenestä vakiintuvasta avoparista menee naimisiin jossakin elämänvaiheessa. (Nikander 1996, 32.) Reuna (1997) on tutkinut avo- ja avoliitossa elävien pariskuntien näkemyksiä avioitumisen syistä ja myös niistä syistä, miksi ei haluta mennä naimisiin. Avioituneiden vastaajien vahvimmat syyt avioitumiselleen olivat näkemys "että se kuuluu asiaan pitkässä parisuhteessa" ja "usko avioliiton kestävyYTEEN." Avoliiton nähtiin vastaajien keskuudessa olevan osa normaalia elämäntapaa. Myös halu osoittaa muille ja itselle, että kyseessä on pysyvä suhde, nousi vastauksissa selkeästi esille. Avoliitossa elävien perustelut lähitulevaisuuden avioitumiselle oli halu osoittaa muille ja itselle, että kysymys on pysyvästä suhteesta. Avoliittolaisilla, jotka eivät aikoneet avioitua, ei noussut esiin yhtä selkeästi yhtä tiettyä vastausta sille, miksi he halusivat nimenomaan jatkaa avoliitossa. Kyse oli ideologisesta valinnasta, joka perusteltiin omalla päätöksellä. (Mt., 26-30.)

1960-luvun lopulla Suomessa avioitui vuosittain noin 40 000 paria. Vuosittain avioituneiden määrä on merkittävästi pienentynyt ja vuonna 2006 solmittiin vastaavasti reilut 28 000 avioliittoa. 2000-luvulla avioituneiden määrä on vaihdellut vuosittain voimakkaasti. Ensimmäisen kerran

avioituneiden naisten ikä v. 2006 oli 29,7 vuotta ja miesten vastaavasti 32,1 vuotta. Avioitumisikä on noussut viisi vuotta viimeisen 25 vuoden aikana. (Tilastokeskus, Siviilisäädyt.)

Parisuhteessa eläviä oli vuonna 2006 noin 2,5 miljoonaa suomalaista. Näistä 1,9 miljoonaa asui avioliitossa ja 600 000 avoliitossa. Aviopareista hieman yli puolet asuu ilman lapsia ja alle puolet ovat lapsiperheellisiä. Avopareista selkeä enemmistö, noin 185 000 paria asuivat keskenään, ilman lapsia ja noin 115 000 lapsiperheellisinä. (Tilastokeskus, Perheet.)

4. PARISUHTEEN KRIISIT, RISTIRIIDAT JA KONFLIKTIT

4.1 Konfliktit ja parisuhdekriisit

Fincham ja Beach (1999) määrittävät erilaisia näkökulmia konfliktiin avioliitossa. Konflikti on nähty usein itsestäänselvästi olosuhteena, jota voidaan selittää havaittuna puolisoiden käyttäytymisenä ongelmanratkaisutilanteessa ja ensisijaisena aineiston lähteenä ymmärrettäessä aviollisia konflikteja. Kuitenkaan kaikki konfliktit eivät ole avoimia siinä mielessä, että toinen puolisoista voi olla tietämätön tilanteesta tai sen vakavuudesta. Tällöin puhutaan peitelystä konfliktista. Havaittu ristiriita puolisoiden välillä, joka voi ilmentyä yhteensopimattomina tavoitteina, toiveina ja odotuksina tarjoavat myös lähtökohdan analyysille. Kuitenkaan kaikki havaitut tilanteet, joissa on ristiriitainen lähtökohta, eivät johda varsinaiseen konfliktiin, vaan esimerkiksi puolisoiden potentiaalinen kyky estää ja muokata alkuperäisiä vihamielisiä reaktioita ja yhteinen tavoitteen asettelu voi vaikuttaa episodin kulun suuntaa. Konfliktissa merkitsevää on myös ajankohta, jolloin tilannetta tarkastellaan. Konflikti voidaan nähdä prosessina, jossa on erilaisia vaiheita, joiden sisällöt vaihtelevat. Avoin konflikti sisältää aina jonkinasteista negatiivisesti sävyttynyttä käytöstä, oli tilanne sitten suuntautunut ristiriitaiseen vuorovaikutukseen tai siitä pidättäytymiseen. Kaikki konfliktit eivät kuitenkaan sisällä avointa erimielistä vuorovaikutusta, jolloin tilanteen sovittelukin voidaan hoitaa tavoilla, joka ei ole riippuvainen verbaalista vuorovaikutuksesta. (Mt., 60-61.)

Kriisi-sanana alkuperä on kreikan kielessä ja kriisi tarkoittaa äkillistä pysähtymistä ja käännekohtaa. Sanan alkuperä viittaa tilanteeseen, jossa henkilön aiemmat elämäkokemukset ja keinot eivät ole riittävät ratkaisemaan ongelmaa. Kriisi-käsitteen alkuperä viittaa myös mahdollisuuteen, joten sisällöllinen merkitys ei ole alun alkaen pelkästään negatiivinen. (Palosaari 2007, 22-23.)

Parisuhdekriisin taustalla voidaan nähdä erilaisia aiheuttajia, jotka voivat liittyä henkilökohtaisiin, suhteen sisäisiin tai suhteen ulkopuolisiin ongelmiin. Kriisi voi syntyä yhden tai useamman tekijän tuloksena. Henkilökohtaisia ongelmia ovat esimerkiksi masennus ja muut psyykkiset sairaudet, väkivaltaisuus, erilaiset riippuvuudet, lapsuuden aikainen seksuaalinen hyväksikäyttö, tai sairaaloinen mustasukkaisuus. Henkilökohtainen ongelma, kuten alkoholismi tai väkivaltaisuus on aina ensisijassa otettava hoidon kohteeksi, jotta saavutettaisiin sen tasoinen vakaus, että voidaan työskennellä aktiivisesti parisuhdekriisin hyväksi. Suhteen sisäisiin ongelmiin luetaan muun muassa puhumattomuus, riitaisuus, etäännyminen, seksuaalinen haluttomuus ja uskottomuus. Suhteen ulkopuolisia ongelmia, jotka voivat aiheuttaa kriisin parisuhteessa ovat esimerkiksi läheisen vakava

sairastuminen tai kuolema, työssäkäynti tai työttömyys, asunnon rakentaminen, lapsettomuus ja taloudelliset ongelmat. (Kinnula 2006, 5-6.)

Vakiintuneissa parisuhteissa ongelmat voivat liittyä tiettyyn elämänvaiheeseen. Silloin puhutaan kehityskriiseistä, jotka voivat liittyä esimerkiksi lasten syntymiin tai poismuuttoihin ja parisuhteen kasvun eri vaiheisiin. Parisuhteissa puoliset myös yksilöinä kokevat erilaisia vaiheita ja kasvukriisejä. Varsinkin jos puoliset ovat hyvin eri-ikäisiä, kohtaavat he elämään kuuluvat kriisit eri vaiheissa. Nämä ovat elämään kuuluvia, luonnollisia siirtymävaiheita, mutta voivat aiheuttaa kriisin myös parisuhteeseen. (Pukkala 2007, 38, 55.)

Tilannekriiseiksi kutsutaan yllättäviä sairauksia, erilaisia luopumisia, uskottomuutta, työttömyyttä, konkurssia ja muita vastaavia stressaavia tilanteita, jotka usein kohdistuvat parisuhteeseen ulkoapäin (Pukkala 2007, 55). Tilannekriisi voi syntyä esimerkiksi traumaattisen tapahtuman yhteydessä, jota määrittää tilanteen ennakoimattomuus ja kontrolloimattomuus. Jos tilanteeseen ei pysty valmistautumaan mitenkään etukäteen, eikä omalla toiminnallaan tai käytöksellään pysty vaikuttamaan asiaan, vaikeuttaa se asiaan sopeutumista. Traumaattisen tapahtuman kokemiseen liittyy vallitsevien elämänarvojen koetteleminen ja muuttuminen. Ihminen tulee tilanteessa tietoiseksi omasta haavoittuvuudestaan ja joutuu alkaa työstämään psyykkisesti omaa sopeutumistaan. Maailmankuva tai elämäkatsomus voivat muuttua traumaattisen kokemuksen myötä. Myös elämänarvot näyttäytyvät uudessa valossa traumaattisen tilanteen myötä: työ, raha ja omaisuus eivät tunnu enää yhtä tärkeiltä ja perheen ja läheisten ihmissuhteiden merkitys kasvavat. (Saari 2000, 22-27.)

Parisuhdekriisissä elävät puoliset käyvät läpi erilaisia negatiivisia tunteita, joille on vaikea löytää tarkempia nimiä ja ilmaisuja kuin paha olo ja ahdistus. Paha olo ja ahdistus pitävät sisällään hylätyksi tulemisen, yksinäisyyden, surun, vihan, häpeän, syyllisyyden ja pelon tunteita. Hylätyksi tulemisen ja yksinäisyyden tunne liittyy huonommuuden ja arvottomuuden kokemiseen, siihen voi liittyä kokemus ettei kelpaa puolisolle sellaisena kuin on. Surussa konkretisoituu unelmien särkyminen ja luopumisen kohtaaminen. Surevalla voi olla fyysisiä oireita, kuten painon tunne rintakehällä. Vihan tunteessa on enemmän energiaa kuin muissa tunteissa ja vihan tunteminen voi herättää ahdistusta, koska sitä on vaikea kanavoida rakentavasti ja vihan tunteeseen voi liittyä tabuja kiellettyinä tunteena. Kriisin aiheuttamat ylilyönnit, kuten fyysinen tai verbaalinen aggressio, aiheuttavat häpeää ja syyllisyyttä. Esimerkiksi uskottomuuden synnyttämä häpeän ja syyllisyyden tunne saattaa olla erittäin tuskallinen tila, jolloin ajatuksia on vaikea saada muualle. Omien valintojen synnyttämä syyllisyys on eräitä elämän ahdistavimpia tunteita, joka ei jätä rauhaan.

Pelon tunne puolestaan voi liittyä siihen, että selvittääkö tilanteesta vai päätyykö kriisi eroon. Pelko tuntuu usein vatsassa. Voimakas pelko voi lamaannuttaa. Pelkoon liittyvä kokemus pimeydessä olemisesta, elämän luhistumisesta tai ajatukset elämänhallinnan menetyksestä. (Kinnula 2006, 20-21.)

4.2 Vuorovaikutus ristiriidoissa ja konflikteissa

Parisuhteen ristiriitatilanteiden vuorovaikutuksen näkökulmasta on tehty useita tutkimuksia. Malinen, Härmä, Sevón ja Kinnunen (2005) tutkivat pikkulapsiperheiden vanhempien tapoja ratkaista ristiriitoja, ja löysivät neljänlaisia pareja ristiriitojen ratkaisussa; naisratkaisijaparit, miesvetoiset parit, rakentavasti riitelevät parit ja hyökkäys-vetäytyminen-parit. Vastauksissa puoliso arvioivat toistensa tapoja ratkaista riitoja. Naisratkaisijapareja oli vajaa viidennes. Näissä parisuhteissa nainen suurelta osin toimii rakentavalla tavalla sovitellen. Tämä tapahtuu rauhallisesti keskustelemalla ja kompromisseja etsimällä. Mies sen sijaan vetäytyy helposti pois tilanteesta. Miesvetoisia pareja oli myöskin vajaa viidennes vastaajista. Heidän riitatilanteissaan mies toimi aktiivisemmin kuin nainen. Mies käyttää runsaasti sekä rakentavaa tyyliä, että verbaalista aggressiota. Rakentavasti riiteleviä pareja, jotka eivät riidan tullen loukkaa toisiaan sanallisesti, eivätkä vetäydy pois tilanteesta oli 40 prosenttia. Hyökkäys-vetäytyminen-pareilla, joiden riitatilanteissa esiintyy paljon sanallisia loukkauksia, mies usein vetäytyy pois riidoista. Kumpikaan puolisoista ei osaa tilanteessa keskustella rakentavasti. Näitä pareja oli tutkimuksessa reilu viidennes. Erityisesti naiset kokivat tyytymättömyyttä parisuhteessaan tässä ryhmässä. Tapa ratkaista ristiriitoja parisuhteessa vaikutti voimakkaasti koko elämään tutkimuksen mukaan. Rakentavasti riitelevillä pareilla sujui paremmin kaikilla tutkituilla elämänalueilla (parisuhde, työnjako, vanhemmuus ja työn ja perheen yhteensovittaminen), kuin hyökkäys-vetäytyminen-pareilla. Mikäli parisuhteessa ollaan tyytymättömiä, heijastuu se ristiriitatilanteeseen haluttomuutena ratkaista ongelmia, poisvetäytymisenä ja pahan olon purkamisena puolisoon. Mikäli ristiriitoja ei pystytä ratkaisemaan molempia tyydyttävällä tavalla, tuo se parisuhteeseen perusongelmia, jotka vaikuttavat parisuhteen laatuun heikentävästi. (Mt., 18-22, 25.)

Gottmanin (1993) pitkittäistutkimuksen perusteella pariskuntien vuorovaikutuksesta konfliktitilanteissa muodotui typologia viidestä erilaisesta parityypistä, joista kolme tyyppiä muodostivat vakaan parisuhteen ja kaksi tyyppiä epävakaa. Vakaita pareja olivat sovittelevat (N=14), ailahtelevat (N=12) ja välttelevät (N=11). Epävakaita pareja olivat vihamieliset (N=16) ja vihamielis-erilliset (N=19). Sovittelevaan tyyliin kuului ristiriidan kohtaaminen parisuhteessa,

mutta vuorovaikutus oli rauhanomaista. Molemmat puoliset toivat esiin omia mielipiteitään, jotka olivat keskenään ristiriidassa, mutta he pystyivät työskentelemään yhdessä ongelmiansa eteen. Sovittelevien parien suhdetta määritteli kumppanuus. Ailahtelevien parien vuorovaikutustyyli piti sisällään paljon negatiivisuutta, he riitelivät avoimesti ja myös miehet olivat tilanteissa hyvin aktiivisia. Vastapainona ailahtelevien parisuhteissa oli paljon positiivisia tunteiden osoituksia ja huumoria. Ailahtelevien parien suhteita kuvasti intohimo ja romantiikka. Välttelevien parien vuorovaikutuksessa ei konfliktia juuri esiintynyt. Ristiriitoihin ei ollut varsinaisia selvittämiskeinoja tai -tapoja, vaan eriävien mielipiteiden esilletuomisen jälkeen tilanne katsottiin jo loppuneeksi. Puolisot eivät pyrkineet taivuttelemaan toisiaan puolelleen. Välttelevien parien välillä oli vähän tunnepitoisuutta, niin negatiivista kuin positiivistakin. Parisuhteessa vallitsi emotionaalinen etäisyys puolisoitten välillä. (Mt., 6-15.)

Vihamielisillä pareilla kommunikointi oli kokolailla negatiivista. Avoimia konflikteja oli paljon ja samoin puolustusasemissa pysyminen sävytti tilanteita. Vuorovaikutus sisälsi toisen puolison tunteiden, motiivien ja käytöksen negatiivista arviointia. Vihamielis-erilliset parit eivät tunnetasolla olleet sitoutuneet toisiinsa. Konfliktitilanteita syntyi hyvin pienistä asioista ja episodeissa esiintyi vastavuoroista hyökkäämistä ja puolustautumista. (Mt., 6-15.)

Tutkimuksessa todettiin, että tasapainoisen avioliiton ja parisuhteen taustalla on määrällinen balanssi positiivisen ja negatiivisen käytöksen välillä, joka koostuu kuuntelusta ja puhumisesta. Näin ollen hyvin erilaiset parisuhteet voivat olla tasapainoisia. Gottmanin näkemys parisuhteesta on, että se tarvitsee voidakseen hyvin sekä negatiivisuutta että positiivisuutta pitääkseen yllä vetovoimaansa. (Mt., 6-15.)

Toisessa amerikkalaisessa pitkittäistutkimuksessa havainnointiin avioliiton konfliktinratkaisuyrityksiä vaikeissa ristiriitatilanteissa ja vuorovaikutuksen vaikutuksia puolisoitten tyytyväisyyteen. Vastoin yleistä ajattelutapaa, erimielisyyden osoittamisella ristiriitatilanteessa ja vihan purkauksilla ei tämän tutkimuksen mukaan nähty olevan pitkällä tähtäimellä haittaa avioliitolle, vaikka se tilapäisesti rasittaa suhdetta. Puolisoiden verbaalinen kyvykkyys ja suhteen solmujen selvittelyminen vaikkapa riitelemällä on parempi asia kuin vaikeneminen. Sen sijaan sukupuolispesifisti löytyi tiettyjä käyttäytymismalleja, jotka pitkällä aikavälillä vähensivät avioliiton tyytyväisyyttä. Vaimoilla konfliktitilanteessa surumielinen ja pelokas käytös huonontaa heidän omaa tyytyväisyyttään parisuhteessa. Miehillä jääräpäinen, ja pois-vetäytyvä käytös ristiriitatilanteessa aiheuttaa tyytymättömyyttä parisuhteessa. Kummankaan puolisoista ei tulisi riitatilanteessa olla puolustuskannalla, sillä se vähentää tyytyväisyyttä avioliitossa pitkällä

tähtäimellä. (Gottman & Krokoff 1989, 51-52.)

Christensen ja Heavey (1990) tutkivat aviopareja kahdessa ristiriitatilanteessa. Toisessa vaimo halusi miehessään aikaan muutoksen ja toisessa mies halusi vaimossaan aikaan muutoksen. Tutkimus testasi sukupuolen ja sosiaalisen rakenteen vaikutuksia vaatimus-vetäytymis-tyyppisissä ristiriidoissa. Ristiriitatilanteissa naiset olivat useammin miehiä vaativampia ja miehet vetäytyvämpiä. Vaatimus ilmeni usein naisen tapana painostaa miestä emotionaalisilla pyynnöillä, kriittisyydellä ja valituksilla. Vastaaja, useimmin mies, toimii puolustautumalla ja passiivisella toimimattomuudella. Tätä asetelmaa kutsutaan yleisesti kirjallisuudessa vaatimus-vetäytymis vuorovaikutukseksi. Tutkimuksessa todettiin, että erot sukupuoliroolin sosiaalistumisessa ilmenevät naisella tyypillisesti kaipauksena parisuhteessa suurempaan läheisyyteen, ja miehellä puolestaan kaipuuna autonomiaan. Tämä aiheuttaa sen, että nainen toivoo enemmän muutoksia suhteessa kuin mies ja tästä syntyy vaatimus-asettelu, mikäli mies vastaavasti kaipaa enemmän autonomiaa. Mies pystyy saavuttamaan autonomian tunteen yksipuolisesti, mutta nainen tarvitsee läheisyyden tunteen saavuttamiseen kahden ihmisen päätöksen ja siihen tähtäävän toiminnan. (Christensen & Heavey 1990, 73-81.)

Tätä näkemystä konfliktitilanteiden vuorovaikutuksesta tukee myös Tolkki-Nikkosen (1990) pitkittäistutkimus tamperelaisista aviopareista viidentoista vuoden ajalta. Miehillä ilmeni avioliiton alusta lähtien tapa vetäytyä ristiriitatilanteesta; he odottivat ja katsoivat mitä tapahtuu. Monille naisille miehen puhumattomuus aiheutti ärtymystä ja herätti toiveen, että asiat voitaisiin puoda vaikka riitelemällä. Hieman yli puolet tutkimukseen osallistuneista pareista kertoivat, että erimielisyydet puolisoitten kesken ratkaistaan molemminpuolisilla myönnytyksillä. Miesten arvio oli, että he antavat tilanteissa myöten useammin kuin naiset. (Mt., 52.)

Oleellista parisuhteen myönteisessä kehityksessä ei niinkään ole se, kuinka paljon avioparit riitelevät keskenään. Tärkeää on se, miten he pystyvät ratkaisemaan ristiriitojaan ja tulemaan toimeen ristiriitojensa kanssa. Vaikeudet voi erottaa tai yhdistää sen mukaan, miten ongelmia selvitetään. Avioliiton kriisien tulkinta muuttuu sen mukaan, miten edellisistä kriiseistä on selvitty. Stressitilanteiden hallintaan tulee lisää luottamusta ja ongelmanratkaisutilanteisiin valmiuksia, mikäli takana on menestyksekkäitä kokemuksia ristiriidan ratkaisusta. Ongelmat voidaan tulkita myös ylivoimaiseksi käsitellä, mikäli aiempiin riitoihin ei ole löydetty välineitä ja ratkaisuja. (Määttä 2002, 87-88.)

Tätä tulkintaa tukee myös Sandford (2006), joka on tutkinut avioparien vuorovaikutusta

havainnoimalla liki kahdeksaakymmentä pariskuntaa neljässä erilaisessa ristiriitatilanteessa. Hän on löytänyt yhteyden kognitiivisen arvioinnin ja käytöksen välillä. Odotukset tilanteessa altistavat ihmisiä tietynlaiseen käytökseen ja tapaan kommunikoida. Mikäli tilanearvio muuttuu, siitä seuraa myös muutoksia käyttäytymisessä. Negatiivinen arvio ja ennako-oletus puolison kyvystä ymmärtää itseä, puolison kommunikaatiosta ja attribuutiosta eli puolison toiminnan selittämisestä vaikuttavat negatiivisesti kommunikointitapaan. Myönteinen arvio ja ennako-oletus toimii samoin. Monet arvioinnin vaikutukset olivat voimakkaampia vaimoilla kuin miehillä. Avioparityöskentely ja -terapia voi näin ollen hyötyä siitä, jos työskennellään näiden negatiivisten arvioiden ja ennako-oletusten muuttamiseksi. (Mt., 256, 262-263.)

Amerikkalainen professori John Gottman on yksi johtavista parisuhteen tutkijoista maailmassa. Hänen yli kolmenkymmenen vuoden tutkimustyönsä parisuhteista ja avioliitoista on luonut pohjaa muun muassa sille tutkimustiedolle, jolla voidaan löytää keskeiset erottavat piirteet onnellisten ja onnettomien parien välillä. Tätä tietämystä on hyödynnetty pariterapian tutkimuksessa. Teoria parisuhteiden kehittymisestä nostaa esiin parisuhteen vuorovaikutuksessa kriisitilanteiden vakavat varoitusmerkit, jotka jatkuessaan voivat merkitä lopullista umpikujaa parisuhteessa ja eroa. Vakavia varoitusmerkkejä ovat puolison välitön hyökkäys, suora ja repivä kritiikki, sarkastisuus, alentavat kommentit, ivallinen halveksunta, puolustuskäyttäytyminen, kivettyminen eli täydellinen vaikeneminen, sietämättömän vahvat negatiiviset tunteet riitatilanteissa ja ylikierroksilla käyvä keho, kun tunnekuuhu ottaa vallan. Eroa ennustaa myös rauhan pyrkimysten puuttuminen ja parisuhteeseen liittyvät kipeät muistot. (Gottman 1994; ref. Malinen 2004, 10.)

4.3 Ristiriitojen ja kriisien aiheuttajat ja ratkaisut

Ristiriitoja avioliitossa elävillä aiheuttavat kotimaisen tutkimuksen mukaan eniten kotityöt, rahan käyttö ja lasten kasvatus. Myös ajankäytöstä aiheutui ongelmia, kuten vapaa-ajankäytöstä, työn ja perheen yhteensovittamisesta sekä yhdessä vietetyn ajan määrästä. Kommunikaatio-ongelmat olivat lisäksi yksi suurimpia riitojen aiheuttajia, kuten läheisyyden ja tunteiden ilmaisun, puolisojen välisten keskusteluiden tai keskustelu-yhteyden vähyyden aiheuttamat vaikeudet. Eroon päätyneissä avioliitoissa oli liiton kahtena viimeisenä vuonna riideltä eniten keskinäiseen kommunikaatioon liittyvistä asioista. (Paajanen 2003, 42-43, 49.) Viidentoista avioliittovuoden jälkeen eniten erimielisyyksiä oli kotitöistä, suunnittelusta ja päätöksenteosta, raha-asioista, vastuusta lapsista, alkoholin käytöstä, sukupuoliasioista ja emotionaalisesta tuesta. Ristiriitojen aiheista ei puolisojen välillä ollut kuitenkaan aina yksimielisyyttä. Miehet pitivät suurimpana ristiriidan aiheuttajana

kotitöiden jakamista ja naiset vastuuta lapsista. Perheen elämänvaiheella oli myös vaikutusta erimielisyyksien aiheisiin. Eräs merkittävä ero oli se, että pikkulapsiperheissä riideltiin emotionaalisen tuen puutteesta useammin kuin kouluikäisten perheissä. Arkisilla riidanaiheilla näyttää olevan myös toisenlainen, syvällisempi tehtävä. Niiden kautta käydään keskustelua koko parisuhteesta, sen laadusta ja sukupuolten välisestä jännitteestä. (Tolkki-Nikkonen 1990, 51-52.)

Ristiriitojen ratkaiseminen avioliitossa elävillä tapahtuu Paajasen (2003) tutkimuksen mukaan varsin tasapuolisesti, sillä 65 prosenttia vastaajista ilmoitti molempien myöntävän suunnilleen yhtä usein toisen tahtoon ja vain 7 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, ettei ristiriitoja yleensä pystytty sopimaan. Eroon päätyneissä avioliitoissa sen sijaan 22 prosenttia vastaajista ilmoitti liiton kahtena viimeisenä vuonna molempien myöntyneen riitatilanteissa yhtä usein ja peräti 40 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, että ristiriitoja ei yleensä pystytty sopimaan. (Mt., 43-45.)

Vaikeimpia tilanteita pitkissä parisuhteessa Pukkalan (2006a) tutkimuksessa olivat uskottomuuskriisit. Niistä selviämiseen oli vaadittu suuria ponnisteluja. Syyllisyyden tunteet ja luottamuksen totaalinen menetys olivat asioita, joiden työstäminen vei paljon aikaa. Uskottomuus näyttäytyi haastateltavien kertomuksissa "kriisinä, jota ei olisi haluttu kokea". Usein petetty puoliso haluaa erota, kun uskottomuus paljastuu. Ja vasta myöhemmässä vaiheessa, suurimpien tunnekuohujen laantuessa, on mahdollista pohtia laajemmin, mitä parisuhteessa on kaiken kaikkiaan tapahtunut. (Mt., 130-132.) Uskottomuuden määrittely rakentuu yksilöllisistä käsityksistä, toiveista ja odotuksista toisen käyttäytymisen suhteen. Se määrittyy myös osapuolten yhteisistä sopimuksista, joten yksiselitteisesti uskottomuutta ei voi määritellä. Uskottomuus voi olla seksuaalista kanssakäymistä jonkun muun kuin puolison kanssa, tai se voi olla ulkopuolinen ihmissuhde, jolla on vaikutusta parisuhteen emotionaalisen läheisyyden ja tasapainon kanssa. (Pukkala 2007, 50-51.)

Väkivalta eri ilmenemismuotoineen on itsestäänselvästi parisuhteen ja perhe-elämän vakava ongelma ja kriisitilanne. Väkivaltaa parisuhteessa voi olla esimerkiksi fyysisellä, henkisellä, seksuaalisella ja taloudellisella alueella. Väkivalta tulee eriyttää muista parisuhteen ongelmista sen mukaan, että siinä nimenomaan otetaan väkisin toiselle ihmiselle kuuluvaa valtaa itselle ja näin ollen väkivallan luonteeseen kuuluu alistaminen. Kun taas esimerkiksi erilaiset riitelyn muodot, aggressiivisuus ja sen ilmaukset, eroavat väkivallasta siinä, että aggressiivisuuden ilmaiseminen auttaa selviytymään frustrativasta tilanteesta ja on siinä mielessä tärkeä purkautumiskanava. (Antikainen 1999, 195.)

5. AVIOLIITTO- JA PARISUHDETYÖ

Avioliittotyön juuret ulottuvat 1960-luvun alkupuolelle Englantiin ja Yhdysvaltoihin, jolloin kirkollisen avioliittoneuvonnan pioneerit David ja Vera Mace perustivat Association of Couples for Marriage Enrichment (ACME)- liikkeen. Samoihin aikoihin Espanjassa katolisen kirkon isä Gabriel Calvo aloitti seurakunnassaan avioparitoimintaa, josta lähti liikkeelle kansainvälinen Marriage Encounter-liike. Suomessa avioliittotyö on aloitettu 1970-luvulla kirkon perheasiankeskuksen toimesta, jolloin käynnistettiin avioliiton rikastuttamiskurssit, pariviestinnän kurssit ja perhekoulut. Helsingin Nuorten Miesten Kristillisen Yhdistyksen (Helsingin NMKY) ”Paremmen avioliiton perheleirit” aloitettiin 1970-luvun puolivälissä kahden avioparin saatua innoituksen Norjassa vietetystä aviopariretriitistä. Kansan Raamattuseura aloitti ”Samassa veneessä”-avioparityön vuonna 1985. (Kataja ry.)

5.1 Suomessa tehtävä avioliitto- ja parisuhdetyö

Avioliitto- ja parisuhdetyö voidaan karkeasti jaotella ennaltaehkäisevään työhön ja hoitavaan eli terapeuttiseen työhön. Kirkon perheasian neuvottelukeskukset ovat keskittyneet erityisesti parisuhdeongelmien hoitamiseen. Perheasian neuvottelukeskusten lähimpiä yhteistyötahoja ovat kasvatus- ja perheneuvolat, jotka ovat keskittyneet perheiden tukemiseen lastensuojelun ja lasten kehityshäiriöiden näkökulmasta ja mielenterveyskeskukset vaikeiden psyykkisten ongelmien osalta. Vaikka pariterapiaa annetaan muissakin organisaatioissa, on monilla paikkakunnilla parisuhdeongelmien käsittely pääasiallisesti perheasian neuvottelukeskusten vastuulla. Neuvottelukeskuksiin tulon syynä pariskunnilla oli vuonna 2007 vuorovaikutusongelmat (34,3%), erokysymykset (20.5%), uskottomuus (13.2%) ja psykososiaaliset kriisit (9,2%). Neuvottelukeskusten palvelut ovat maksuttomia, ja asiakkaaksi voi hakeutua, vaikkei kuuluisi evankelis-luterilaiseen kirkkoon. Neuvottelukeskusten palvelujärjestelmä ei pysty vastaamaan siihen tarpeeseen, joka palveluihin kohdistuu. Työvoimaresurssit ovat riittämättömät ja palveluita ei ole kattavasti koko maassa. Suurimmissa kaupungeissa neuvottelukeskukset ovat voineet ottaa vain 15-50 prosenttia apua hakeneista asiakkaikseen. Etusijalle palvelujen saatavuudessa on asetettu nuorten lapsiperheiden vanhemmat. (Kirkon perheneuvonnan seminaari; Suomen evankelis-luterilainen kirkko.) Suomessa on kaiken kaikkiaan 42 perheasian neuvottelukeskusta (Kirkon perheasian neuvottelukeskukset).

Ennaltaehkäisevä työ pitää sisällään parisuhdekoulutusta ja vertaistukeen perustuvaa

pienryhmätyöskentelyä, jota Suomessa tarjoavat useat eri tahot. Hyväri (2005) näkee vertaistukiryhmän perustuvan toisten auttamiseen ja tukemiseen tähtäävistä vastavuoroisista ihmissuhteista, joissa käsitellään kriittisiä tai kriisiytyneitä elämäntilanteita. Vertaisryhmätoiminnan ei kuitenkaan tarvitse rajoittua vain kriisitilanteiden käsittelyyn, vaan kyse on myöskin yhteisyyden ja ystävyyssuhteiden rakentamisesta. (Mt., 215.)

Kataja – Kestävän parisuhteen kasvu ry. on sitoutumaton suomalaisen parisuhdetyön yhdistys, jonka tarkoituksena on tukea perhettä ja parisuhdetta lisäämällä ihmisten itsetuntemusta, ongelmanratkaisu- ja viestintätaitoja. Kataja järjestää erilaisia parisuhdekursseja, kouluttaa muun muassa sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisia kohtaamaan ja työskentelemään asiakkaiden parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen liittyvien ongelmien kanssa, toimii erilaisten projektien kautta parisuhdetyön kehittämiseksi, pyrkii yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja tarjoaa työnohjausta. Katajan toiminta-alue on erityisesti ennaltaehkäisevä parisuhdetyö ja yhdistyksen tavoitteena on, että parisuhdeongelmissa oleville saataisiin apua yhä varhaisemmassa vaiheessa, koska terapiapalvelut eivät pysty vastaamaan tarpeeseen. (Kataja ry.) Katajaa voi nimittää suomalaisen parisuhdetyön kattojärjestöksi, koska sen yhtenä tehtävänä on tukea parisuhdetyötä tekevien järjestöjen ja ohjaajien yhteistyötä (Pukkala 2006a, 70). Kataja kokoaa ja jakaa tietoa eri järjestöjen parisuhdekursseista ja pyrkii edistämään parisuhdetoiminnan leviämistä ympäri maata. Katajaan kuuluu yli 40 yhteisöjä; yrityksiä, yhdistyksiä, seurakuntia ja järjestöjä, jotka kaikki järjestävät ennaltaehkäisevää parisuhdetyötä Suomessa. Yhteisöjäseniä ovat mm. Suomen Mennään Eteenpäin ry, Kansan Raamattuseuran Samassa veneessä- avioparityö ja Helsingin NMKY:n avioliittotyö, joiden työmuotoja esitellään seuraavaksi tarkemmin. Kaiken kaikkiaan yhteisöjäsenten järjestämä parisuhdetyö eroaa toisistaan taustajärjestöistä ja toimintamalleista riippuen, mutta yhteistä on halu tehdä työtä parisuhteiden vahvistamiseksi ja hyvinvoinnin vuoksi. (Kataja ry.)

Mennään Eteenpäin- toiminta, josta käytetään myös lyhennettä ME-toiminta, alkoi Suomessa vuonna 1987 Marriage Encounter-työn pohjalta, jolloin norjalaiset ja islantilaiset avioparit järjestivät ensimmäisen viikonlopun Lohjalla. Mennään Eteenpäin- viikonloput järjestetään hotelleissa ympäri Suomea. Työ perustuu vapaaehtoistoiminnalle, ja viikonlopun organisoinnista vastaavat aikaisemmin Mennään Eteenpäin- viikonlopun käyneet vapaaehtoiset avioparit. Työskentely Mennään eteenpäin- viikonloppussa keskittyy puolisoiden väliseen tunne-elämän kommunikaatioon eri elämänalueilla. Viikonloppu koostuu luennoista, henkilökohtaisista pohdiskeluista ja parin kanssa työskentelystä. Mennään Eteenpäin-viikonloppua ei suositella kriisissä oleville pariskunnille, koska työskentely pohjautuu omatoimisuuteen. Viikonlopun käyneille pareille on tarjolla jatkotapahtumia ja -viikonloppuja sekä mahdollisuus osallistua

aviopariipireihin, jotka toimivat vuorotellen parien kodeissa vertaisryhmäperiaatteella. Matti Viitasen pro gradu vuodelta 1998 käsitteli Mennään Eteenpäin- viikonloppuun osallistuneiden kokemuksia viikonlopusta ja viikonlopun vaikutuksia parin vuorovaikutukseen, itsen ja puolison kohtaamiseen ja opetussisältöön. Mennään Eteenpäin -viikonloppu oli useimpien osallistujien mielestä pääasiassa parisuhdetta syventävä ja myönteinen kokemus. Osallistujat ilmaisivat viikonlopun prosessin antaneen heidän parisuhteelleen uutta sisältöä ja näkökulmaa. (Mennään Eteenpäin.)

Helsingin NMKY on Suomessa pisimpään avioliittotyötä tehnyt järjestö. Pääasiallisena toimintamuotona ovat avioliittoleirit, -luennot ja -seminaarit, joita järjestetään ympärivuotisesti. Parisuhdetapahtumien kesto vaihtelee yhden luennon tilaisuudesta viikon mittaiseen perheleiriin. Perheleirit järjestetään kesäisin, ja lapsille on järjestetty hoito leirin yhteydessä. Työtä tehdään vapaaehtoisten tuella ja työn pääpaino on ennaltaehkäisevässä työssä. Helsingin NMKY kouluttaa vapaaehtoistyöntekijöitä muun muassa pienryhmänvetäjiksi, luennoitsijoiksi parisuhdetapahtumiin sekä vertais- ja tukipareiksi pariskunnille, jotka ovat hakeneet apua parisuhdeongelmiinsa. Vapaaehtoistyöntekijät koulutetaan Helsingin NMKY:n parisuhdetyössä mukana olleiden joukosta. Vaatimuksena esimerkiksi pienryhmäjohtajilla on aiempi kokemus pienryhmän johtamisesta. Työn piirissä on tällä hetkellä noin 5000 perhettä ja työtä tehdään valtakunnallisesti kansanopistoissa, kansalais- ja työväenopistoissa, evankelisluterilaisen kirkon seurakunnissa, vapaiden kirkkokuntien piirissä ja kouluissa. Helsingin NMKY kuuluu kansainväliseen NMKY-liikkeeseen, joka on tätä nykyä maailman suurin ei-poliittinen nuorisoliike. (Helsingin NMKY; P. Ranssi, henkilökohtainen tiedonanto 5.12.2007.)

Helsingin NMKY:n parisuhdekurssit ja -leirit alkavat luennolla, jonka aihe voi olla esimerkiksi rakkaussuhteen tuhoajista, tunteiden ilmaisusta, puolisoiden huomaavaisuuksista toisilleen, seksuaalisuudesta, kommunikaatiotaidoista, miehen ja naisen ominaispiirteistä ja tarpeista, perheen taloudenhoidosta, puolisoiden yksimielisestä päätöksenteosta sekä avioliiton kriisien syistä ja ratkaisutavoista. Luennoivat parit lähestyvät aihealuetta omien kokemuksiansa esimerkkien ja oivallusten valossa, koska sitä kautta parit saavat toivoa mahdollisiin vaikeuksiinsa ja eri elämäntilanteisiin sekä rohkeutta käsitellä niitä yhdessä pienryhmätilanteissa. Luennon jälkeen jakaudutaan yleensä neljän parin pienryhmiin keskustelemaan luennon herättämistä ajatuksista. Ryhmää johtaa vastuupari, joka osallistuu keskusteluihin ja tehtäviin vertaisparina. Pienryhmissä paitsi keskustellaan luennon pohjalta, myös tehdään erilaisia paritehtäviä ja opetellaan vuorovaikutusta. Jokaisella parilla on mahdollisuus keskustella ryhmätilanteessa valitsemastaan aiheesta, joka liittyy heidän keskinäiseen suhteeseensa, esimerkiksi suhteen vahvuuksiin, puolison

parhaisiin piirteisiin ja ominaisuuksiin, toiveisiin tai koettuihin pettymyksiin ja vaikeuksiin parisuhteessa. Kaikessa kommunikaatiossa painotetaan viestintä-tyyliä, joka ei herätä puoliossa jyrkkää puolustuskannalla oloa. Viestintä pohjautuu minä-viesteihin, jossa oleellista on omien ajatusten, tunteiden ja kokemusten kertominen puoliossa. Sinä-viesteissä kommunikaatio kärjistyy helposti syyttelyksi, joka ei edistä tilannetta. Pienryhmissä käydyt keskustelut ovat salassapidettäviä ja vastuupari muistuttaa tästä ryhmien alussa. Parisuhdeleireillä aikaa on varattu myös puoliosiden keskinäiselle ajatusten vaihdolle esimerkiksi luontoretkillä, jolle on tehty erilaisia tehtävärasteja, kuten haaveilurasti jolla pari suunnittelee yhteisen onnenpäivän, toimintarasti, jolla mies voi askarrella vaimolleen kauniin korun tai rastit joilla puoliosot jakavat sydämen syvimpiä asioita tai muistelevat ensirakkauden aikoja. Kohderyhmänä Helsingin NMKY:n työssä ovat ns. ”tavalliset parit”, mutta kurseille tulee myös erilaisten ongelmien ja vaikeuksien kanssa kamppailevia pareja. (Avec, Paremmän avioliiton perhelehti; P.Ranssi, henkilökohtainen tiedonanto 5.12.2007.)

Koska avioliitto- ja parisuhdekurssit ovat pääasiallisesti suunnattu ei-kriisissä oleville pareille, on parisuhdekriisejä varten suunniteltu oma Solmuja parisuhteessa-kurssi, jota järjestävät mm. Kataja ry ja Kansan Raamattuseura useilla paikkakunnilla ympäri Suomea. Kurssin tavoitteena on antaa kriisissä oleville pareille rakenne, jonka avulla he voivat ohjatusti itse käsitellä omaa kriisiänsä ja edetä ratkaisuprosessissa. Ryhmää vetävät koulutetut ohjaajat ja ryhmään otetaan neljä paria. Kurssi muodostaa prosessin, jossa lähdetään liikkeelle siitä, miten parisuhteen solmu on syntynyt, millaisia tunteita tilanne herättää ja miten kriisi ilmenee seksuaalisuuden alueella. Kun vallitsevaa tilannetta on käsitelty riittävästi, siirrytään työstämään sitä, mitä kumpikin puoliso tilanteessa tahtoo, löytyykö puoliosille yhteisiä tavoitteita ja haluavatko puoliosot jatkaa parina yhdessä, vai tuntuuko pohdinnan jälkeenkin ero parhaimmalta vaihtoehdolta. Kurssilla työskennellään yksilö-, pari- ja ryhmätehtävien avulla vertaisryhmän tukea hyödyntäen. (Kataja ry; Samassa veneessä-avioparityö.)

5.2 Avioliitto- ja parisuhdekoulutuksen vaikutukset

Parisuhdekoulutusta on tutkittu muun muassa Yhdysvalloissa ja Australiassa. Parisuhdekoulutuksen sisällöt vaihtelevat laajasti, mutta yhteisiä elementtejä koulutuksen sisällöissä ovat tietoisuus, palaute, kognitiivinen muutos ja taitojen opetus. Tietoisuus viittaa tiedon jakamiseen, parisuhdeodotusten selkeyttämiseen ja oleellisten parisuhdevaiheiden ja -prosessien vaikutukseen parisuhdetyytyväisyyden osalta. Palautteen antaminen viittaa parisuhteen yksilökohtaiseen arviointiin ja annettuun palautteeseen parisuhteen nykyisestä toiminnasta. Kognitiivinen muutos pyrkii rohkaisemaan sellaisten kognitioiden eli tietämiseen tähtävien toimintojen käyttöä, joiden

arvioidaan vaikuttavan positiivisesti parisuhteisiin, kuten esimerkiksi puolisoiden käyttäytymisen vaikutuksista parisuhteeseen. Taitojen opetus perustuu erilaisiin luentoihin, demonstrointeihin, audio-visuaalisiin esityksiin tärkeistä suhdetaidoista ja mahdollisuuteen itse harjoitella näitä taitoja, sekä saada kouluttajilta palautetta. (Halford & Markman & Kline & Stanley 2003, 390.)

Parisuhdekoulutuksesta tehdyt tutkimukset osoittavat selkeästi, että parisuhdekoulutuksella on myönteinen vaikutus parisuhteen laatuun ja erityisesti parisuhdetaitojen opetuksella on todettu parisuhteita vahvistava vaikutus. Kuitenkin parisuhdekoulutuksen ja -dynamiikan tutkimuskentässä on paljon sellaista, johon tutkijat eivät ole löytäneet vastauksia. Vastauksia kaivataan muun muassa siihen, mitkä parit hyötyvät parhaiten tietynlaisesta koulutuksesta, millaiset ovat onnellisen parisuhteen avaintekijät ja miten auttaa pariskuntia saamaan parempia parisuhteita. Tulevaisuuden haasteena parisuhdekoulutuksessa on myös saada työn piiriin heikommassa sosio-ekonomisessa asemassa olevia pareja. (Halford ym. 2003, 396, 399-400.)

Suomessa avioliitto- ja parisuhdekoulutuksen vaikuttavuutta parien elämään on tutkittu verrattain vähän. Niemelä (1989; 1995) on tutkinut pro gradu- ja lisensiaattitutkielmissaan aviopuolisoiden suhdetta ennen ja jälkeen avioliittokoulutuksen. Tutkielmissa tarkasteltiin avioliittotyön eri opetusalueiden vaikuttamia muutoksia aviopuolisoiden keskinäisessä suhteessa. Tutkimukseen osallistui nuorien ja varttuneempien avioparien ryhmät. Tutkimuksen mukaan avioliittokoulutuksella oli useissa aviosuhteen tekijöissä suhdetta rakentava merkitys molemmille ikäryhmille. Erityisesti koulutuksella oli vaikuttavuutta muun muassa puolison huomioonottamisessa ratkaisunteeossa ja aviosuhteen nousussa tärkeimmäksi prioriteetiksi työnteon sijasta. Nuorille aviopareille koulutuksella oli ylläpitävä ja kriisejä ennaltaehkäisevä vaikutus. Sen sijaan varttuneet näyttävät kokonaisuudessa hyötävän koulutuksesta nuoria enemmän, joka tuo mukanaan haasteen avioliittotyön oikeasta kohdentamisesta eri elämänvaiheissa oleville pariskunnille. (Niemelä 1995, 29-30, 95-100.)

6.TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Tutkimustehtävä ja tutkijan positio

Tutkimuksen kohderyhmänä ovat pitkään, yli 10 vuotta yhdessä olleet avioparit, jotka ovat olleet jossakin liittonsa vaiheessa mukana avioliitto- tai parisuhdetyössä, esimerkiksi parisuhdekurssilla tai -leirillä. Haastattelin aviopareja, jotka ovat omasta mielestään käyneet läpi jonkin vakavan parisuhdekriisin, ja onnistuneet pääsemään sen ylitse. Oleellista tutkimuspareja valittaessa oli, että he voivat haastatteluhetkellä luonnehtia tilaansa niin, etteivät kokeneet suhteensa olevan kriisissä. Valitsin parisuhdetyössä mukana olleet pariskunnat kohderyhmäksi siksi, että uskon parisuhdetyössä mukanaolon auttavan haastateltavia jäsentämään kokemuksiaan ja ajatuksiaan syvällisemmin ja kykenevän tuottamaan puhetta aiheesta siten, että minun on mahdollista saada rikas aineisto analysoitavakseni. Eettisesti on myös tärkeää, etteivät parit haavoitu tutkimushaastatteluista ja vaikean vaiheensa käsittelystä, vaan että he ovat työstäneet kyseisiä asioita yhdessä ja päässeet yli akuutista kriisitilanteesta. Toisaalta kohderyhmäni valintaan vaikutti myös se, että kiinnostuksen kohteenani on avioliitto- ja parisuhdetyöstä saatu apu pariskuntien kokemana.

Käytän tässä tutkimuksessa parisuhteen vakavia vaikeuksia kuvatessa käsitteitä konflikti, ristiriita, kriisi ja ongelma väljästi synonyymeinä. Avioliitto- ja parisuhdetyöllä tarkoitan eri järjestöjen ja organisaatioiden järjestämää parisuhteiden hyvinvointia rikastavaa ja vahvistavaa työskentelyä, joka sisältää parisuhdekoulutusta ja erilaisia yksilö-, pari- ja ryhmätyömenetelmiä.

Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa tietoa parisuhdeongelmista, niiden työstämisestä, ratkaisemisesta ja selviämisestä sosiaalialalle, pariskuntien ja perheiden kanssa työskenteleville, sekä kaikille parisuhdeasioista ja parisuhteensa hoitamisesta kiinnostuneille.

Tutkimuskysymykset ovat

1. Miten vakavan parisuhdekriisin kohdanneet puoliset ovat selviytyneet ongelmistaan ja mitkä ovat heidän tarinassaan onnistuneen ongelmanratkaisun rakennusaineita?
2. Miten pariskunnat kokevat avioliitto- ja parisuhdetyöstä saadun avun?

Tutkijan position näkyväksi tekeminen on tärkeää kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkimustehtävään nähden. Objektiivisuus perinteisessä mielessä nähtynä on mahdoton saavuttaa ja oleelliseksi tuleekin tutkijan esiymmärryksen ja position määrittelemisen ja reflektointi tutkimusprosessin

kuluessa. Näitä ei häivytetä taustalle, vaan käytetään tutkimuksen voimavarana. (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 1997, 161; Jähi 2004, 29.) Oma positioni tutkimustehtävää kohtaan on tietystä näkökulmasta ”sisäpiiriläinen”, koska olen mieheni kanssa osallistunut muutamaa eri järjestöjen päivän tai viikonlopun kestäviin parisuhdetapahtumiin. En kuitenkaan voi laskea itseäni vielä tässä vaiheessa aktiivitoimijaksi, koska emme ole toimineet vastuutehtävissä tai osallistuneet säännöllisesti toimintaan mukaan. Näistä osallistumisen kokemuksista on ollut hyötyä siten, että tiedän hieman parisuhdetyön koulutuksen sisällöistä, käytännön toimintamuodoista ja pienryhmien toiminnasta. Minun on ollut helpompi ymmärtää pariskuntien kertomuksia avioliitto- ja parisuhdetyön osalta tätä kokemustaustani vasten. Tutkimukseen osallistuneet parit olivat myös tästä tietoisia, osa kysyi omaa suhdettani parisuhdetyöhön haastattelun aluksi ja osalle kerroin jo ennen tapaamistamme, että työmuoto on omasta kokemuksestanikin tuttua. Tämä on varmasti vaikuttanut siihen kerronnan tapaan, miten parit ovat kertoneet tarinaansa, ei niinkään ulkopuoliselle tutkijalle, vaan ennemminkin kuin sisäpiiriläiselle, joka tuntee toiminnan sisällön. Omien ajatusten reflektointi on ollut tärkeä ja mielenkiintoinen voimavara tutkimusprosessin edetessä. Olen pohtinut omia ajatuksiani, arvostuksen kohteitani ja mieltymyksiäni parisuhdetyön osalta ja heijastanut niitä aineistosta nouseviin tarinoihin. Omat arvolähtökohtani, ajatukseni parisuhteen hyväksi työskentelyn hyödyllisyydestä ja parisuhdetyön myönteisistä vaikutuksista myös ongelmien ja kriisien ratkaisuisissa olivat yhtenevät myös haastateltavien arvonäkemyksen kanssa. Tämä oli odotettavissa, koska tutkimuskysymykseni oli asetettu etsimään juuri myönteisiä vastauksia parisuhdekriisistä selviämiseen, sekä parisuhdetyöstä koettuun apuun.

6.2 Aineiston hankinta ja haastattelutilanteet

Haastateltavien parien hankinnassa sain apua avioliittotyössä mukana olevilta työntekijöiltä eri järjestöistä sekä ystäviltä ja tutuilta, jotka kyselivät puolestani tuntemiltaan aviopareilta heidän halukkuuttaan lähteä mukaan tutkimushaastatteluun, jossa selvitetään parisuhdekriisistä selviytymistä. Alustavan myöntymisen jälkeen olin parien kanssa yhteydessä puhelimitse ja sähköpostilla. Lähetin heille tutkimuspyyntölomakkeen (liite 2), josta käy tarkemmin ilmi tutkimuksen tarkoitus, toteutus ja kohderyhmä. Haastatteluun osallistuneille lähetin myös esitietolomakkeen (liite 1) sähköpostilla, jossa tiedustelin pariskunnan seurustelun pituutta, avioitumisvuotta, lapsien lukumäärää ja ikää, avioliittotyöhön osallistumisen aktiivisuutta ja kohdattujen parisuhdekriisien lyhyttä kuvausta. Tämä auttoi orientoitumaan itse haastattelutilanteeseen, jossa parien koko elämänkaari oli usein tarinassa läsnä.

Haastattelin pariskunnat yhdessä parihaastatteluna, pääosin tammikuun 2008 aikana. Tein viisi

teemahaastattelua, joista neljä tapahtui haastateltavien kotona ja yksi omassa kodissani. Ennen varsinaisia haastatteluja tein yhden koehaastattelun, jonka puitteissa testasin haastattelurungon toimivuutta, äänitystekniikkaa ja haastattelun kestoa. Haastattelutilanteet olivat rauhallisia, muutamassa tapauksessa parin aikataulu saneli jonkin verran haastattelun kestoa. Haastattelujen kesto vaihteli 50 minuutista tunti 20 minuuttiin. Haastatteluihin orientoituminen oli mielestäni haastavaa. Pohdin etukäteen, miten parit mahdollisesti kokisivat haastattelutilanteen, olisiko heidän helppo kertoa parisuhteensa vaikeimmista asioista avoimesti haastattelijalle ja syntyisikö tilanteessa luottamuksellinen ilmapiiri. Koin tärkeäksi muodostaa haastattelurungon sellaiseksi, että ensin pari kertoi suhteensa alkamisesta ja sitä kautta tuli esiin parisuhteen hyviä aikoja ja vahvuuksia. Tämän jälkeen oli helpompi kysyä kriiseistä ja niistä selviämistä. Ensimmäisen varsinaisen haastattelun tehtyäni oma huolestuneisuuteni haastattelujen onnistumisesta hälveni ja totesin, että haastattelurunko oli toimiva ja tilanne sinänsä tuntui luontevalta.

Haastatteluissa oli paljon tunteita läsnä, niin naurua kuin itkuakin. Menneitä aikoja muistellessa saattoi aiemmat vaikeudet, jotka olivat silloin ärsyttäneet puoliossa kovasti, nyt aiheuttaa makeat naurut, koska ristiriidat vaikuttivat jälkikäteen ajatellen jopa koomisilta. Toisaalta myös esimerkiksi parisuhteen suurimpiin käännekohtiin liittyi syviä tunteita, esimerkiksi kun kriisistä oli päästy yli ja elämä muuttui paremmaksi. Liikutuksen tunne oli voimakas, joka kosketti myös itseäni tutkijana. Tunneilmaisu sanojen lisäksi kertoi myös haastateltavien kokemuksen luonteesta, merkityksellisyydestä ja kokemuksen syvyydestä haastateltaville itselleen.

Haastattelu aineiston keruun menetelmänä puolsi tavoitettani saada tietoa parisuhteen onnistuneeseen ongelmanratkaisuun, koska haastatteleamalla on mahdollisuus saada monipuolinen ja rikas aineisto. Haastattelutilanteessa on mahdollisuus selventää haastateltavien vastauksia ja saatoin esimerkiksi varmistaa, että olinko ymmärtänyt haastateltavan kertoman oikein ja kysyä samalla myös toisen puolison mielipidettä samaan asiaan. Toisaalta saatoin myös johdattaa aiheessa syvemmälle, pyytämällä haastateltavan kertomaan lisää näkökulmia asiaan tai esittämällä lisäkysymyksiä. Tarkoitukseni on tutkimuksessa korostaa haastateltavien omaa subjektiivutta, jotka luovat merkityksiä ja ovat aktiivisena osapuolena tutkimustilanteessa. Vaikeiden tai arkojen asioiden tutkimisessa haastattelu jakaa tutkijoiden mielipiteet puolesta ja vastaan. Lähtökohtani tutkimukselle on se, etteivät parit ole tutkimushetkellä akuutissa kriisissä, ja että heillä on takanaan parisuhdetyötä, jossa he ovat voineet käsitellä vaikeita asioita. Näin ollen haastateltavilla on hieman etäisyyttä koettuihin vaikeuksiin ja tämä toimii jonkinlaisena suojatekijänä haastateltavien hyvinvointia ajatellen. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 35.)

6.2.1 Haastatteluteemat

Haastattelutyypiksi valitsin teemahaastattelun, jonka puitteissa kävin haastattelun aikana läpi tietyt teema-alueet. Teemahaastattelu antaa mahdollisuuksia keskustella joistakin aiheista laajemmin, sen mukaan kuin vaikuttaa tarpeelliselta ja asiaankuuluvalta. Haastattelutilanteessa mukanani oli tukilista kysymyksiä ja aihe-alueita, joita on tarkoitus käsitellä, mutta etenin joustavasti kertomuksen luonteen mukaan. Teemahaastattelun etuna voidaan pitää sitä, että haastateltavalla on hyvä mahdollisuus niin halutessaan puhua vapaamuotoisesti, jolloin aineiston voidaan katsoa edustavan monipuolisesti vastaajaa itseään, hänen puhettaan. Toisaalta teemahaastattelun etuna on myös se, että aineistoa voidaan keskenään vertailla, koska käytettävät teemat takaavat sen, että haastateltavien kanssa on keskusteltu samoista aihepiireistä. (Eskola & Suoranta 1998, 87-88.)

Tutkimusteemojen muodostamisessa kolme eri tapaa tukevat ja täydentävät toisiaan. Intuition käyttö ja luova ideointi ovat tärkeitä tapoja rakentaa haastattelurunkoa, mutta ongelmaksi tulee vajavuus, mikäli teemat rakennetaan vain intuition varaan – erityisesti jos tutkija ei tunne tutkimusaluetta hyvin. Aiempaa tutkimusta ja alan teoreettista käsitteistöä hyödyntämällä saadaan teema-alueista kattavampia. (Aaltola & Valli 2001, 33-34.)

Haastatteluni teemat jakautuivat neljään osaan (liite 3). Parisuhteen elämäkerrallinen näkökulma koko parisuhteen mittaisena tarinana tulee ilmi ensimmäisen ja neljännen teeman myötä. Ensimmäinen teema-alue kattaa parisuhteen alkuvaiheet, tutustumisen, rakastumisen ja yhteisen tulevaisuuden odotukset, sekä parisuhdekriiseihin suhtautumisen seurustelun alkuvaiheessa. Toinen teema-alue käsittelee parisuhdekriisejä, kriiseihin liittyneitä tunteita ja ajatuksia, saatua apua itse kriisitilanteessa, sekä kokonaisuudessa oleellisimmaksi asiaksi parisuhdekriisien voittamisessa koettua asiaa. Kolmas teema-alue käsittelee muun muassa avioliittotyöhön lähdön syytä, ja sitä miten parit ovat kokeneet avioliittotyössä mukana olemisen. Neljäs teema-alue kattaa nykyhetken, miten parit kuvaavat suhteensa muutosta, nykyisyyttä ja suhtautumista menneisiin ja mahdollisiin tuleviin vaikeuksiin.

6.2.2 Parihaastattelu aineistonhankinnan menetelmänä

Parihaastattelusta on saatavilla vain niukalti metodologista kirjallisuutta. Parihaastattelun etuna on molempien puolisoitten kuuleminen samalla kertaa. Tilanteessa on mahdollista tarkistaa kummankin näkemykset asiassa ja pariskunnan keskinäisen dialogin tuoma näkökulma on tärkeä

myös analyysin kannalta.

Tainio (2000) on tutkinut etnometodologista keskusteluanalyysiä hyödyntäen pariskuntien diskurssi-identiteettejä, jossa hän on tarkastellut pariskuntuuutta ilmentävää puhetta keskustelussa (Mt., 24). Tutkimuksessa pariskuntia on haastateltu yhdessä. Tainio käyttää Sacksin (1992) lanseeraamaa termiä ”pariskuntapuhe”, joka merkitsee pariskuntuuden relevantiksi tekemistä keskustelutilanteessa, jossa on muita henkilöitä läsnä. Pariskuntapuheen normit tulevat todeksi nimenomaan seurassa. (Ref. Tainio 2000, 24.) Pariskuntapuhe ilmeni puolisoitten yksilöllisten muistojen, kokemusten ja joskus myös moraalien yhteensulautumisena, mutta toisaalta puheen yhteenkietoutuneisuuden ohella myös erillisyyden osoittaminen pariskuntuuden viitekehyksessä on ominaista pariskuntapuheelle. Pariskuntuus ilmenee puheessa toistensa sisäisistä tiloista, tunteista ja aikomuksista kertomisena ja jopa toistensa fyysisten tuntemusten asiantuntijoiksi asettumisena. Tällaisissa ”rajanylitystilanteissa”, joissa puoliso puhuu toisen puolesta, saattaa puolestapuhuttu joko hyväksyä lausunnon tai protestoimalla osoittaa ettei puoliso ole täysin tiennyt hänen kokemuksestaan tai tuntemuksestaan. Yleensä faktojen tuottaminen toisen puolesta sujui kitkattomasti, mutta mikäli siihen liitettiin moraalisia kannanottoja, saattoi asiasta neuvottelu olla epäsuosittua. Kuitenkin merkittävä huomio pariskuntapuheen normistossa on se, että seurassa riitelemisen tai kinastelemisen saattaa jopa korostaa puolisoitten yhteenkuuluvuutta ja läheisyyttä ja voi ilmentää pariskuntuuutta yhtä luotettavasti kuin samanmielisiksi puhujiksi asettuminen. Puolisoitten orientaatio toisiinsa ja pariskuntuuteensa ilmeni siis tutkimuksessa kolmella tavalla: he puhuivat yhdessä, he puhuivat toisilleen ja he puhuivat myös toisistaan. (Mt., 23-39.)

Lähdin aineistostani etsimään sitä miten pariskunnat yhdessä puhuvat parisuhteestaan, sen kriiseistä ja selviytymisestä. Haaste pariskuntaa yhdessä haastateltaessa on olla herkkä tilanteessa sille, tuleeko molempien puolisoitten äänet kuuluville pariskunnan tarinassa. Ennen haastatteluihin ryhtymistä mietin mahdollisuutta, että toinen puolisoista ei uskaltaisi kertoa vapaasti kokemuksistaan ja tunteistaan. Tällaiseen tilanteeseen en mielestäni törmännyt.

Parien tarinat olivat usein hyvin yhteenkietoutuneita ja jaettuja. Tämä kävi ilmi lauseen täydentämisessä, kun esimerkiksi mies kertoi omasta kokemuksestaan ja pitäessään hengähdystaukoa, vaimo saattoi kertoa seuraavan sanan, vaikkapa miehen silloista tunnetta kuvaavan ilmaisun, jonka mies toisti ja jatkoi kokemuksensa kuvaamista. Tilanteesta kävi ilmi, että miehen kertomus oli vaimolle hyvin tuttu. Toinen tapa miten tarinan yhteisyys ja pariskuntuuden ilmentäminen puheessa tuli ilmi, oli myötäileminen. Puolisot saattoivat painokkaasti sanoa toisen kertoman väliin samanmielisyyttä osoittavia lausahduksia. Pariskunnan jaettu tarina näkyi

voimakkaimmillaan niissä tilanteissa, kun toinen puolisoista kertoi tarinaa toisen puolesta. Näissä tilanteissa kysyin yleensä puolestapuhutulta oliko hän omasta mielestään kokenut asian näin, kuin puoliso sen kertoi. Vastaukset saattoivat vaihdella, toisinaan puolestapuhuttu ei tarkasti muistanut tilannetta, toisinaan ei osannut oikein sanoa omaa mielipidettään ja joskus osoitti samanmielisyyttään. Analyysiä tehdessäni suhtauduin kriittisesti näihin tilanteisiin, joissa puolestapuhuttu ei pystynyt syystä tai toisesta vahvistamaan puolison kertomaa.

Pariskuntapuheessa ilmeni myös irtiottoja, jolloin toinen puolisoista halusi täsmentää omaa kantaansa, mielipidettään tilanteesta, joka erosi toisen kertomasta. Näissä tilanteissa pariskuntapuhe piti sisällään kaksi näkökulmaa, kokemuksellisuuden erot tulivat tarinassa näkyviksi. Muistelutilanteessa pariskunnat kävivät myös neuvotteluja siitä, miten joku asia oli koettu missäkin vaiheessa. Haastattelu eteni joskus myös ilman minun kysymyksiäni. Pari saattoi käydä dialogia keskenään tietystä aiheesta. Puolisot toimivat toisilleen myös tulkkeina tekemilleni kysymyksille. Jos toinen puolisoista ei ollut ymmärtänyt kysymystäni oikein, saattoi toinen heistä useamman kerran huomauttaa kysymyksen eriävästä luonteesta, kunnes vastaaja ymmärsi kysymyksenasettelun oikein.

6.2.3 Aineiston parien esittely

Aineiston parit ovat

Raija ja Risto, 10 vuotta naimisissa

Anja ja Arto, 11 vuotta naimisissa

Taina ja Teemu, 13 vuotta naimisissa

Kai ja Kyllikki, 39 vuotta naimisissa

Aineistossa on mukana neljä avioparia, jotka edustavat eri ikäryhmiä ja eri perhetilanteessa eläviä henkilöitä. Kahdella pariskunnalla on pieniä lapsia, yhdellä parilla ei ole lapsia ja yhdellä on aikuiset, kotoa poismuuttaneet lapset. Olen nimennyt parit keskenään samalla alkukirjaimella alkavaksi, jotta aineistoa lukiessa heidät on helpompi yhdistää keskenään. Olen myös muuttanut tarinassa ilmeneviä yksityiskohtia, kuten paikkakuntia, vuosilukuja ja muita vastaavia avainlukuja, jotta henkilöt eivät ole tunnistettavissa teksteistä. Kaikki parit ovat olleet vähintään 10 vuotta naimisissa ja avioliittoa on edeltänyt useamman vuoden seurustelu, kahdesta neljään vuotta. Yksi pareista on seurustelun lisäksi tuntenut toisensa läheisinä ystävinä kuusi vuotta. Pareilla on siis

yhteistä historiaa takanaan vähintään 14 vuotta.

Parien tutustuminen ja rakastuminen on edennyt hyvin yksilöllisiä polkujaan. Kaikki parit kertoivat ihastuneensa puoliossaan tämän ulkoiseen olemukseen, viehättävyyteen, luonteenpiirteisiin, kuten huumorintajuun, syvällisyyteen, iloisuuteen tai älykkyyteen. Kahden parin tarinassa seurustelun aloittamiseen liittyi vahva rakkauden kokeminen ja välitön tunne, että oli kohdannut itselleen juuri oikean ihmisen, ikään kuin ”puuttuvan palasen” elämästään. Vaikka seurustelun alkuaikaa kuvattiin näissä tarinoissa myrskyisänä, oli rakkauden vetovoima niin suuri, että sen voimalla päästiin yli vaikeuksien. Toisaalta rakastuminen ilmeni yhden parin tarinassa ikään kuin kasvutarinana, ihastuminen ja samanhenkisyys oli pohjavireenä, ja vuosien varrella rakkaus kypsyi ja kehittyi niin, että vakava seurustelu alkoi myöhemmin. Tutustumisen ja rakastumisen aika ilmeni yhden parin tarinassa myös samanvertaisuuden kokemuksena. Toisen lähellä oli hyvä olla, kokemus hyväksytyksi ja rakastetuksi tulemisesta tuntui todella tärkeältä ja oli helppo puhua kaikesta, koska oli paljon yhdistäviä tekijöitä.

6.3 Narratiivis-elämäkerrallinen lähestymistapa

Tutkimukseni on narratiivis-elämäkerrallinen tutkimus, jossa tarkoitukseni on kuvata haastateltavien pariskuntien kokemuksia parisuhteen vaikeuksista ja voitoista narratiivisessa ja elämäkerrallisessa kehyksessä. Pyrkimyksenäni on ymmärtää pariskunnan ainutlaatuista näkökulmaa suhteessa tutkittavaan ilmiöön, joka on myös ajassa muuttuva näkökulma. Olen kiinnostunut parisuhteen tarinasta ja pariskunnan yhteisestä äänestä, eli miten puoliset yhdessä jäsentävät kokemuksiaan eletystä elämästä ja millaista tarinaa tai juonta he kertovat. Painotan tutkimuksessa persoonallisen kokemusmaailman (tunteet, ratkaisut, vaiheet) ymmärtämistä ja kuvaamista. Narratiivisuudella tarkoitan tutkimusaineiston luonnetta ja ihmisen luontaista tapaa jäsentää kokemuksiaan tarinan muotoon. Elämäkerrallisuudella tarkoitan kokemusmaailman rakentumista koko elämän kestävässä prosessina ja kohdistan huomion tutkimuksessa parisuhteen elämäkertaan. (Erkkilä 2006, 196.) Seuraavaksi käyn läpi tarkemmin, miten jäsenän narratiivisen ja elämäkerrallisen lähestymistavan tässä tutkimuksessa.

Narratiivisuuden käsite alkuperäisestä latinankielestä sanasta käännettynä tarkoittaa kertomusta ja kertomista. Sosiaalitieteissä on käytetty löyhästi synonyymeinä tarinaa, kertomusta ja narratiivia ja käytän näitä käsitteitä rinnakkain myös omassa tutkimuksessani. (Heikkinen 2001; Hänninen 2000.) Narratiivisuus näkyy tässä tutkimuksessa ajatteluna, aineiston hankkimisena ja analyysitapana.

Bruner (1986) erottaa kaksi tiedonmuodostustapaa, loogis-tieteellisen eli paradigmaattisen ja narratiivisen, jotka ovat toisiaan täydentäviä, mutta kuitenkin keskenään eroavia tapoja. Ihmisen ajattelu on narratiivista, kun ajattelun kohteena ovat jokapäiväiset arkiset tapahtumat ja sosiaaliset suhteet. Tämä tulee ilmi kysyttäessä esimerkiksi ihmisen jonkin teon syitä, jolloin vastaukseksi tuotetaan narratiivinen selitys, eikä loogis-tieteellistä. Narratiivinen tietäminen sopii tutkijan välineeksi siitä syystä, että ihmisen oma tapa ymmärtää omaa ja muiden elämää on myös narratiivinen. (Mt., 11-16.) Ihmisen inhimillistä toimintaa ei selitä fyysiset voimat, kuten painovoima, vaan erilaiset intentionaaliset tilat, kuten toiveet, halut, uskomukset ja sitoumukset. Toiminnan tai reaktioiden selittäminen on hyvin vaikeaa, varsinkin yllättävissä ja ei-kanonisissa tilanteissa, jotka muodostavat tarinan. Tämä vahvistaa tarvetta tarinoiden tulkinnalle. (Bruner 1996, 123). Narratiivista tiedonmuodostustapaa kutsutaan kontekstuaaliseksi, koska kysessä ei ole yleistettävän totuuden etsiminen, vaan paikallisen tiedon etsiminen tiettyjen tapahtumien välillä (Bruner 1986, 11-16).

Narratiivinen tutkimus pyrkii henkilökohtaiseen ja subjektiiviseen tietoon. Merkitykset rakentuvat yksilötason elämäkertomuksista ja näin on mahdollista, että ihmisten äänet pääsevät kuuluviin autenttisemmalla tavalla. Narratiivinen tieto on moniäänistä ja -kerroksista, vastakohtana universaalille ja monologiselle ”suurelle tarinalle”. (Heikkinen 2001, 130.) Narratiivit syntyvät spontaanisti, ja joskus yllättävälläkin kysymyksellä tai kommentilla voi saada vastaukseksi pitkän kertomuksen haastateltavan elämästä. Kuitenkin pääpaino kysymyksen asettelussa oli avoimilla kysymyksillä. (Riessman 1993, 54.) Suomessa ei ole tehty narratiivista tutkimusta parisuhteen karikoista selviämisestä ja haluan tässä tutkimuksessa antaa äänen näille onnistumiskertomuksille, jotka ovat yksilöllisiä.

Elämäkerrallisuus tässä tutkimuksessa tarkoittaa tutkimuskysymyksen tarkastelua suhteessa kerrottuun elämään parisuhteessa ja tämän vuoksi aineistoa hankitaan mahdollisimman pitkällä aikavälillä (Erkkilä 2006, 201). Haastateltaviksi on tarkoitus valita sellaisia, joilla olla yli kymmenen vuotta yhteiseloa takanaan, jotta aikaperspektiivi olisi riittävä. Elämäkerrallisessa tutkimuksessa selkeä jaottelu voidaan tehdä elämänhistoriallisen ja elämäkerrallisen näkökulman välillä. Elämänhistoriallisessa tutkimuksessa tarina sijoitetaan tiettyyn taloudelliseen, sosiaaliseen ja yhteiskunnalliseen kontekstiin. Elämäkerrallisessa tutkimuksessa kiinnostuksen keskiössä on sen sijaan kertojan kokema elämä ja hänen kokemuksensa ymmärtäminen. (Mt., 197.)

Elämäkerrallisen lähestymistavan taustana on näkemys elämän ja identiteettien rakentumisesta

tarinoina. Kiinnostus on yksittäisen ihmisen ainutkertaisuudessa kokea, ajatella ja toimia. Oman elämän pohdinta, reflektio, on ihmisen perustavanlaatuisen ominaisuus. Se on samalla kerrontaa, jonka avulla ihminen rakentaa minuuttaan. Näin ollen tarinoiden kertominen on ennen kaikkea persoonallisen ja ammatillisen kasvun väline, mutta samalla se on myös tutkimusmetodi. (Heikkinen 2001, 204.)

Narratiivinen näkökulma voidaan yhdistää tiiviisti elämäkerralliseen näkökulmaan. Molemmat lähestymistavat sisältävät ajatuksen, jossa ihminen nähdään kokonaisvaltaisesti kokemustensa kautta maailmassa olevana. Kokemukset värittävät siis kaikkea olemista ja elämistä. Tarinat nähdään kertojalleen tosina kokemuksen kuvaajina ja siten tärkeänä aineistona tutkimuksessa. Narratiivis-elämäkerrallisessa näkökulmassa kokemusta pidetään luonteeltaan muuttuvana ja ajassa muuttuvana. Tarkoituksena on kuvata kokemuksen monia ulottuvuuksia ja ymmärtää, miten kokemus näyttäytyy kerrotussa tarinassa. Siksi kertojan itse-reflektio on tutkimuksessa jopa suotavaa. Kaikki narratiivinen tutkimus ei kuitenkaan ole elämäkerrallista. Tutkija voi koota myös kerronnallista aineistoa ajallisesti suppeammalta ajanjaksolta, vaikkapa kokemuksia ensimmäisestä koulupäivästä. (Erkkilä 2006, 201-202.)

6.4 Aineiston analyysi

Tein koehaastattelun lisäksi viisi varsinaista haastattelua, joista otin analyysiin mukaan neljä haastattelua. Aineistoa muodostui 72 sivua litteroitua tekstiä. Yhden haastattelun sisältö poikkesi muusta aineistosta niin selkeästi, etten voinut ottaa sitä mukaan analyysiin. Haastattelulla pariskunnalla oli ollut useita mittavia kriisejä perheen elämässä, kuten vakava onnettomuus ja sairastuminen, mutta niillä ei ollut tarinassa vahvaa sidosta pariskunnan keskinäisiin väleihin. Parisuhteen aikana koetut suurimmat kriisit tulivat ulkoapäin, mutta tavallaan niiden voima ja kriisien tuottama suru ajoivat paria lähemmäs toisiaan. Näin ollen kuvaus parisuhteessa, puolisoitten välillä olevasta kriisistä jäi kapeampaan osaan.

Nauhoittaminen ja puhtaaksikirjoittaminen ovat hyvin oleellisia osia narratiivisen analyysin työstämisessä. Analyysia ja puhtaaksikirjoittamista ei voi helposti erottaa toisistaan. Puhtaaksikirjoittamisessa ensimmäinen vaiheeni oli sanatarkan raakaversioiden tekeminen, jossa teksti ja selkeät oleelliset ominaisuudet, kuten nauru tai pitkä tauko kirjoitetaan esiin. Raakaversioiden tarkka tutkiminen auttaa analyysin fokuksen löytämisessä ja terävöitymisessä. Kuuntelin kaikki haastattelut vähintään kaksi kertaa. Tämän jälkeen toisessa vaiheessa muokkasinkin tekstiä poistaen

joitakin tyypillisiä täytesanoja, kuten ”niinku” ja ”semmonen” luettavuuden helpottamiseksi. Analyysissa on tärkeää tarkastella sitä kuinka tarina on organisoitu ja miksi kertoja kertoo tarinansa tällä tavalla juuri tälle kuulijalle. Vallan näkökulma pitää myös huomioida kertomusta analysoitaessa, eli kenen ääni on esitettyä ja kuuluvilla tarinassa. (Riessman 1993, 54, 56-58, 60-61.) Erityisesti tämän näkökulman huomioiminen on tärkeää, kun haastatellaan pariskuntia yhdessä. Voiko parisuhteen selviytymistarinaa kuulla molempien puolisojen ääntä yhtäläisesti ja kertovatko he yhdessä ja yksimielisesti parisuhteen tarinaa? Tätä on mielenkiintoista lähteä aineistosta etsimään ja kuuntelemaan.

Kolmannessa vaiheessa purin aineiston rakennetta osiin, ja järjestin tekstin uudelleen numeroiduille riveille jäsentäen tekstiä pienempiin yksiköihin. Aineiston uudelleenjäsenyksessä vaikutti useampi osatekijä. Haastattelutilanteessa vuorovaikutuksen ja sanattoman viestinnän havainnointi, haastattelunauhojen kuunteleminen, kerrontatapa ja painotukset antavat vihjeitä tarinan merkityksistä ja siitä, miten muokata tarinan rakennetta. (Riessman 1993, 58.) Esimerkissä Taina kuvaa parisuhteen alkua ja ihastumistaan ja rakastumistaan Teemuun.

24. Mä ihastuin Teemun huumorintajuun. (nauraa)
25. Et Teemu rupes heti heittää semmosta juttua siinä,
26. kun tuli istuun meiän kans,
27. ni jotenkin mulla synkkas heti tosi hyvin.
28. Kyl semmonen, että Teemu sai mut nauraan ihan vedet silmissä,
29. et se oli ehkä ihan se ykkösjuttu.
30. Mut kyl mä kans jotenki, mä muistan,
31. että Teemulla oli sellaset Camelbootsit silloin jalassa (nauraa)
32. ..mies joka kulkee omia polkujaan!
33. Semmonen rento tyyppi, et siihen.

Käytin aineiston lukemisessa kahta eri lähestymistapaa. Eri lukutapojen yhdistäminen tuo moniulotteisemman lähtökohdan analyysin tulkinnalle (Lieblich & Tuval-Mashiach & Zilber 1998, 11). Edellä mainittu rakenteen purkaminen ja aineiston järjestäminen numeroiduille riveille auttaa tarinan yksityiskohtaisemmassa tarkastelussa ja tulkinnan tekemisessä. Se on osa analyysiä, jossa tulkinnalliset kategoriat nousevat esiin tekstistä, tavallaan kirkastuvat aineiston sisällä. (Riessman 1993, 58.) Hyvärinen (2006) käyttää tästä lukutavasta nimitystä temaattinen luenta tai sisällönanalyysi. Aineistosta nousevia teemoja ja sisältöjä voidaan luokitella, mutta käyttämällä vain tämäntyyppistä analyysitapaa on vaarana, että häviää aineiston erityisluonne eli vuorovaikutus

ja kertomuksellisuus. Lieblich ym. (1998) käyttävät tästä lukutavasta nimitystä kategorinen-sisältö (categorical-content) lukutapa, jossa tarinan sisältöä voidaan tarkastella erillisissä osissa tarinan kokonaisuuteen katsomatta (mt., 16). Kategorinen ja temaattinen lukutapa näkyy tutkimuksessani siinä, että olen eritellyt pariskuntien erilaiset kriisit omiksi luokikseen. Olen myös luokitellut löytämäni erilaiset kriisistä selviytymisen tavat ja avioliitto- ja parisuhdetyöstä koetun avun pariskuntien tarinoista.

Toisena lukutapana käytin kokonainen-muoto (holistic-form) lähestymistapaa, jossa huomion kohteena on tarina kokonaisuudessaan ja siinä ilmenevät muodot. Tarinaa voi tarkastella esimerkiksi sen mukaan onko se ”nouseva, laskeva tai tasaisena jatkuva”. Tutkija voi myös etsiä tarinasta kohokohtaa tai käännekohtaa, joka luo merkityksiä koko tarinan kehitykselle. (Lieblich ym. 1998, 13, 16.) Hyvärinen (2006) käyttää tästä luentatavasta nimitystä kokonaishahmon luenta. Tarinan lajityypin jäsenitys tarkoittaa esimerkiksi tarinan analysoimista perinteisten romanssin, komedian, ironian tai tragedian käsitteiden avulla. Näiden lajityyppien tunnistaminen ja erottelun metodiikka ei ole kuitenkaan sosiaalitieteessä erityisen kehittyntä. Heikkoutena on myös se, että koko haastattelua tai tarinaa tarkastellaan yhden kaikenkattavan käsitteen alla. Yleisiin lajityyppihin jäsentäminen voi olla kylläkin yksi apuväline, vaikkei sinällään olekaan suuri tutkimustulos. Hyvärinen suositteleeikin analyysissa yleisten lajityyppien tilalla aineistoon perustuvia jäsennyksiä, kuten Frank (1995) on tehnyt tutkiessaan vakavasti sairaiden kertomuksia ja jaotellessaan ne toipumis-, kaaos- ja etsintätarinoiksi (ref. Hyvärinen 2006). Kokonaishahmon ja kokonainen-muoto lukutapani näkyy tutkimuksessani siinä, että olen erotellut aineistosta kaksi erilaista tarinatyyppiä, jotka muodostavat pariskuntapuheen eri näkökulmat avioliitto- ja parisuhdetyöhön liittymisestä. Olen myös analysoinut tarinoita käännekohtan näkökulmasta kriisistä selviytymisessä avioliitto- ja parisuhdetyön osalta.

Aineistolainauksissa merkintä (---) tarkoittaa, että lainauksesta on jätetty pois jokin asiaan liittymätön kohta tai puhejakso. Mikäli puhujan lause jää kesken, on siinä kohtaa merkintä (-).

7. PARISUHDEKRIISIEN KUVAUKSET

Kuvaan tässä luvussa erilaisia kriisejä, joita parit ovat suhteessaan kokeneet. Jokainen pari oli kokenut useamman kuin yhden vakavan kriisin suhteensa aikana. Kriisin kesto vaihteli muutamien päivien tai viikon kestäneestä kriisistä sellaisiin kriiseihin, jotka kestivät reilut kymmenen vuotta. Puhe parisuhteen kriisistä on moniulotteinen ja limittäinen haastateltujen kertomuksissa. Kertomuksissa ilmenee yksittäisiä kriisitilanteita, kärjistyneitä ristiriitoja, joissa tilanne voi olla hyvin lukkiutunut ja tulehtunut, mutta jonka kesto on selvemmin rajattu. Toisaalta kriiseinä puhutaan myös pitkistä, jopa vuosia kestävästä ajanjaksoista. Näissä kriiseissä muistoihin mahtuu myös myönteisiä asioita ja tapahtumia. Kriisi voi olla jokin parisuhdetta hiertävä asia, kuten uskottomuuden käsittely tai alkoholin ongelmakäyttö, joka nousee aika ajoin esiin. Kriisin olemus on syklinen. Sama vaikea ristiriita toistuu parisuhteessa ja ajanjaksoa kuvataan tarinoissa kokonaisuudessaan kriisi-ajaksi, vaikka myös hyviä hetkiä ja tunteita on koettu. Kriisi-aika kuvataan loppuneeksi, kun puolisoiden välejä hiertävä asia poistuu kokonaan ja puoliset kokevat, että parisuhteeseen on tullut muutos.

Olen jaotellut erilaiset parisuhdekriisit muodostuvan ja vakiintuneen parisuhteen otsikkojen alle, koska seurustelevan ja liittoaan aloittelevan parin kriisit ilmenivät parien tarinoissa selvästi erilaisina kuin vakiintuneen parisuhteen kriisit. Kuvailen kappaleessa kriisiin johtaneita syitä ja puolisoiden tunteita ja toimintaa parisuhdekriisissä elämisessä.

7.1 Muodostuvan parisuhteen kriisit

Muodostuvan parisuhteen kriisit voidaan lukea rakastumisen kriiseihin kuuluviksi (Määttä 1997). Tutkimuksen pariskunnilla kyse oli todella alkuvaiheen kriiseistä, jota kuvattiin ”kuohuntana” ja kyvyttömyytenä ratkoa ongelmia. Vaikka kriiseissä oli mukana voimakkaita negatiivisia tunteita, usein vastaavasti myös rakkauden tunne ja halu olla toista lähellä oli voimallinen, joka veti paria uudelleen toistensa läheisyyteen riidoista huolimatta. Ominaista muodostuvan parisuhteen kriiseille oli, että niitä ei erityisemmin työstetty yhdessä. Yksilökriiseihin saatettiin hakea terapeuttista apua, mutta pariskuntana kriisejä ei syvällisemmin käsitelty. Sitoutuminen yhteiseen tulevaisuuteen oli kertomuksissa vielä epävarmaa tai se oli ikään kuin pohdinnan ja keskustelun alla. Riston ja Raijan kohdalla heidän suhteensa pahin kriisi oli juuri seurusteluaikainen läheisriippuvuus kriisi.

7.1.1 Umpikujaan ajautuneet ristiriidat

Muutamien päivien tai noin viikon mittainen kriisi oli haastateltavien kuvauksissa umpikujaan ajatunut riitatilanne, jossa puolisoilla ei ollut kykyä selvittää keskinäisiä erimielisyyksiään. Riita oli voinut alkaa pienestä asiasta, mutta kasvaa suuriin mittoihin. Tämän tyyppisissä kriiseissä ominaista oli ristiriitojen purkamiseen ja selvittelyyn tarvittavien kommunikointitaitojen täydellinen puuttuminen. Lopputuloksena oli jonkinlainen umpisolmu, saatettiin uhkailla erolla, lähteä pois kotoa ja koko tilanteesta, kunnes riita jollakin tavalla sovittiin ja katsottiin päättyneeksi. Ristiriitoja ei selvitetty myöhemminkään sen syvällisemmin, vaan riitojen syyt ohitettiin selvityskeinojen puuttuessa ja jatkettiin yhteiselämää. Seuraavassa Taina kertoo seurusteluajaksista kriiseistä, jolloin he olivat Teemun kanssa kihloissa ja asuivat yhdessä.

”Aina kun tuli riita, niin Teemu suuntas autolla kohti Saloa ja lähti äitin luokse. (nauraa) (- --) Joo, ja mä heitin aina sormuksen mäkeen. (---) Mut oli sitä pakenemista, et nyt erotaan, nyt lähetään. (---) Siinä oli jotenkin voimaton, et tuntu, et ei mitään keinoja.” (Taina 13v. naimisissa)

7.1.2 Seurustelun lakkauttaminen

Jokaisella parilla oli seurustelun aikana ajanjakso, jolloin suhde oli pidempään katkolla ja kolmella parilla se merkitsi myös kihlauksen purkamista. Seurustelun lakkauttaminen kesti pisimmillään kaksi vuotta. Kahdella parilla kihlauksen purkaminen johtui toistuvista riitatilanteista, joita ei osattu käsitellä, eikä aina edes tiedetty mistä vaikeudet johtuivat. Yhdessäolo tuntui vaikealta, mutta toisaalta rakastumisen tunne veti takaisin toisen läheisyyteen.

”Meillähän oli aluks tää rakkauden huuma, mutta kyllä me seurusteluajanakin, meillä oli jo sellaisia ristiriitatilanteita. Ja kerran purettiin kihlauskin siinä (-). Siellä räjähteli, mitä ei tienny mistä tää johtuu. Ei niitä syvemmin käyty käsittelemäänkään. Oli vaan sellasta räjähtelyä. Mut kuitenkin se vetovoima ja rakkaus oli niin kova, et se voitti sit kuitenkin sen, että ei ollu hyvä olla erilläänkään. Ja sitten mentiin naimisiin.” (Kyllikki 39v. naimisissa)

Seurustelun lopettamiseen liittyi myös kielteisiä ajatuksia sitoutumisesta. Nuori ikä saattoi aiheuttaa epäilyksiä siitä, onko vielä valmis ja halukas sitoutumaan toiseen vakavasti. Arto kertoo Anjan ja hänen ensimmäisestä seurustelujaksosta, joka kariutui pariksi vuodeksi.

”Ja se olikin vähän liian vakavaa jo suorastaan. Niin vakavaa, että se rupes ahistaan, tästei kyllä tuu mitään, ainakaan tällä tavalla. Ja se päättyikin sitten siihen, kun armeija päätty yheksänyks.” (Arto 11 v. naimisissa)

7.1.3 Läheisriippuvuus

Vaikeus löytää tasapainoa läheisyyden ja erillisyyden välille voi aiheuttaa suuren kriisin parisuhteessa. Raijan ja Riston seurusteluaikainen kriisi oli heidän parisuhteessaan suurin kriisi, jonka takia he purkivat kihlauksensa vuodeksi. Raijalla oli suuri tarve tuntea olevansa rakastettu, mistä johtuen hän takertui Ristoon. Risto koki tilanteen ahdistavana, mutta myös olevansa pakotettu auttamaan ja tukemaan Raijaa hänen kriisissään.

Raija: ”Selkeesti se oli tämmönen läheisriippuvuussuhde, että takerruttiin toisiimme. Mää en osannu olla enää yksin ollenkaan. (---) Se oli semmost aika rankkaa toistemme hengiltä repimistä, et sit itkettiin ja huudettiin ja juostiin välillä pois ja välillä yhteen ja ei oikein tiedetty, että ollako vai eikö olla. Sillain mä kuvaisin sitä justinsa. Kihlausajan kriisi.”

Raija: ”Katottiin, että ei tää toimi näin, että ei oo omaa tilaa. Joku tämmönen siinä oli, et kamppailtiin sen oman tilan kanssa, omien tarpeiden kanssa ja sitte todettiin, että tää ei toimi. Ja tehtiin se päätös, et ollaan nyt vähän aikaa erossa.”

Risto: ”Mää koin siinä semmosta, että muhun takerrutaan ihan hirveesti. Mutta toisaalta taas mä syyllistyn niin helposti, että mä otin kaiken itteeni ja koin, että nyt mun täytyy, näinhän mun täytyykin olla. Että minun velvollisuuteni on nyt pidellä tuota ihmistä pinnalla. (naurua)” (Raija ja Risto 10v. naimisissa)

Läheisriippuvuudeksi nimittämässään kriisissä Raija kertoo yksilökriisistään, jonka oireet pahenivat kun he tekivät päätöksen olla erossa. Kriisissä kuvastuu kyvyttömyys huolehtia arkipäiväisistä asioista, kun elämästä tavallaan katosi pohja, Riston välittäminen.

”Niin mulla tuli niin voimakkaita oireita, että en pystynyt nukkumaan enkä syömään, että mä lähdin sit ihan tonne terveyskeskukseen. Otin yhteyttä terveyskeskuspsykologiin. Mulla tuli niin pahat masennus- ja unihäiriöoireet siitä, että mä koin, että mä en pysty enää olemaan. Et se toinen jotenki määräsi sitä mitä mä oon, tai että oma itte oli jotenkin ihan hukassa, ei ollu mitään arvoa. Kaikki mä peilasin Riston välittämisen kautta.” (Raija 10v. naimisissa)

7.2 Vakiintuneen parisuhteen kriisit

Vakiintuneen parisuhteen kriisit ovat hyvin monimuotoisia; piileviä, tiedostamattomia, salattuja sekä avoimia ja näkyviä kriisejä. Osa kriiseistä on voinut alkaa jo parisuhteen alkuvaiheessa, mutta on pitkittynyt tai uusiutunut. Toisaalta kriisi on voinut ”puhjeta äkisti”, täysin varoituksetta. Parit kuvaavat näkyviä kriisejään hyvin vakaviksi, emotionaalisesti rankoiksi sekä kesto- ja sietokykyä

kaikella tapaa koetteleviksi. Kriisi on tarvinnut ratketakseen poikkeuksetta ulkopuolista apua ja parin keskinäistä perusteellista työskentelyä. Kriisien kesto vaihtelee noin vuodesta kymmeneen vuoteen.

7.2.1 Hiljainen kriisi

Vakiintuneessa parisuhteessa kriisi ilmenee haastateltujen kertomuksissa joskus myös hiljaisena ja salakavalana. Hiljaisen kriisin olemukseen liittyy tilanteen tiedostamattomuus joko toisen tai molempien puolisoitten osalta. Kriisi oli voinut tulla tietoiseksi vasta jälkepäin, uuden elämäntilanteen myötä. Elämänjakso saattoi tuntua jopa onnelliselta, mutta se paljastui myöhemmin harhavaikutelmaksi, koska puoliset olivat etäänntyneet ja vieraantuneet toisistaan sen aikana. Toisaalta hiljaiseen kriisiin liitettiin myös kyvyttömyys selvittää asioita ja tunteita, jolloin ne jouduttiin sivuuttamaan ja elämään ratkaisemattomassa tilanteessa. Kriisissä saattoi olla mukana hiljainen hyväksyntä, ettei parisuhteelta voi odottaa enempää, vaan kyseessä on normaalina pidettävä tila. Hiljaisessa ja salakavalassa kriisissä oleellista oli se, että parisuhteessa oli myös hyviä hetkiä, mutta ajanjaksoa leimasi yleisesti se, ettei parisuhde ollut niin läheinen ja intiimi, kuin mikä oli puolisoitten, tai ainakin toisen puolison toive ja odotus. Hiljaisen kriisin kesto kuvattiin pitkäksi, kymmenenkin vuotta kestäneeksi etäänntyneisyyden aikakaudeksi.

”Sitä oli semmonen tunne, että kaikki on hyvin, lapset voi hyvin, täs ollaan kaikki kotona. Mut me ei ollenkaan tajuttu sitä, että me ei kohdata enää. Ja se tapahtu niin salakavalasti, et mä luulin sillon v.86-87, et mä elän onnellista avioliittoa. Mulla oli tämmönen harha. (---) Ja se on uskomattoman paljon, se kaheksaks, kymmeneks vuodeks imas kokonaan tää, et sitä ei ittekkään huomattu.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

”Et se oli semmonen hiljanen kriisi, mikä siinä on pikkuhiljaa kasautunut, kun ei osannu puhua, ei ollu tarvetta viestiä. Sit tietysti, kun lapsia alkaa tulla, niin arkikin tulee semmoseksi salakavalaksi. (---) Voi paeta sitä oikeesti kohtaamista kaikkien tekemättömien hommien taakse. (---) Mä oon vaan jotenkin elänyt... Omien vanhempien avioliitto oli jotenkin, ja edelleen siis ne on naimisissa, ollu kohta neljäkymmentä vuotta ja tapellu koko ajan. Ja se on jotenkin ihan normaalia, että parisuhde on huono. Et kuhan sitä hampaat irvessä sinnitellään yhdessä. Niin määkin olin sit sisäistänyt semmosen, että kun mä oon naimisissa, ei mun tarvi olla hyvä olla.” (Raija 10v. naimisissa)

Risto kertoo heidän kyvyttömyydestään sopia keskinäisiä ristiriitojaan.

”Ei ne ollu pitkittyneitä, mutta sanotaanko, että ne ei koskaan päättyny. Miten minä sen koin, niin ne vaan jäi roikkumaan ilmaan. Koskaan niitä ei sovittu sillain, että nyt se asia on käsitelty ja nyt tää on loppu, vaan se jäi roikkumaan ilmaan, kun pahimmat paineet oli saatu purettua.” (Risto 10 v. naimisissa)

Hiljaisen kriisin kuvaukseen liittyy toisaalta myös tyytymättömyyden ilmaus. Tyynen pinnan alla eivät kaikki asiat olleet kohdallaan. Tämä tuli ilmi esimerkiksi äkillisinä pahan olon purkauksina, joita ei pystytty tuomaan rakentavalla tavalla ilmi, tyytymättömyytenä puolisoiden sukupuolielämän hiipumiseen tai jopa tunteena ettei puolisoiden välillä ollut parisuhdetta.

”Sä vaan ihmettelit, kun seksi ei toimi ja seksi ei toiminu, kun ei ollu henkistä yhteyttä mun puolelta. Tai mä olisin tarvinnu sen henkisen yhteyden, et se olis toiminu (-). Tai se toimi hirveen pitkällä välillä silleen.” (Kyllikki 39v. naimisissa)

Raija: ”Ja se oli joku ihan pikku asia, joka laukasi sen kaikki. Sit mä aloin itkemään ihan hysteerisesti jotakin. Ja siihen oli puolen vuoden aikana kasaantunut vaan kaikkee, kaikkee mahdollista. Sitten toinen meni ihan ymmyrkäksi, et mitä tässä nyt oikeen on tapahtunut, mikä kauhee kriisi meillä on. Mut ne oli vaan pieniä asioita, ei ollut ite osannut tuoda niitä esiin, jotka sit kasaantui semmosena väsymyksenä. Purkaantu sitten. Et Risto tietysti sitten varo kaikkia sanomisiaan. Ollaan nähty, et molemmat eli vähän sellasta elämätöntä elämää.”

Risto: ”Ei siinä ollu mitään muuta, kun että parisuhde puuttu.” (Raija ja Risto 10v. naimisissa)

Hiljainen ja peitelty kriisi muuttui Kain ja Kyllikin kohdalla näkyväksi, kun Kain mieltä painoi avioliiton ulkopuolinen suhde, joka oli jo päättynyt, mutta jonka hän halusi kertoa Kyllikille. Silloin pitkä etäännyneisyyden aika tuli tiedostetuksi ja Kyllikille paljastui, että hän oli elänyt harhakuvitelman vallassa, kun oli ajatellut elävänsä onnellisessa avioliitossa.

”(-) sitten, kun tämä kriisi yheksänkytyks puhkes, niin mä huomasin, et eihän meillä oo mitään muuta yhteistä kun jääkaappi.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Puolisoiden välinen etäännyneisyys vaikeutti merkittävästi asian käsittelyä.

Kai: ”Et silläkin täytyy olla joku ymmärrys ja viisaus, että millon mä kerron ja missä. Me ei oltu vielä, meillä oli kaikki yhteydenpito, keskinäinen kommunikaatio oli täysin nollassa ja siinä vaiheessa kun kaadetaan tämmönen juttu toiselle niin millä me puhutaan asiasta? Kun ei ollu kaikkia ees tunnetasojakaan tiedossa.”

Kyllikki: ”Niin, eikä sitä keskinäistä yhteyttä ollu siinä vaiheessa, niin siinä putos niin tyhjän päälle siinä vaiheessa, että olis ollu viisautta, kun se olis myöhemmin joskus, että olis se tunnesuhde ehtinyt jollakin tavalla parantua siinä.” (Kai ja Kyllikki, 39 v. naimisissa)

7.2.2 Uskottomuuskriisi

Uskottomuutta parisuhteessa pidetään yhtenä vaikeimmin käsiteltävänä asiana, koska

haavoittuminen on niin syvää ja anteeksiantaminen ja luottamuksen palautuminen puolisoiden välille voi tuntua ylitsepääsemättömän vaikealta. Uskottomuus aiheuttaa molemmille osapuolille vaikeita tunteita, jotka näyttäytyvät heille erilaisina. Kyllikille tieto Kain uskottomuudesta tuli täysin yllätyksenä, ja sen seurauksena he alkoivat käydä läpi yhteistä menneisyyttään. Kyllikki kertoo myös virheestään, jonka hän teki selvittelyprosessissa, joka lisäsi hänen tuskaansa.

”(-) mä läksin siihen harhaan, että kun mä tiedän kaiken, niin se helpottaa. Ja kuitenkin se on just päinvastoin, et tieto lisää tuskaa. Mä en sitä tajunnu siinä vaiheessa, että nyt lähtisin käsittelemään sitä koko asiaa eri pohjalta tällä tiedolla. (---) Mut mä läksin sille tielle, että mä halusin kaiken yksityiskohtia myöden tietää, kaikki mitä oli tapahtunu, että se on ihan turhaa harhaa. Ihan turhaa, siinä vaan satuttaa itseensä, se ei mitään paranna.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Uskottomuskriisin vahvimaksi tunteeksi Kyllikki nimesi hyljätyksi tulemisen tunteen, joka tuntui täysin ylitsepääsemättömältä. Hän oli myös lapsuudessa kokenut hyljätyksi tulemista, jonka aiheuttama emotionaalinen kipu aktivoitui uudelleen Kain uskottomuuden tultua ilmi ja se pahensi ja pitkitti huomattavasti Kyllikin selviämistä. Hän joutui työstämään useampaa traumaattista kokemusta yhtä aikaa. Kriisi vaikutti koko elämään ja Kyllikillä se näkyi myös työkyvyn menetyksenä ja sairastumisena masennukseen. Hän pelkäsi konkreettisesti myös mielenterveytensä luhistumista, koska tilanne tuntui niin raskaalta kestää. Uskottomuus ja hylkäämiskriisistä toipuminen kesti kaikkiaan noin kymmenisen vuotta.

”Et siinä joutu niin hajalle, että mä menin ihan... Mä oon kertonu, että niinkun katujuvä ois muutamaan kertaan kaahannu läpi. Ja sittenhän se laukas kaikki siihen astiset, ihan lapsuudesta asti ne käsittelemättömät hylkäämisen tunteet, niin nehän tuli nyt sitten tässä. Eikä ollu mitään, me oltiin niin tyhjän päällä, ku ei ollu mitään millä niitä ois käsitelty, oli vaan vaikeet tunteet. Ja sen kanssa piti vaan aamulla herätä siihen. Sitä kesti useamman vuoden siinä. (---) tää hyljätykstulemisen tunne, niin tähän oli niin, että se oli todella tuhota minut. Se vei minut lopulta yheksänkytviis työuupumukseen ja keskivaikeaan masennukseen, josta mä olin sairaslomalla ja puolentoistavuoden lääkityksellä. Ja mä ihan oikeesti siinä vaihees pelkäsin järkeni puolesta, että mä menetän sen. Koska tää meidän kriisi pitkitty, just johtuen näistä asioista.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

7.2.3 Masennuskriisi

Yksilön elämässä ilmenevät kriisit, heijastuvat parisuhteessa puolisoon tavalla tai toisella. Alun perin yksilön henkilökohtainen kriisi voi muuttua parisuhdekriisiksi. Arto oli sairastanut vakavan masennuksen kaksi kertaa heidän parisuhteensa aikana, ensimmäinen sairausjakso oli seurusteluvaiheessa, ja toinen sairausjakso osui vaativaan elämänjaksoon, jolloin heillä oli pieniä

lapsia ja he rakensivat omaa taloa. Masennuksen aiheuttama kriisi mullisti koko parisuhdetta ja tavallaan kokemus parisuhteessa elämisestä lakkasi sairauden aikana.

Vakavaa masennusta on kuvattu myös eräänlaiseksi kuolemaksi. Se voidaan nähdä yksilön tilana, jossa tulevaisuus leikkautuu pois ja aika menettää merkityksensä. Vakavassa masennuksessa ja kuolemassa on yhteistä se, että ihmisen näköpiirissä ei ole mitään muuta kuin tyhjiys. (Jähi 2004, 78.)

Arto: ”(-) mä oon huomannu ja kokenu, että meidän roolit puolisoina muuttu ihan radikaalisti. Mä, joka ehkä muuten oon semmonen vahva ja aikaansaava ja ehkä myöskin vahva meidän keskinäisessä suhteessa, niin olinkin yhtäkkiä se, joka tarvii kaiken mahdollisen tuen ja ja sun oli taas pakko olla, astua vahvan rooliin ja tukijan rooliin. (-) mutta sitten ei enää puhuta parisuhteesta, jos toinen on omaishoitaja. Niinkun Anja käytännössä olit. Elikä mä olin niin ulkona elämästä, että mun kokemustani parisuhteessa elämisestä leimas se, että en mä enää ole mikään aviomies, en mä enää ole mikään mies, enkä mä ole enää mikään lasteni isä. En mä pysty mihinkään. En normaaliin kanssakäymiseen, elämän jakamiseen, en seksiin, en mihinkään.”

Anja: ”(-) jos aattelee nyt meitä, meidän suhdetta, niin kokemus siitä, että mä olin jotenkin tosi petetty. Et se, jonka piti olla mun kumppani ja tukija ja kaikkee tässä elämässä, niin sit onkin käytännössä vaan taakka. (-) masennukselle tietysti tyypillistä oli se, että ihan ajattelutoiminnot hidastuu ja tunneilmasu ja tunnereagointi jotenkin laantuu ja laimenee. Ja Artolla oli siis todella syvä ja vakavaa se masennus siinä välillä, että se oli jotenkin raivostuttavaa, kun tuntu, että ei saa mitään reaktioo aikaseks toisessa, ei hyvällä eikä pahalla. Ja sit se mieletön syyllisyys myöskin siitä, että kun sit yritti väkisin vaikka pahalla, edes jotain reaktioo aikaseks, mut kun toinen oli ihan tumput suorana kaiken aikaa. Se oli jotenkin tosi rasittavaa.” (Anja ja Arto 11v. naimisissa)

Syvän masennuksen aikainen elämäntilanne oli hyvin vaikea kestää, koska tietoa tulevasta ja paranemisesta ei ollut. Molemmissa sairastumisjaksoissa masennus kesti noin vuoden verran. Anjalle tilanne merkitsi käytännössä yksinhuoltajuutta, eikä vaikeimmissa vaiheissa ollut kokemusta jaksamisen edellytyksistä.

Arto: ”Kaikkein pimeimpään aikaan, varmaan molemmilla se tilanne, että ei me jaksettukaan. Meiän elämä oli täysin konkurssissa.”

Anja: ”(-) oli niitä pitkiäkin aikoja, jolloin mä olin ihan varma, että Arto ei enää toivu. Artosta ei enää tule mulle täyspainosesti miestä. Mutta se oli siis semmosta todellisuutta, jota ei sitten oikeestaan kestäny. Että ei siinä ollu mitään toivon hiventäkään siinä kohtaa. Lähinnä sitä vaan ajatteli, että ei oo mikään vaihtoehto lähtee tästä suhteesta, koska mulla on joka tapauksessa ne kolme pientä lasta ja se yks talohanke (nauraa) ja kaikkee muuta. Että ei siitä oo mitään iloo, eikä hyötyä. Mut et se elämä oli niin selviämistä päivästä toiseen, että ei siinä paljon myönteisiä mielikuvia luotu yhtään mistään. (Anja ja Arto 11v. naimisissa)

7.2.4 Alkoholin ongelmakäytön kriisi

Alkoholismi parisuhteessa voi olla toisen tai molempien puolisoiden ongelma. Yksilön ongelmajuomisella on parisuhteeseen välittömiä vaikutuksia. Tainan ja Teemun parisuhteessa alkoholin käytöstä aiheutui monitahoisia ongelmia. Humalajuominen toi mukanaan molemminpuolista uskottomuutta, jota ei parisuhteessa muuten esiintynyt. Taina lopetti alkoholinkäytön naimisiinmenon myötä, mutta Teemulla se riistäytyi ”juomisputkiksi”, jolloin hän saattoi kadota päivien ajaksi. Tainan ja Teemun tarinassa kriisi oli läsnä tietyllä tavalla koko heidän seurustelunsa ajan ja ensimmäiset kymmenisen vuotta heidän avioliitostaan. Kriisiajanjaksoon mahtuu paljon hyviä ja rakkaudentäyteisiäkin muistoja, mutta luottamusta ja sitoutumista oli mahdotonta rakentaa kriisin aikana.

”Niin, se oli semmosta heti alusta saakka. Sillonhan me molemmat käytettiin alkoholia ja mulla ei koskaan ollu semmosta ongelmaa. Et se oli sellasta opiskelijaelämää, bailaamista. Tottakai välillä oli ihan todella humalassa ja muuta, mutta Teemulla tuli semmosia putkia. (- --) Teemulla tosiaan semmosia parin kolmen päivän juttuja, et pois kotoo ja humalassa. Ja mä en tienny missä se on, mä en saanu mistään mitään tietoo, missä se on ja semmonen kauhee kipu sisällä, hätä, et missä se ihminen on. Sitä kesti ihan meiän suhteen alkuvaiheesta. Silloin jo seurusteluaikana oli semmosia tilanteita, et sä olit viikonlopun pois ja mä en tienny missä sä oot. Et silloin jo, mä muistan. Oli vielä niin hirveen rakastunu siinä kohtaa ja se oli tosi kipeetä. (---) Et kymmenisen vuotta oli sellasta se meiän elämä. Ja siihen alkoholiin liittyy aina näitä pettämisiä sitten. Molemmin puolin sitä oli, pitkin matkaa. (---) Mä koko ajan Teemuun luotin, mä ite kerroin niistä omista jutuistani, mutta Teemu ei puhunu mulle mitään niistä omistaan ja mä luotin, että Teemu ei petä mua ollenkaan. Mä olin ihan siinä uskossa, kunnes mentiin avioliittoleirille (nauraa). Et silleen. Ne on ollu semmoset todella hajottavat jutut.” (Taina 13 v. naimisissa)

Alkoholiongelma on kriisi paitsi puolisolalle, myös käyttäjälle itselleen. Teemu kertoo elämästään alkoholiongelman kanssa ja sen seurauksista, uskottomuudesta ja pelossa elämisestä.

”Mä oon jotenkin eläny sellasessa yössä (-) että jotenkin hoitanu vaan tän arkipäivän tässä sivussa ja oottanu, että tulee perjantai.. (---) Mulla oli se, et mä en tehny tietosesti sitä, mut kun mä olin humalassa, niin se tuli sitten. En mä selvin päin, mulle ei olis tullu mieleenkään. Mut se viina vei sitten ihan tolkun pois. Ja kai se seurakin sitten, et missä sitä käytettiin. Se oli kans semmosta, et piti vähän näyttää vissiin kavereillekin. (---) Kyllä mä oon ainakin pelänny. Mä oon just pelännyt, et mitä Taina tekee, et kyllä mulla on semmonen menettämisen pelko.” (Teemu 13 v. naimisissa)

Taina kertoo Teemun ongelmajuomisen aiheuttamista tunteistaan.

”(-) epätoivo, (-) siis semmonen, että ei tästä tuu mitään. Mä olin koko aika jalka oven välissä lähössä, tosi pitkään. Mä en ollu henkisesti sitoutunut kuitenkaan Teemuun. Ehkä kaikki ne kipeet asiat mitä siinä oli, niin ei jotenkin pystynyt edes. Mutta kyllä mä olin

oikeesti koko aika puoliksi lähössä. (---) Meil oli niin paljon sitä, että mentiin nukkuun selät vastakkain ja semmosta kiukkua ja vihaa, että ”Voi, että mä inhoon tota”.” (Taina 13 v. naimisissa)

Kriisi entisestään kärjistyi, kun Teemun juominen aiheutti läheltä-piti-tilanteen, jossa hänen elämänsä joutui vaakalaudalla. Samalla ajanjaksolla Taina joutui myös pisteeseen, jota voi kuvata hänen aallonpohjaiseen kriisissä elämisessä. Hän kuvaa sietokykynsä loppumista.

Taina: ” Olik sulla ollu se Tukholman-reissu silloin?”

Teemu: ”Joo, niin olikin se laivareissu kavereitten kans, missä mä meinasin kuolla ihan kirjaimellisesti. (---) Se rupes meneen niin sillain överiks mulla se touhu jo. (---)”

Taina: ”Ja se oli jännä, että mä en sitä varmaan Teemulle sanonu, mutta silloin kesällä semmonen olo, että nyt on viiminen pisara. Mä en kestänyt enää nähä Teemua kaljatölkki kädessä. Mulla oli niin fyysinen pahoinvointi siitä ja semmonen, että nyt mä oon tätä myöten täys (viittaa leukaan). (---) Sit mulla silloin kesällä, mä muistan kun mä istuin tossa olohuoneen sohvalla, ja mä aattelin, että ”Nyt mä en enää jaksa”.” (Taina ja Teemu 13 v. naimisissa)

7.2.5 Liiallisen työnteon kriisi

Työn ja perhe-elämän yhteensovittamisen vaikeuksista ja haasteista on tehty paljon tutkimuksia ja ongelmia on tiedostettu myös julkisessa keskustelussa. Anjan ja Arton tarinassa masennuksesta aiheutunut kriisi oli ulkoapäin tuleva uhka, jota he kohtasivat yhdessä, mutta Arton työnteosta aiheutunut kriisi oli toisenlainen, jopa yllättävä uhka, johon oli vaikeampi löytää ratkaisuja.

Anja: ”Niin, jos mä aattelen vielä noita masennusjuttuja, niin niisson tietenkkin tyypillistä se, että ne on ollu tavallaan uhka joka tulee meiän ulkopuolelta ja jota me kohdataan yhdessä. Et se on eri juttu, kun siten on meilläkin ollut myöskin niitä jaksoja, joku talvi tässä, että oli tosi repiviä riitoja niinkun keskenämme.”

Arto: ”(-) mun työ on sitten niinä jaksoina ja niinä elämänvuosina, kun kaikki on menny mutkattomasti, oon ollu terve, niin se on ollu esimerkiks sellanen tekijä, joka on aiheuttanu sellasia sisäisiä, keskinäisiä ristiriitoja ja niitten kohtaaminen on ollu ihan toisenlainen haaste.” (Anja ja Arto, 11 v. naimisissa)

Arto kertoo tiedostaneensa liiallisesta työnteosta aiheutuneet paineet ja ristiriidat parisuhteelle ja perhe-elämälle. Ristiriitainen tilanne nostatti monenlaisia tunteita, toisaalta pettymystä omaan itseensä, kun työnteon vähentäminen tuntui niin vaikealta ja yleensäkin vaikeuteen saada aikaan hyvää muutosta elämässä. Toisaalta hän koki ärtymystä puolisoaan kohtaan, koska toivoi että tämä ymmärtäisi työn vaatimuksia. Anja koki erityisen raskaana sen, että hän joutui taistelemaan

oikeuksistaan ja tilanne luisui siihen, ettei toista kohtaan ollut enää hyvää tahtoa.

Arto: ”Mä oon ollu välillä kauheen pettyny itteeni, mä en pääse tästä helmasynnistäni tai jotenkin tästä elämäni tavasta, työorientaatiosta mitenkään eroon. Muutos itsessään on kauheen vaikeaa. Ja välillä mua on jotenkin ärsyttäny se, että ”Eksää nyt ymmärrä, tai eksää osaa nyt.. Tää on nyt tässä tämä päivä, että eks ny ymmärrä, tätä vois vähän munkin näkökulmasta.. ja joustaa”. (-) mä olen törmänny siihen semmoseen turhautumiseen ja pettymiseen, että eikö me saada mitään hyvää muutosta aikaan tai kuinka vaikeeta se voi joskus olla sen hyvän muutoksen aikaansaaminen. Vaikka olis tieto siitä, että miten elämä voisi olla, mikä olis hyvää meille ja vaikka olis vähän tahtoakin kumminkin puolin, niin sitten törmätään samoihin tuttuihin ristiriitoihin. Se on ollu aika raskas kokemus kohdata, tai ainakin mulle (-).”

Anja: ”Pahinta, on ollu jotenkin se kokemus, että joutuu hirveesti taistelemaan kynsin ja hampain pitään jotenkin puoliaan, että mun yli ei kävellä, et mun elämästä ei revitä enää yhtään resursseja sun työlles. Ja siinä on kyllä hävinny kaikki hyvä tahtokin. Mulla ei oo ollu tahtoo joustaa pätkän vertaa. Ja sit se on ollu aika järkyttävää tai jotenkin itellekin järkyttävää huomata se, että miten se tahtokin voi sitten kadota. Tai sitten vaan ärsyttää ja haluu vaan loukata tai pakottaa.” (Anja ja Arto 11 v. naimisissa)

8. PARISUHDEKRIISISTÄ SELVIYTYMINEN

8.1 Yhteinen eletty elämä selviytymisen tukena

Pitkään parisuhteeseen mahtuu erilaisia ajanjaksoja, niin muistoja hyvistä, kuin vaikeistakin ajoista ja niistä selviämisestä. Mennyt yhteinen elämä toi apua ja toivoa kriisistä selviytymiseen silloinkin, kun merkkejä ei muuten vielä ollut. Kai ja Kyllikki kertovat uskottomuuskriisin aiheuttamasta syvästä tuskasta ja parisuhteensa pimeästä ajanjaksosta. Synkimpinä aikoina he muistivat liittonsa onnellisen vaiheen, jolloin heillä oli ollut hyvää aikaa yhdessä. Tämän ajan muisteleminen loi toivoa, että sellaiseen olotilaan voitaisiin vielä mahdollisesti päästä.

Kai: ”Mä tiesin, että 80-luvulla meillä oli hyvää aikaa.”

Kyllikki: ”Ja se hyvä aika, mikä meillä oli siinä avioliitossa, niin se kanto ja anto uskoa siihen, että meillä on mahdollista. Tietää, että se on hyvää, silloin kun siihen päästään.” (Kai ja Kyllikki 39 v. naimisissa)

Aiemmasta kriisistä tai vaikeudesta selviytyminen luo myös parisuhteen yhteiseen historiaan kokemuksen ja muiston, joka antaa toivoa uusissa tilanteissa. Anjan ja Arton tarinassa jälkimmäisessä masennuksen aiheuttamassa kriisissä oli mukana kokemus Arton kertaalleen parantumisesta. Vaikka se ei luonutkaan varmuutta siitä, että Arto paranisi myös tällä kertaa, loi se kuitenkin jollakin tavalla toivoa paranemisen mahdollisuudesta.

”Me oltiin nähty toisaalta myöskin, meillä oli kokemus siitä, että yksilön elämässä, tässä tapauksessa mun kriisissä, voi toipua ainakin periaatteessa. Mä olin kertaalleen sairastanu vaikean masennuksen ja toipunu siitä hyvän hoidon ansiosta.” (Arto 11 v. naimisissa)

Myös aiemmat kokemukset parisuhteen hoitamisesta, parisuhteen vaikeista asioista puhumisesta ja ammatti-avun hakemisesta ovat tukena kriisin selvittelyssä. Ne madaltavat sitä kynnystä, joka parilla on ylitettävänä, kun ”yksityisestä ja intiimistä tulee julkinen”.

”Kun mun toipuminen oli riittävästi edenny, niin esimerkiksi semmoseen parisuhdetyöskentelyyn, suhteen aktiiviseen hoitamiseen tai ammatti-ihmisten puoleen kääntymiseen, kynnyks oli sillain matala, se oli helppo kuitenkin jotenkin luottavaisin mielin lähteä, koska meillä oli aikasemmin myöskin kokemusta parisuhteen hoitamisesta ja siitä että parisuhteen vaikeimmistakin kysymyksistä voi puhua ääneen. Se oli lähtökohta. Se perusta oli olemassa, jo aikasempien vuosien jäljiltä.” (Arto 11 v. naimisissa)

8.2. Yhteisyyden ja pariskunttuuden kokemus selviytymisen tukena

Pitkäkestoisessa parisuhdekriisissä elämisessä on myönteisillä ja hauskoilla hetkillä ollut suuri merkitys Tainan ja Teemun tarinassa, jonka kautta on rakentunut yhteisyyden kokemus, kaikista vaikeuksista huolimatta. Heidä on yhdistänyt keskinäinen huumorintaju, joka on erottanut heidät muista ja synnyttänyt tunteen pariskunttuudesta, jonka kieltä muut eivät aina täysin ymmärrä. Yhteinen huumorintaju on ollut heidän parisuhteensa voimavara, ja keskinäinen kulttuurinsa, jonka avulla he ovat saaneet käännettyä negatiivisia tilanteita positiivisiksi sarkastisella huumorilla.

Teemu: ”Huumori, on pelastanu aika paljon. Me on jotenkin kuitenkin saatu ne käännettyä aina sillain. Että niille on sitten naurettu jälkeinpäin. Kun on siinä ensin kipuilltu. Että huumorilla pääsee yllättävän pitkälle. Ja sit ollaan molemmat sillain huumorintajusia, että pystytään nauraan. Välillä saattaa sivullisesta kuullostaa rumaltakin, mutta..”
(naurua)

Taina: ”Semmosta piikittelyä, että sellasta sarkastista huulenheittoa.”

Teemu: ”Moni ottaa vieläkin vähän ehkä liian vakavissaan tän meiän homman, (naurua) ketkä ei sillain tunne. Tai ei muut välttämättä tunnekaan, et meil on semmonen... meil on hyvä bändi. Ja oli sillonkin, mun mielestä. Koko ajan meillä on ollu, et se on varmaan ollu semmonen, mikä on sitä pitäny yhdessä.

Taina: ”Hirveen hauskaa on ollu yhdessä.”

Teemu: ”On.”

Taina: ”Hauskaa ja kipeetä. Mut kyllä siinä on varmaan semmonen, että sitten siinä on kuitenkin kun on loppujen lopuks, että ”No niin, et oliks tässä nyt mitään järkee ja että olipas tää ihan hassu juttu”.” (Taina ja Teemu 13v. naimisissa)

Parisuhteen oma kulttuuri syntyy yhteisen historian saatossa teoista, sanoista ja merkityssisällöistä, jotka eivät avaudu ulkopuolisille samalla tavalla kuin parille itselleen. Tietyt jaetut tavat ja asiat synnyttävät parisuhteessa yhteisyyden tunnetta, joka vahvistaa ja tekee eroa ”meidän” ja ”muiden” välille. Pienetkin teot voivat olla hyvin merkityksellisiä ja ne voivat antaa tärkeän viestin siitä, että toinen osoittaa teollaan välittämistä, huolenpitoa ja rakastamista. Parisuhteen kriisivaiheessa tällaisilla pienillä teoilla voi hyvin tärkeä merkitys myös kriisistä selviytymisen kannalta.

Anja: ”Musta vielä ehkä yks, jos aattelee semmosista kriisiajoista selviämistä, niin toki se syvätason kohtaaminen on kauheen tärkeetä, mut aika merkityksellisiä on ne myöskin oikein pienet asiat, jotka nousee vaikka yhteisestä historiasta, joilla on jokin myönteinen merkitys. Rutiinit tai tavat tai jotkut sanonnat tai meillä vaikka semmoset, et sillon kun me on menty naimisiin, meillä oli aina tapana, et se joka tuli ensimmäisenä kotiin laitto sen meiän pikkuruisen opiskelijaboxin minieteiseen kaksi kynttilää palamaan, jotka oli siellä toivottamassa tervetulleeks. Niin edelleenkin, jos toisella menee illalla myöhään tai jotain ja

toinen on sattunut muistaan, et laittaa sinne ne kaksi kynttilää palamaan, niin niillä on tosi vahva tunneviesti, semmonen myönteinen ja energisoiva viesti.”

Arto:”Liittyy myös, ja laajenee tämmöseen arkihellyyteen. Sillä on iso merkitys.” (Anja ja Arto 11 v. naimisissa)

Erityisesti lapsiperheen arjessa jää parisuhde väistämättä taka-alalle, koska työt kotona ja työssä vievät huomiota pois parin keskinäisestä suhteesta. Anjan ja Arton liiallisesta työnteosta aiheutunut parisuhdekriisi etäännytti heitä toisistaan, niin emotionaalisesti, kuin fyysisestikin. Jotta he pääsivät läheisyyteen ja tunnetason yhteyteen, he joutuivat työskentelemään normaalia enemmän sen eteen. Heille tärkeäksi tavaksi hoitaa etäänntyneitä välejä, oli yhteyden vaaliminen erilaisilla irtiotoilla arjesta, joilla he varasivat aikaa toisilleen ja kahdenkeskiselle olemiselle. Kriisi ei varsinaisesti ratkennut näiden irtiottojen myötä, mutta ne toivat tärkeällä tavalla kokemuksen siitä, että arjen kiireen ja vanhemmuuden tehtävien alta löytyy myös heidän suhteensa ja yhteytensä.

Anja: ”Sen kaiken keskelläkin sitten löyty toki myöskin niitä hetkiä, että oli hyvä olla yhdessä. Tai jotkut irrottautumiset, jokin pienelle lomalle tai muutaman päivän vapaalle, lapset mummulaan ja muuta, niin oli tosi tärkeitä. Mut samalla se oli vähän sellasta vuoristorataa, että ok yks hyvä hetki ja sit seuraavana päivänä taas kaikki menee. (nauraa) Et se jossain mielessä myöskin turhautti, että loi toivottomuutta, että eihän tästä voi tulla mitään. Et paluu arkeen on aina tää. Kaikelta pohja pois.”

Arto: ”(-) meillä täs oli onneks totta meiän suhteessa ja sinänsä kaiken aikaa kuitenkin arvokasta, että meillä oli niitä parisuhteelle varattuja hetkiä tai irrottautumista lapsista ja arjesta ja töistä. (-) Ne toi kuitenkin aina, ainakin auttavassa tai riittävässä määrin, oikeenlaisessa määrin kokemuksen, että kyllä meiän suhde sieltä aina löytyy sitten se yhteys ja muu.” (Anja ja Arto 11 v. naimisissa)

8.3 Terapian ja psykiatrisen hoidon vaikutukset kriisistä selviytymiseen

Yksilöllisten kriisien ratkaisussa oleellista apua tuli terapiatyöskentelystä, jonka kautta saattoi syntyä uusia oivalluksia ja näkökulmia vallitsevaan tilanteeseen sekä oman elämänkaaren ja lapsuuden ihmissuhteiden vaikutusten tiedostamista osana parisuhteen ongelmia. Yksilöllisen hoidon kautta saattoi muutosta tulla suoraan parisuhteenkin vaikeuksiin, tai ainakin yksilötyöskentely avasi tietä myös parisuhdetyöskentelyn aloittamiselle.

Raijan ja Riston ”hiljaisen kriisin” ratkaisemisessa oli useita tekijöitä, mutta ratkaisevaksi läpimurroksi he luonnehtivat Raijan terapiajaksoa, joka avasi hänellä kykyä kohdata ja käsitellä vaikeita tunteita. Raijalla oli taustalla traumaattinen raiskaus-kokemus nuoruudessa, jonka herättämiä kipeitä tunteita hän ei ollut pystynyt käsittelemään ja ne vaikuttivat myös parisuhteessa ja

seksuaalisuudessa lukkiintumisena. Terapeutin luokse meno ei ollut helppoa, sillä Raija ei tunnistanut itsessään vaikeita tunteita, eikä nähnyt terapialle tarvetta. Mutta Risto koki ettei muuta vaihtoehtoa ollut ja kehotti voimakkaasti Raijaa varaamaan ajan terapiaan. Terapian avulla Raija teki oivalluksia itsestään ja elämästään, jotka vaikuttivat myös heidän parisuhteeseensa Riston kanssa.

”Oikeesti niin mä ajattelin, etten mää tarvi mitään apua. Mää ekaa kertaa sanoin siä terapeutin luonakin, että tuntuu vähän hassulta olla täällä, kun mä elän elämäni parasta aikaa (nauraa). Et ei mulla oikeesti ollu mitään, en mä nähnyt. Mä olin tosi kiitollinen, että mulla oli hyvä perhe, neljä ihanaa lasta ja kaikki oli hyvin. Mut silti, sit siellä ihan ekalla kertaa tuli semmonen olo, että oikeesti -- ei sen nyt ihan näin pitäny mennä. (---) tänä syksynä jotenki se terapiatyöskentely on avannu sen, että kaikki uppoo. Se on vaan siis yks osa, mutta mitä kuulen, mitä mä luen, mitä mä näen, niin kaikki kolahtaa, että tulee sellaisia oivalluksia, yks toisensa jälkeen. (---) Ja nyt vasta kun on oivaltanut, että oikeesti mäkin oon arvokas ihminen ja että se parisuhde ja avioliitto voi olla mulle hieno juttu. Ei sen tarvi olla sitä, että mä vaan hampaat purren mee tän läpi.” (Raija 11 v. naimisissa)

Seurusteluvaiheen läheisriippuvuus kriisissäkin merkittävä apu Raijalle tuli itsenäistymisen oivalluksesta, jonka hän sai käydessään terveyskeskuspsykologin luona.

”(-) tavallaan siellä psykologin luona sai oivalluksen siitä, että mun täytyy ensin seistä omilla jaloillani. Et mää yksin oon vastuussa mun omasta elämästäni, enkä mä voi toiseen... Kyllä joku tämmönen oivallus siinä oli, että ennenkun mä voinkin toiseen, niin mun täytyy ensin pystyä seistä omilla jaloillani.” (Raija 11 v. naimisissa)

Aiemmat traumaattiset kokemukset ovat riskitekijöitä kriisin tehokkaalle käsittelylle. Uusi traumaattinen kokemus nostaa esiin myös kaikki vanhemmat kokemukset, ja ne kaikki tulee uudelleen käsitellä ja läpikäydä. Erityisesti tämä on tärkeää silloin, jos aiemmat kokemukset ovat jääneet käsittelemättä. Yhtäläisyydet traumaattisissa tapahtumissa lisäävät sen todennäköisyyttä, että uusi tapahtuma aktivoi vanhat muistot. Jos traumaattisen kokemuksen läpikäynyt henkilö työstää useampia kriisejä yhtä aikaa, sitoo se enemmän voimavaroja, vie enemmän aikaa ja yleensä henkilö tarvitsee selviytymiseensä ammattiapua. (Saari 2000, 71-72.)

Keskustelu terapeutin tai sielunhoitajan kanssa voi tuoda näkyväksi vaikeiden tunteiden kanssa painivalle, että mistä kaikesta kriisissä on kyse. Kyllikkiä auttoi keskustelu sielunhoitajan kanssa ja tiedostaminen, että hänen vaikeat tunteensa eivät johtuneet ainoastaan Kain uskottomuudesta. Tiedostamisen kautta hän pystyi työstämään kahta eri hylkäämiskokemusta toisistaan erillisinä.

”Mullahan tietysti nous tää hyljätystulemisen tunne, oli ihan tuhota minut. Ja se kesti vuosikausia. Mutta sitten sielunhoitajan kanssa keskusteltiin, joka oli hyvä

avioliittotyöntekijä, oikein parhaimmasta päästä, niin hän sanoi, että sulla nousee nyt sieltä lapsuudestakin niitä hyljätykstulemisen tunteita. Vaikka se kaikki menee nyt Kain piikkiin, mutta kaikki ei johdu Kaista. No siinä oli semmonen viisaus, että mä pääsin käsitteleen niitä niinkun erilleen, sitä mitä mulle oli lapsena tapahtunu ja sitten tämän.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Masennuksen hoidossa yksilön hoitaminen on ensisijaista, jonka jälkeen voidaan alkaa työstää parisuhteen kriisiä. Anjan ja Arton tarinassa Arton molemmissa sairastumisissa yksilöterapialla ja psykiatrisella hoidolla oli ensiarvoisen tärkeä osa selviytymisen kannalta.

”Näissä masennusjaksoissa, kummassakin, tietenkin kaiken lähtökohta, myöskin parisuhteen normalisoitumisen lähtökohta oli se, että mä sain perheen ulkopuolelta selkeen ammattiavun, sen kaiken yksilötuen mitä toipumisessa tarvittiin. Se loi edes edellytykset sille, että me pystyttiin sitten, mä olin sen verran hyvässä kunnossa, että me pystyttiin lähtemään työstämään sitä, että mitä tää oli merkannu meille puolisoina ja meidän parisuhteelle. Mutta ehkä kaikkein merkittävin juttu ja semmonen voimavara ja henkireikä ja työkalu oli se, että 2004 vuoden alusta, mä kun olin siinä kohtaa puoltoista kuukautta psykiatrisessa sairaalassa, sain olla hyvässä hoidossa ja masennus alko selkeesti laukeemaan hyvän hoidon ansiosta.” (Arto 11 v. naimisissa)

Vakavan masennuksen aika oli merkinnyt sekä Artolle, että Anjalle jaksamisen ääri rajoilla elämistä. Silloin ei ollut mitään mahdollisuuksia elää vuorovaikutuksellisessa parisuhteessa, koska sairaus oli niin totaalista. Kun Arton toipumisprosessi oli sairaalajaksoilla lähtenyt käyntiin, tuli ajankohtaiseksi myös käynnit pariterapiassa.

”Me saatiin käydä siellä paritapaamisissa, jossa kaks sairaalan osastohenkilökuntaan kuuluvaa ja parisuhdepuolen koulutuksen saanutta ihmistä, niin työsti meidän kanssa sitä, että mitä tää vajaan vuoden jakso, masennususaika oli meidän parisuhteelle merkannu. Me saatiin ulkopuolelta selkeesti apua, ammattiapua. Ja tavallaan siitä syntyy se alku, ainakin mä koen niin, että se alku, joka oli se pelin avaus, että päästiin purkamaan sitä tolkutonta tunnetaakkaa, jakamaan sitä mitä ei voitu jakaa toisillemme, et säkään mulle, joka olin niinkun ulkona elämästä tai mä sulle, mitä oli sit kertyny sen vaikean sairauden aikana. Se oli yks keskeinen.” (Arto 11 v. naimisissa)

8.4 Hengellisen elämän merkitys osana selviytymistä

Kriisissä saattoi oma hengellinen vakaumus vahvistua sekä sen merkitys korostua yksilön elämässä ja selviytymisen tukena. Toisaalta hengellinen vakaumus joutui myös koetelluksi ja kyseenalaistetuksi, kun kriisi pitkittyi, eikä ollut tietoa sen loppumisesta. Hengellisyys näkyi Kain elämässä synkkien ja raskaiden tunteiden purkamisessa rukouksen kautta.

”Niin mä monet illat rukoilin ja itkin, kun Kyllikki oli yövuorossa tai iltavuorossa, niin tossa Jumalalle huusin sitä tuskaani. Ja se oli semmosta rukouksen käyttöä. Sillä rukouksellakin oli mulle sellanen erilainen merkitys, kun voi rukoilla vaan silleen, et ”Anna mulle nyt sitä ja tätä ja tota”, niin mää sitä omaa tuskaani niinkun psalmeissa Daavid, et ”Täällä manalan majoilla..” ja niin edelleen. (---) Eli sen rukouksen kautta, mitä mää kävin, niin mä kävin niitä tunteja.” (Kai 39 v. naimisissa)

Kyllikillä kristillinen vakaumus synnytti luottamuksen tunnetta, että asiat jotenkin selviävät. Toisaalta uskonelämä oli myös koetuksessa, kun hän eli vaikeiden tunteiden keskellä monta vuotta.

”Mullahan on ollu rukous koko ajan. Ja se valtava luottamus Jumalaan, että ”Sää oot mut omakses ottanu, sää hoidat tämän.” Vaikka se niin pimeinä vuosina tuntu siltä, että Jumala ei oo tässä mukana. Mutta jälkeinpäin se on senkin verran arvokkaampaa, kun tietää että oli siinä pimeydessä mukana.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Hengellisen elämän myötä Taina koki, että hänen tunne-elämänsä rikkiäisyys eheytyi ja elämä muuttui. Teemun rankka elämäntyö laitto parisuhteen lujille, mutta Taina koki pystyvänsä antamaan anteeksi ja sitä kautta jatkamaan parisuhteessa. Häntä itseään auttoi muiden uskovien tuki seurakunnassa.

”Mulla varmaan auttoi se, kun mä tulin jo 92 vuonna uskoon, niin kun mä ite koko aika sain parantua mun omista jutuista, mä sain mennä eteenpäin siinä mun uskossa ja mun elämässä. Jotenkin se, että mä pystyin antaan ihan hirveesti anteeks, kuitenkin sitte.(---) aina annoin anteeks, kun Teemu tuli niiltä reissuiltaan ja sit mä annoin anteeks ja sit mentiin eteenpäin. Ja ite sain lohdutusta sitten seurakunnasta.” (Taina 13 v. naimisissa)

9. AVIOLIITTO- JA PARISUHDETYÖN KAUTTA SAATU APU

9.1 Vertaistukiryhmän turvallisuus, kokemus välittämisestä ja yhteydestä toisiin pareihin

Onnistunutta pienryhmäkokemusta määrittävi avioparien tarinoissa avoin, lämmin, kodinomainen ilmapiiri, jossa puhuminen ja henkilökohtaisista asioista avautuminen oli helppoa ja luonnollista. Pienryhmissä koettiin vertaistukiryhmän tuomaa toivoa ja lohdutusta, koska niissä on tilaa puhumiselle, kuuntelemiselle ja toisten kohtaamiselle. Hyvärin (2005) mukaan vertaistukeen perustuvien suhteiden luomisessa oleelliset tekijät ovat kokemusten jakaminen ja vuorovaikutteinen kohtaaminen. Pelkkä julkinen henkilökohtaisista asioista kertominen ei vielä muodosta vertaistukikokemusta, vaan siihen tarvitaan yhteisesti jaettu sosiaalinen tila, jossa myös kertomuksen vastaanottajat osallistuvat aktiivisesti tilanteessa. Kertomuksen vastaanottajilla on oleellinen osa vertaistuen vuorovaikutusprosessissa, he eläytyvät toisen ihmisen läpikäymiin tilanteisiin ja tunteisiin, kuin ne olisivat voineet tapahtua heille itselleen. (Mt., 225.)

Pienryhmän vetäjäpariskunnalla koettiin olevan erityisen tärkeä osa ryhmän ilmapiirin luomisessa, johon he vaikuttavat persoonillaan ja ryhmätyöskentelytaidoillaan. Ryhmän avautuminen on ratkaiseva asia, joka synnyttää onnistuneen vertaistukikokemuksen. Avautuminen edellyttää keskinäisen luottamuksen syntymistä ryhmässä, varmuutta siitä, että tilanne ja ryhmä koetaan turvallisena ja luotettavana, eikä puhutut asiat leviä ryhmän ulkopuolelle. Pienryhmissä ei tuoda esille koulutus- tai ammattitaustaa, jotta ryhmäläiset voivat kokea olevansa yhtäläisessä asemassa keskenään.

”Meillä oli antoisa viikko. Että saatiin turvallisessa paikassa repiä kaikki auki. Ja meillä oli hyvä ryhmän johtaja, ja Virtaset oli ryhmässä ja tultiin niinkun kotiin, musta tuntu. Ja saatiin puhua. Selvinpäin. Ei tarvinnu viinaa. Me oltiin tosi hyvässä huomassa siellä. Että vaikka se oli tosi rankkaa, puhuttiin rankoista asioista, mutta jotenkin sai sillain levätä, olla tosi rauhassa. Ei tarvinnu pelätä, että mitä seuraavana päivänä tapahtuu, vaan ootti niinkun koulupojan innolla, että mikä asia saadaan huomenna hoidettua pois päiväjärjestyksestä. (-- -) Sit ne ryhmänjohtajat oli kyllä viimesen päälle turvallisia ja rauhallisia. Ja kyllä ne varmaan näki, kyllä mullakin varmaan ottassa luki, että mikä tätä potilasta vaivaa. Osas kyllä tosi hienosti johdatella meitä ja koko ryhmää. Et en mää varmaan missään työväenopiston keskustelukursseilla olis ehkä heittäytyny samalla tavalla. En oikeestaan missään. Se oli kyllä niin helppo paikka.” (Teemu 13 v. naimisissa)

”Siellä Namikan leirillä mulla jäi päällimmäiseksi sen ryhmän henki ja avoimuus ja sitten niitten ryhmän vetäjien lämmin välittäminen, joku tämmönen, ne loi ympärilleen semmosta lämpöä, välittämistä ja oli turvallinen ryhmä. Tuntu se ryhmä tosi turvalliselta ja avoimelta, siä puhuttiin tosi avoimesti. (---) Totta kai ensimmäinen päivä on semmoista tunnustelua, mutta aika pian tulee semmoinen luottamuksen henki, mitä itekin ihmettelee siellä. Saattaa ekana päivänä, on semmoinen olo, et toi ei varmaan kyllä koko leirin aikana mitään ja

seuraavana päivänä se onkin jo tosi avoin.” (Raija 10 v. naimisissa)

Pienryhmässä puhuminen koettiin helpottavaksi myös siksi, että siellä sai ikäänkuin ”luvan kanssa” keskustella myös sellaisista asioista, joista puhuminen kahden kesken puolison kanssa oli vaikeaa tai jopa mahdotonta. Ristolle tärkeää oli mahdollisuus puhua heidän parisuhteensa seksuaalisista vaikeuksista pienryhmässä, koska muuten seksuaalisuudesta kommunikointi oli vaikeaa Raijan haavoittuneisuuden ja lukkiintuneisuuden takia.

” (-) mä olen ollut innokkaampi näistä asioista juttelemaan. Ja niinkun tossa tuli ilmi yksi syy, minkä takia Raijalle nää on ollu sangen vaikeita tämän alueen asiat, niin kun se on ikäänkuin aiheena siellä, niin sitten siitä on uskaltanu puhua, eikä oo tarvinnu pelätä että se toinen sanoo, että eks sää muusta halua keskustella.” (Risto 10 v. naimisissa)

Avioliitossa kohdatut vaikeudet ovat usein pitkälle jaettuina, jolloin parit saavat kokemuksen yhteisestä elämäntilanteesta ja samalla myös toivon siitä, että ongelmat ja kriisit ovat voitettavissa. Parisuhdetapahtumien vertaisryhmissä on sekä samanlaisissa elämäntilanteissa ja samankaltaisten ongelmien kanssa kamppailevia pareja, että myös niitä, jotka ovat päässeet kriiseistään yli ja voivat kertoa omista kokemuksistaan ja siitä miten he ovat selviytyneet vaikeuksistaan. Tämänäköisellä vertaistuellalla ja vertaisryhmän kohtaamisella on ollut hyvin tärkeä merkitys avioparien tarinoissa selviytymisen kannalta.

”Saatiin hyvää opetusta ja sit sai olla vertaisten kanssa siellä, et siel oli paljon muitakin samassa tilanteessa olevia. Tai aikasemmin samat läpikäyneinä.” (Teemu 13 v. naimisissa)

”Se on tosi tärkeä, et siinä pienpiirissä, (---) siellä samassa elämäntilanteessa olevien avioparien kanssa saa jakaa niitä omia vaikeuksia. Tosi hieno juttu. Ja kyllä leireillä nimenomaan se vertaistuki. Ja vaikka olis ollu 30 vuotta naimisissa, niin ongelmia on. Tosi lohdullista, että ei olla yksin niiden ongelmien kanssa.” (Raija 10 v. naimisissa)

Anja: ”Silläkin on aika iso merkitys ja siinä on aika iso voima, että kokemus siitä yhteydestä toisiin pareihin. Et ok, kaikilla on ihan samanlaisii ongelmia, ja ihan samanlaiset jutut ja silti niistä voi selvitä ja semmonen keskinäinen jakaminen, niin se on myöskin musta ihan merkittävää.”

Arto: ”Kyllä, tavallaan vertaistuki. Kokemus yhteisestä elämän osasta, haasteista.” (Anja ja Arto 11 v. naimisissa)

”Ja vertaiskokemuksia oli siellä ja sehän rupes tuleen sellane uus toivon näkökulma, kaikesta huolimatta. Että toivoa on. Ja sitten kun tonne päästään ja sitten tätä kautta. Kyllä se meidän elämässä oli semmonen hyvin ratkaseva.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Pienryhmät voivat jatkaa keskinäisiä tapaamisia myös varsinaisen parisuhdetapahtuman jälkeen. Vertaistukiryhmän tapaaminen, vaikka harvakseltaankin, toimii muistuttajana, jotta parisuhteen

hoitaminen ei unohtuisi arjessa.

Raija: ”Kerran kuussa kokoonnutaan, ne ME-parit. Keskustellaan asioista. Se on ollu ihan hyvä.”

Risto: ”Se on ollu hyvä, että se piti sellasta pientä, hyvin, hyvin hidasta muutosta vireillä siinä koko ajan, että se ei päässy kokonaan unohtumaan.” (Raija ja Risto 10 v. naimisissa)

9.2 Ymmärryksen ja tiedostamisen lisääntyminen

Parisuhdekriisin keskellä saatu opetus avioliittoleirien luennoilla on tuonut pareille uusia näkökulmia tilanteeseen ja avannut tietoisuutta siitä, mistä kriisissä voi olla kyse ja miten kriisissä voisi toimia rakentavalla tavalla toisin. Tiedostamisesta lähtevä muutos on parien tarinoissa useiden vuosien prosessi, kun parisuhteessa opetellaan uusia ja toimivampia tapoja hoitaa keskinäisiä välejä. Kai kertoo ymmärtäneensä kuulemiensa luentojen ja opetuksen kautta, miten hän voisi toimia toisin uskottomuuden aiheuttaman luottamuspulan voittamiseksi omassa avioliitossaan.

Kai: ”(-) mä rupesin tekemään töitä sen asian eteen. Elikä tekemään tiettyjä asioita, et mä kerron Kyllikille, et mä oon ylitöissä nyt tunnin, et mulla menee täällä aikaa tän verran. Mä rupesin sitä luottamusta tavallaan sitä hakemaan takasin, joka kesti monta vuotta. Ja nyt mun ei tarvi esimerkiks enää Kyllikille selitellä, mulla on täysin tietokoneet, sähköpostit on luettavissa ja täysin on kännykät...”

Kyllikki: ”Niin, eikä mun tarvi niitä enää lukee!”

Kai: ”Mulla on täysin avointa tää, että siihen meni, tämän luottamuksen hakemiseen meni vuosia.” (Kyllikki ja Kai 39 v. naimisissa)

Avioliittotyön kommunikaatio-opetuksessa opetetaan omista tunteista ja tarpeista kertomista välttämättä toisen syytelyä ja myös puolison syvällistä kuuntelemista. Myönteiset ja toimivat kommunikaatiotaidot ehkäisevät tilanteen lukkiintumista. Parisuhdekriisissä näillä taidoilla on ollut suuri merkitys Kain ja Kyllikin kriisin selvittelyssä, kun erityisesti Kyllikillä oli vaikeaa kuunnella mitä Kai hänelle yritti kertoa.

”Ja sitten avioliittoleirin kautta, kun saatiin tätä kommunikaatiopetusta, että opeteltiin kuuntelemaan toistamme ja puhumaan minä-viestillä. Et ei oo enää, että sinä, sinä.. Vaan niistä puhuttiin minä-viestillä, omista tunteista ja omista kokemuksista ja miltä minusta tuntuu. Ja sit se kuunteleminen, pohjaan asti, mitä toinen tarkoittaa. Ja se oma tulkinta siitä välistä pois. Kun mähän tulkitsin kaikki Kain puheet päin mäntyä, siinä alussa. Että sitten oikeesti, mitä se oikeesti puhuu mulle, niin sen kuunteleminen, niin ne on ihan selvästi tän avioliittoleirien kautta tulleita opetuksia.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Ennestään tuttu problematiikka parisuhteessa voi avautua uudella tavalla, kun sitä tarkastellaan koko parisuhteen historian valossa. Arto kertoo tiedostaneensa parisuhdetyöskentelyn kautta, että hänen liiallinen työntekonsa oli todella hallinnut heidän parisuhdettaan vuosien ajan ja myös sen, että Anja ei enää suostunut tilanteen jatkumiseen entisellään. Arton oli helpompi ymmärtää Anjan kielteisiä tunteita, kun hän tarkasteli ongelmaa pitkällä aikavälillä, eikä vain yksittäistä hetkeä ajatellen. Tilanteen käsitteli pysyi rakentavana, eikä riistäytynyt kärjistyneeksi ristiriidaksi, kuten usein aiemmin oli käynyt. Anjalle kokemus siitä, että Arto ymmärtää ja tiedostaa asian tärkeyden hänelle oli hyvin merkittävä.

Arto: ”Ja musta ihan yhtenä esimerkkinä kauheen hyvä se viime kevään, eiku viime syksyn prosessi oikeestaan, jossa muutamien parisuhdetyöskentelyjen yhteydessä, niin jouduttiin pitkästä aikaa avaan meidän koko parisuhteen kaari ja meidän parisuhteen yhteinen historia. Ja merkkään sinne asioita näkyviin, että mitkä on vaikuttanu meidän suhteeseen kummankin mielestä ja siinä tapahtu aika uudella tavalla sen näkeminen, että mikä meidän elämää on tahdittanu. Kuinka sunkin elämää ja meidän elämää on tahdittanu mun työ ja sä toit selkeesti esiin, hyvällä, rakentavalla tavalla, että sä et halua tätä. Ja sä et suostu myöskään tähän. Ja semmosella puhumisella oli tilaa. Ja sen ongelman ikään kuin esiin nostamiselle ja havaitsemiselle. Tuttu asia, mutta kuitenkin uudella tavalla se tuli kohdattua.”

Anja: ”Jotenkin se mulle itelle avas sitä, että okei jos meidän elämämme on 10 vuotta tätä, et sun elämän myönteiset jutut ja toisaalta sun elämän kielteiset jutut, myöskin ne sairaudet, kaikki on aina vaan tahdittanu mun elämäni, et näin mennään, niin ei oo ihme, jos mä reagoin tässä kohtaa niin vahvasti. Emmää oo jotenkin sairas, enkä mä oo ihan tyhmä, vaan se on ihan ymmärrettävää, että nyt mulla tulee raja vastaan. Ei enää. Ja se oli sullekin myöskin semmonen, et se näyttäyty siltä, että täähän on ihan järkevää, tää on ihan kohtuullista ja..”

Arto: ”Sun reaktio on ymmärrettävä, kohtuullinen, ymmärrettävä, perusteltu, miten sen sanois.”

Anja: ”Niin, se oli mulle hirveen tärkeä kokemus, niinkun kokemuksena se, että se on sunkin mielestä kohtuullista (nauraa).” (Anja ja Arto 11 v. naimisissa)

Lapsuuden perheen vaikutus yksilön identiteetin muovautumisessa oli yksi tiedostamisen alue, joka aktivoitui pariskuntien tarinoissa sekä avioliittotyössä saadun opetuksen, että henkilökohtaisen terapian kautta. Kai kertoo äitisuhteestaan, joka jäi emotionaalisesti etäiseksi ja joka vaikutti myös hänen käsityksiinsä yleisestikin naissukupuolesta. Hän on vasta jälkikäteen oivaltanut, ettei ollut päästänyt Kyllikkiä tunnetasolla lähelle itseään. Kuulemansa opetuksen kautta hän on tiedostanut asian. Tiedostamisesta on seurannut muutos heidän keskinäisessä suhteessaan, vaikka helppoa se ei ole ollutkaan.

”Ja mun äidiltä puuttu semmonen.. Kai lapsuuden ajoilta omat ongelmansa, niin semmosen

rakkauden näyttämisen ja lasten tukemisen. Et se oli se hyvä koti, mutta ei tavallaan ollu. Se naisen rooli jäi mulle ihan epäselväks. Ja mä en sillä laskenu Kyllikkiä lähelle itseäni, että mulla oli se tukiverkko rakennettu siihen eteen, että mä lasken ja puhun tiettyyn syvyyteen asti syvällisiä asioita naisen kanssa, mutta en laske lähelle. (---) Ja kun on tajunnu sen nuoruuden aikaset, tämmöset muurit, niinkun esimerkiks äidin puolelta, että mä en naista laske lähelleni, riittävän lähelle. Nyt mä oon kyllä laskenu Kyllikin kyllä ihan tänne sisikuntaan ja sitten nostanu kaikki rehellisesti asiat pöydälle, että ne on tässä. Et niitä on päästy käsitteleen. Joskin se on ollu kyllä kovin kivinen tie.” (Kai 39 v. naimisissa)

Anteeksiantaminen on avioliitto- ja parisuhdetyön keskeisiä opetusalueita. Parisuhdeterapeutit näkevät anteeksiantamisen erityisen tärkeänä ja ratkaisevana tekijänä emotionaalisissa parantumisprosesseissa, joihin on liittynyt merkittäviä parisuhteen ”rajanylityksiä”, kuten uskottomuutta. Anteeksiantaminen on tärkeää erottaa hyväksymisen, selittelyn ja suvaitsemisen käsitteistä, koska anteeksiannossa on kyse asian todellisesta kohtaamisesta, ilman että väärää tekoa sinänsä tarvitsisi hyväksyä tai oikeuttaa. Anteeksiannossa on kyse muutoksesta, jossa loukattu henkilö kokee vähenevästi halua ajatella, tuntea ja käyttäytyä negatiivisesti loukkaajaa kohtaan. (Fincham & Hall & Beach 2006, 415-416.) Anteeksiantaminen ja -pyytäminen ovat tahdon valintoja, jotka synnyttävät sisäistä vapautta molemmille osapuolille. Suurissa loukkauksissa asian selvittely voi viedä paljon aikaa. Vaikka loukattu osapuoli tahdollaan haluaisi antaa anteeksi, voi tunne-elämän parantuminen olla huomattavasti hitaampaa. Loukatulla voi olla tarve käsitellä asiaa toistuvasti ja toiselle osapuolelle asiaan jatkuva palaaminen voi olla hermostuttavaa ja tuskallista. (Kinnula 2006, 42, 44.) Kyllikin käsitys anteeksiannosta perustuu Matteuksen evankeliumiin, jossa kehoitetaan antamaan anteeksi niille ihmisille, jotka ovat rikkoneet itseä vastaan, jotta myös itse voisi saada omat rikkomuksensa anteeksi Jumalalta (Matt. 6:14-15). Kyllikki kertoo anteeksiantamisen olleen hänelle taistelu, koska hän ei olisi aluksi halunnut antaa Kaille anteeksi. Anteeksiantamista helpotti lopulta Kain syyllisyyden tuskan näkeminen, hän alkoi nähdä Kain uudessa valossa. Kriisi olikin heidän yhteinen ja Kyllikki alkoi nähdä, että he olivat Kain kanssa ”samassa veneessä.”

”Ja sitten sen anteeksanto, kaikki nämä, kun olin uskossa, niin tiesin, että on annettava anteeks. Mut se oli pelkkää teoriaa siinä vaiheessa, kun ei mikään minussa olis halunnut antaa anteeks. Ja sitten se Jumalan edessä taistelu sen asian kanssa, ja kun ties, että tässä ei muuta mahdollisuutta ole. Et jos ite haluaa omat syntinsä saada anteeks, niin toiselle on annettava. Ja sitten se pikkuhiljaa siinä näitten avioliittoleirien ja rukouksen ja anteeksantokirjallisuuden ja kaiken tämmösen jälkeen, niin pikkuhiljaa.. Tietoisien valinnan kautta ensiks, sitten tuli tunnetasollekin, myöhemmin. (---) Ja yks löytö, minkä mä tossa tein, joka mua auttoi, kun mä näin Kain tuskan, niin sen, että myös se pettäjä on uhri. Että hän on omien väärin valintojensa uhri. Se jollakin tavalla mua herätti, että me ollaan samassa veneessä. Et molemmat ollaan uhreja, kun siihen asti se oli semmonen, että mä oon se uhri ja Kai on se... Niin se auttoi hirveesti siinä anteeksantamisprosessissa.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

Myös itsetuntemuksen lisääntyminen omien tunteiden tunnistamisen kautta helpotti ristiriitatilanteiden selvittelyä. Avioliittotyön opetuksen ansiosta Anja ymmärsi paremmin, että hänen vihan tunteensa takana olikin myös pelon tunne siitä, että hän uupuisi yllätyksestä. Parisuhteen vuorovaikutuksessa ja ristiriitojen ratkaisemisessa pelon tunteista kertominen ei aiheuttanut Artossa niin suurta puolustusreaktiota, kuin mitä vihan suoranainen purkaminen.

”Kyl mä luulen, et yks varmaan keskeisimpiä on se tunteisiin liittyvä taju siitä, että vaikkapa sen ärtyneisyyden tai vihasuuden takana on useimmiten joku ihan muu tunne. Ja että on aika oleellista tunnistaa niitä itessään ja jakaa myöskin niitä tunteita toisen kanssa. Se on niin eri juttu purkaa toiseen kiukkuu, kun sanoo, että mä olen peloissani siitä että mä näännyn tän kaiken alle. Tai sillä on aika erilaiset seuraukset siinä suhteessa. Mä luulen, et se on ollu isoimpia ja tärkeimpiä juttuja.” (Anja 11 v. naimisissa)

9.3 Mahdollisuus hoitaa parisuhdetta ja kohdata puolisoa

Avioliitto- ja parisuhdetyössä mukanaolo merkitsi tutkimuksen pariskunnille usein konkreettista tilaisuutta irrottautua arjesta ja keskittyä vain toisiinsa ja parisuhteen hoitamiseen. Keskusteleminen koettiin usein helpommaksi parisuhdeleirillä tai –kurssilla, kuin esimerkiksi kotioloissa. Raija kertoo aviopari-illoissa avautuneesta keskusteluyhteydestä.

”Et sit kun sä oot pois sieltä kotiympyröistä, jossakin toisessa ympäristössä, niin on helpompi jutella. Se me on koettu noissa illoissa.” (Raija 10v. naimisissa)

Oleelliseksi asiaksi keskustelemisessa nousi ”syvällisen tason kohtaaminen” puolison kanssa. Syvällinen taso viittaa keskinäiseen tunneyhteyteen, joka syntyy kun tulee täysin kuulluksi, nähdyksi, kohdatuksi ja hyväksytyksi omana itsenään puolison taholta. Erilaiset parisuhdetapahtumat ja leirit avasivat tietä tällaisen kohtaamisen mahdollistumiselle. Anja ja Arto nostavat keskustelussaan myös esiin sen, että tällainen syvällinen kohtaaminen on ollut heidän kriisijaksojensa ja raskaiden elämänvaiheitten jälkeen tärkeä tapa purkaa tunnetaakkoja, joita on kertynyt.

Anja: ”Mä aattelen, että ehkä kaikkein ydinjuttu on se, että jossain kohtaa tulee se kokemus, että tulee kuulluksi tai nähdyksi, jotenkin kaikkienensa, mitä ikinä sit onkaan. Tulee tunteet kuulluks ja tarpeet kuulluks ja jotenkin kohdatuiks.”

Arto: ”(-) jotenkin halu ja rohkeus meillä on ollu kuitenkin palata sitten pitkien ja äärimmäisten vaikeittenkin vaiheitten jälkeen takasin siihen lähelle, jossa mä näen ja kuulen sinut ja sä minut.” (Anja ja Arto 11v. naimisissa)

Parisuhdekriisissä katoaa yhteyden ja yhteisyyden tunne puolisoitten välillä. Parisuhdetapahtumat ovat yksi tapa etsiä tätä yhteyttä uudelleen.

”Ja meillä täs oli onneks totta meiän suhteessa ja sinänsä kaiken aikaa kuitenkin arvokasta, että meillä oli niitä parisuhteelle varattuja hetkiä tai irrottautumista lapsista ja arjesta ja töistä. Tai että me oltiin mukana erilaisissa parisuhdejutuissa, parisuhdeleireillä tai ME-jutuissa tai tämmösissä. Ne toi kuitenkin aina, ainakin auttavassa tai riittävässä määrin, oikeenlaisessa määrin kokemuksen, että kyllä meiän suhde sieltä aina löytyy sitten se yhteys ja muu.” (Arto 11 v. naimisissa)

9.4 Avioliittoleiri käännekohtana- Tainan ja Teemun tarina

Tainan ja Teemun tarina kriisistä selviytymisestä poikkeaa muodoltaan selvästi muiden parien tarinoista. Tarinan käännekohta – avioliittoleiri, jakaa kertomuksen kahtia. Tarinan alun, voimakkaan rakastumisen jälkeen kertomuksen muoto on laskeva pariskunnan kokemien kriisien tähden. Huolimatta hyvistä hetkistä tämän ajanjakson aikana tarinan yleissävy on synkkä. Tarina saavuttaa alhaisimman tasonsa, pohjakosketuksen, kun Taina ilmaisee: ”(-) mä aattelin, että nyt mä en enää jaksa”. Tainan ilmaus voimien ja jaksamisen loppumisesta jakaa tarinan merkitysisällön, koska tämän jälkeen tragedia-muotoinen tarina muuttuu. Parisuhteen tragedia päättyy Tainan sanoihin: ”Mutta sitten ei tarvinnu onneks sen jälkeen sitten kestääkään.” Tarinan loppuosan olen nimennyt *Uudistuneen liiton rakennustarinaksi*. Sille ominaista on, että parisuhde ei ole enää entisensä, vaan täysin uudistunut. Kuitenkin Taina ja Teemu työskentelevät liittonsa eteen ja näkevät sen tarpeelliseksi, josta tulee viittaus ”rakennustarina”. Pääosassa *Uudistuneen liiton rakennustarinassa* on Teemu ja parisuhteen selviytymistarinan sisällä kulkee juoni, jonka olen nimennyt *Miehen muutokseksi*.

Miehen muutos - juoni alkaa jo ennen tarinan varsinaista käännekohtaa. Teemu kuvaa muutosta sisäisenä prosessina, jonka alullepanija ei ole hän itse, vaan kuoleman kohtaaminen silmästä silmään. Sisäinen prosessi avaa hänen silmiään näkemään, että hänen on tehtävä valinta elämäntapansa suhteen. Ulkoisesti ei ole vielä merkkejä muutoksesta, mutta sisäisen prosessin seurauksena hänen aiempi ehdoton kielteinen kantansa Tainan ehdottamaa avioliittoleiriä kohtaan muuttuu yllättäen myönteiseksi.

”Mä en sitten tiedä, mikä muhun meni silloin talven aikana. Se oli kuitenkin mun elämä vielä sitä mitä se oli. Aika rankkaa. (---) Niin kyllä mulla sitten varmaan alko joku prosessi viimeistään käymään tuolla. Että nyt, nyt täytyy jotain tehdä. Ja sitten Taina kysy sitten jossain keväällä, mä en muista milloin se oli, niin lähetäänkö, niin mä vastasin heti, että

”Lähetään”. Vaikka se elämä oli vielä mitä oli. Sitten lähetettiin.” (Teemu 13 v. naimisissa)

Miehen muutos – juoni muuttuu sisäisestä prosessista näkyväksi, kun Taina ja Teemu saapuvat avioliittoleirille. Matkaa oli siivittänyt keskinäinen riita. Kuitenkin leiripaikalle saavuttaessa tarinalaji muuttuu, Teemun erityisen tunnekokemuksen myötä.

”Me mentiin (---) sinne hyvän riidan saattelemana. Kyllä mä muistan, kun me tultiin sinne paikalle. Mä aika harvoin muistan semmosia hetkiä, mutta kyllä mä sen muistan, me tultiin sinne alueelle, Pieksämäelle. Mä muistan, kun mentiin portista sisään ja jotenkin tuli heti semmonen olo, että nyt jäi jotain siihen portin ulkopuolelle.. Se loppu siihen.. (---) tuli, heti ekana päivänä semmonen olo, että ei täältä sama jätkä lähe pois, joka tänne nyt tuli.” (Teemu 13 v. naimisissa)

Teemun identiteetti muuttuu tarinan käännekohtan myötä ajelehtijasta ja ”yön pimeydessä vaeltajasta” oman elämänsä ratkaisut tekeväksi mieheksi. *Miehen muutos*- juonessa keskeisiä ovat oivaltamisen ja voimaantumisen kokemukset, kun Teemu toteaa saaneensa muiden avioparien antamasta myönteisestä esimerkistä uuden elämän mallin ja myös vapauden valita vanhan ja uuden elämäntavan välillä. Teemu kertoo halunneensa tehdä avioliittoleirillä uskonvalinnan, kun siihen avautui viimeisen illan tilaisuudessa mahdollisuus. Hän kuvaa ratkaisuaan metaforalla ”uuden elämän alku ja vanhan loppu”. Käännekohta ilmenee sekä *Miehen muutos*- juonessa, että pariskunnan yhteisessä *Uudistuneen liiton rakennustarinassa*. Parisuhteen kriisipuhe päättyy ja sen sijaan Teemu käyttää normatiivisempaa ilmaisua parisuhteen ”normaaleista ristiriidoista”.

Teemu: ”Siinä näki, että näinkin voi elää. Et se on paljon parempi tapa elää, että missä sitä oltiin kynnetty siihen asti. Niin se oli helppo valinta siellä. Ja sitten viimesenä iltana oli taas joku iltatilaisuus siellä ja siellä kysyttiin, että ketkä haluaa elämänsä antaa, niin mä olin eturivissä jo.. Mä olin ensimmäisenä siellä edessä. Mä muistan vielä, että mä oikein varmistin, että jos tulee tunkua, etten mä jää sinne.. Että tervetuloa sitten ens vuonna uudestaan! (naurua) Ammuin sinne ekana sitten.”

Taina: ”Kerro ny vielä sitten..”

Teemu: ”Niin, siitä se alko sitten, uus elämä. Vanhan sai jättää ja uus alko. Viinan käyttö loppu siihen. Mä muistan, mulla oli joku työmatka oli vielä pari viikkoo sen jälkeen ja hotellissa sitten kävin kaks kaljatölkkiä ostamassa ja aattelin, että mä siinä katon urheilua ja palkitsen itseni työpäivän jälkeen oluella, niin mä en pystyny juomaan niitä kaljoja, että jouduin kaataan ne lavuarista alas. (naurua) Mitä ei ois iki-päivinä tapahtunu! Toista urhoollisesti alotin, mutta emmä saanu kun kaks suullista ja sitten toisen alas ja kaadoin lavuaariin. Sen koommin en oo viinaa ottanu. Se oli jännä, se loppu siihen. Todella kivuton leikkaus. Pettäminen loppu siihen. Siinä loppu kaikki tämmönen, mitkä meiän parisuhdetta ois enää nakertanu. Ohan tässä nyt tapeltu senkin jälkeen, mutta ihan muista asioista. Että kyllä se semmonen sumu hälveni siinä kohtaa.” (Taina ja Teemu 13 v. naimisissa)

Tainan näkökulmasta avioliiton käännekohta ja Teemun muuttuminen tuntui aluksi jopa

epäuskottavalta. Vasta kun aikaa oli kulunut jonkin verran, hän ymmärsi, että kyse oli todellisesta muutoksesta.

”Siinä meni jonkun aikaa, mä sitten tajusin sen ja näin tietysti, että on ihan oikeesti tapahtunut jotain.” (Taina 13 v. naimisissa)

10. TARINOIDEN LAJITYYPIT AVIOLIITTO- JA PARISUHDETYÖN NÄKÖKULMASTA

Neljän avioparin kertomuksia tarkastellessani löysin kaksi erilaista lajityyppiä heidän identifioitumisestaan parisuhteensa hoitajina ja avioliitto- ja parisuhdetyöhön osallistujina. Olen nimennyt lajityypit *Avioliittotyöhön kasvaneiden* ja *Avioliittotyöhön ajautuneiden* tarinoiksi.

10.1 Avioliittotyöhön kasvaneiden tarina

Avioliittotyöhön kasvaneiden-tarinan pariskuntapuheessa avioliittotyö on itsestäänselvästi mukana pariskunnan elämässä. Avioliittotyö eri muodoissaan; leireillä, kurseilla ja aviopari-iltapäivissä käyminen on aina kuulunut parisuhteeseen, jo seurusteluajoilta lähtien. Tarinan lajityyppi sisältää ilmauksen parisuhteen hoitamisen välttämättömyydestä, jotta molemmat puoliset voisivat hyvin. Pariskuntapuhe on koko tarinassa yksimielistä sen suhteen, että parisuhteen hoitaminen ja avioliittotyö on osa heidän elämäänsä. Miesten ääni on kertomuksessa hyvin kuuluvilla ja he ilmentävät aktiivista roolia parisuhteen hoitajina. Kasvaminen avioliiton ja parisuhteen hoitajiksi merkitsee pareille myös uudenlaisen kulttuurin omaksumista, jota ei ole opittu omilta vanhemmilta, vaan joka on otettu käytäntöön oman ikäpolven uuden toimintakulttuurin myötä.

”(---) vaikkei me oo saatu kotoa semmosta mallia, niin sit kuitenkin opiskeluajoista lähtien, seurusteluajoista lähtien, me on saatu sellanen meidän ikäpolven ihmisten uudenlainen kulttuuri tai omaksuttu semmoinen kulttuuri, parisuhteen hoitamisen kulttuuri, että parisuhde ei oo mikään ittestään selvyys. Se ei oo joku, mikä vaan sitten tapahtuu, joko hyvin tai huonosti. Vaan että siihen voi vaikuttaa ja sitä voi tietosesti hoitaa.” (Arto 11 v. naimisissa)

”Kyllä sitä vaan tuolla kuulee, että aika usein ne miehet sanoo, että no kun tuo vaimo halus tänne tulla, mutta ei mulla oo koskaan ollu sellasta. Joskus voi jopa sanoo, että mä oon ollu se innokkaampi osapuoli, ehkä juuri sen takia, että siellä pääsee keskustelemaan näistä vähän arkaluontosemmistakin asioista hyvällä tekosyyllä.” (Risto 10 v. naimisissa)

Kasvaminen viittaa luonnolliseen prosessiin, joka vain tapahtuu, siitä ei erikseen tehdä suuria päätöksiä. Tämä viittaa tarinan lajityypissä siihen, että avioliittotyöhön on tultu mukaan jo nuorena, esimerkiksi ystävien innostamana tai siirtymällä seurakunnan opiskelijatyöstä avioliittotyön piiriin luonnollisena askeleena. Asenne tämäntyypiseen työskentelyyn on ollut luonteva, eikä osallistumiseen ole alun alkaenkaan liittynyt vastustusta tai vaikeuksia.

Anja: ”Meil on sieltä meiän rippikouluajoilta semmonen ystäväpariskunta, jotka on meiän yhen lapsen kummeja, joilla on ollu 15-vuotiaasta asti kutsumus tehdä parisuhdetyötä tai avioliittotyötä (nauraa).

Arto: ”No ei ihan, mutta melkein.”

Anja: ”No, on on!”

Arto: ”Ne on ystäviä, jotka on rohkassu meitä ja kulkenu edeltä, näyttäny mallia, että hei, tämmösiin juttuihin voi lähtee tai nää on hyviä toimivia viikonloppuja tai leirejä tai sellaisia. Että kannattaa lähtee. Ja siitä me sitten tartuttiin.” (Anja ja Arto 11 v. naimisissa)

”Kyllä me siihen törmättiin usein, että me nuorimpia melkein niillä kursseilla oltiin, mutta ei se meitä mitenkään oo kääntänyt pois. Jotenkin aina oli hyvä mennä kaikkiin näihin iltoihinkin. (---) Ja kyllä se osaltaan on sitten sitä, että ollaan tavattu tosi ihania ihmisiä siellä. Saatu ystäviä ja muuta avioparityöstä. Kyllä me sillain sinne hyvin alettiin heti kasvaa kiinni.” (Raija 10 v. naimisissa)

10.2 Avioliittotyöhön ajautuneiden tarina

Avioliittotyöhön ajautuneet- tarina on lähtökohdiltaan päinvastainen varsinkin miesten kerronnassa. Miehin puhe sisältää tarinan alussa kielteisen ajatuksen avioliittotyöhön osallistumisesta. Avioliittotyö on miehisessä puheessa tarpeetonta ja koko toimintaan liittyy myös negatiivisia mielikuvia ja ennakoasenteita. Naisten kerronnassa sitä vastoin ei näitä asenteita esiinny. He toimivat avioliittotyöhön houkuttelijoina, mutta miesten vastustuksesta johtuen asia jää taka-alalle.

”Siinä kävi sillä tavalla, kun Kyllikki oli joskus seitsemänkymmentäluvun lopulla, kaheksänkymmentäluvun taitteessa pyytänyt tonne Korpilahdelle avioliittoleirille. Mä olin silloin sanonu, että ei mies semmosia tarvi.” (Kai 39 v. naimisissa)

”Ja sä olit silloin aikasemmin sanonu joskus, että ”Mä en ainakaan ikinä mee mihinkään semmoseen... Et se on ihan kauheeta semmoset pienryhmät, missä pitää jotenkin puhua omista asioista. Se on kauheinta mitä mä tiedän (naurua).” (Taina 13v. naimisissa)

Ajautuminen viittaa tarinoissa siihen, että pari on päätenyt avioliittoleirille parisuhdekriisinsä puhjettua, tai kriisin jossakin vaiheessa. Osallistumisen syy on siis parin keskinäinen kriisi. Miehisessä kerronnassa ilmenee muutos suhtautumisessa avioliittotyöhön. Avioliittoleirille tai -kurssille suostutaan lähtemään esimerkiksi vaimon pyynnöstä tai osallistuminen voidaan nähdä jopa välttämättömyydeksi, jotta kriisistä selvittäisiin ja mies voi toimia silloin aloitteentekijänä.

”Taina ilmotti meiät sinne. Mä lähdin taas mukaan, kun Taina lähti edellä. Et niin päin me sinne lähettiin.” (Teemu 13 v. naimisissa)

”Sitten yheksänkymmentäkaks vuonna mä en antanu Kyllikille mahollisuutta, vaan minä kutsuin Kyllikin sinne, kun mä huomasin, et me tarvitaan sitä. Siis minä miehenä sanoin,

että nyt minä olen tilannut sieltä paikat ja me lähdemme sinne. (---) Et se oli ainut semmoinen valo, mitä kohti mä lähin, se avioliittoleiri.” (Kai 39 v. naimisissa)

Avioliittoleirille osallistuminen muuttaa asenteita miehissä puheessa ja myös identiteettiä parisuhteen hoitajina. Miehin kerronta muuttuu aktiivisen ja innokkaan osallistujan puheeksi. Teemun aiempi ehdottoman kielteinen asenne pienryhmiä kohtaan muuttui päinvastaiseksi.

”Sit niitä oli liian vähän loppujen lopuksi. (naurua) Mä tykkäsin niistä tosi paljon. Ja meillä oli se ryhmä aivan mahtava.” (Teemu 13 v. naimisissa)

Kai ja Kyllikki ovat nyt toimineet jo useampia vuosia avioliittotyön vastuutehtävissä pienryhmien vetäjinä ja luennoitsijoina. Heille mukanaolo on tärkeä yhdistävä tekijä. Kai kertoo, että mukanaolo on hänelle nykyään niin tärkeää, ettei hän puhuisi enää vain harrastuksesta.

Kyllikki: ”Me on saatu siellä paljon hyviä ystäviä, kun on näin kauan oltu tässä mukana. Meille tää on semmoinen harrastus, joka yhdistää meitä. Ja saadaan koko ajan vielä lisää niiltä leireiltä, koska valmiitahan meistä ei tuu koskaan.”

Kai: ”Niin tai sanosin näin, että se ei oo enää harrastus, vaan mä oon ottanu sen ihan tosissaan!” (Kyllikki ja Kai 39 v. naimisissa)

11. AVIOPARIEN ELÄMÄ KRIISIN JÄLKEEN

Parisuhdekriisistä selviytymisessä parien kertomukset kriisin jälkeisestä elämästä ja puolisoitten keskinäisestä suhteesta tuovat tärkeän näkökulman selviytymisen tutkimukseen. Parisuhdekriisin selviäminen oli merkinnyt Pukkalan (2006a) tutkimuksessa monille mukanaolijoille pareille käännekohtaa elämässä, jonka johdosta oli tarkistettava sitoutumisensa suhteeseen. Samalla oli tehtävä jonkinlainen välitilinpäätös: millaisessa suhteessa halutaan jatkaa tästä eteenpäin. Useimmilla pareilla liitto oli muuttunut käännekohtaan seurauksena. He olivat muuttaneet yhteisiä tapojaan miten he toimivat ja elivät yhdessä. Myös yksilöinä he olivat muuttuneet ja kehittyneet, jotta yhteiselämää pystyttiin jatkamaan. Sen seurauksena saattoi olla tunne uudesta ja erilaisesta avioliitosta. Parit olivat kokeneet vaikeuksien selvittämisen vahvistaneen ja yhdistäneen heitä. (Mt., 31, 127-129, 132.)

Kysymys uuden kriisin kohtaamisesta parisuhteessa herätti kahdensuuntaisia ajatuksia. Toisaalta isosta kriisistä ylipääseminen antoi vahvaa luottamusta tulevaan, ettei mitään niin vaikeaa voisi eteen enää tulla, mistä ei päästäisi yhdessä ylitse. Toisaalta ajatus kriisin uusiutumisesta ja siihen liittyvät ahdistavat ja synkät tunteet tuntuivat myös pelottavalta. Kuitenkin kokemus selviytymisestä antoi luottamusta siihen, että kriisejä voi työstää ja ennaltaehkäistä.

”Mulla on semmonen tunne, ettei meille voi tapahtua mitään sellasta, mistä me ei selvitä. Mä en ymmärrä mitä se voisi olla.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

”Sen kihlauskriisin jälkeen on heti tullu semmonen, että ei meillä niin pahaa ongelmaa voisi olla (nauraa), etteikö siitä läpi päästäis.” (Raija 10 v. naimisissa)

”Kyllä mun täytyy sanoa, että kyllä ne pelkoo herättää. Koska ne aina, tai tällasen kokemuksen valossa, niin sekä yksilön kriisi joka näkyy parisuhteessakin tai parisuhteen kriisit, niin ne on hirveen kipeitä ja haavottavia, raskaita, musertavia. Totta kai sitä pelkää, mutta en mä ainakaan oo ahdistunu tai aattele, että ne vääjäämättä vyöryy päälle. Aika moneen asiaan yksilöelämässä ja parisuhteessa voi vaikuttaa.” (Arto 11 v. naimisissa)

Kriisistä selviytyminen oli muuttanut tutkimuksen pariskuntien kokemusta parisuhteessa elämisestä. Pariskunnat arvostivat kriisin jälkeen suhteessaan muun muassa kokemaansa uudenlaista turvallisuuden, luottamuksellisuuden, läheisyyden, yhteyden ja harmonian tunnetta. Yksinkertaiset asiat, kuten yhteiset koti-illat puolison kanssa olivat merkityksellisiä ja tärkeitä. Risto, Teemu ja Taina kertovat tärkeimpinä ja arvokkaimpina pitämistään asioista parisuhteissaan nykyisin.

”Monella tasolla tapahtuva läheisyys, semmonen joka on nyt vasta oikein tullut, että ollaan päästy lähelle henkisesti ja myöskin fyysisesti.” (Risto 10 v. naimisissa)

”Turva. Tietää, että tänäkin iltana mennään tyytyväisenä nukkumaan ja huomenaamalla herätään ja taas touhutaan. Ettei tarvi kauhulla oottaa, et mitähän ens yönä tapahtuu tai huomenna tapahtuu. Vaikka se saattaa tylsältä kuullostaa, kun noita tv-sarjoja kattelee.. Mut tässä vaiheessa koti-illat on mukavia! (nauraa)” (Teemu 13 v. naimisissa)

”Se on ihaninta, et saa yhdessä vaan polttaa takkaa ja kuunnella musiikkia ja lueskella, kattoo telkkaria ja ihan semmosta tavallista kotielämää. Se on parasta.” (Taina 13 v. naimisissa)

Pitkässä parisuhteessa myös uudelleenrakastumisen tunne tuo iloa kriisin jälkeisessä elämässä.

”Niinkun mä just yhtenä päivänä sulle sanoin, että musta on ihanaa elää tätä elämää sun kanssa. Ja silloin yhtenä päivänä, kun piti ihan tekstiviestikin laittaa sulle, että kun koki rakkauden tunnetta. Ja se mikä meillä tänä päivänä on tämä lepposa, hyvä olo olla yhdessä, niin sen löytyminen. Niin se on ihan.. Kun joskus luuli, että se on täysin mahdotonta. Hyvä vanheneminen yhdessä, että saatas vaan mahdollisimman monta päivää ja vuotta vielä olla, ettei tarttis yksin jäädä.” (Kyllikki 39 v. naimisissa)

12. POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää miten avioparit olivat selviytyneet vakavasta parisuhdekriisistään ja millaista apua he ovat kokeneet saavansa avioliitto- ja parisuhdetyöstä. Tutkimusryhmä koostuu laadulliselle tutkimukselle ominaisesti pienestä, neljän avioparin ryhmästä ja tutkimustulokset edustavat paikallista tietoa ja yksilöllisiä elämäntarinoita. Pariskuntatarinat olivat omaleimaisia ja toisistaan poikkeavia selviytymisen kertomuksia, mutta niistä löytyi myös kulttuurisesti jaettu perinne, josta mm. Hyvärinen (2006) on kirjoittanut. Tämä näkyy esimerkiksi siinä, että haastatteluissa tuli vahvasti esiin yhteinen, jaettu arvomaailma parisuhteen hoitamisen hyödyllisyydestä sekä sitoutumisen ja pitkäjänteisyyden tärkeydestä kriisistä selviytymisessä.

Koetut parisuhdekriisit olivat hyvin erilaisia, sekä taustatekijöiltään, että tapahtumakulultaan. Finchamin ja Beachin (1999) nimeämästä peitelystä konfliktista käytän tutkimuksessa nimitystä hiljainen kriisi. Ainakin toinen puolisoista eli tietämättömänä tilanteen vakavuudesta. Hiljainen kriisi muuttui ajan kuluessa avoimeksi, tiedostetuksi. Avoin pitkäkestoinen parisuhdekriisi koettiin monessa tapauksessa sykliseksi, kuin vuoristoradan kaltaiseksi ajanjaksoksi. Kriisin syklisyyden kokemisessa oli ilmeisesti hyvät ja huonot puolensa. Haastateltavien kertomusten perusteella hyvät hetket antoivat hetken lohdutuksen ja ilon vaikeuksien keskelle. Kuitenkin kriisikuvion uusiuduttua epätoivon tunne saattoi olla vielä voimallisempi ja viedä paljon voimavaroja. Myös Jähi (2004) kirjoittaa raskaasta syklisestä emotionaalisesta prosessista, johon psyykkisesti sairaiden omaiset joutuvat, kun sairastumis- ja toipumisvaiheet vaihtelevat psyykkisesti sairaalla. Omaisilla toivon ja epätoivon tunteet vaihtuvat vuorotellen. (Mt., 35.)

Vakava parisuhdekriisi saattoi myös merkitä emotionaalisesti kuin jatkuvaa pimeydessä elämistä, vailla näkemystä selviytymisestä. Yhteistä erityyppisille kriiseille oli suuri inhimillinen tuska, mistä tutkimuspariskunnat kertoivat. Parisuhdekriisi on kaikin tavoin koetteleva ja jopa sietokyvyn rajamaille vetävä kokemus, joka ratketakseen vaatii suuria ponnisteluja ja lähes poikkeuksetta myös ulkopuolista tukea ja apua. Parisuhdekriisissä eläminen näyttäytyy pariskuntien kertomuksissa yksinäisenä kokemuksena. Kriisi erottaa puolisoita toisistaan ja aiemmin läheiseksi ja rakkaaksi koettu ihminen nähdään uhkana ja jopa vihollisuutena minuudelle ja omalle olemassaololle. Yhteisyyden ja pariskuntuuden kokemus joutuu vakavaan koetukseen. Kriisissä molemmat puoliset käyvät läpi erilaisia vaikeita tunteita ja ajatuksia. Keskinäistä yhteyttä ja yhteisymmärrystä ei aina kriisin keskellä ole lainkaan.

Avioeroon päätyneet henkilöt arvioivat Paajasen (2003) tutkimuksessa tärkeimmiksi eroon

johtaneiksi syiksi rakkauden ja läheisyyden puuttumisen parisuhteesta, vaikeudet puhua ja selvittää erimielisyyksiä ja sen, ettei parisuhdetta hoidettu (mt., 70). Mielestäni tämä kertoo siitä, että parisuhteen tunneyhteyden hoitamiseen ja parantamiseen on ilmeisen vaikeaa löytää hyviä ratkaisuja ja työvälineitä - varsinkin jos puolisoiden keskinäiset tunteet ovat jo pitkälle pakkasen puolella. Eronneista pareista peräti 23 prosenttia naisista ja 29 prosenttia miehistä, jotka olisivat halunneet apua parisuhteensa kriisiin, ei ollut löytänyt sopivaa ammattiauttajaa, jonka kanssa olisi voinut keskustella. Eronneilla miehillä liki 10 prosentilla ei ollut ketään kenen kanssa keskustella parisuhdeongelmistaan. (Mt., 63.) Parisuhteiden vahvistamiseksi ja auttamiseksi tarvitaankin sosiaali- ja terveysalalle lisää resursseja ja parisuhdeproblematiikan tuntemusta, jotta tilanne voisi korjaantua.

Yhteiskunnallisen muutoksen myötä parisuhde on eriytynyt aiemmista tiiviistä sosiaalisista suhteista, jotka merkitsivät tiukan normiston ohella myös tuen ja turvan tuntua (Beck & Beck-Gernsheim 1995, 46). Laajennetusta perheestä ja yhteisöllisyydestä siirtyminen ydinperheisiin on toki tuonut mahdollisuuden yksilöllisiin elämänvalintoihin ja myös tunnesuhteen vaalimiseen parisuhteessa, mutta erilaisissa yksilön ja parisuhteen kriisitilanteissa luonnolliset tukiverkostot ovat vähissä tai ne eivät tarjoa riittäväksi koettua apua. Tämä käy myös ilmi pariskuntien selviytymistavoista kriisissä, joissa ei käytännössä esiinny lainkaan luonnollisten verkostojen, esimerkiksi sukulaisten, vanhempien tai sisarusten osallisuutta emotionaalisen tuen tarjoajina tai muutoin selviämisen tukena. Vaikka tällaista tukea ehkä olisi ollutkin tarjolla luonnollisten verkostojen taholta, jotakin se silti kertoo parisuhteessa elämisen orientaatiosta, ettei kukaan haastateltavista nostanut tällaista tuen muotoa vahvasti esiin haastattelun aikana. Parisuhteessa eläminen hyvinä ja huonoina aikoina koetaan ilmeisen intiiminä yksityisasiana.

Avioliitto- ja parisuhdetyö merkitsi tutkimuksen pariskunnille modernia yhteisöllisyyden kokemusta, jossa oli mahdollisuus saada tukea ja lohtua parisuhdekriisin keskellä vertaistuen avulla ja myös henkilö- ja parikohtaisen kasvun mahdollisuutta avioliittotyössä annetun koulutuksen kautta. Yhteisöllisyys rakentuu yhteisen elämänalueen, parisuhteen hoitamisen ja rikastuttamisen ympärille ja muut tekijät, kuten ihmisten ammatit jätetään tietoisesti huomiotta, jotta jokainen voisi kokea olevansa muiden kanssa samalla viivalla. Erilaisiin parisuhdetapahtumiin osallistuminen merkitsi myös tilaisuutta kohdata puolison kanssa normaalia arkikeskustelua syvällisemmällä tasolla toisiaan kuunnellen ja keskustellen. Tämä oli tärkeää erityisesti keskinäisen tunneyhteyden parantumisen ja vahvistumisen kannalta. Pariskunnat kokivat eri avioliittoleirien ja -kurssien kautta usein saaneensa oivalluksia, joiden kautta tapahtui jotakin pieniä muutoksia ja edistysaskeleita parin keskinäisissä väleissä. Avioliitto- ja parisuhdetyössä mukanaolo muutti siis parisuhdetta pikkuhiljaa

ja auttoi kriisistä selviämässä. Vaikean kriisin keskellä saattoi näyttää, ettei avioliittoleireillä käymisestä ollut mitään hyötyä. Mutta avioliittotyön hyöty ja apu nähtiin tulevan viiveellä, jolloin tärkeäksi selviytymisen tekijäksi nostettiin se, ettei annettu heti periksi, vaikka tilanne näytti pitkään pahalta, eikä edistymistä ollut näkyvillä. Poikkeuksen tähän muodosti Teemun ja Tainan tarina, jossa ensimmäinen avioliittoleiri muutti heidän elämänsä ja auttoi kriisistä eteenpäin radikaalisti. Mutta myös he kertoivat, etteivät kaikki avioliittoleireillä ja –kursseilla kuullut opetukset mene suoraan käytäntöön, vaan muutos sinänsä tapahtuu hitaasti.

Tutkimuksen perusteella näyttää siltä, että kriisin avoin kohtaaminen ja asian käsittely on ollut merkittävä tekijä selviytymisessä, joka on myös vaikuttanut parisuhdetyytyväisyyteen myönteisesti. Onnistuneessa selviytymisen kokemuksessa oli oleellista juuri negatiivisten tunteiden rakentava läpikäyminen ja anteeksiantaminen, joiden kautta etsittiin uutta yhteisymmärrystä. Tätä näkemystä tukee myös Pukkala (2006b), joka arvelee puolisojen kyvyn puhua tunteista auttaneen heitä selviytymään ylitsepääsemättömäntuntuista parisuhdeongelmista. Rohkea avautuminen ja tunteista kertominen puolisolalle voi tuoda vapauden kokemuksen mielen taakoista ja myös lujittaa parisuhteen tunnesidettä. Puolisot voivat kokea olevansa toisilleen arvokkaita ja erityisiä kuultuaan toistensa tunneilmaisuja. Tätä kautta yksinäisyyden tunne vähenee ja käsiteltävä asia alkaa tuntua enemmän yhteiseltä. Yli puolet tutkimuksen pariskunnista oli opetellut puhumaan tunteistaan joko kriisien tai mököttämisen seurauksena. (Mt., 77, 79.)

Jokainen tutkimuksen selviytymiskertomus rakentuu useista osatekijöistä. Selviytymistä voisi verrata suuren palapelin kokoamiseen, joka vaatii kokoajaltaan kärsivällisyyttä ja pitkäjänteisyyttä. Jokainen osatekijä oli tärkeä kokonaisuuden kannalta. Parisuhteen positiiviset voimavarat, kuten myönteiset parisuhdemuistot ja yhteisyyden kokemuksen vahvistajat, kuten keskinäinen huumori ja yhteinen ajanvietto esimerkiksi lomailamalla tasapainottivat negatiivisia tunnekokemuksia ja kriisivaihetta. Nämä tekijät eivät yksistään kuitenkaan auttaneet selviytymisessä. Siihen tarvittiin myös aktiivista työskentelyä keskustellen yksilö- ja pariskuntatasolla. Yksilöllisessä työskentelyssä merkittävää apua sai noin puolet haastatelluista terapeutin keskusteluavun kautta ja hengellinen elämä toimi muutamilla haastatelluilla lohdutuksen lähteenä sekä raskaiden tunteiden purkuväylänä. Parikohtaiseen työskentelyyn saatiin apua ja tukea yhteisen terapian ja avioliittotyön kautta.

Parisuhde voi toipua merkittävästikin kriiseistä vielä sellaiseksi, että puolisot voivat uudelleen kokea onnellisuutta ja rakkautta liitossaan. Mitään helppoa ratkaisua tai tietä ei tähän varmasti löydy, mutta tutkimuksen perusteella kriisi voi muuttaa ja muokata parisuhdetta uudellaiseksi, parhaimmassa tapauksessa paremmaksi ja lujemmaksi kuin koskaan aiemmin. Parisuhdekriisi ei

kuitenkaan automaattisesti tuo mitään hyvää parisuhteeseen, vaan oleellista on miten kriisissä toimitaan ja etsitään sovintoa ja yhteisymmärrystä.

Lähdin tutkimusprosessin alussa etsimään pariskunnan yhteistä tarinaa, miltä se mahtaisi kuullostaa tai löytäisinkö sellaista ylipäätään. Haastatteluja analysoidessani löysin pariskuntatarinoista useampia kerroksia. Tarinoissa oli paljon puolisoitten kesken jaettua, ne olivat enemmän ”meidän tarinoitamme”, kuin yksilöllisiä kertomuksia. Yhteistä historiaa oli takana jo niin pitkälti, että puoliset olivat tulleet toisilleen hyvin tutuiksi, niin hyvine kuin huonompine piirteineenkin. Historian merkkipylväät, kuten lasten syntymät, muutot, kriisin tapahtumat ja siitä selviytyminen muovasivat pariskuntatarinan vaiheita. Ne olivat yhdessä jaettuja kokemuksia ja elämää. Selviytymispuheessa yhteinen näkökulma ja kerronta oli vahvinta. Puoliset olivat hyvin samanmielisiä siitä, mitkä tekijät olivat heitä auttaneet kriisistä selviytymisessä. Sen sijaan kriisikerronnassa kokemuksellisuuden erot tulivat selkeimmin esiin. Parisuhde koostuu kahdesta yksilöstä, erilailla kokevasta, tuntevasta ja ajattelevasta ihmisestä, joka näkyy pariskuntatarinassa erilaisina, toisistaan poikkeavina tunnekuvauksina. Myös puolison kriisin aikaisten kokemusten ja tunteiden ymmärtäminen on aina vajavaista, vaikka asioista oltaisiin keskusteltukin. Näin pariskunnan tarinassa yhdistyy yhteisen kertomuksen ohella myös yksilöllinen kertomus.

Tutkimuksen tekeminen oli itselleni mielenkiintoinen matka haastattelemieni parien kanssa. Jokaisen parin selviytymistarinassa oli jotakin valtavan hienoa ja koskettavaa, mitä on vaikea pukea sanoiksi. Selviytymisen tutkiminen tuottaa toivoa, mikä on sinänsä jo palkitsevaa. Jokainen pari koki selvinneensä merkittävästä kriisistä ja osa kuvasi sitä ihmeeksi ”että vielä ollaan tässä yhdessä”. Yhdessä kuljettu tie oli paikoin tuntunut ylitsepäsemättömän vaikealta eikä kriisi sinänsä herättänyt mitään positiivisia ajatuksia, mutta jälkikäteen katsottuna jotain arvokasta oli syntynyt matkan ja koettelemusten seurauksena.

”En mä varmaan tätä kultajyvää olis löytänyt ilman näitä vaikeita aikoja, mutta kyllä mä muutaman päivän pois antasin sieltä.” (Kai 39 v. naimisissa)

Lähteet

- Aaltola, J. & Valli, R. (2001) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: vinkkejä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Antikainen, A. (1999) Perheväkivallan perhekeskeinen hoito. Teoksessa Aaltonen, J. & Rinne, R. (toim.) Perhe terapiassa. Vuoropuhelua vuosituhannen vaihtuessa. Jyväskylä: Suomen Mielenterveysseuran Koulutuskeskus.
- Avec, Parempaan avioliiton perhelehti. (2007) Helsingin NMKY.
- Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. (1995) The Normal Chaos of Love. Cambridge: Polity Press.
- Bruner, J. (1986) Actual Minds, Possible Words. Cambridge: Harvard University Press.
- Bruner, J. (1996) The Culture of Education. Cambridge: Harvard University Press.
- Christensen, A. & Heavey, C. (1990) Gender and Social Structure in the Demand / Withdrawal Pattern of Marital Conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (1), 73-81.
- Erkkilä, R. (2006) Narratiivinen kokemuksen tutkimus: Koettu paikka, tarina ja kuvaus. Teoksessa Perttula, J. & Latomaa, T. (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys- tulkinta- ymmärtäminen. Vantaa: Dark/Dialogia, 195-226.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Fincham, F. & Beach, S. (1999) Conflict in Marriage: Implications for working with Couples. *Annual Review of Psychology*, 50, 47-77.
- Fincham, F. & Hall, J. & Beach, S. (2006) Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions. *Family Relations*, 55, 415-427.
- Frank, A. (1995) The Wounded Storyteller. Body, Illness and Ethics. Chicago: The University of Chicago Press.

Gottman, J. (1993) The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (1), 6-15.

Gottman, J. (1994) *What predicts divorce?* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Gottman, J. & Krokoff, L. (1989) Marital Interaction and Satisfaction: A Longitudinal View. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57 (1), 47-52.

Halford, W. & Markman, H. & Kline, G. & Stanley, S. (2003) Best practise in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29 (3), 385-406.

Hallitusohjelma (2007) <http://www.valtioneuvosto.fi/hallitus/hallitusohjelma/fi.jsp> (Viitattu 27.11.2007)

Heikkinen, H. (2001) Narratiivinen tutkimus- todellisuus kertomuksena. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 116-132.

Helsingin NMKY

<http://www.hnmky.fi> (Viitattu 29.11.2007)

<http://avioliitto.hnmky.fi> (Viitattu 29.11.2007)

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2001) *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S. & Remes, P. & Sajavaara, P. (1997) *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Kirjayhtymä.

Hyväri, S. (2005) Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.) *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Jyväskylä: Gummerus, 214-235.

Hyvärinen, M. (2006) *Kerronnallinen tutkimus*. <http://www.hyvarinen.info/page02-kerrot.html>. (Viitattu 16.3.2008)

Hämäläinen, P. (1987) *Perhe, pahin ja paras. Näkökulmia tavallisen perheen tavanomaisiin*

ongelmiin. Jyväskylä: Gummerus.

Hämäläinen, P. (1994) Hyvän perhe-elämän tunnusmerkit. Perhe, pahin ja paras. Jyväskylä: Gummerus.

Hänninen, V. (2000) Sisäinen tarina, elämä ja muutos. Acta Universitatis Tamperensis 696. Tampereen yliopisto.

Jallinoja, R. (2000) Perheen aika. Keuruu: Otava.

Johnson, M. (1991) Commitment to Personal Relationships. Teoksessa Jones, W. & Perlman, D. (toim.) Advances in Personal Relationships: A Research Annual. London: Jessica Kingsley, 3, 117-143.

Jähi, R. (2004) Työstää, tarinoida, selviytyä. Acta Universitatis Tamperensis 1015. Tampereen yliopisto.

Kataja ry. <http://www.katajary.info> (Viitattu 12.11.2007)

Kinnula, A. (2006) Solmu parisuhteessa. Kataja ry.

Kirkon perheasiain neuvottelukeskukset <http://www.evl.fi/kkh/to/kpk/pankyhte.htm> (Viitattu 3.12.2007)

Kirkon perheneuvonnan seminaari <http://www.evl.fi/kkh/to/kpk/perheseminaarikyharainen.html> (Viitattu 2.11.2007)

Lewis, J. (2001) The End of Marriage? Individualism and intimate relations. Cheltenham: Edward Elgar.

Lieblich, A. & Tuval-Mashiach, R. & Zilber, T. (1998) Narrative research: Reading, Analysis and Interpretation. Applied Social Research Methods Series vol 47. Thousand Oaks: Sage.

Loudin, J. (1981) The Hoax of Romance. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Malinen, K. & Härmä, S. & Sevón, E. & Kinnunen, U. (2005) Miten meillä menee? Työssäkäyvien

pienien lasten vanhempien kokemuksia perhe-elämästä ja työstä. Jyväskylän yliopiston perhetutkimuskeskuksen julkaisuja 15. Jyväskylä.

Malinen, V. (2004) ”Toimiva parisuhdetalo”-teorian peruskuvaukset. Teoksessa Malinen, V. & Alkio, P. (toim.) Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta. Väestöliitto.

Mennään Eteenpäin <http://www.memennaaneteenpain.fi/> (Viitattu 23.1.2008)

Määttä, K. (1997) Mitä tapahtuu kun rakastuu? Rakastumisprosessi korkeakouluopiskelijoiden, tutkimustiedon ja runoilijoiden näkökulmasta. IV osa. Lapin yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja. B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä 25. Rovaniemi.

Määttä, K. (1999) Rakastumisprosessi ja rakkauskriisi. Teoksessa Näre, S. (toim.) Tunteiden sosiologiaa. 1 Elämyksiä ja läheisyyttä. Hämeenlinna: Karisto.

Määttä, K. (2002) Avioeron tuska ja helpotus. Helsinki: Tammi.

Niemelä, S. (1995) Aviopuolisoiden suhde ennen ja jälkeen avioliittokoulutuksen. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Kasvatustieteen lisensiaattitutkimus.

Nikander, T. (1996) Perheiden muodostuminen ja hajoaminen. Avo- ja avioparien yhteen ja erilleen muutto. Tilastokeskus. Väestö 1996:17.

Paajanen, P. (2003) Perhebarometri 2003: Parisuhde koetuksella, käsityksiä parisuhteesta ja sen purkautumisesta. Helsinki: Väestöliitto.

Palosaari, E. (2007) Lupa särkyä. Kriisistä elämään. Helsinki: Edita.

Perho, H. & Korhonen, M. (2003) Parisuhteen kulku ja vaiheet vaiheet liiton alusta keski-ikänsä kynnykselle. *Psykologia* (2), 91-102.

Pukkala, T. (2006a) Millaiset avioliitot kestävät? Pitkässä parisuhteessa eläneiden käsitykset pysyvän avioliiton avaimista. *Acta Universitatis Lapponiensis* 106. Lapin yliopisto.

Pukkala, T. (2006b) Tunteiden kirjo pitkäkestoissa parisuhteissa. Teoksessa Määttä, K. (toim.)

Tunteiden rikkaus ja rakkaus. Avaimia tunteiden tulkintaan. Helsinki: Finn Lectura.

Pukkala, T. (2007) Pitkän parisuhteen salaisuus. Keuruu: Otava.

Reuna, V. (1997) Selvitys suomalaisten perheeseen liittyvistä käsityksistä. Helsinki: Väestöliitto.

Riessman, C. (1993) Narrative analysis. London: Sage.

Saari, S. (2000) Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen. Keuruu: Otava.

Sacks, H. (1992) Lectures on conversation. Vols. 1-2. Cambridge: Basil Blackwell.

Samassa veneessä avioparityö <http://www.avioliitto.fi/tyomuodot/> (Viitattu 27.1.2008)

Sandford, K. (2006) Communication During Marital Conflict: When Couples Alter Their Appraisal, They Change Their Behavior. *Journal of Family Psychology*, 20 (2), 256–265.

Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Ammattieettinen lautakunta. (2005) Arki, arvot, elämä, etiikka. Helsinki

Suomen evankelis-luterilainen kirkko <http://www.evl.fi/kkh/to/kpk/pankapua.htm> Viitattu 22.1.2007.

Tainio, L. (2000) Pariskuntapuhe ja kokemusten rajat. *Virittäjä* 104 (1): 23-45.

Tilastokeskus, Siviilisäädyt

http://www.stat.fi/til/ssaaty/2006/ssaaty_2006_2007-05-04_tie_001.html Viitattu 19.11.2007.

Tilastokeskus, Perheet

http://www.stat.fi/til/perh/2006/perh_2006_2007-05-31_tie_001.html Viitattu 19.11.2007.

Tolkki-Nikkonen, M. (1990) Parisuhde, perhesuhde, olosuhde: Mikä pitää avioliiton koossa 15 vuoden jälkeen? Helsinki: Gaudeamus.

Trost, J. (1986) What holds marriages together? *Acta Sociologica* 29, (4) 303-310

Liite 1.

ESITIETOLOMAKE AVIOPAREILLE

1. Minä vuonna menitte naimisiin?
2. Kuinka kauan tunsitte toisenne tai seurustelitte ennen avioitumista?
3. Onko teillä lapsia ja jos, niin kuinka monta ja minkä ikäisiä?
4. Minä vuonna menitte mukaan avioliittotyöhön?
5. Kuinka aktiivisesti olette olleet mukana avioliittotyössä (esim. kuinka monella leirillä, oletteko olleet ryhmänjohtajina)?
6. Millaisia parisuhdekriisejä olette kohdanneet? Kuvailkaa muutamalla sanalla tai lauseella

Hyvät avioparit,

13.12.2007

Haen avioparikursseilla mukana olleita pariskuntia haastateltaviksi tutkimukseeni. Teen pro gradu-tutkielman Tampereen yliopiston sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitokselle. Tutkielmani ohjaaja on professori Kyösti Raunio. Tutkin yli 10 vuotta yhdessä olleita aviopareja, jotka ovat omasta mielestään käyneet läpi jonkin vakavan parisuhdekriisin, ja onnistuneet pääsemään sen ylitse. Kriisi voi liittyä esim. kommunikaatiovaikeuksiin, tiettyyn elämänvaiheeseen, toistuviin riitoihin, henkiseen etääntymiseen tai uskottomuuteen. Oleellista on se, että pariskunta itse koki tilanteessa kriisin huomattavaksi, aiheella sen sijaan ei ole niin suurta merkitystä. Tutkimushetkellä tutkittavien parien suhde ei tulisi olla kriisissä. Tutkin pariskunnan kertomusta siitä, miten he ovat selviytyneet kriisistään, mitkä ovat heidän mielestään tärkeitä asioita onnistuneessa parisuhdekriisin ratkaisussa ja miten he ovat kokeneet avioparikurssit ja sieltä saadun avun. Tutkimus antaa arvokasta tietoa parisuhdekriiseistä selviämisestä kaikille parisuhdeasioista kiinnostuneille ja ammatikseen perheitten ja pariskuntien kanssa työskenteleville.

Haastattelun tutkimukseen osallistuvat pariskuntina yhdessä tammikuun 2008 aikana. Pyytäisin teitä keskustelemaan tutkimukseen osallistumisesta puolisonne kanssa. Saamiani tietoja käytän vain tutkimuksen tekoon. Käytän haastatteluaineistoa luottamuksellisesti, niin ettei yksittäisiä ihmisiä tai pariskuntia voida tunnistaa tutkimuksesta.

Mikäli olette halukkaita osallistumaan tutkimukseen, pyytäisin teitä ottamaan yhteyttä lähiaikoina minuun joko puhelimitse tai sähköpostilla.

Ystävällisin terveisin,

Pia-Maria Turunen

pia-maria.turunen@uta.fi

(puhelinnumero)

TEEMAHAASTATTELURUNKO

1. PARISUHTEEN ALKU

Miten yhteinen taipaleenne alkoi?

Mihin te toisissanne ihastuitte ja rakastuitte?

Millaisia ajatuksia ja odotuksia teillä oli toisistanne ja tulevaisuudestanne suhteenne alkuvaiheessa?

Miten te suhtauduitte parisuhdekriiseihin seurustelunne alkuvaiheessa?

2. PARISUHDEKRIISI

Millaisia suurempia kriisejä olette kohdanneet keskinäisessä suhteessanne?

Millaisia ajatuksia ja tunteita muistatte näistä elämäntilanteista?

Mistä oli eniten hyötyä tai mistä saitte eniten apua itse kriisitilanteissa?

Mikä on jälkikäteen ajatellen ollut oleellisinta teidän kriisienne voittamisessa?

3. AVIOLIITTOTYÖ

Miten tulitte lähteneeksi mukaan avioliittotyöhön?

Millaisia ajatuksia teillä oli ennen lähtöä?

Miten olette kokeneet avioliittotyössä mukana olemisen?

Mistä olette avioliitto-opetuksessa eniten hyötäneet?

Onko jotain asioita, mistä olisitte toivoneet enemmän opetusta tai jotain käytännön muutoksia avioliittotyöhön?

4. TÄMÄN HETKINEN TILANNE

Miten teidän parisuhteenne on muuttunut?

Mitä ajattelette tänä päivänä menneistä kriiseistänne?

Millaisia ajatuksia uudet mahdolliset kriisit herättävät?

Mikä on parasta teidän suhteessanne nykyään?

Liite 4.

TUTKIMUSLUPA

Sosiaalityön pro gradu-tutkielma

Pia-Maria Turunen

Kevät 2008

Tätä haastattelua tullaan käyttämään tutkimustarkoituksiin. Nauhoitetta säilytetään turvallisesti ja analyysin jälkeen nauhoitus tuhoetaan. Haastateltavien henkilöllisyys tulee ainoastaan aineiston kerääjän, Pia-Maria Turusen tietoon. Kun tutkimusraportti julkaistaan, kaikki nimet ja yksityiskohdat muutetaan niin, ettei henkilöt eikä pariskunnat ole tunnistettavissa tekstistä.

Annan luvan käyttää haastatteluani Pia-Maria Turusen sosiaalityön pro gradu-tutkielmaan.

Tampereella tammikuussa 2008.

(NIMEN SELVENNYS)

(NIMEN SELVENNYS)

