

# **Nuoren parisuhteen haasteet ja selviytymiskeinot**

Kohderyhmänä Virtaa välillämme -parisuhdekurssille osallistuneet  
lapsettomat nuoret parit.

Tampereen yliopisto  
Sosiologian ja sosiaalipsykologian  
laitos  
Pro gradu -tutkielma  
Heini Weckroth  
Toukokuu 2006

Tampereen yliopisto, yhteiskuntatieteellinen tiedekunta  
Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos, sosiaalipsykologia

WECKROTH, HEINI: Nuoren parisuhteen haasteet ja selviytymiskeinot. Kohderyhmänä Virtaa välillämme -parisuhdekurssille osallistuneet lapsettomat nuoret parit.

Pro gradu -tutkielma, 87 s., 5 liites.

Toukokuu 2006

---

## TIIVISTELMÄ

Tämä tutkimus käsittelee nuoren parisuhteen haasteita ja selviytymiskeinoja parisuhteen osapuolten itsensä kokemina. Tutkimus liittyy perheen kehitysvaiheiden tutkimuksen perinteeseen, mutta hyödyntää teoriaa ja metodeja coping-tutkimuksesta sekä kiintymyssuhdetutkimuksesta.

Tutkimuksen kohderyhmänä on Tampereella vuonna 2004 evankelis-luterilaisen kirkon Virtaa välillämme -parisuhdekurssille osallistuneet lapsettomat nuoret aikuiset. Tutkimukseen osallistui yhdeksän paria. Aineistonkeruumenetelminä olivat parihaastattelu sekä kiintymystyölin itsearviointilomake.

Haasteet, joita parit toivat haastattelussa esille, jaettiin parisuhdetason haasteisiin, sopimustason haasteisiin ja muihin haasteisiin. Parisuhdetason haasteet ovat parisuhteen sisäisiä haasteita, ja parilla on niihin runsaasti vaikutusvaltaa. Sopimustason haasteisiin liittyy parisuhteen ulkopuolisia tekijöitä ja parilla on haasteisiin vaihtelevasti vaikutusvaltaa. Muut haasteet tulevat parisuhteen ulkopuolelta, eikä parilla ole niihin lainkaan vaikutusvaltaa. Coping tarkoittaa haasteisiin käytettyjä selviytymiskeinoja. Aktiivinen coping on toiminnallista ja sisäinen coping mielen sisäistä. Molemmat tähtäävät ongelman ratkaisuun. Vetäytyvä coping sananmukaisesti vetäytyy ongelman ratkaisusta.

Parit toivat haastattelussa esille seuraavia parisuhdetason haasteita: sitoutumiskriisi kuudella parilla, vuorovaikutus kolmella parilla sekä seksuaalisuus, mustasukkaisuus ja valtataistelu yhdellä parilla. Keskinäinen keskustelu oli kaikkien parien käyttämä aktiivinen selviytymiskeino. Muita aktiivisia selviytymiskeinoja olivat kompromissien tekeminen keskustelun ajoituksessa, kumppanin vuorovaikutuksen tukeminen, ystävien kieltäminen kritisoimasta parisuhdetta, ajan antaminen toisen päätöksenteolle, sopimuksen tekeminen ja siitä kiinni pitäminen sekä avioitumisen myötä yhteen muuttaminen. Sisäinen coping ilmeni yhtäältä tietoisena ja aktiivisena toimintana, toisaalta vähemmän tietoisena prosessointina, jonka lopputuloksena oli kypsymistä ja hioutumista. Vetäytyvä coping näyttäytyi kahdella miehellä haluna välttää ongelmista keskustelemista ja yhdellä naisella siten, että hän teeskenteli, ettei halua sitoutua. Aktiivinen coping osoittautui useimmiten tehokkaimmaksi parisuhdetason haasteissa. Pelkkä aktiivinen coping tavallisimmin puhumisen muodossa ei kuitenkaan aina auttanut. Erityisesti sitoutumiskriisistä ja mustasukkaisuudesta puhuttaessa puhe jäi kiertämään hyödyttöä kehää, jos ei sisäistä

muutosta tapahtunut. Sitoutumiskriisissä toimiva selviytymiskeino oli ajan ja rauhan antaminen sitoutumisesta epävarmuutta kokevan sisäisille pohdinnoille.

Sopimustason haasteista ajankäytön ongelmia toi esille viisi paria, siisteyteen liittyviä ongelmia kaksi paria ja sukuun liittyviä moninaisia haasteita yksi pari. Yhdellä parilla oli haaste, jota toinen osapuoli kuvasi ammatinvalinnan arvosteluksi, toinen taas yhteisen kasvun suunnan etsimiseksi. Sopimustason haasteisiin käytettiin hyvin haastespesifejä selviytymiskeinoja.

Muiden haasteiden ryhmään kuuluvia haasteita olivat vanhempien avioerot ja läheisen sairaus. Keskustelu oman puolison ja myös muiden ihmisten kanssa oli tärkein selviytymiskeino. Toinen selviytymiskeino oli muun tekemisen keksiminen ajatusten irrottamiseksi huolista.

Kaikista parisuhteen haasteista vain vuorovaikutus oli yhteydessä puolisoitten kiintymystyyliin. Vuorovaikutusongelmia ei ollut niillä pareilla, joiden molemmat osapuolet arvioitiin turvallisesti kiintyneiksi. Parisuhdetason haasteissa ne parit, joiden molemmat puoliset olivat turvallisesti kiintyneitä, suuntautuivat ongelman ratkaisuun ja keskustelivat avoimesti. Parisuhdetason haasteissa ongelmanratkaisusta vetäytyvää copingia käytti vain kolme henkilöä, joista yksi oli takertuvasti kiintynyt ja kahden kiintymystyyliä ei pystytty määrittelemään.

Avainsanat: parisuhde, perheen kehitysvaiheet, Virtaa välillämme -kurssi, kiintymystyyli, coping.

Sydämelliset kiitokset jokaiselle haastattelun antaneelle nuorelle parille. Kiitos yhteistyöstä Virtaa välillämme -projektin projektisihteeri Kari Lankiselle sekä pastori Salla Häkkiselle. Lämpimät kiitokset ohjaajilleni professori Anja Riitta Lahikaiselle, sekä tohtori Harri Sarpavaaralle. Veera Kampmannille kiitos lähteistä sekä keskusteluista. Kiitos kommentaista Heidi Okkoselle, Jenni Mäenpäälle, Arja Kuusiselle ja Jorma Weckrothille.

## SISÄLLYS

<b>1. JOHDANTO</b> .....	2
<b>2. VIRTAA VÄLILLÄMME -KURSSI</b> .....	4
<b>3. NUORI PARISUHDE YHTEISKUNNALLISESSA KONTEKSTISSA</b> .....	8
3.1. NUORI PARISUHDE PERHEEN KEHITYSVAIHEENA .....	8
3.2. PERHEEN FUNKTIOT JA MERKITYS.....	9
<b>4. KIINTYMYSSUHDETEORIA</b> .....	10
<b>5. COPING PARISUHTEESSA</b> .....	15
5.1. COPING – TUTKIMUS .....	15
5.2. PARISUHTEEN HAASTEET.....	18
<b>6. TUTKIMUSKYSYMYKSET, METODI JA TUTKIMUSPROSESSI</b> .....	20
6.1. TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	20
6.2. HAASTATTELUAINEISTON HANKINTA.....	20
6.3. HAASTATTELUAINEISTON KÄSITTELY .....	26
6.4. KIINTYMYSTYYLIN ITSEARVIOINTITEHTÄVÄ .....	28
<b>7. HAASTATTELUAINEISTON ESITTELY JA KURSSILAISTEN TAUSTATIEDOT</b> .....	30
<b>8. KIINTYMYSTYYLIT AINEISTOSSA</b> .....	33
<b>9. PARISUHTEEN HAASTEET JA SELVIITYMISKEINOT</b> .....	35
9.1. PARISUHDEASON HAASTEET, SELVIITYMISKEINOT JA PARIEN KIINTYMYSTYYLIT.....	38
9.1.1. Turvallinen-turvallinen.....	38
9.1.2. Turvallinen – määrittelemätön .....	44
9.1.3. Turvallinen – takertuva.....	50
9.1.4. Turvallinen – turvallinen/takertuva.....	52
9.1.5. Turvallinen – pelokas/itseriittoinen.....	52
9.2. SOPIMUSTASON HAASTEET JA SELVIITYMISKEINOT.....	54
9.2.1. Ajankäyttö.....	54
9.2.2. Siisteys ja muut käytännön asiat .....	61
9.2.3. Ammatinvalinta ja kasvun suunta .....	63
9.2.4. Suku.....	64
9.3. MUUT HAASTEET JA SELVIITYMISKEINOT.....	67
9.3.2. Vanhempien avioerot .....	67
9.3.3. Läheisen sairaus.....	68
9.4. MUU PARISUHTEEN HOITO.....	70
<b>10. JOHTOPÄÄTÖKSET</b> .....	72
10.1. YHTEENVETO TUTKIMUSTULOKSISTA .....	72
10.2. VIRTAA VÄLILLÄMME -KURSSI TUTKIMUSTULOSTEN VALOSSA .....	76
10.2.1. Vastaavatko kurssin teemat kurssilaisten haasteisiin?.....	76
10.2.2. Ehdotuksia.....	78

10.3. TYÖN RAJOITUKSET JA ANSIOT .....	79
10.4. LOPUKSI .....	81
<b>LÄHTEET</b> .....	<b>83</b>
<b>LIITTEET</b> .....	<b>I</b>

# 1. Johdanto

Tämän tutkimuksen tarkoitus on tuottaa tietoa nuorten aikuisten parisuhteista kirkon Virtaa välillämme -projektin tarpeisiin. Halusin tehdä opinnäytteeksi tutkimuksen, jota myös luetaan ja hyödynnetään. Yhteistyöhaluiseksi kumppaniksi löysin evankelisluterilaisen kirkon Virtaa välillämme -projektin, jonka keskiössä on nuorille pareille tarkoitettu parisuhdekurssi. Kyseessä on ennalta ehkäisevän parisuhdetyön uusi työmuoto, joka toteutetaan ensin vaiheittain projektina kaikissa hiippakunnissa ja jota pyritään jatkossa vakiinnuttamaan osaksi paikallisseurakuntien toimintaa. Uutuutensa vuoksi projektissa kaivataan kurssia ja kurssilaisia koskevaa tutkimustietoa. Tämä tutkimus tuottaa syvällistä ja yksityiskohtaista tietoa pienestä, mutta edustavasta otoksesta kurssilaisia.

Tutkimukseni on haastattelututkimus, jossa haastateltavina ovat Virtaa välillämme -parisuhdekurssin käyneet lapsettomat nuoret parit. Pariskunnat voivat seurustella tai elää joko avoliitossa tai avioliitossa. Tiedonintressinä tässä kohderyhmässä on ensinnäkin parisuhteen osapuolien parisuhteessa kokemat haasteet ja heidän selviytymiskeinonsa. Haasteet voivat olla parisuhteen esiin nostattamia yksilön haasteita, parin ja yksilön ulkopuolelta, esimerkiksi suvusta tai yhteiskunnasta tulevia haasteita tai luonnollisesti parisuhteesta itsestään nousevia haasteita. Olipa haaste peräisin miltä elämän alueelta tahansa, sen on vaikutettava myös parisuhteeseen ollakseen parisuhteen haaste. Lisäksi kiinnostuksen kohteena on kiintymyssuhdetyölin mahdollinen yhteys parisuhteen suhdetason haasteisiin ja selviytymiskeinoihin.

On tärkeää tutkia erilaisten parien erilaisissa elämäntilanteissa kokemia haasteita ja heidän selviytymiskeinojaan, jotta pareja ja perheitä osattaisiin tukea oikein ja sitä kautta välttyttäisiin turhilta avio- ja avoeroilta sekä niiden tuottamalta kärsimykseltä. Eroissa kärsivät puolisoiden lisäksi myös lapset. 17-vuotiaista lapsista joka viidennen äiti on eronnut avioliitosta ja yli 30000 lasta kokee vuosittain perheen hajoamisen avio- tai avoeron seurauksena (Kartovaara & Sauli 2000, 62, 67). Kuitenkin 20 % eronneista kokee, että ero olisi voitu välttää ja 13 % kokee, että ero olisi ehkä voitu välttää. Avioliiton säilyttämisen avaimina nähtiin ajoissa tapahtuva ulkopuolisen avun hakeminen,

puolisoiden oma tahto ja aviollinen uskollisuus. (Paajanen 2003, 76–77.) Tämän tutkimuksen nuorilla pareilla ei ole lapsia, mutta monet heidän nykyisistä haasteistaan tulevat koskemaan heitä myös lapsiperhevaiheessa ja vastaavasti nuorempana opitut selviytymiskeinot ovat käytettävissä tulevinakin vuosina uusissa haasteissa.

Koen tutkimusaiheeni merkitykselliseksi myös henkilökohtaisista syistä. Olen ollut tätä kirjoittaessani 13 vuotta naimisissa. Olemme mieheni kanssa osallistuneet vuosien mittaan pariviestinnän kurssille sekä eripituisille avioparileireille. Olemme hyötynet valtavasti luennoilla ja pienryhmissä kuulemistamme muiden kokemuksista sekä kahdenkeskisestä työskentelystä. Olemme huomanneet, että muilla pareilla on julkisivunsa takana ihan samoja kipupisteitä kuin meilläkin ja olemme oppineet muiden parien ratkaisumalleista. Olemme mieheni kanssa miettineet, että olisimme päässeet avioliitossamme paljon helpommalla, jos olisimme osallistuneet parisuhdekoulutukseen jo ennen lapsen syntymää, mutta silloin ei ollut vastaavaa nuorille pareille suunnattua parisuhdekoulutusta. Lisää motivaatiota sain toimittuani mieheni kanssa kahdella Virtaa välillämme -kurssilla ohjaajapariskuntana ja havaittuani, että osallistujat kokevat kurssin tarpeelliseksi ja työskentelevät tavoitteellisesti ja innostuneesti.



## 2. Virtaa välillämme -kurssi

Virtaa välillämme on nuorille aikuisille suunnattu uusi parisuhdeprojekti, jonka keskiössä on kuusi tapaamista sisältävä parisuhdekurssi. Virtaa välillämme -projektin ydin, suhdekurssi, on alun perin Nina Nissisen ja Kari Pätsin Järvenpään diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyö. He suunnittelivat ja toteuttivat vuosina 2000–2001 ensimmäisen suhdekurssin yhdessä Kataja ry:n (Kestävän parisuhteen kasvu ry) silloisen toiminnanjohtajan Arja Kinnulan kanssa. Kurssin nimi oli Nuoren parin tunnekoulu. Seuraavan nuoren parin tunnekoulun järjesti teologian opiskelija Kari Lankinen Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymässä. Kurssi sai molemmilla kerroilla hyvän vastaanoton. Kurssia muokattiin työryhmässä kirkon perhetyön kymmenien vuosien kokemuksia hyödyntäen ja se otettiin uudistettuna Kirkkohallituksen perheasiainyksikön perhekasvatuksen painopisteeksi vuosiksi 2003–2007 (Lankinen 2004, 8; Lankinen & Kinnula 2004, 23). Virtaa välillämme -projektin nimissä suhdekurssi ja muut tapahtumat käynnistettiin ensimmäistä kertaa Tampereen hiippakunnassa vuonna 2004 (emt. 3). Virtaa välillämme -projektiin kuuluu iltajuhla, messu nuorille pareille, pienryhmissä toteutettava parisuhdekurssi ja parisuhdekurssien yhteinen päätösjuhla. Projekti tarjoaa hiippakunnille ja seurakunnille valmiit toimintamallit, koulutuksen, materiaalit ja jopa poikkitaiteellisen esityksen tai musiikkiesityksen iltajuhlaan. (Lankinen & Kinnula 2004, 18–32) Paikallisessa yhteistyössä on myös parisuhdetyötä tekeviä järjestöjä ja kirkon oppilaitostyö (emt. 7). Projektissa pyritään siihen, että Virtaa välillämme -suhdekurssi saataisiin pysyväksi osaksi seurakuntien perhetyötä (Lankinen 2004, 3).

Suhdekurssi on tarkoitettu 18–30 -vuotiaalle nuorille aikuisille, niin seurusteleville pareille, kuin avioliitossa tai avoliitossa elävillekin. Suhdekurssille osallistuminen ei edellytä kristillistä elämäntavomusta. Yhdelle suhdekurssille voi osallistua 3–5 paria. Suhdekurssi voidaan järjestää kuutena iltatapaamisena tai 1–2 viikonloppuna. Suhdekurssin organisoii seurakunnan työntekijä. Käytännössä suhdekurssin toteuttavat koulutetut vapaaehtoiset. Isäntäpari, joka on itsekin nuori pari, tapaa osallistujaparit etukäteen ja varmistuu, ettei osallistumiselle ole esteitä, esimerkiksi akuuttia kriisiä. (Lankinen & Kinnula 2004, 25–28, 59.) Isäntäpari toimii ryhmän yhteyshenkilönä ja osallistuu työskentelyyn muiden kurssilaisten tavoin. Lisäksi he vastaavat viimeisen tapaamiskerran ohjaamisesta.

Ohjaajaparit vetävät muiden tapaamisten teemoihin liittyvän ohjelman. Parhaassa tapauksessa joka teemaa ohjaa eri pari, mutta ohjaajapareja pitää joka tapauksessa olla vähintään kaksi. He voivat olla minkä ikäisiä tahansa. (emt. 45–50.) Suhdekurssilla on viisi teemaa. Jokaisesta tapaamiskerrasta on tarkoin suunniteltu ja aikataulutettu ohjelma vastuunkantajien työkirjassa. Ohjaajaparin viisitoista minuuttia kestävä alustus varten on työkirjassa myös valmisteltuja tekstejä. Alustus on kuitenkin se osio, jossa ohjaajaparilla on vapaimmat kädet. (Lankinen & Kinnula 2004.) Kuudennella tapaamiskerralla ei ole teemaa, silloin vietetään pienimuotoista päätösjuhlaa ja isäntäpari kerää palautetta sekä tiedottaa erilaisista jatkomahdollisuuksista. Silloin osallistujille tarjotaan erilaisia jatkotyöskentelyn mahdollisuuksia, esimerkiksi toinen suhdekurssi vaihtoehtoisilla tehtävillä, omaehtoiset ryhmäkoontumiset, isäntäpariksi tai ohjaajapariksi ryhtyminen tai muuta parisuhdekoulutusta. Järjestävien seurakuntien tulisi luoda osallistujille jatkotyöskentelymahdollisuus puolen vuoden kuluttua suhdekurssista. Syvällisempää apua tarvitseville kerrotaan pari- ja henkilökohtaisen terapian mahdollisuudesta kirkon perheasiain neuvottelukeskuksessa sekä kriisissä olevien pariin omista kursseista. (emt. 30–32.)

Suhdekurssin viisi teemaa ovat: tunteiden tunnistaminen, rakastumisesta rakkauteen, suuttumus ja ristiriitojen ratkaiseminen; intohimo, seksuaalisuus ja hellyys sekä arkirakkaus (Lankinen & Kinnula 2004, 24). Ensimmäisessä teemassa, tunteiden tunnistaminen, työskentelyn tavoitteena on saada tietoa tunteista, löytää nimiä omille tunteille, yleensäkin oppia nimeämään tunteita ja puhumaan tunteita herättävistä tilanteista (emt. 62). Toisen teeman, rakastumisesta rakkauteen, tavoitteet liittyvät suhteen muuttumisen ja sitoutumisen pohtimiseen, suhteen tärkeiden hetkien tiedostamiseen ja tarkkaavaiseen kuunteluun (emt. 70). Kolmannen teeman, suuttumus ja ristiriitojen ratkaiseminen; tavoitteiden mukaan ristiriitojen olemassaolo nähdään luonnollisena, tullaan tietoisiksi omista ratkaisumalleista ja kodin vaikutuksesta niihin, keskustellaan vaihtoehtoisista ratkaisumalleista ja uskalletaan pyytää ja antaa anteeksi (emt. 78). Neljännessä teemassa, intohimo, seksuaalisuus ja hellyys, keskustellaan seksuaalisuudesta oman kumppanin kanssa sekä mies- ja naisryhmissä. Tarkoituksena on saada motivaatiota ja ideoita seksuaalielämän kehittämiseen. (emt. 88.) Viidennessä teemassa, arkirakkaus, tavoitteena on hahmottaa parisuhteen eri osa-alueita, arvostaa arkea, pohtia vastuun- ja työnjakoa, ymmärtää kumppanin erilaisuutta ja työskennellä oman kasvun puolesta (emt. 94). Koko kurssin yleiset, tiivistetyt tavoitteet ovat

kuuntelemaan oppiminen, omien tunteiden tunnistaminen ja niistä kertominen, sitoutumisen ja arkirakkauden syventäminen ja hauskanpito (emt. 23).

Klaavu (2005) on tutkinut kurssin tavoitteiden toteutumista. Hän keräsi aineistonsa viimeisellä kurssitapaamisella ja mittasi osallistujien omaa kokemusta parisuhteeseen liittyvistä taidoista sekä asenteista. Kurssia edeltävää vertailukyselyä ei käytetty. (emt. 20–24). "Suuttumus ja ristiriitojen ratkaisu" oli kirvoittanut eniten keskustelua parien kesken (emt. 44–45). Kurssilaiset olivat kokeneet kurssin positiivisena, sillä vain 5 osallistujaa 102:sta ei aikonut suositella kurssia tuttavilleen (emt. 47). Seurakuntien kannalta tavoitteena on "tarjota 18–30-vuotiaille mahdollisuus kehittää omaa parisuhdettaan, nostaa esille parisuhteen hoidon merkitystä ja nuorten aikuisten elämänkysymyksiä" sekä "auttaa seurakuntia löytämään luonteva tapa tukea nuoria heidän tärkeässä elämänvaiheessaan" (Lankinen 2004, internet -lähde). Toisaalta vastuunkantajien materiaaleissa mainitaan myös, että kuulluksi tuleminen saa kiinnostumaan jumalasuhteesta (Lankinen & Kinnula 2004, 59). Se, että tämä tavoite näkyy vastuunkantajien materiaaleissa, muttei osallistujien materiaaleissa herätti mielessäni kysymyksiä, joista keskustelin projektityöntekijä Lankisen kanssa. Hänen mukaansa projektiin tiimoilta käydään jatkuvaa keskustelua siitä, mikä osuus hengellisyydellä tulisi olla kurssin ohjelmassa, sillä projektissa valittu hengellisyyttä korostamaton linja ei miellytä kaikkia. Ohjaajapariskunnilla, jotka ovat tulleet kurssille vapaaehtoistyöntekijöiksi, on kahdenlaisia taustoja, osalla vahvasti kristillinen ja osalla parisuhdetyön tausta. Projektissa haluttiin haastaa taustaltaan kristilliset ohjaajaparit aitoon dialogiin nuorten parien kanssa. (Lankinen, puhelinkeskustelu 8.12.2005.) Sanna Jattun (2005, 96–111) mukaan myös isäntäpareilla on hyvin vaihtelevia kokemuksia kurssin hengellisyydestä. Miltei puolet isäntäpareista piti uskonnollisuuden määrää Virtaa välillämme -projektissa sopivana ja miltei puolet liian vähäisenä. Klaavun (2005) tutkimuksessa noin puolet kurssilaisista piti hengellisyyden määrää sopivana. Kolmasosan mielestä hengellisyyttä oli liian vähän, he olivat useimmiten aktiivisia seurakuntalaisia. Hengellisyyttä oli liian paljon 15 % mielestä. Näin kokivat ne, jotka eivät ottaneet lainkaan osaa seurakunnan toimintaan. Keräämäni haastatteluaineiston perusteella projektissa valittu hengellisyyttä korostamaton linja on oikea, sillä monet parit olivat pelänneet liikaa hengellisyyttä ja erityisesti avoliitossa asumisen tuomitsemista. Valitun linjan toteutumista olisi syytä seurata tiiviisti palautteiden avulla ja tarvittaessa opastaa ohjaajapareja takaisin projektin linjoille. Tässäkin aineistossa osa haastatelluista olisi halunnut, että kurssi olisi ollut vielä hengellisempi, mutta toisaalta nuorten aikuisten on helppo toteuttaa

hengellisyyttä muuallakin, kun taas nuorille pareille suunnattua parisuhdekoulutusta on huomattavasti vaikeampi löytää. Olisi sääli, jos joku pari joutuisi jäämään kurssilta pois avoliitossa asumisen takia tai siksi, että uskonasiat eivät kiinnosta.

### **3. Nuori parisuhde yhteiskunnallisessa kontekstissa**

#### **3.1. Nuori parisuhde perheen kehitysvaiheena**

Tämä tutkimus ankkuroituu perhetutkimukseen perheen kehitysvaiheiden tutkimustradition kautta. Koska perheellä on erilaisissa kehitysvaiheissa erilainen koostumus, erilaisia kasvatukseen ja hoivaan liittyviä tehtäviä sekä erilaisia suhteita sukuun ja muuhun maailmaan, on eri kehitysvaiheissa olevia perheitä hyvä tutkia omina ryhminään (Lahikainen 1984).

Duvall on perheen kehitysvaiheiden tutkimuksen pioneeri. Hän jakaa perheen kehitysvaiheet kahdeksaan vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe on lapseton aviopari. Vaiheet kahdesta kuuteen määrittyvät lasten kautta alkaen ensimmäisen lapsen syntymästä vanhimman lapsen ikävaihetta seuraten ja nuorimman lapsen kotoa lähtöön päättyen. Seitsemättä vaihetta leimaa tyhjä pesä ja kahdeksatta eläköityminen sekä leskeytyminen. Seitsemännessä ja kahdeksannessa vaiheessa vanhemmuus jatkuu isovanhemmuutena. (Duvall 1977.) Tämän tutkimuksen nuoret parit ovat jo siirtyneet tai ovat pikaisesti siirtymässä seurustelusta perheen ensimmäiseen kehitysvaiheeseen, joka on lapseton av(i)opari.

Duvall määrittelee kuhunkin perheen kehitysvaiheeseen liittyvät perheen kehitystehtävät. Duvallin (emt.192–210) kuvailemat lapsettoman parin muodostaman perheen seitsemän kehitystehtävää ovat edelleen ajankohtaisia. Käytännöllisiä kehitystehtäviä ovat ensinnäkin toimeentulon järjestäminen ja toiseksi yhteisen kodin perustaminen ja ylläpitäminen sekä kolmanneksi molempia osapuolia tyydyttävän vastuunjaon löytäminen. Neljäs ja intiimein kehitystehtävä, emotionaalisen ja seksuaalisen yhteyden ja roolien löytäminen toteutunee nykyään useimpien kohdalla osittain jo seurusteluaikana, joskin yhteen muuttaminen luonee uusiakin sopeutumistarpeita. Viides kehitystehtävä on sukujen jäsenyys av(i)oparina. Samalla kun nuori pari muodostaa oman ydinperheensä, heidän on pidettävä yllä toimivia suhteita molempien puolisoitten sukuun. Kuudes kehitystehtävä, mahdollinen

perheen lisäys on asia, johon nuoren parin on väistämättä otettava kantaa. Tähän kehitystehtävään liittyy raskaus (adoption valmistelu) tai lapsettomuuden hyväksyminen, oli se sitten valittua tai tahatonta. Seitsemäs kehitystehtävä, yhteishengen ylläpitäminen ja keskinäisen tuen antaminen on liiton jatkumisen kannalta tärkeä.

Vuorovaikutus on keskeisessä osassa kehitystehtävissä. Seksuaalisen ja emotionaalisen yhteyden rakentaminen ja yhteishengen luominen sekä tuen antaminen perustuvat yksinomaan parin keskinäiseen vuorovaikutukseen. Sukujen jäsenyys on myös täysin vuorovaikutteinen tehtävä, vuorovaikutuksen kenttä vain on laajempi. Vuorovaikutus liittyy jossain määrin kaikkiin kehitystehtäviin, sillä esimerkiksi toimeentulon järjestäminen molempia tyydyttävällä tavalla saattaa edellyttää parilta keskustelua vaikkapa tavoitellusta elintasosta, ylitöistä tai töiden tuomisesta kotiin.

### **3.2. Perheen funktiot ja merkitys**

Perheen tehtävistä ilmeisin, lapsista huolehtiminen ja lasten kasvatus sekä sosiaalistaminen, ei koske tämän tutkimuksen kohderyhmää, lapsettomia nuoria pareja. Sen sijaan heitä koskee perheessä toteutuva arvostuksen ja merkityksen kokeminen sekä aikuisten tunne- ja seksuaalielämän järjestäminen. (Duvall, 1977, 114–116, Lahikainen 1976, 101; Parsons 1955, 16–19, Ahponen & Marttinen 1997, 180.) Parisuhteen ja perheen merkitys on lisääntynyt, sillä työoveruus, naapuruus ym. sukulaisuuteen perustumattomat suhteet ovat muuttuneet jo teollistumisen myötä lyhytaikaisemmiksi (Lahikainen 1976, 95). Nykyisessä globaalissa talousjärjestelmässä työntekijöiltä vaaditaan entistä enemmän joustavuutta sekä kykyä sietää työelämän epävarmuutta. Projektien ja pätätöiden vaihtumisen sekä työn perässä liikkumisen myötä muiden kuin sukulaissuhteiden lyhytaikaisuus on edelleen korostunut. (Sennet 1998.) Selkeän analyysin parisuhteesta postmodernissa ajassa tekevät Beck ja Beck-Gernsheim (1995, 191–196). He kuvaavat rakkautta nykyajan uskontona, jonka kautta epävarmassa maailmassa elävät ihmiset pyrkivät löytämään lohtua, turvaa ja omanarvontuntoa. Hyvinvointivaltion purkamisen myötä perheen ja lähisuvun merkitys myös konkreettisen turvan lähteenä on lisääntynyt Suomessa (Oinonen 1999, 191).

## 4. Kiintymyssuhdeteoria

John Bowlby (1907–1990), kehitti kiintymyssuhdeteorian psykoanalyysin ja etologian pohjalta (Bowlby 1982, johdanto, 179–197, Holmes 1993, 220). Hän selitti, miksi ihmiset pyrkivät syntymästä lähtien luomaan pysyviä ja kiinteitä suhteita tärkeisiin toisiin ihmisiin ja miksi jo eron uhka aiheuttaa ahdistusta (Bowlby 1979, 127; Hautamäki 2001, 18). Kiintymyssuhteessa on kysymys turvallisuudesta. Kiintymyskäyttäytyminen tähtää välimatkan pitämiseen hoitajaan mahdollisimman lyhyenä, mikä auttaa vauvaa selviämään hengissä ja on siten eduksi lajin säilymiselle. Kiintymyskäyttäytyminen on sekä lapsen, että ensisijaisen hoitajan toimintaa. Ensisijainen hoitaja tasapainoilee hoivan antamisen ja muiden aktiviteettien välillä, kun taas lapsi tasapainoilee läheisyyden hakemisen ja tutkimisen/leikkimisen välillä. (Bowlby 1969, 236–237, Holmes 1993, 67–68.) Bowlbyn teesinä on, että terveen kehityksen perustaksi lapsi tarvitsee tiiviin ja emotionaalisesti vastavuoroisen suhteen ensisijaiseen hoitajaansa. Erityisesti erot ensisijaisesta hoitajasta, mutta myös huono vuorovaikutussuhteen laatu ovat omiaan heikentämään lapsen hyvinvointia. (Bowlby, 1982, johdanto, Sinkkonen & Kalland 2001, 7-8.)

Mary Ainsworth työryhmineen kehitti Bowlbyn teoreettisen työn pohjalta standardoidun testin mittaamaan yksivuotiaan pikkulapsen kiintymyssuhdetta äitiin. Vierastilanne-testissä on kahdeksan episodina, joissa lapsi on vuoroin äidin, vieraan tai molempien kanssa sekä pienen hetken ajan yksin. Testin tarkoitus on olla siinä määrin stressaava, että lapsen kiintymyskäyttäytyminen, eli tapa hakea turvaa aktivoituu. Samoja lapsia ja äitejä havainnoitiin myös kotioloissa kahdessa eri ikävaiheessa. (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall 1978, 310, 323–325.) Ainsworth luokitteli testillä lapset kolmeen kategoriaan. Suurin ryhmä oli turvallisesti kiintyneet. Turvallisesti kiintyneiden lasten vuorovaikutus äidin kanssa oli sopusointuista ja he suhtautuivat positiivisesti fyysiseen kontaktiin äidin kanssa. Turvallisesti kiintyneet lapset itkivät vähän ja tutkivat mielellään ympäristöään niin kotona, kuin vierastilanteessakin. Äidit olivat lapsiaan kohtaan hyväksyviä ja vastasivat lapsen tarpeisiin herkästi ajoittaen hoidon lapsen tarpeen mukaisesti. Toiseksi suurin ryhmä oli turvattoman välttelevästi kiintyneet. Nämä lapset eivät hakeneet äidistä turvaa eivätkä

näyttäneet äidille (vierastilanteessa mitattua) stressaantuneisuuttaan vaan välttivät kontaktia häneen. Lapset kiinnittivät huomionsa äidin asemasta ympäristöön. Äidit eivät vastanneet lapsen tarpeisiin asianmukaisella herkkyydellä. Heidän tunteen ilmaisunsa vuorovaikutuksessa vauvan kanssa oli vähäistä. Pienin ryhmä oli turvattoman ambivalentisti kiintyneet. Turvattoman ambivalentisti kiintyneet lapset tutkivat ympäristöään vähän. Lapset toisaalta etsivät kontaktia äitiin, toisaalta protestoivat äidin toimia, esimerkiksi syliin ottamista tai alas laskemista vastaan. Äitien toiminta oli vaikeasti ennakoitavaa ja hoiva huonosti ajoitettua. (emt.120–135, 144–151, 299–301, 310–322.)

Belskyn mukaan (2003, 49-50, ref. Belsky & Rovine & Taylor 1984) vuorovaikutuksen määrällä on merkitystä kiintymyssuhteen muodostumiselle. Välttelevästi kiintyneiden vauvojen äidit ovat vauvojen kanssa vuorovaikutuksessa niin paljon ja tunkeilevan yliaktiivisella tavalla, että vauva alkaa vältellä kontaktia äitiin. Ambivalentisti kiintyneiden vauvojen äidit ovat vähiten vuorovaikutuksessa vauvojen kanssa, kun taas turvallisesti kiintyneiden vauvojen äidit sijoittuvat vuorovaikutuksen määrässä puoleen väliin. Vuorovaikutuksen määrä ei siis korvaa laatua. Fonagyn ym. mukaan lapsen kiintymystyylin määräytyminen liittyy kykyyn reflektoida lapsen mielentilaa ja vanhempien sisäisiin ihmissuhteiden representaatioihin (Fonagy & Steele & Steele & Leigh & Kennedy & Mattoon & Target 1995, 269).

Aluksi kiintymys on suhdekohtaista. Pieni lapsi voi olla eri läheisiinsä eri tavoin kiintynyt, esimerkiksi toiseen vanhempaansa turvallisesti ja toiseen välttelevästi kiintynyt. Hoivaan liittyvien kokemusten karttuessa lapsi kehittää suhdekohtaisten työmallien pohjalta yleistetyn sisäisen työmallin eli edustuksen omasta hyväksyttävyydestä kiintymiskohteiden silmissä, kiintymiskohteiden tarjoamasta tuesta ja suojelusta sekä läheiseen suhteeseen liittyvistä tunnetekijöistä. Näin hänelle kehittyy varsin pysyvä kiintymystyyli, eli tapa olla suhteissa tärkeisiin toisiin ihmisiin. (Bowlby 1973, 203–204, Fonagy ym. 1995, 235–240, Eagle 1995, 145.)

Kiintymyssuhdestrategia voi muuttua hitaasti työmallien vähitellen tapahtuvan päivittämisen myötä (Bowlby 1969, 82). Nuoren tai aikuisen työstäessä psyykkisesti lapsuudenkokemuksiaan kiintymystyyli voi muuttua turvattomasta turvalliseksi (Hautamäki

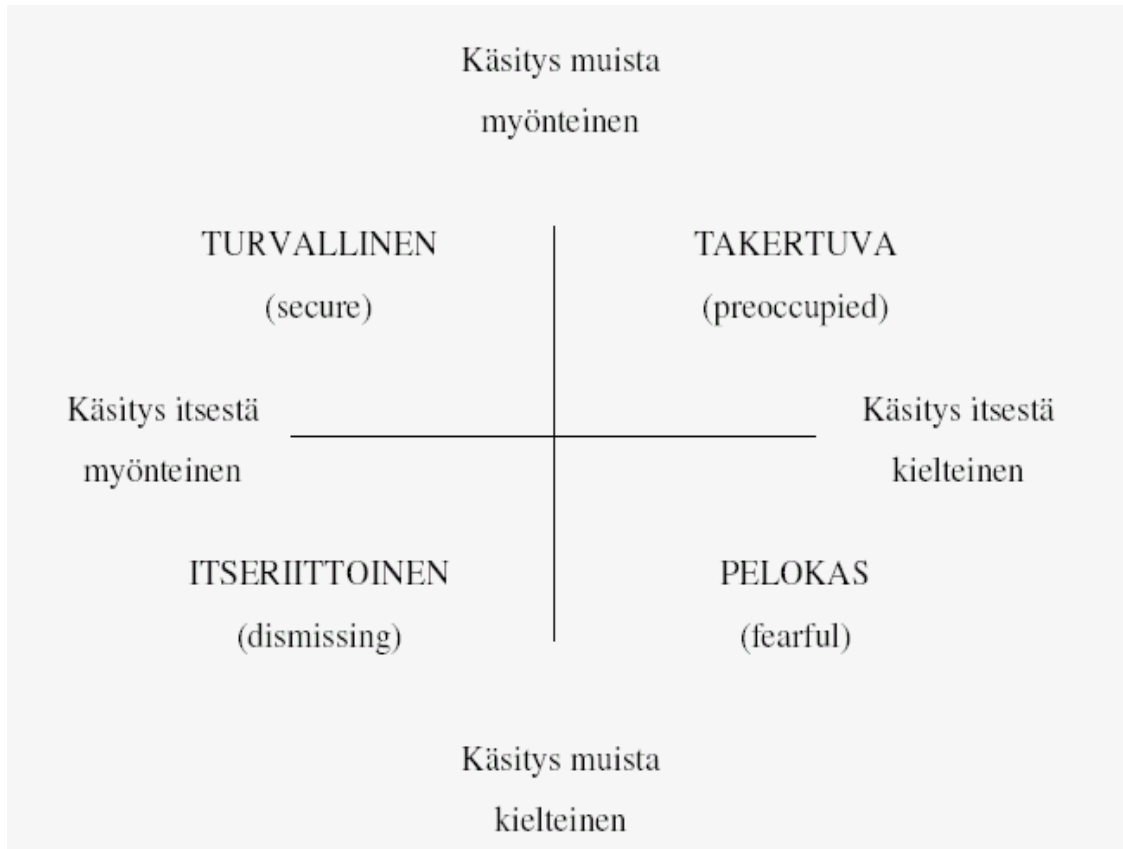


2001b, 40–41, 58–59). Hyvät intiimit ihmissuhdekokemukset voivat lisätä itsereflektiivisyyttä ja sitä kautta muuttaa kiintymystyyliä (Fonagy ym. 1995, 269). Erityisesti parisuhde voi muuttaa kiintymystyylin turvalliseksi (Kobak & Hazan 1991). Iän myötä varhaisten kiintymyssuhteiden lisäksi saattaa tulla uusia kiintymyssuhteita. Useimmille tuleekin, sillä myös parisuhteet ovat kiintymyssuhteita. Kiintymyssuhteissa tapahtuu vaihtumista myös menettämisen takia, esimerkiksi kuoleman tai avioeron kautta. (Stevenson-Hinde & Verschueren 2004, 184, Hazan & Shaver 1987, Holmes 1993, 70.)

Aikuisten kiintymyssuhteiden tutkimus jakautuu kahteen traditioon, joista ensimmäisessä tutkitaan ydinperheen suhteita ja toisessa romanttisia suhteita sekä vertaissuhteita (Bartholomew & Shaver 1998, 26–27). Georgen, Kaplanin ja Mainin kehittämä Adult Attachment Interview (AAI) aloitti ensimmäisen tradition vuonna 1985. AAI on haastattelu, jossa hankitaan tietoa aikuisen kiintymyksestä vanhempiinsa. Kiintymyssuhteet jaotellaan kolmeen pääluokkaan: autonomous (turvallinen/autonominen), dismissing (etäännyttävä/välttelevä) ja preoccupied (jumiutunut/ristiriitainen/takertuva). Termien suomennokset vaihtelevat eri lähteissä. AAI:ssä tulkinnan perusteena ei ole se, mitä haastateltava kertoo, vaan miten hän kertoo. Turvallisesti kiintynyt pystyy kertomaan johdonmukaisesti ja esimerkkejä tuottaen lapsuudenkokemuksistaan ja tunteistaan, olivatpa ne miellyttäviä tai raskaita. Välttelevästi kiintynyt idealisoi vanhempiaan eikä kykene antamaan esimerkkejä yleistystensä tueksi. Takertuvasti kiintynyt on jumiutunut lapsuuden ikäviin kokemuksiin ja kertoo niistä välillä syyttäen, välillä uhrin asemasta. Menetelmä on vaativa, ja sen käyttäminen edellyttää erityisen koulutuksen suorittamista. (Hautamäki 2001b, Nauha & Silvén 2000, Sinkkonen & Kalland 2001, Main, sähköinen lähde.)

Toisessa tutkimustraditiossa on useita aikuisten kiintymyssuhteita koskevia malleja omine terminologioineen ja testeineen. Hazan ja Shaver (1987) olivat ensimmäiset, jotka käsitteellistivät romanttisen rakkauden kiintymyssuhteeksi. Heidän mallissaan on kolme kiintymystyyliä: turvallinen, ambivalentti ja välttelevä. Bartholomewin & Horowitzin (1991) malli on eräs käytetyimmistä. Se on kehitetty Hazanin ja Shaverin kolmen kategorian mallin pohjalta. Molemmissa kiintymystyylin määrittäminen perustuu itsearviointiin. Kuten

kuviosta 1 käy ilmi, Bartholomewin & Horowitzin kiintymystyyli-mallissa on kaksi dimensiota, käsitys itsestä ja käsitys muista.



Kuvio 1. Aikuisten kiintymyksen neliluokkainen malli Bartholomewia & Horowitzia (1991) mukailen. Lähde: Männikkö 1999, 201.

Positiivinen käsitys itsestä ja muista liittyy turvalliseen kiintymystyyliin. Turvallisen kiintymystyylin omaavat pitävät itseään rakastettavina ja arvokkaina ja odottavat saavansa muilta hyväksyntää ja vastakaikua. Negatiivinen käsitys itsestä ja positiivinen muista liittyy takertuvaan kiintymystyyliin. Kiintymystyyliiltään takertuvat henkilöt kokevat itsensä arvottomiksi ja ei-rakastettaviksi, mutta pitävät muita arvossa ja kaipaavat heiltä hyväksyntää. Positiivinen käsitys itsestä ja negatiivinen muista liittyy itseriittoiseen kiintymystyyliin. Itseriittoisen kiintymystyylin omaavat kokevat itsensä rakastettaviksi ja arvokkaiksi, mutta suhtautuvat negatiivisesti muihin. He karttavat läheisiä ihmissuhteita ja vaalivat riippumattomuuttaan välttyäkseen muiden ihmisten tuottamilta pettymyksiltä. Negatiivinen käsitys itsestä ja muista luonnehtii pelokasta kiintymystyyliä.

Kiintymystyyliiltään pelokkaat pitävät itseään arvottomina ja ei-rakastettavina ja toisia torjuvina ja epäluotettavina. He suojautuvat hylkäämiseltä välttämällä läheisiä ihmissuhteita. (emt. 227–228.)

Sisäistyneet työmallit ohjaavat toimintaa myös parisuhteisiin liittyen ja eri tavoin kiintyneillä onkin erilaisia parisuhteisiin ja ihmissuhteisiin liittyviä kokemuksia, odotuksia ja kykyjä. Hazanin ja Shaver (1987) kysyivät tutkimushenkilöiltä heidän rakkauskäsityksistään ja tärkeimmästä rakkaussuhteestaan. Turvallisesti kiintyneet kokivat suhteen onnen, ystävyyden ja luottamuksen täyteisenä. Suhteen keskimääräinen kesto oli 10 vuotta. Heidän käsityksensä mukaan parisuhteen pitkittyessä romanttiset tunteet yleensä, mutta ei kaikissa tapauksissa haalistuvat, mutta voivat välillä voimistua suhteen alun tasolle.

Välittelevästi kiintyneet pelkäsivät intiimiyttä ja kokivat mustasukkaisuutta ja tunteiden vaihtelua. Suhteen kesto oli keskimäärin 6 vuotta. Välittelevästi kiintyneet hyväksyivät vähiten kumppanin virheitä ja puutteita. Heidän on yleisesti ottaen vaikeaa löytää joku, johon rakastua. Heidän mielestään romanttiset tunteet eivät yleensä kestä.

Ambivalentisti kiintyneiden suhteeseen liittyi pakkomielleisyyttä, vastavuoroisuuden ja yhdistymisen kaipuuta, tunteiden vaihtelua sekä äärimmäistä seksuaalista kiinnostusta ja mustasukkaisuutta. Suhteen kesto oli keskimäärin 5 vuotta. He rakastuvat helposti, mutta heillä on vaikeuksia löytää todellista rakkautta. Heidän mielestään, kuten turvallisesti kiintyneidenkin, romanttiset tunteet haalistuvat ajan myötä.

Lopuksi on syytä todeta, että vaikka turvalliseen kiintymystyyliin liitetään monenlaisia positiivisia asioita, se ei ole onnen eikä mielenterveyden tae. Vastaavasti turvaton kiintymystyyli ei ole diagnoosi eikä epänormaali tila. (Sinkkonen & Kalland 2001.)

## 5. Coping parisuhteessa

### 5.1. Coping – tutkimus

Coping on tämän tutkimuksen kannalta keskeinen käsite. Coping on vaikeasti suomennettavissa. Se tarkoittaa niin stressitilanteessa käytettyjä hallintakeinoja, kuin selviytymistä sekä tilanteeseen sopeutumistakin. (Palosaari 1999, 37.) Käytän englanninkielisen termin ohella lauseyhteyteen sopivinta suomennosta. Copingia on tutkittu monenlaisissa yhteyksissä, etenkin sairauden kanssa selviäminen on ollut suosittu tutkimuskohde. Tässä tutkimuksessa olen kiinnostunut parisuhteen toimivuudesta, johon coping avaa yhden tärkeän näkökulman.

Richard Lazarus, coping-tutkimuksen pioneeri, käsitti copingilla aluksi menetelmiä, joilla vastataan uhkaan (Palosaari 1999, 37 ref. Lazarus 1966). Lazarus ja Folkman (1984,178). laajensivat merkitystä kattamaan myös liialliset sisäiset ja ulkoiset vaatimukset. Sittemmin on havaittu, että myös arjen pulmat, ihmissuhteet ja riidat voivat tuottaa stressiä ja edellyttää copingia (Seiffge-Krenke 1995, 215–217). Kuten taulukosta 1 käy ilmi, mitä tavallisempi ja ennustettavampi stressin aiheuttaja on, sitä pienempi on sen aiheuttama stressi ja sitä helpompaa on sen hallinta. Arkiset stressin aiheuttajat liittyvät nuorilla ja nuorilla aikuisilla tavallisimmin ihmissuhteisiin. (Seiffge-Krenke 2005.)

Taulukko 1. Erilaiset stressin aiheuttajat. Seiffge-Krenke 2005, käänös HW.

Erilaiset stressin aiheuttajat				
	Esiintymistiheys	Stressaavuus	Ennustettavuus	Coping
Arkipäiväinen stressi	usein	Vähän stressaava	Korkea	Helppo
Käännekohtat ja vaaratilanteet	Keskinkertaisesta harvinaiseen	Stressaava	Keskiverto	Vaikeampi
Traumaattiset tilanteet	Hyvin harvinainen	Erittäin stressaava	Vähäinen	Defenssi, dissosiaatio

Copingia voidaan jaotella monella tavalla. Lazarus & Folkman (1984, 179) jakavat copingin ongelmiin suuntautuviin menetelmiin ja tunteisiin suuntautuviin menetelmiin.

Ongelmiin suuntautuvilla menetelmillä pyritään muuttamaan tilannetta vähemmän kuormittavaksi, kun taas tunnekeskeisillä menetelmillä pyritään vähentämään omaa kuormittuneisuuden kokemusta. Seiffge-Krenke (1995, 219) puolestaan löysi nuoria koskevassa pitkittäistutkimuksessa kaksi toimivaa copingtyyliä, jotka tähtäävät ongelman ratkaisemiseen: aktiivinen coping ja sisäinen coping. Aktiivinen coping on toimintaa, se sisältää esimerkiksi tuen hakemista ja asianosaisen kanssa keskustelemista, kun taas sisäinen coping on ongelmanratkaisukeinojen sisäistä reflektointia. Samassa tutkimuksessa löytyi vähemmän suosittu, hyödytön coping -tyyli, vetäytyminen, joka ei tähtää välittömään ongelman ratkaisuun. Vetäytyvä coping oli tavallisempaa kliinisessä ryhmässä.

Seiffge-Krenke on tutkinut selviytymiskeinojen oppimista seitsemän vuoden pitkittäistutkimuksessa. Kiintymyssuhteella on suuri merkitys selviytymiskeinojen oppimiselle. Seurannassa 14-vuotiaasta 21-vuotiaaksi turvallisesti kiintyneiden osalta tapahtui merkittävää kasvua hyödyllisen copingin määrässä. Sisäisen copingin määrä kasvoi 53 % ja aktiivisen copingin peräti 75 %. Turvattomasti kiintyneiden osalta vain sisäisen copingin määrä kasvoi 21 % vetäytyvän copingin pysyessä korkealla tasolla. (Seiffge-Krenke 2005.)

Seiffge-Krenke tarkastelee copingia yhtäältä ongelmia ennakoivana toimintana, toisaalta ongelman ilmenemisen jälkeisenä toimintana (1995, 218). Seiffge-Krenken mukaan samaan ongelmaan kokeillaan eri harkintakerroilla erilaisia hallintakeinoja ja toisaalta erilaiset kontekstit ja ongelmat saavat ihmisen kokeilemaan erilaisia hallintakeinoja (emt. 219–220). Kirmanen (2000, 228–229) onkin tutkinut lasten pelkoja ja pelkojen hallintaa systeemisenä kokonaisuutena.

Zeidnerin ja Saklofsken (1996) mukaan selviytymiskeinojen jakaminen hyviin ja huonoihin on kontekstisidonnaisuuden ja ongelmaspesifisyyden takia epätarkoituksenmukaista. Sen sijaan he määrittelevät onnistuneen copingin lopputuloksen perusteella. Coping on heidän mukaansa onnistunut hyvin, kun ensinnäkin stressin aiheuttaja on poistettu (mikäli se on mahdollista), biokemiallinen, psykologinen ja sosiaalinen toiminta on normaalia ja paluu ongelmaa edeltäneeseen toimintaan mahdollistuu. Lisäksi henkilön itsensä ja asiaan liittyvien muiden ihmisten hyvinvointi sekä henkilön itsetunto säilyvät hyvänä. Lopuksi

henkilö itse arvioi selviytymiskeinonsa onnistuneeksi. Luettelo on kaavamainen ja sitä on käytettävä kuhunkin tilanteeseen soveltuvien osien.

Myös Mikulincer, joka on tutkinut opittua avuttomuutta, kyseenalaistaa vankkaan tutkimusnäyttöön perustuen ajatuksen, että ongelman ratkaisuun tähtäävä coping olisi aina hyvä asia. Silloin, kun ongelma ei ole ratkaistavissa, se tuo vain lisää stressiä. (Mikulincer 1994, 52, ref. esim. Ashford 1988 .)

Coping nähdään yleensä hyvin tietoisena toimintana erotuksena tiedostamattomista reaktioista ja puolustusmekanismeista. Palosaari pitää jaottelua keinotekoisena. Hän on tutkinut m/s Estonian työntekijöiden psyykkistä selviytymistä haverista. Hänen tutkimuksessaan selvisi, että työntekijöillä oli tietoisien copingin lisäksi tarkoituksenmukaisia ja toimivia selviytymiskeinoja, jotka olivat osittain tai kokonaan suunnittelemattomia. Palosaaren mukaan "coping voidaan siis nähdä valmiusvalikoimana, jossa on erilaisia tasoja toiminnan tietoisuuden tavoitteellisuuden asteen mukaan." (Palosaari 1999, 139-140.)

Coping parisuhteessa on tullut vasta 1990-luvulta lähtien kasvavan mielenkiinnon kohteeksi. Joissain parisuhdetta koskevissa tutkimuksissa on kuitenkin käsitelty myös copingia, vaikka tätä nimenomaista käsitettä ei ole käytetty. Esimerkiksi Tolkki-Nikkosen (1978, 128–129) avioliiton ensimmäistä vuotta koskevassa tutkimuksessa parisuhteen ristiriitatilanteessa enemmistö naisista ja miehistä pyrki ratkaisemaan ongelman ottamalla asian puheeksi kumppanin kanssa. Miehistä 25 % ja naisista 14 % käytti strategioita, joita Seiffge-Krenke (1995, 219) kutsuu vetäytyviksi.

Revenson, Kayser ja Bodenmann ovat toimittaneet kirjan copingista parisuhteessa (2005). Heidän mukaansa yhtä puolisoa kohtaava haaste koskettaa molempia, mikäli ensimmäisen selviytymiskeinot eivät yksin riitä selviytymiseen. Parin copingia tutkittaessa on tärkeää kerätä tietoa molemmilta osapuolilta ja tehdä paritason analyysiä. Lisäksi olisi huomioitava erilaisten stressitekijöiden vaikutus käytettyihin selviytymiskeinoihin. Stressitekijä voi olla akuutti, vaihteleva tai pitkittynyt; arkipäivän pikkuasia tai iso elämänmuutos; stressitekijä voi olla peräisin eri elämänalueilta ja sillä voi olla seurannaisvaikutuksia muihin stressitekijöihin. (emt. 3-9.)

## 5.2. Parisuhteen haasteet

Entä millaisia haasteita parisuhteeseen nykyään kohdistuu? Määttä (1999, 45–48) havaitsi korkeakouluopiskelijoita käsittelevässä tutkimuksessaan, että itse rakastumisprosessiin kuuluu kriisivaihe, johon liittyy moninaisia osittain päällekkäisiä negatiivisia tunteita ja kokemuksia. Ensinnäkin rakastuneen on jossain vaiheessa kohdattava ja hyväksyttävä todellisuus, esimerkiksi rakastetun epämiellyttävät puolet ja hylättävä unelmat. Toisekseen parisuhde ei voi pelastaa yksilön omilta ongelmilta eikä kriiseiltä, vaan ”jokainen joutuu loppujen lopuksi tukeutumaan vain itseensä, niin vaikeaa kuin se onkin (emt. 47) ”. Kolmanneksi rakastunut voi kokea ristiriitaisia kaipuita sekä läheisyyteen, että toisaalta vapauteen ja erillisyyteen. Neljänneksi rakastumisen kriisivaiheessa voidaan kokea riippuvuuteen, yksilöllisyyteen ja itsenäisyyteen liittyvää problematiikkaa.

Perhebarometrissa (Paajanen 2003, 41–50) kysytään parisuhteen ristiriidoista vuonna 1995 avioituneilta avioliitossa eläviltä ja kyseisestä liitosta jo eronneilta. Avioliitossa edelleen olevat ovat vastanneet avioliittonsa kahden viimeisen vuoden ajalta. Eronneet ovat vastanneet 1995 solmitun avioliittonsa kahden viimeisen vuoden ajalta, joten osalla vastaajista arvioitavasta ajasta on kulunut pitkä aika. Avioliitossa edelleen olevilla korostuivat käytännön yhteiselämän ongelmat, kun taas eronneilla päälimmäisiä olivat vuorovaikutukseen arvoihin ja elämäntapaan liittyvät ongelmat.

Avioliitossa olevilla vastaajilla neljä yleisintä vähintään muutaman kerran vuodessa ilmenevää ristiriitojen syytä olivat kotityöt (88 %), rahan käyttö, vapaa-ajan käyttö ja keskustelu/keskustelun puute. Mielestäni vähintään kerran kuussa esiintyvät ristiriitojen aiheet ovat selvästi suurempi rasitus parisuhteelle, kuin muutaman kerran vuodessa esiintyvät ristiriitojen aiheet. Siksi laskin ristiriitojen esiintymisestä kertymäprosentteja siten, että sain vähintään kerran kuussa ilmenevät ristiriidat esiin. Vähintään kerran kuussa esiintyvistä ristiriidoista ylivoimaisesti yleisin on kotitöiden jako (51 %). Seuraavaksi yleisimpiä ristiriitojen aiheuttajia ovat rahan käyttö (33 %), lasten kasvatus, läheisyyden ja tunteiden ilmaisu, puolisojen välinen keskustelu tai keskustelun puute, yhdessä vietetyn ajan määrä, työn ja perheen yhteen sovittaminen ja vapaa-ajan käyttö (29 %). Avioliitossa

olevista 65 % katsoi, että ristiriitoja sovittaessa molemmat myöntävät toisen tahtoon yhtä usein ja vain 7 % katsoi, että ristiriitoja ei yleensä pystytä sopimaan. (Paajanen 2003, 41–50.) Samantyyppisiin tuloksiin pääsi myös Tolkki-Nikkonen tutkiessaan 15 vuotta naimisissa olleita pareja. Tärkein erimielisyyden aihe miesten kokemana olivat kotityöt ja naisten kokemana vastuu lapsista. (Tolkki-Nikkonen, 1990, 64–65.)

Perhebarometrin eronneiden ryhmässä neljä yleisintä vähintään muutaman kerran vuodessa ilmenevää ristiriitojen aihetta olivat keskustelu tai keskustelun puute (98 %), läheisyyden ja tunteiden ilmaisu, vapaa-ajan käyttö ja erilaiset arvot tai elämäntyyli. Laskin kertymäprosentit vähintään kerran kuussa ilmenevistä ristiriitojen aiheuttajista, yleisin oli puolisojen välinen keskustelu tai keskustelun puute (73 %). Seuraavaksi yleisimpiä olivat läheisyys ja tunteiden ilmaisu, erilaiset arvot tai elämäntyyli, rahan käyttö, kotitöiden teko, vapaa-ajan käyttö, yhdessä vietetyn ajan määrä ja seksiin liittyvät asiat (52 %). Eronneista 40 % katsoi, että ristiriitoja ei yleensä kyetty sopimaan, kun taas 22 % mielestä kumpikin myöntyi yhtä usein ristiriitoja sovittaessa. (Paajanen 2003, 41–50.)



## **6. Tutkimuskysymykset, metodi ja tutkimusprosessi**

### **6.1. Tutkimuskysymykset**

Eksaktit tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisia haasteita Virtaa välillämme -parisuhdekurssille osallistuneet nuoret parit ovat kokeneet parisuhteessaan?
2. Millaisia ovat heidän selviytymiskeinonsa (coping) parisuhteen haasteissa heidän oman kokemuksensa mukaan?
3. Onko kiintymyssuhdetyylillä yhteyttä parisuhteen haasteisiin tai selviytymiskeinoihin?

Oletan, että Virtaa välillämme -kurssin käyneiden parien haasteet ja selviytymiskeinot ovat arkijärjellä ajateltavissa olevia nuoren parin ongelmia ja ratkaisuja sekä ratkaisuyrityksiä. En siis usko, että kurssille olisi tultu jonkun suuren, ajankohtaisen haasteen takia, vaan lähinnä ennaltaehkäisevässä mielessä kehittämään parisuhdetta. Koska kyseessä on kirkon järjestämä kurssi, oletan, että osalla haastatelluista hengellisyys näkyy parisuhteen haasteissa tai selviytymiskeinoissa. Kolmannen tutkimuskysymyksen osalta oletan, että pareilla, joissa molemmat ovat turvallisesti kiintyneitä, sellaisia haasteita joihin pari pystyy itse vaikuttamaan, on vähemmän tai ne ovat vähemmän vakavia ja lisäksi selviytymiskeinot ovat monipuolisempia, kuin muilla pareilla.

### **6.2. Haastatteluaineiston hankinta**

Virtaa välillämme -parisuhdekurssin käyneet nuoret parit ovat hyvä kohderyhmä siksi, että ensinnäkin he ovat kurssilla joutuneet pohtimaan parisuhdettaan ja heillä on siis aiheesta jotain sanottavaa (ks. Silverman 2001, 83). Toiseksi he ovat valikoitunut ryhmä, josta saa pienemmällä otoksella, kuin kaikkia vastaavan ikäisiä pareja tutkimalla kohderyhmään yleistettävää tietoa. Oletan, että kurssilaiset suhtautuvat positiivisesti parisuhteen hoitamiseen sekä keskustelemiseen ja ovat halukkaita ja kykeneviä itsereflektointiin. Oletan myös, että he suhtautuvat neutraalisti tai positiivisesti kirkkoon tai uskontoon. Pyrin saamaan aineistoksi 10 parihaastattelua sekä kiintymyssuhdetyylin itsearviointit

lapsettomilta pareilta, jotka ovat osallistuneet Virtaa välillämme -kurssille. Katsoin parhaaksi ottaa joko lapsettomia pareja tai perheellisiä pareja, koska näissä kahdessa eri elämänvaiheessa paria kohtaavat haasteet ovat oletettavasti aivan erilaisia. Laadullisessa tutkimuksessa aineistoa pitäisi kerätä niin paljon, että aineisto alkaa toistaa itseään (Eskolan & Suoranta 1998, 62–64). Jos mukana olisi kahdessa aivan erilaisessa elämäntilanteessa olevia pareja, aineisto tulisi liian laajaksi tämäntasoiseen tutkimukseen. Lapsettomiin pareihin päädyin, koska nuoria lapsettomia pareja ei Suomessa ole juuri tutkittu, kun taas nuoren parin ensimmäinen vuosi lapsen kanssa on Suomessa jo jonkin verran tutkittu aihe.

Päädyin keräämään aineistoa haastattelemalla osittain siitä syystä, että parisuhteen haasteita ja copingia tutkittaessa tulisi tehdä parikohtaista analyysiä (Revenson, Kayser ja Bodenmann 2005, 3-9) ja parihaastattelu on mielestäni yksinkertaisin tapa kerätä tämän toimintatavan mahdollistava aineisto. Toiseksi ryhmähaastattelu, jollaiseksi parihaastattelun katson, voi luoda yhteenkuuluvuutta (Valtonen 2005, 227), joten mielestäni parihaastattelu on omiaan parisuhteen vaikeiden asioiden käsittelyssä. Haastattelun etu on myös tuttuus: Haastattelu on yhteiskunnassamme tavallinen ja luonteva tiedonhankinnan ja vuorovaikutuksen muoto (Ruusuvuori & Tiittula 2005a, 9, Silverman 2001). Parihaastattelun etuna parisuhteen osapuolien erikseen tuottamiin kirjoitelmiin ja yksilöhaastatteluun on se, että parihaastattelussa molemmat voivat sanoa oman käsityksensä toisen puhumiin asioihin, jolloin ensinnäkin verbaalisesti vähemmän tuotteliaat tulevat kertoneeksi enemmän kuin yksilöhaastatteluissa tai kirjoittamalla. Toiseksi parisuhteen haasteita ja selviytymiskeinoja koskeva yksimielisyys ja erimielisyys tulevat hyvin esille. Haastattelutavaksi valitsin teemahaastattelun, koska tiedonintressini on varsin rajattu. Teemahaastattelu tarkoittaa nimensä mukaisesti haastattelua, jossa on tarkoitus kerätä tietoa joistakin teemoista, kuitenkin niin, että haastateltavat saavat esittää asiansa vapaasti omalla tavallaan ja parhaaksi kokemassaan järjestyksessä (Eskola & Suoranta 1998, 87).

Päätin testata koehaastattelussa miellekartan muotoon laatimaani teemahaastattelurunkoa (ks. liite 2.). Tarkoituksenani oli saada jokaisesta esiin nousevasta parisuhteen haasteesta lisäkysymyksiä esittämällä mahdollisimman kattava kuva. Sen jälkeen aion kysyä millaisia selviytymiskeinoja parilla on ollut tämän haasteen suhteen. Jälleen esiin tulevista selviytymiskeinoista, ennen kaikkea niiden menestyksellisyydestä aion kysyä

lisäkysymyksiä niin kauan, että olen ymmärtänyt asian. Samaan haasteeseen kohdistuvia selviytymiskeinoja voi olla useita ja eri puolisoilla erilaisia, joten selviytymiskeinoista olisi syytä kysyä useita kertoja, kunnes uusia keinoja ei tule esille. Sen jälkeen voisin kysyä seuraavasta haasteesta ja siihen kohdistuvista selviytymiskeinoista, kunnes uusia haasteita ja selviytymiskeinoja ei tule esiin. Ajatuksena kuitenkin oli, että pari saa keskustella vapaasti ja miellekartan ja lisäkysymyksien avulla pitäisin huolen, että saan tarvittavan tiedon hankittua.

Silverman (2001, 86–114) jakaa haastattelukäytännöt ja ideologiat positivismiin, emotionalismiin ja konstruktionismiin. Positivistit etsii faktoja standardisoiduilla, estestatuilla kysymyksillä, kun taas emotionalistit hakee autenttisia kokemuksia avoimella haastattelulla. Konstruktionistit painottavat koehaastattelun sijasta alustavaa havainnointia. Konstruktionisteille haastattelu on molempien osapuolien yhteistoimintaa ja haastattelutaidot normaaleja vuorovaikutustaitoja. Tiedon intressinä konstruktionisteilla on se, miten haastateltu tuottaa sosiaalista todellisuutta ja millä tavalla hän siihen itsensä sijoittaa.

Asemoin toimintatapani positivismiin, emotionalismiin ja konstruktionismiin välimaastoon. Ensinnäkin olin konstruktionistien tapaan havainnoinut parisuhteita ja parisuhdetyötä. Positivistien tapaan minulla oli tarkkaan suunnitellut kysymykset ja pidin koehaastattelua tärkeänä. Toisaalta en pyrkinyt esittämään kysymyksiä tietyssä järjestyksessä tai edes samassa sanamuodossa, vaan odotin, että haastateltava pari kuljettaisi keskustelua aktiivisesti, mikä sopii emotionalismiin ja konstruktionismiin. Haastattelussa hain yhtäältä faktoja olosuhteista ja toiminnasta, toisaalta odotin kuulevani autenttisia kokemuksia, jotka voivat olla toisistaan poikkeavia saman parisuhteen osapuolilla.

Koehaastatteluun sain ystäväpariskunnan. He ovat lapseton, seurusteleva nuori pari, joka osallistui silloin eräälle muulle parisuhdekurssille. Haastattelin heitä parisuhteen haasteista ja selviytymiskeinoista aina yksi haaste kerrallaan. Kyselin runsaasti lisätietoja sekä haasteista, selviytymiskeinoista että tilanteen kontekstista. Haastattelu kesti puolitoista tuntia ja oli varsin avoin, syvälinen ja informatiivinen. Lopuksi pyysin vuorotellen kumpaakin osapuolta poistumaan hetkeksi ja kysyin toiselta osapuolelta erikseen, oliko hän saanut äänensä kuuluviin ja halusiko hän vielä lisätä jotakin. Kumpikin koki saaneensa äänensä kuuluviin, eikä halunnut lisätä mitään. Molemmat osapuolet kokivat

haastattelun hyvin positiivisena, jopa terapeutisena, sillä he olivat haastattelutilanteessa päässeet etenemään keskustelussaan jumittumatta tuttuihin ongelmakohtiin ja siten päässeet hahmottamaan tilannettaan kokonaisvaltaisemmin. Pidin koehaastattelua hyvin onnistuneena ja päätin soveltaa samaa runkoa varsinaisiin tutkimushaastatteluihin.

Keräsin aineistoa Virtaa välillämme -kurssin Tampereella vuonna 2004 käyneiden joukosta. Kursseja järjestettiin tuolloin 16 ja osallistujapareja oli 72. Osallistujien yhteystietoja sain paikalliselta vastuunkantajapastorilta. Pyysin häntä karsimaan pois lapsiperheiden yhteystiedot, mikäli sellaisia olisi tiedossa. Vain yksi ryhmä oli suunnattu perheellisille, mutta siinäkin oli perheettömiä osanottajia. Pastori lähetti sellaisten parien yhteystietoja, jotka olivat antaneet ilmoittautumispaperissa luvan yhteydenottoon esimerkiksi tutkimuksen merkeissä tai joilta hän oli tekstiviestillä pyytänyt ja saanut luvan antaa yhteystietoja tutkijalle. Tässä vaiheessa vain yksi pari kielsi pastoria antamasta yhteystietojaan minulle. Lisäksi hän ei onnistunut saamaan muutamia pareja kiinni. Koska ei ollut tiedossa, kuinka moni osallistujapari suostuisi haastatteluun, sain osallistujaparien yhteystietoja vähitellen, ensin 15 paria ja sitten pyynnöstäni lisää. Kaikkiaan sain 24 parin yhteystiedot, joille lähetin ensin sähköpostitse tai kirjeitse tietoa tutkimushankkeesta ja mikäli kieltäytymistä ei tullut, soitin ja tiedustelin halukkuutta osallistua tutkimukseen. Näistä 24 pariskunnasta yhdeksän osallistui tutkimukseen. Lisäksi yksi pariskunta oli suostunut haastatteluun, mutta siitä luovuttiin aikataulusyistä. Kato oli siis 15 paria. Keräsin aineistoa loppukeväällä 2005, joka osoittautui huonoksi ajaksi. Monet opiskelijat olivat jo lomalla tai töissä toisella paikkakunnalla tai hyvin kiireisiä opintojen parissa. Kolmella parilla taas oli lapsia. Nämä olivat tyypillisiä syitä osallistumattomuuteen. Yksi pari oli eronnut kurssin jälkeen ja yhteen pariin en saanut yhteyttä. Yhdestä parista mies ei halunnut osallistua ja yksi pari ilmoitti syytä erittelemättä, etteivät halua osallistua. Osallistumishalukkuutta olisi voinut laskea se, että Riikka Klaavu (2005) oli jo kerännyt kvantitatiivista aineistoa Tampereella kurssin käyneiden joukosta. Tämä ei kuitenkaan juuri näkynyt aineistonkeruussani, vaan kahta paria lukuun ottamatta kieltäytyjillä oli muita syitä.

Haastattelut tehtiin haastateltavien valitsemassa paikassa joko jossakin seurakunnan tilassa (6 haastattelua), heidän kotonaan (2 haastattelua) tai yliopiston kirjaston ryhmätyötiloissa (1 haastattelu). Seurakunnan tiloja suosivat myös kirkollisesti passiiviset, luultavasti siksi, että tiloja on ympäri kaupunkia. Kaikki haastattelupaikat olivat rauhallisia ja soveltuivat tarkoitukseen. Ensin haastateltavat täyttivät tutkimuslupalomakkeen.

Haastattelut sujuivat keskeytyksettä, lukuun ottamatta yhden haastattelun aikana ilmenneitä teknisiä ongelmia. Haastattelut kestivät puolesta tunnista puoleentoista tuntiin. Aloitin haastattelut taustatietojen kartoittamisella ja jatkoin kysymällä, miksi pari on osallistunut kurssille. Tarkoituksena oli hieman tutustua ja tottua parihaastattelutyöskentelyyn, sekä toisaalta antaa pareille mahdollisuus käydä suoraan asiaan, mikäli kurssille osallistumisen taustalla oli jokin ajankohtainen haaste.

Haastateltavat aloittivat tyypillisesti helpommin kerrottavasta ja tavanomaisesta haasteesta ja etenivät sitten henkilökohtaisempiin haasteisiin. Koin, että haastateltavat testasivat haastattelijaa ja tämän toimintatapoja päättääkseen, minkä verran haluavat itsestään ja parisuhteestaan haastattelijalle jakaa. Oma haastattelijan positioni oli kahtalainen, tasapainottelin luottamuksen rakentamisen sekä keskustelun ohjaajan ja kysyjän tehtävän välimaastossa (vrt. Ruusuvuori & Tiittula 2005b, 41–44). Yhtäältä olin vertainen, itsekin parisuhteen osapuoli ja parisuhteen hoitamisesta kiinnostunut. Tähän positioon sopi mielestäni ystävällinen ja epämuodollinen rentous. Näin pyrinkin käyttäytymään, välillä jopa vitsailin, mikä lienee osittain oman jännityksen aiheuttamaa. Toisaalta olin eittämättä vieras: olin institutionaalisessa vuorovaikutustilanteessa se, joka oli edeltä määritellyt keskustelunaiheet ja jonka oletettiin toimivan tilanteen johtajana (emt. 22–23). Lisäksi olin haastattelutilanteessa ainoa kaksilon ulkopuolinen henkilö. Tähän positioon sopi ohjailu, puheenaiheessa pitäminen ja lisäkysymysten tekeminen. Palauttelin esimerkiksi aiemmin mainittuja asioita takaisin keskustelun piiriin, mikäli niitä ei ollut käsitelty tyhjentävästi ja puutuin kun puoliso yritti vastata kumppaninsa puolesta, vaikka puoliso näytti itse aikovan vastata.

Usein parit tuntuivat ymmärtävän toisiaan aivan täydellisesti, mutta minulla oli suuria vaikeuksia päästä samalle ymmärryksen tasolle. Luonnollisesti he ovat puhuneet haasteistaan monet kerrat ja heillä on omat tutut sananvalintansa, joihin minun oli vaikea päästä sisälle. Siksi esitin tulkintoja, ja kysyin niiden oikeellisuudesta, jolloin pariskunnalle selvisi, miten minä olen asiat ymmärtänyt ja heillä oli puolestaan mahdollisuus hyväksyä tulkinta tai jatkaa selittämistä, kunnes minä ymmärrän, mitä he tarkoittavat. Haastattelut olivat parien omaksumasta toimintatavasta riippuen hyvin erilaisia, jotkut lähellä arkikeskustelua, toiset tiukasti haastattelumaisia (ks. emt. 29). Ajoittain useiden parien kohdalla, yhden parin kohdalla eritoten, haastattelu oli hyvinkin haastattelunomainen: paljon kysymyksiä ja lyhyitä vastauksia. Toisaalta usein, jälleen yhden parin kohdalla

erityisesti, pariskunta puhui pitkiä puheenvuoroja keskenään haastattelijan juuri sekaantumatta. Kaikkien parien osalta minulle tuli sellainen käsitys, että he kertoivat tilanteestaan avoimesti. Toisinaan avoimuudesta neuvoteltiin tai jompikumpi viesti suoraan avoimuuden puolesta. Muutaman kerran haastateltava kysyi kumppaninsa mielipidettä omasta toiminnastaan tai kumppanin mielipidettä omasta puheenvuorostaan, mikä tietenkin lisää aineiston uskottavuutta. Seuraavassa on muutamia esimerkkejä eri haastatteluista. Aineistositaatissa N tarkoittaa naista, M miestä ja H haastattelijaa.

*N: Mitä sä sanot mun anteekspyyntöistä?*

*M: Enemmän kun mä.*

*N: ...Oliko tää totta?*

*M: Joo, kyllä.*

*H: Onko teillä tähän riitely teemaan vielä jotain lisättävää?*

*M: Mun mielestä saa kertoa kaikki.*

*H: Mä vielä mietin sitä sun suvun vaikutusta teidän parisuhteeseen, että sun äidistähän olikin konkreettisemmin puhetta, mutta onko tästä mahdollista puhua?*

*M: Kyllä mun puolesta. Haluatko sä kysyä jotakin?*

*H: ...niin häiritseekö se teitä että teidät tunnustetaan?*

*N: Ei mua ainakaan häiritse.*

*M: No joo ei kait se mikään valtiosalaisuus ole. Vielä ole ainakaan.*

*N: Ei ja kun ei me oikeastaan oo kerrottu, siis ei meillä ole sellaisia salaisuuksiakaan, nää on melkeen semmosia asioita joita me olis voitu vaikka lehdessä puhua.*

Ihmiset myös puhuivat kipeistä asioista, mikä antaa aihetta uskoa aineiston syvällisyyteen ja todenmukaisuuteen. Toisaalta jo tutkimuksen aihepiiri on sellainen, että ihminen, joka haluaa näyttäytyä positiivisessa valossa tai varjella kovasti yksityisyyttään, ei osallistu tutkimukseen. Kaksi kertaa parit myös puhuivat hyvin spontaanisti ja olivat ajautua riiteltyyn. Näin kävi jo ensimmäisessä haastattelussa, kun pariskunta oli keskustellut jonkin aikaa keskenään haastattelijan sekaantumatta ja oli mielestäni ajautumassa kinastelemaan, jolloin muutin puheenaihetta. Tällaista tilannetta en etukäteen ollut tullut

ajatelleeksi, joten minun oli tehtävä nopeita päätöksiä. Eettiseltä kannalta ajateltuna haastatteluni ei saisi vaikeuttaa pariskunnan tilannetta, mitä arvelen ulkopuolisen edessä riitelemisen tekevän. Olisi myös eettisesti arveluttavaa antaa parin puhua kiihtyneessä mielentilassa ja kenties ilmaista haastattelijalle asioita, joita he tarkemmin harkiten eivät haluaisi kertoa. Haastattelutilanne ei myöskään ole oikea paikka jonkun keskinäisen asian ratkaisemiseen, mutta luultavasti oma epävarmuuteni tilanteen hoitamisessa oli suurena syynä päätökseen lopettaa alkava kinastelu. Jälkikäteen ajateltuna on vaikea arvioida, oliko ratkaisu oikea. Toisaalta sain erittäin hyvin haasteen ja epäonnistuneita selviytymiskeinoja esiin, toisaalta en voi tietää, mitä arvokasta tietoa kenties jäi saamatta keskeytyksen takia. Keskeyttämällä riidan, viime kädessä turvasin haastattelun jatkumisen, sillä pahimmillaan riitely olisi myös voinut johtaa siihen, että tutkimushenkilöt olisivat päättäneet lopettaa haastattelun kesken.

Haasteiden ja selviytymiskeinojen lisäksi kyselin käsityksiä ja kokemuksia kurssista, mutta nämä aiheet olen rajannut tämän tutkimuksen ulkopuolelle ja raportoinut tiedot suoraan kurssin järjestäjille. Aikomuksenani oli pyytää pariskunnat hetkeksi eroon toisistaan koehaastattelun tapaan, ja kysyä saivatko he äänensä kuuluviin ja oliko heillä jotain lisättävää. Koska jo ensimmäinen pariskunta ajautui kinastelemaan haastattelun aikana, koin mahdottomaksi noudattaa suunnitelmaa. Minulla ei ollut tutkijana oikeutta erottaa heitä, kysellä asioita erikseen ja mahdollisesti aiheuttaa epäluuloa tai epäsopua.

Mikäli haastattelussa tuli ilmi jotain harvinaista, josta parin voisi helposti tunnistaa, sovin asian esittämistavasta tutkimushenkilöiden kanssa. Haastatteluosuuden lopuksi annoin haastatelluille mahdollisuuden kysyä tutkimuksesta tai puhua haastattelukokemuksesta. Lopuksi tutkimushenkilöt tekivät kiintymyssuhdetyyliä koskevan itsearviointitehtävän. Itsearviointitehtävän tekemisestä, ja käsittelystä on laajemmin kohdassa 6.4.

### **6.3. Haastatteluaineiston käsittely**

Litteroin koehaastattelun ja ensimmäisen tutkimushaastattelun itse, mutta johtuen erittäin hitaasta kirjoitustaidostani annoin ulkopuolisen litteroijan tehtäväksi litteroida loput haastattelut. Kerroin litteroijalle, että hän on vaitiolovelvollinen tutkimusmateriaalin suhteen. Haastattelut litteroitiin asiatasolla teema-analyysia ajatellen. Välimerkkejä lisättiin

luettavuuden helpottamiseksi. Opastin litteroijaa jättämään pois puheenaiheesta lipsumisia ja täytesanoja eli sellaisia kohtia, jotka eivät sisällä tietoa, ja joissa ei myöskään vuorovaikutuksen tasolla tapahdu mitään erityistä. Lisäksi pyysin kirjoittamaan taustatiedot vain faktoina, vaikka ne selvitettiin haastattelun alussa keskustelemalla. Varmistuakseni litteroinnin oikeellisuudesta kuuntelin jokaisesta haastattelusta osan nauhalta ja tarkistin samanaikaisesti litteraatiota. Havaittiin, että litterointi oli tehty hyvin. Lisäilin vain joitakin sanoja, joista litteroija ei ollut saanut selvää, mutta jotka itse vielä muistin hyvin. Litteroitua aineistoa kertyi 105 sivua.

Analyysissä hyväksyn haastateltujen kertomat asiat annettuna subjektiivisena tietona. Tarkoituksena on suhteuttaa haastateltujen kertomaa ensinnäkin teoriaan ja toiseksi kurssin sisältöön. Tarkoituksena ei siis ole haastattelujen tutkiminen kulttuurin tuotteena eikä keskusteluna. Siksi en tarvitse mitään laadullisen analyysin erityismetodia, vaan teema-analyysi riittää.

Aluksi luin aineiston useampaan kertaan. Sitten tein jokaisesta parista koosteen, josta käy ilmi heidän taustatietonsa, haasteensa ja selviytymiskeinonsa sekä kokemuksensa kurssista. Lisäksi tein kokonaiskuvan saadakseni koko aineiston käsittäviä taulukoita em. asioista. Minulla oli mielestäni jo hyvä kokonaiskäsitys aineistosta, joten päätin siirtyä ryhmittelemään aineistoa teemoittain luokkiin. Yritin leikkelemällä saada samantapaisia haasteita kasattua yhteen, mutta tähän ei järjestelmällisyyteni riittänyt. Tässä vaiheessa yritin siirtyä käyttämään laadullisen analyysin tietokoneohjelmaa nimeltä Atlas ti, mutta tietokoneohjelman käytön opettelu yksin ilman opetusta osoittautui liian vaativaksi tehtäväksi. Päädyin sitten ryhmittelemään haasteita tekstinkäsittelyohjelmalla, mikä osoittautui toimivaksi menettelytavaksi. Tekstinpätkät pysyivät tallessa, järjestyksessä ja niitä oli helppo siirrellä edestakaisin. Huomasin, että aluksi olin niputellut haasteita haastateltavien oman nimeämisen perusteella, mutta tarkemmin luettuna haasteet kuuluivat sisältönsä puolesta eri luokkiin. Esimerkkinä mainittakoon erilainen luonne, joka yhden parin kohdalla tarkoitti siisteuserimielisyyksiä ja toisen parin kohdalla vuorovaikutusongelmia. Samankin teeman alla pareilla oli erilaisia haasteita ja niihin liittyviä selviytymiskeinoja.

Pohdiskelin analyysin alkuvaiheissa millä tavalla suhteuttaa kiintymystyyliä haastatteluaineistoon. Olisi ollut mielekästä jakaa parit kiintymystyyliä mukaisesti



ryhmiin ja käsitellä kaikki haasteet ja selviytymiskeinot kiintymystyyliparien mukaan. Tämä ei ollut eettisistä syistä mahdollista, koska joihinkin ryhmiin kuuluu vain yksi pari, joten he olisivat olleet helposti tunnistettavissa kokonaistilanteensa perusteella. Päädyin valitsemaan parisuhteen kannalta keskeisimmän osan haasteista kiintymystyylien kautta tarkasteltavaksi. Valintaperusteista on lisää yhdeksännessä luvussa. Muut haasteet ja selviytymiskeinot esitän teemoittain. Näin heikennän tunnistettavuutta ja korostan aineistossa esiintyviä yhtäläisyyksiä, mutta käsittelen silti teeman sisällä jokaisen parin asian erikseen, jolloin paritason analyysin idea säilyy. Koska jotkut haasteet liittyvät useampaan teemaan, joudun välillä mainitsemaan jonkun haasteen tietyssä asiayhteydessä ja kuitenkin käsittelemään sen tarkemmin toisen teeman alla. Tällaisessa tapauksessa olen aina maininnut, mistä haasteen jatkokäsittelyn löytää.

#### **6.4. Kiintymystyylin itsearviointitehtävä**

Haastattelun loppuksi pyysin haastateltuja täyttämään kiintymyssuhdetyylin itsearviointitehtävän itsenäisenä työskentelynä. Kiintymystyylin Itsearviointitehtävä on Bartholomewin ja Horowitzin (1991) mallin mukainen. Psykologisessa tutkimuksessa kiintymystyyli määritellään tällä testillä klusterianalyysiä käyttäen ja tuloksia verrataan useimmiten joltain muuta asiaa mittaavaan tilastolliseen testiin. Männikön (1999) mielestä Bartholomewin ja Horowitzin itsearviointitehtävää voisi käyttää ilman tilastollista analyysiä karkeaan kiintymystyylin arviointiin esimerkiksi terapiatyössä. Koska työssäni on pääpaino laadullisessa analyysissä ja koska vertaan kiintymystyyliä vain laadullisen analyysin tuloksiin, katson riittäväksi arvioida kiintymystyyliä ilman klusterianalyysiä.

Se kiintymystyyli, joka henkilön mielestä kuvasi häntä parhaiten, tuli hänen kiintymystyylikseen. Mikäli hän oli laittanut kaksi tyyliä yhtä kuvaaviksi, kiintymystyyliksi tuli näiden yhdistelmä, esimerkiksi pelokas/itseriittoinen. Mikäli henkilö laittoi kolme tai neljä kiintymystyyliä itseään yhtä hyvin kuvaaviksi, tuli kiintymystyyliksi määrittelemätön. Kolme henkilöä oli laittanut rastin kahden numeron puoliväliin tai ympyröinyt kaksi peräkkäistä numeroa. Huomioin myös puolikkaat, sillä se ei ole mikään ongelma, koska en käytä tilastollista analyysiä. Numeroiden kaksi ja kolme väliin laitettu rasti tuottaa siis lukeman 2.5, samoin sekä numeron kaksi, että numeron kolme ympyröinti. Vain yhden henkilön kohdalla puolikkaiden käytöllä oli merkitystä kiintymyssuhdetyylin määrittämisessä, ja oli

päätettävä rinnastanko lukeman 2.5 kahteen, jolloin määritelmäksi tulisi pelokas, vai kolmeen, jolloin määritelmäksi tulisi pelokas/itseriittoinen. Päädyin jälkimmäiseen menettelyyn, koska puolikkaan ero on varsin pieni. Itsearviointitehtävä sekä vastaukset ja määrittelyt löytyvät liitteistä numero neljä ja viisi.

## 7. Haastatteluaineiston esittely ja kurssilaisten taustatiedot

Aineisto koostuu yhdeksästä parihaastattelusta. Litteroitua aineistoa on 105 sivua. On tärkeää tietää, edustaako tutkimukseeni valikoitunut otos perusjoukkoa, eli Tampereella Virtaa välilläme – kurssin käyneitä nuoria pareja. Siksi esittelen seuraavassa tämän tutkimuksen osallistujien taustatietoja ja vertaan niitä Riikka Klaavun tutkimukseen (2005). Vertailusta käy ilmi, että pieni otokseni edustaa hyvin perusjoukkoa. Riikka Klaavu on tutkinut Diakonia-ammattikorkeakoulun päättötyönään Tampereen hiippakunnan alueen Virtaa välilläme -suhdekursseille osallistuneiden parien kokemuksia (emt. 21). Näkökulmana on parisuhdekursmien tavoitteiden täyttyminen (emt. 19). Klaavun tutkimukseen osallistui 102 henkilöä. Käsillä olevaan tutkimukseen osallistuneet henkilöt kuuluvat siis Klaavun tutkimuksen perusjoukkoon pienempien paikkakuntien osallistujien ohella.

Taulukko 2. Virtaa välilläme -kurssille osallistuneiden ikä vuosina.

	Weckroth (2006) N=18			Klaavu (2005) N=102
	Miehet	Naiset	Kaikki	Kaikki
Ikähaarukka	21–26	20–37	20–37	19–48
Osallistujien iän keskiarvo	25	25	25	26

Osallistujat ovat vastanneet Klaavun kysymyslomakkeeseen kurssin kuluessa keväällä 2004 (emt. 24). Tähän tutkimukseen he ovat vastanneet 2005 keväällä, eli vuosi kurssin jälkeen. Että ikää koskevat luvut saataisiin vertailukelpoisiksi, Klaavun tutkimushenkilöiden ikään lukijan pitäisi laskea 1 vuosi lisää, koska heitä koskeva tieto on kerätty vuotta aiemmin. Kuten taulukosta 2 käy ilmi, molempiin tutkimuksiin osallistuneet ovat varsin samanikäisiä, kun otetaan huomioon, että Klaavun osallistujissa keskiarvoa nostaa yksi selkeästi korkeampi lukema. Väestötasolla naiset ovat miehiään 2.4 vuotta nuorempia (Kartovaara & Sauli 2000, 33).

Taulukko 3. Tutkimushenkilöiden (Weckroth 2006) työtilanne.

Työssä		Opiskelee		Työssä ja opiskelee	
Miehet	Naiset	Miehet	Naiset	Miehet	Naiset
5	3	2	4	2	2

Taulukosta 3 selviää, että työssäkäyvistä suurin osa on jo siirtynyt pysyvästi työelämään, yksi työssäkäyvä ei ole vielä aloittanut opintojaan. Työssäkäyntiä ja opiskelua yhdistelevillä henkilöillä on erilaisia elämäntilanteita. Toisilla päätoimista tai päätoimisempaa on opiskelu, toisilla työssäkäynti. Kaikissa pareissa vähintään toinen puoliso on ainakin osa-aikaisesti opiskelija.

Taulukko 4. Virtaa välillämme -kurssilaisten siviilisäätty.

	Weckroth (2006) N=18	Klaavu (2005) N=102
Avoliitossa	4 paria	3/6
Avoliitossa	3 paria	2/6
Seurusteleva pari	2 paria	1/6

Taulukosta 4 käy ilmi, että osallistujien siviilisäädtyt ovat hyvin samanlaiset käsillä olevassa tutkimuksessa ja Klaavun tutkimuksessa. Tässä tutkimuksessa kurssilaisten parisuhteiden pituus oli 2,5-9 vuotta keskiarvon ollessa lähes viisi ja puoli vuotta. Klaavun tutkimuksessa taas osallistujien parisuhteiden pituus vaihteli yhden ja 15 vuoden välillä keskiarvon ollessa lähes viisi vuotta (emt. 25). Klaavun tutkimuksen perusjoukkoon kuuluvat kaikki Tampereen hiippakunnan alueen kurssilaiset, myös lapsiperheet, jotka olen tässä tutkimuksessa sulkenut pois, mikä selittää sen, että Klaavun tutkimuksessa on mukana ainakin yksi selkeästi vanhempi henkilö ja ainakin yksi todella pitkään yhdessä ollut pari. Edelleen on syytä muistaa, että Klaavu keräsi aineistonsa vuotta aikaisemmin, joten yhdessäolovuosiin täytyy lisätä yksi vuosi, että hänen aineistonsa ja minun aineistoni olisivat vertailukelpoisia.

Tässä tutkimuksessa neljä paria osallistui suhdekurssille naisen aloitteesta, kaksi paria miehen aloitteesta ja kolmessa tapauksessa haastattelusta ei käy ilmi, kenen aloitteesta kurssille lähdettiin. Kukaan ei vaikuttanut lähteneen kurssille vastentahtoisesti. Klaavun

tutkimuksessa 71 % tutkituista oli lähtenyt kurssille yhteisestä päätöksestä ja 7 % kumppanin painostuksesta (emt. 25).

Haastattelemistani henkilöistä passiivisia luterilaisen kirkon jäseniä oli 9 henkilöä ja aktiivisia luterilaisia 5 henkilöä. Loput neljä henkilöä kuuluivat jäsenenä vapaiden suuntien seurakuntiin (esim. helluntaiseurakunnat) tai kävivät aktiivisesti niiden tilaisuuksissa. Klaavun tutkimuksessa puolet tutkituista kävi vähintään kerran kuussa kirkon tilaisuuksissa, neljäsosa muutaman kerran vuodessa ja neljäsosa ei osallistunut kirkon toimintaan lainkaan. Toisaalta 62 % osallistui kristillisten järjestöjen toimintaan. Klaavun tutkimuksessa ei selviä, kuinka paljon on niitä, jotka ovat kaiken seurakunnallisen toiminnan suhteen passiivisia. (emt. 25.)

## 8. Kiintymystyyli aineistossa

Taulukoissa 5 ja 6 on taulukoituna kiintymystyylin itsearviointitehtävän avulla määritellyt tulokset erikseen naisten ja miesten osalta.

Taulukko 5. Naisten kiintymystyyli.

Turvallinen	Määrittämätön
8	1

Taulukko 6. Miesten kiintymystyyli.

Turvallinen	Turvallinen/takertuva	Takertuva	Pelokas/itseriittoinen	Määrittämätön
5	1	1	1	1

Männikkö (1999) on tutkinut suomalaisten kiintymystyyliä Bartholomew ja Horowitzin testillä Lapsesta aikuiseksi -projektissa. Hän määritteli erikseen kiintymystyyliä omaa ja vastakkaista sukupuolta kohtaan. Kiintymystyyliä omaa ja vastakkaista sukupuolta kohtaan oli suuria eroja sekä naisilla, että miehillä. Molemmilla havaittiin uusi, malliin kuulumaton turvaton kiintymystyyli. Naisilla suhteessa omaan sukupuoleen yleisimmät kiintymystyyliä olivat turvallinen (45 %) ja takertuva (25 %) ja suhteessa vastakkaiseen sukupuoleen luokittelematon (33 %) sekä turvallinen (21 %). Miehillä suhteessa omaan sukupuoleen yleisimmät kiintymystyyliä olivat pelokas (39 %) ja turvallinen (39 %) ja suhteessa vastakkaiseen sukupuoleen niin ikään pelokas (29 %) sekä turvallinen (25 %). Männikön tuloksia ei voi kaikilta osin verrata tämän tutkimuksen tuloksiin, jossa on kysytty kiintymyksestä yleisesti ottaen, eikä suhteessa sukupuoleen.

Vertailukelpoisempi on Feeneyn (1999), jossa tutkimushenkilöt olivat yliopisto-opiskelijoita ja heidän kumppaneitaan. Miesten kiintymystyyliä olivat yleisyysjärjestyksessä turvallinen (38 %), välttelevä (15 %), pelokas (11 %) ja takertuva (8 %). Naisten kiintymystyyliä olivat vastaavasti turvallinen (27 %), pelokas (19 %), takertuva (16 %) ja välttelevä (10 %). Nämä luvut vastaavat Feeneyn mukaan aiempia tutkimuksia. Käsillä olevassa tutkimuksessa turvallinen kiintymystyyli on etenkin naisilla, mutta myös miehillä

huomattavasti yleisempi kuin Männikön tai Feeneyn tutkimuksessa. Aineistoni on niin pieni, että sattumalla on suuri merkitys. On myös mahdollista, että tähän tutkimukseen on valikoitunut erityisen paljon turvallisesti kiintyneitä, joko sen takia, että Virtaa välillämme -kurssille uskaltautuvat henkilöt ovat useammin turvallisesti kiintyneitä, tai sen takia, että tämän tutkimuksen aihe on karkoittanut turvattomasti kiintyneitä potentiaalisia osallistujia.

Taulukossa 7 on esitetty parien kiintymystyylien yhdistelmät. Turvallisesti kiintyneet ovat useimmiten valinneet turvallisesti kiintyneen parikseen. Aineiston pienuuden ja turvallisesti kiintyneiden suuren osuuden vuoksi muista kiintymystyyleistä ei voi päätellä mitään parin valintaan liittyvää. Nauha ja Silvén (2000) ovat tutkineet suomalaisten parin valintaa ja kiintymyssuhteita AAI:llä mitattuna. He ovat päätyneet samanlaisiin tuloksiin autonomisesti (vrt. turvallisesti) kiintyneiden osalta. Kahden autonomisesti kiintyneen muodostama pari on tavallisin yhdistelmä, 34 % pareista molemmat osapuolet olivat autonomisesti kiintyneitä. Autonomisesti kiintyneistä miehistä 81 % valitsi autonomisesti kiintyneen kumppanin. Autonomisesti kiintyneillä naisilla oli autonomisten kumppaneiden (53 %) lisäksi tavallista myös etäännyttävästi kiintynyt kumppani (44 %). Tämä on ymmärrettävää, koska autonomisesti kiintyneitä naisia on enemmän kuin miehiä ja etäännyttävästi kiintyneitä miehiä on enemmän kuin naisia. Jumiutuneesti (vrt. takertuva) kiintyneistä naisista 86 % oli etäännyttävästi kiintyneen miehen kanssa.

Taulukko 7. Kiintymystyyliparit.

Nainen	Mies	Pareja, kpl
Turvallinen	Turvallinen	4
Turvallinen	Takertuva	1
Turvallinen	Pelokas/itseriitoinen	1
Turvallinen	Määrittämätön	1
Määrittämätön	Turvallinen	1
Turvallinen	Turvallinen/takertuva	1

## 9. Parisuhteen haasteet ja selviytymiskeinot

Tässä luvussa esittelen ensin analyysiä varten kehittämäni parisuhteen haasteiden jaottelun. Seuraavaksi tarkastelen kohdassa 9.1. onko eri kiintymystyylipareilla eroa erilaisten haasteiden määrässä. Samassa yhteydessä esittelen eri kiintymystyylipareilla aineistossa esiintyneet parisuhdetason haasteet ja selviytymiskeinot ja tarkastelen niitä teorian valossa. Kohdassa 9.2. esittelen sopimustason haasteet ja selviytymiskeinot, kohdassa 9.3. muut haasteet ja selviytymiskeinot ja kohdassa 9.4 muut aineistossa esiintyneet keinot hoitaa parisuhdetta.

Taulukko 8. Parisuhteen haasteiden jaottelu sekä frekvenssit koko aineistossa

Haasteen taso	Haasteen nimi	Lukumäärä	Yhteensä
Parisuhtetason haasteet (paljon vaikutusmahdollisuuksia)	sitoutumiskriisi	6	13
	vuorovaikutus	3	
	mustasukkaisuus	1	
	seksuaalisuus	1	
	valtataistelu	1	
Sopimustason haasteet (vaihtelevasti vaikutusmahdollisuuksia)	ajankäyttö	7	18
	suku	6	
	siisteys ym. käytännön asiat	4	
	ammatinvalinta ja kasvun suunta	1	
Muut haasteet (ei vaikutusmahdollisuuksia)	vanhempien avioerot	1	2
	Läheisen sairaus	1	

Haastateltavien kertomat haasteet olivat aiheensa puolesta jaettavissa 11 erilaiseen teemaan. Tarvitsin logiikan, jolla ryhmitellä parisuhteen haasteiden teemat muutamaaan ryhmään ensinnäkin vertaillakseni haasteiden määrää eri kiintymystyylipareilla ja toiseksi erottaakseni mielekkään osan haasteista kiintymystyylin kautta tarkasteltavaksi. Seiffge-



Krenke (2005) jakaa haasteet sen mukaan, kuinka usein haaste esiintyy ja kuinka merkityksellinen se on. Tällaisesta jaottelusta ei ole tässä yhteydessä mitään hyötyä, koska lähes kaikki haasteet menisivät arkihuolien luokkaan, eikä mitään erottelua syntyisi. Siksi jaoin parisuhteen haasteet vaikutusmahdollisuuksien ja ongelman laadun mukaan taulukossa 8 esitetyllä tavalla. Taulukossa on myös esitettyinä haasteiden frekvenssit koko aineistossa.

Parisuhdetason haasteissa haasteen olemassaolo on lähinnä parista itsestään johtuva, joten parilla on paljon vaikutusmahdollisuuksia haasteeseen. Parisuhdetason haasteisiin kuuluvat ne haasteet, jotka kumpuavat parisuhteen sisäisestä dynamiikasta. Nämäkään haasteet eivät ole siinä mielessä parin sisäisiä asioita, ettei niihin liittyisi parin ulkopuolisia tekijöitä, esimerkiksi muita ihmisiä tai yhteiskunnallisia sekä sosiaalisia käytäntöjä. Parisuhdetason haasteet ovat erittäin merkityksellisiä parisuhteen laadun ja kestävyyden kannalta ja tuovat hyvin esille parisuhteen sisäistä dynamiikkaa. Lisäksi parisuhteen konfliktit ovat omiaan herättämään kiintymystyyliin liittyvää käyttäytymistä (Simpson & Rholes & Phillips 1996). Ennen kaikkea parisuhteen haasteista selviytyminen on vähiten riippuvainen ulkoisista tekijöistä ja eniten kiinni parin omista selviytymiskeinoista. Siksi analysoin vain parisuhdetason haasteita ja selviytymiskeinoja parisuhteen osapuolien kiintymystyylin perusteella.

Sopimustason haasteisiin kuuluvat asiatason haasteet, joihin pari pystyy itse esimerkiksi sopimalla vaikuttamaan. Ne ovat joko sellaisia asioita, jotka ovat yksiselitteisesti parin keskenään päätettävissä, kuten siisteys, tai sitten sellaisia, joissa valinnanvapaus on rajoitetumpi, kuten ajankäyttö. Ne haasteet, joihin parilla ei ole vaikutusmahdollisuuksia, nimesin ryhmäksi Muut haasteet. Muut haasteet tulevat parin ulkopuolelta. Myös muihin haasteisiin kohdistuu sopeutumiseen tähtäävää copingia.

Suku on haasteena rajatapaus, joka olisi mahdollista pilkkoa kohtiin sopimustason asiat ja muut haasteet. Jotkut sukuun liittyvät haasteet ovat sopimusasioita, kuten asuinpaikan valinta, kun taas toisiin, kuten esimerkiksi vanhempien alkoholin käyttöön, ei ole nuorella parilla mahdollisuutta vaikuttaa. Koska kyseessä on yhden parin haastevyöhyke, jossa pienet ja isot asiat liittyvät monin tavoin toisiinsa, pidän parhaana esittää asiakokonaisuuden yhtenäisenä. Esittelen suvun haasteena sopimustason asioissa, koska siihen sisältyy

useita sopimustason asioita ja kaiken kaikkiaan sukuun liittyvät haasteet ovat edellyttäneet parilta paljon copingia.

Kuvailen kaikki parisuhteen haasteet ja selviytymiskeinot tämän luvun alaluvuissa. Tekemieni tulkintojen tueksi siteeraan aineistoa, jotta lukija voisi vakuuttua kuvailevan analyysin oikeellisuudesta. Olen pyrkinyt valitsemaan mahdollisimman osuvia sitaatteja, jotka tiivistävät lukijalle olennaisen parin kustakin haasteesta ja siihen kohdistuvista selviytymiskeinoista. Usein tiiviys ei ole ollut mahdollista, vaan lukijan pitämiseksi ajan tasalla olen tarvinnut pitkiä sitaatteja. Olen siteerannut aineistosta enemmän naisia, kuin miehiä siitä yksinkertaisesta syystä, että naiset ovat useimmissa haastatteluissa olleet puheliaampi osapuoli. Naisten puheenvuorot ovat laajempia ja he kuljettavat keskustelua eteenpäin. Miehet kommentoivat usein eriävän tai yhtenevän mielipiteensä sekä täydentävät naisen puheita lyhyemmillä puheenvuoroilla. Näin ollen useimmin käyttämäni sitaatit, joissa nainen puhuu pidempään ja mies kommentoi, antavat todellisen kuvan aineistosta.

Haastattelumerkinnöissä M tarkoittaa miestä, N naista ja H haastattelijaa. Kun aineistositaateissa on kolme pistettä, se tarkoittaa, että olen jättänyt haastattelutekstistä jotain pois joko sitaatin lyhentämiseksi tai tunnistettavuuden estämiseksi. Mikäli siteerattujen puheenvuorojen välissä on tyhjä rivi, puheenvuorot eivät ole peräkkäisiä, vaikka kuuluisivat samaan aihepiiriin, vaan välistä on jätetty yksi tai useampia puheenvuoroja. Tunnistamisen välttämiseksi olen vaihtanut tai poistanut nimet ja paikat sekä häivyttänyt avioliiton ja avioliiton eron sekä ammatit, mikäli nämä seikat eivät kuulu asiaan aivan olennaisesti. Tutkimuseettisistä syistä en tavanomaisesta käytännöstä poiketen laita sitaatteihin parin numeroa, koska jotkut parit saattaisivat olla tunnistettavissa useamman haasteen yhdistelmästä. Samasta syystä haastattelusitaateissa esiintyvät nimet ovat jokaisessa erilaiset, joten nimiä seuraamalla ei voi päästä selville yhdenkään parin kokonaistilanteesta. Kun kirjoitan kunkin aihepiiriin liittyviä haasteista ensimmäisen, toisen jne. parin osalta, tarkoituksena on ainoastaan erotella parin vaihtuminen. Ensimmäinen pari kohdassa ajankäyttö ei siis ole sama pari, kuin ensimmäinen pari kohdassa siisteys.

## 9.1. Parisuhdetason haasteet, selviytymiskeinot ja parien kiintymystyyli

Parisuhteen haasteiden määrä ei näytä tässä aineistossa olevan yhteydessä kiintymystyyliin. Pareilla, joissa molemmat ovat turvallisesti kiintyneitä, parisuhdetason haasteita on keskimäärin 1.5 ja sopimustason haasteita 1.5. Muilla pareilla vastaavat luvut ovat 1.2 ja 2.2. Mikäli pari, jossa toinen on turvallisesti kiintynyt ja toisen kiintymystyyli on piirteitä turvallisesta ja takertuvasta kiintymyksestä, lasketaan turvallisesti kiintyneisiin, saadaan parisuhdetason haasteita keskimäärin 1.2 ja sopimustason haasteita 1.6. Muille pareille vastaavat luvut ovat 1.5 ja 2. Muita haasteita ei kannata verrata, koska ne ensinnäkin voivat olla sattumasta kiinni (sairaus) ja toiseksi niitä on vain kaksi kappaletta koko aineistossa.

### 9.1.1. Turvallinen-turvallinen

Taulukko 9. Parisuhteen haasteet turvallinen-turvallinen -pareilla (4 paria).

Haasteen taso	Haasteen nimi	Lukumäärä	Yhteensä
Parisuhdetason haasteet	sitoutumiskriisi	3	6
	mustasukkaisuus	1	
	seksuaalisuus	1	
	valtataistelu	1	
Sopimustason haasteet	ajankäyttö	3	6
	siisteys ym. käytännön asiat	2	
	Ammatinvalinta ja kasvun suunta	1	
Muut haasteet	vanhempien avioerot	1	1

Neljällä pariskunnalla sekä miehen, että naisen kiintymystyyli on turvallinen. Taulukossa 9 on esitetty näiden pariin kertomat parisuhteen haasteet. Näillä pareilla on keskimäärin 1.5 parisuhdetason haastetta, 1.5 sopimustason haastetta ja 0.25 muuta haastetta.

Seuraavassa esittelen parisuhdetason haasteet ja selviytymiskeinot niiden pariin osalta, joissa molemmat ovat turvallisesti kiintyneitä. Kolmella parilla oli haasteena sitoutumiskriisi. Ensimmäinen näistä pareista on nuori pari, joka haluaa asua erillään avioliittoon asti. Pariskunnan oli vaikea palauttaa mieleen, mistä tunnepitoisessa sitoutumiskriisissä oikeastaan oli kyse. Sitoutumiskriisi oli yksinomaan Heidin, Jani ei ollut vastaavaa kokenut. Lisähankaluutta toi se, että Heidin ja Janin kaveripiirit olivat hyvin erilaisia, eikä suhteelle herunut sosiaalista tukea. Heidin ystävätär oli jopa kriittinen Jania ja koko suhdetta kohtaan. Sitoutumiskriisin yli heitä auttoi kaksi asiaa: Ensinnäkin se, että Jani päätti antaa Heidille konkreettisesti aikaa ja rauhaa päätöksentekoon, vaikka se ei Janista itsestään tuntunutkaan mukavalta. Heidi koki tämän juuri oikeasti toimintatavaksi, joka auttoi hänet kriisin yli. Toinen tärkeä asia oli se, että Heidi päätti, ettei hän halua kuulla enempää kriittisiä kommentteja ystävättäreltään, vaan että ympäristö saa luvan alkaa tukea hänen parisuhdettaan.

Janin selviytymiskeinona oli tilan antaminen. Se saattaa kuulostaa vetäytyvältä, mutta on tässä yhteydessä mielestäni ehdottomasti ongelman ratkaisuun tähtäävää ja on edellyttänyt ensin sisäistä, sitten aktiivista copingia. Heidillä sisäistä copingia oli oma prosessointi. Ystävien kritiikin hiljentäminen oli aktiivista copingia. Menetelmät osoittautuivat toimiviksi.

*M: Sillon oli jo puhuttu naimisiin menosta aika paljon ja mä olisin halunnu jo alkujaan mennä seuraavana kesänä naimisiin ja sitten nin Heidillä iski semmonen jotenkin ähky siitä ja sitte, sitte täyty vähän sulatella.*

*N: Nii ja muutenkin ehkä vaan sitä että kun oli tavallaan sanottu noitten asioiden kynnyksellä että mennäänkö naimisiin, että onko toi nyt ihan oikeesti se jonka kanssa on koko loppu elämänsä ja kaikkee sen suuntasta.*

*N: Just se että Jani anto mulle tilaa ja sitä puolta. Ja sit me tehtiin semmonen että me ei viikoon nähty ollenkaan että sai ihan rauhassa olla vaan toisesta etäällä ja muuta vastaavaa. Sitten se ehkä jotenkin, en mä tiedä oliko sekään semmonen. Pikku hiljaa vaan*

*ja sitten meillä on ehkä ollu semmonenkin haaste, mikä ehkä vähän liittyy tohon kohtaa. Meillä on niin erilaisia ollu kavereita ja muuta että niiltä kavereilta on tuntunu välillä vaikeeta saada hyväksyntää sille suhteelle. Tai en mä tiedä miten sen nyt sanois, koska kyllä se nyt varmaan tänä päivänä se asia on ihan ok, mutta jotenkin koki ettei sieltä saanu tarpeeks sitä tukee. Sitten jotenkin vaan tuli siihen tulokseen, että mua ei kiinnosta mitää kaverit ajattelee. Että mun elämäni on mun parisuhteeni, että muut suu kiinni.*

Toisen parin sitoutumiskriisi oli lukioaikana, jolloin Piia oli vuoden vaihto-oppilaana ja Jesse jäi Suomeen. Vaihto-oppilaaksi lähteminen oli Piian omaehtoinen päätös. Lähtemisestä ei neuvoteltu, mutta ei Jessellä mitään sitä vastaanakaan ollut, vaan hänen mielestään Piian oli saatava mennä. He tekivät sopimuksen, jonka mukaan muita saa tapailla, muttei seurustella tai harrastaa seksiä. Jos sellaista tekisikin, olisi siitä kerrottava toiselle. He pitivät yhteyttä koko vuoden ajan kirjeitse ja soittelivat pari kertaa, eikä kummallakaan ollut kerrottavana uudesta seurustelusuhteesta, joten toivo suhteen jatkumisesta pysyi yllä. Loppukesällä, kun Piia saapui takaisin Suomeen, he alkoivat tapailla. Suhde oli siis selkeästi ollut katkolla, eivätkä he voineet lähteä liikkeelle siitä mihin olivat jääneet. Molemmat olivat kasvaneet henkisesti, varsinkin Piia koki aikuistuneensa vaihto-oppilasvuotensa aikana. Syksyllä he päättivät jatkaa yhdessäoloa.

Parilla oli riittävät selviytymiskeinot prosessin aikana. Jesse ensinnäkin hyväksyi Piian ratkaisun sisäisen copingin tuloksena. Toiseksi nuoret loivat toimivan sopimuksen, ja pitivät siitä kiinni, mikä on aktiivista copingia. Lopulta paluun jälkeen he tutkivat rauhassa, jatkavatko seurustelua, mikä edellyttää sekä sisäistä, että aktiivista copingia.

*H: Oliko se sopu päätös että sä lähdit vaihtoon vai oliko siitä erimielisyyttä?*

*N: En mä muista. Mä vaan ilmotin että mä lähden.*

*M: Nii. En mä muista että siitä ois keskusteltu tarkemmin.*

*N: Ei siitä kovin paljon keskusteltu. Mutta et sä koskaan sanonu, että älä lähe.*

*M: No en.*

*N: Sä vaan sanoit että jos se on sulle niin tärkeätä niin lähe sitten. Ja mä vaan totesin että niin minä lähden. Kyllähän se silloin tietenkin vähän harmitti että sinänsä vähän pelotti että mitähän tässä mahdollisesti menettää. Tai sillain että onkohan se nyt sitten sen arvosta. Mutta sitte kun mä tiedän että mua ois kyllä harmittanu jos en mä ois menny sinne. Oikeestaan se oli aika hyvä testi.*

Kolmannen parin sitoutumisongelma johtui ikäerosta. Tarja on Anttia 11 vuotta vanhempi. Aluksi molemmat miettivät pitkään, että ”voiko tällainen suhde edes onnistua”. Tarja halusi sitoutua suhteessa nopeampaan tahtiin kuin Antti. Pariskunta riitelikin sitoutumisen tahdista. Tarja yritti välttää painostamista, mutta kertoi sortuneensa siihen välillä. Pariskunta on keskustellut asiasta keskenään ja Tarja on keskustellut ystäviensä kanssa. Antti ei ole puhunut muiden, kuin kumppaninsa kanssa asiasta, koska ”ei ole ollut tarvetta”. Keskeinen selviytymiskeino on ollut molemmille odottaminen, että Antti on sisäisesti kypsytynyt sitoutumiseen. Sen jälkeen, kun Antti on kyennyt sitoutumaan, ikäero on menettänyt merkityksensä.

Riitely ja painostaminen ovat aktiivisia selviytymiskeinoja, samoin ystävien kanssa puhuminen. Odottaminen on oletettavasti Antin kohdalla tarkoittanut sisäistä prosessointia, eli sisäistä copingia. Tarjan kohdalla odottaminen on edellyttänyt itsensä hillitsemistä, mikä edellyttää sisäistä ja aktiivista copingia.

*H: Miten te olette siitä päässy eteenpäin?*

*M: Odottamalla.*

*N: Kyllä on kärsivällisyys on ollut välillä koetuksella, kun on halunnut edetä nopeampaa tahtia ja on joutunut vaan odottamaan että toinen on valmis. Ehkä olen jonkin verran painostanut. Alkuun oli aika paljon riitoja sen suhteen. Mä halusin mennä eteenpäin, Antti ei ollut valmis siihen. Kyllä siitäkin on riideltä.*

Yhdellä parilla oli keskeisenä haasteena keskinäinen valtataistelu. Jenni alkoi kuvaamaan tätä haastetta yhteisen sävelen löytämisenä yhteisissä asioissa, Tarmo taas alkoi puhua kurssin teemojen mukaan ja valitsi tässä yhteydessä ensimmäiseksi teemaksi riitelyn. Hän siis puhui riitelystä haasteena. Lopulta selvisi, että pienissä ja suurissa asioissa pariskunta etsii heidän liittoonsa sopivaa tapaa toimia, josta seuraa usein riitelyä, koska kumpikaan ei halua antaa periksi omasta mielipiteestään. Keskusteleminen ja riiteleminen ovat ainoat selviytymiskeinot yhteisymmärryksen löytämiseksi, vaikka riitely näyttäytyy myös haasteena Tarmolle. Pariskunta on toisen tuntemisen myötä ja kurssilla oppinut riitelemään rakentavammin ja huomioimaan toisen tunteita. Tämän haasteen olisi voinut toisaalta käsitellä vuorovaikutusongelmana, koska riitely nähdään haasteena. Mielestäni

tämä haasteiden ja selviytymiskeinojen yhdistelmä on kuitenkin niin omintakeinen, että se ansaitsee oman, kuvaavan nimen, valtataistelu.

Molemmat ovat turvallisesti kiintyneitä, mikä näkyy pariskunnan tilanteessa. Kumpikin luottaa toiseen ja uskaltaa tuoda esiin omat toiveensa ja pysyä niiden takana. Tarkoitukseni ei ole väittää, että peräänantamattomuus olisi ihanteellista ja turvallisesti kiintyneille tyyppistä. Pikemminkin tarkoitan, että kummallakaan ei ole tarvetta vetäytyä mielipiteestään tai riskialttiista tilanteista joko miellyttämisen halun tai vuorovaikutuksen välttämisen takia. Käytetty selviytymiskeino, keskusteleminen, on luokiteltavissa aktiiviseksi copingiksi. Valtataistelu ja yhteisten toimintatapojen hakeminen on kesken, mikä on parisuhteen keston huomioon ottaen ymmärrettävää, joten vielä ei ole oikea aika arvioida, miten pariskunnan selviytymiskeinot riittävät ponnistamaan valtataistelusta eteenpäin.

*H: Ymmärsinkö mä niin tai mä muistelen että alussa sanoitte että toi erilaisuus ja erilaiset mielipiteet ja asioiden ratkasut on, kumman tahtoa noudatetaan ja näin pois päin. Että se on ikään kuin teillä se keskeisin haaste ollu?*

*N: Nii. Se on mun mielipide enemmänkin varmaan. Mutta sanoisin niin, koska me ollaan hyvin voimakastahtosia ihmisiä molemmat. Että se että kun näkee pariskuntia joista toinen on voimakastahtonen ja toinen on luonteestaan semmonen että ei oo niin väliä, vaikka ei mennä hänen asioitten mukaan niin me taas ollaan molemmat luonteeltamme voimakastahtosia, niin mä nään sen isoimmaks asiaks.*

*M: Kyllä joo se on. Mutta jollain tapaa se on sellasta että meillä on aika voimakkaasti tunteet mukana siinä että se ei oo pelkästään sitä että asiat riitelee. Vaan se on että siihen suhtaudutaan sillain että.*

*N: Latauksella.*

*M: Nii.*

*M: Mutta siis me miten me niitä asioita yritetään ratkasta ja miten ne lopulta aina ratkeekin varmasti niin se on keskustelemista. Välillä ehkä isoilla kirjaimilla ja sitten välillä vähän sivistyneemmin.*

Kolmannen pariskunnan ongelmana on ollut miehen kokema mustasukkaisuus. Miehen on ollut vaikea hyväksyä naisen erillistä historiaa ja siinä nimenomaan aikaisempia, selkeästi

menneisyyteen jääneitä seurustelusuhteita. Miehen epävarmuutta on lisännyt myös naisen kokema sitoutumiskriisi. Osaltaan miestä on auttanut se, että hän on huomannut, että naisella ei ole vetoa aikaisempiin suhteisiin. Eniten apua on kuitenkin ollut keskinäisestä sitoutumisesta kihlautumisen ja pian koittavan avioliiton kautta.

Aktiivinen coping, keskusteleminen, ei näytä auttaneen parin tilanteessa. Sitoutumisen myötä mies pystyi pääsemään mustasukkaisuudesta sisäisen copingin kautta.

*H: Vielä siitä että miten te pääsitte siitä eteenpäin, et se niinku lokshti joka kerta kohalleen, mut sit se aina nous uudestaan esiin. Ilmeisesti se on nyt sitten kuitenkin lakannu nousemasta esiin?*

*M: Joo. Tai sillain siinä kävi et se nousi yhä harvemmin, harvemmin ja harvemmin, kunnes se sitten lakkas vaivaamasta. Ja ehkä sitte tän oman sitoutumisen kautta myös että mentiin kihloihin ja ollaan menossa naimisiin nin kyllähän se siihen myöskin osaltaan auttaa. Elikäs se tuli kuitenkin siitä ajatuksesta että oli kuitenkin semmonen pieni pelko että joutuuko jakamaan sen toisen ihmisen joittenkin edellisten tyyppien kanssa. Mutta sitten kun sitoudutaan kunnolla nin sitten ei enää oo semmosta pelkoo.*

*H: Nii, et jonkun näkönen irrationaalinen menettämisen pelko kuitenkin vai? Tulkitsinko oikein vai väärin?*

*M: En tiä ihan menettämisen pelko, mutta ehkä semmonen että ei ole samalla viivalla niitten edellisten tyyppien kanssa tai sillain että. Nyt on tilanne se että me ollaan kihloissa ja menossa naimisiin, silloin oli tilanne se että mä olin tavallaan yksi poikaystävä muitten joukossa.*

Yhdellä nuorella seurustelevalle pariskunnalla on ajankohtaisena molempien kokema haaste seksuaalisuuden alueella. Pariskunta haluaa pitää ”semmosesta kristillisestä ihanteesta kiinni, ettei harrasteta seksiä ennen avioliittoa”. Päätös on yhteinen ja siinä pysyminen on molemmille vaikeaa, varsinkin miehelle. Kaverit tietävät heidän päätöksestään ja lähimmät ystävät tukevat heitä siinä. Toiset kaverit taas eivät jaa samaa ihannetta ja ovat kyseenalaistaneet heidän ratkaisunsa, vaikka ovatkin kristittyjä. Tukea pyrkimykselleen he saivat myös -kurssilta. Varsinainen ja lopullinen ratkaisu tähän haasteeseen on pian koittava avioituminen. Ilkka olisi halunnut jo aikaisemmin naimisiin, mutta Henna tarvitsi enemmän harkintaa. Molempia mietityttää, että miten seksi alkaa sujua avioitumisen jälkeen.



Yhteinen keskusteleminen, sopiminen ja sopimuksesta kiinni pitäminen ovat aktiivista copingia. Näillä keinoilla nuoret ovat selviytyneet haasteesta, joka ei ole pelkkä pidättäytymisen vaikeus, vaan pikemminkin seksuaalisuuden toteuttaminen parin yhteisen arvomaailman puitteissa.

*M: No yks haaste on ollu kun on koitettu ja onnistuttukin pitään semosesta kristillisestä ihanteesta kiinni, ettei harrasteta seksiä ennen avioliittoa.*

*N: Se on kyllä ollu haaste.*

*M: Niin se on ollu aika, varsinkin itelle nin aika vaikee juttu. Ja siitä on jonkun verran tullu, kun se on ollu niin vaikeeta, nin sitä myöten tullu vähän mielipahaakin. Mutta siitä nyt ei tarvii sitten enää loppukesästä ressata.*

*H: Joo-o. Tää on niinku yhteinen päätös tää?*

*N: Joo. Ei siitä varmaa, tai jotenkin mulla on sellanen kokemus että jos tyttö on jotain mieltä niin ei se sitä yksin saa pidettyä, sitä asiaa. Se on aika tärkeetä että se mies on siinä suhteessa semmonen että se on oikeesti sitä mieltä kanssa sitten.*

### 9.1.2. Turvallinen – määrittelemätön

Taulukko 10. Parisuhteen haasteet turvallinen-määrittelemätön -pareilla (2 paria).

Haasteen taso	Haasteen nimi	Lukumäärä	Yhteensä
Parisuhdetason haasteet	vuorovaikutus	2	4
	sitoutumiskriisi	2	
Sopimustason haasteet	ajankäyttö	1	1
Muut haasteet	läheisen sairaus	1	1

Kaksi pariskuntaa sijoittuu ryhmään, jossa toisella puolisoista on turvallinen kiintymystyyli ja toisen kiintymystyyli jää määrittelemättömäksi. Yhdellä pareista turvallisesti kiintynyt osapuoli on mies ja määrittelemättömäksi jäävä on nainen, kun taas toisen parin nainen on

turvallisesti kiintynyt ja määrittelemättömäksi jää mies. Näiden parien kaikki haasteet on esitetty taulukossa 10. Keskimäärin pareilla on kaksi parisuhdetason haastetta, 0.5 sopimustason haastetta ja 0.5. muuta haastetta.

Molemmilla tämän ryhmän pariskunnilla on ajankohtaisena haasteena vuorovaikutus ristiriitatilanteissa. Ensimmäisen parin kohdalla vuorovaikutus on miehen kokema ongelma. Oskar on kärsivällinen eikä suutu helposti, mutta haluaa selvittää ristiriidat välittömästi. Mari hermostuu helposti, tarvitsee ristiriitatilanteissa paljon aikaa asioiden miettimiseen ja rauhoittumiseen, mutta haluaa kyllä puhua asiat selviksi, kun on siihen valmis. Mari myös odottaa, että Oskar ymmärtäisi asioita pienestä vihjeestä, ilman että tarvitsee suoraan sanoa. Erilaisten toimintatapojen seurauksena Mari suuttuu, eikä Oskar tiedä miksi. Oskar on vaikeaa odottaa, että Mari olisi valmis keskustelemaan. Marille taas on raskasta se, että Oskar yrittää saada hänet puhumaan, vaikka hän ei vielä pysty. Asiassa on auttanut erilaisten luonteiden tiedostaminen ja asiasta keskusteleminen. Molemmat yrittävät sopeuttaa omaa toimintaansa lähemmäs toisen toimintatapaa hyvän kompromissin saavuttamiseksi.

Oskar on turvallisesti kiintynyt. Marin kiintymystyyliä ei pystytty määrittämään. Oskar on heti valmis aktiiviseen copingiin, kun taas Mari tarvitsee runsaasti aikaa sisäiselle copingille, ennen kuin kykenee aktiiviseen copingiin. Kompromissi ajoituksessa, joka on myös aktiivista copingia, on hyödyttänyt. Vuorovaikutus on edelleen haaste, vaikkakin se on lievittänyt aktiivisen copingin myötä.

*N: Kun Oskar haluais selvittää asiat heti ja sit se hermostuu kun mä en haluukkaa.*

*M: Varmaan kuvaa aika hyvin sitä että mulla on kuminauha joka venyy ja venyy, sit se katkee ja sit se pitää heti solmia saman tien. Marilla niin kuminauha katkee saman tien mutta sitten päitä ei löydy kyllä pitkään aikaa ennen kun niitä voi ruveta solmimaan. Siinä on se ero.*

*H: No mitä te ootte yrittäny?. Te ootte yrittäny puhua tästä asiasta. Onko siitä ollu hyötyä?*

*N: Kyllä mä koen tai siis molemmat tiedostaa sen. Ei se nyt vieläkkään. Mä en edelleenkään pysty heti ruveta asioita selvittään ja Oskar taas haluis heti. Mutta ehkä se että sen on tiedostanu.*

*M: Joo kyllä mulla ainakin joka toisella kertaa mä ehkä muistan olla hyökkäämättä. Sitten siinä vaiheessa kun tulee joku tämmönen tupsahdus niin sitten en lähde siinä tilassa, muistan että mä voin siinä oottaa ja kattoo.*

*N: Joo ja sitten mun pitää vaan niitä asioita pyöritellä. Mä oon aatellu että se on joku tällanen naisten tapa kun pitää kaikkea aina aatella monelta kantilta ja vetvoa ja vatvoa ja sit se sano niin ja sit se sano näin ja entäs nää sitten niin. Se on vaan ja tosiaan vähän aikaa vetää henkee että en mä rupee kiljumaan sitten kauheeseen ääneen, että saan kasattua itseni.*

Toisen parin vuorovaikutuksen haaste on edellä kuvatun kanssa samansuuntainen, Assi haluaisi ristiriitatilanteisiin liittyen enemmän keskustelua kuin Roi. Assin mielestä olisi hyödyllistä selvittää pienetkin asiat saman päivän aikana, ettei jää käsittelemättömiä asioita, jotka alkavat myöhemmin vaivata jompaakumpaa. Roin mielestä pieniin asioihin ei kannata paneutua, mutta vanhat erimielisyydet on jätettävä taakse ja aloitettava joka päivä puhtaalta pöydältä. Assi kokee Roin käyttäytymisen mököttämisenä. Assi pyytää jonkin verran sanallisesti anteeksi, mutta Roin tapa pyytää anteeksi on nonverbaalinen. Assi kaipaa verbalisoitua anteeksipyyntöä, vaikka kykenee aistimaan, milloin Roi pyytää omalla tavallaan anteeksi.

Assi on turvallisesti kiintynyt, mutta Roin kiintymystyyliä ei pystytty määrittämään. Assin toimintamalli on aktiivinen coping ja Roin vetäytyvä coping. Pariskunnan selviytymiskeinot eivät ole riittäneet tämän haasteen selvittämiseen, vaikka molemmat tiedostavat haasteen selkeästi yksityiskohtia myöten. Se ei ole ihme, sillä haaste muodostuu juuri niistä coping-tyyleistä, joilla siitä yritetään selviytyä.

*M: Assi haluais selvittää sen asian jo illalla puhumalla. Se on ehkä mejän tällänen.*

*N: Sitten pelkää että ne niinku, jos ei niitä selvitä et ne sitten jää ja se sitten poksahtaa joskus kymmenen vuoden päästä. Tai sillain ettei tarvis sisälleen hautoa. Tai jos jotenkin kokee ne niin pieniks ettei niistä sitten jää mitään, mutta kuitenkin aattelis että vaikka ois pieniäkin niin jotenkin niistä puis sitä vähän edes.*

*H: Sää haluaisit puhua, mutta mitä sää haluaisit sitten?*

*M: No siis mulle riittää se että mä meen nukkuu. Että mun mielestä jotkut asiat on niin sillain mitättömiä, ettei näitten takia kannata käyttää paukkuja. Aamulla voi sitten taas puhtaalta pöydältä rakentaa.*

Molemmilla pareilla on hasteena myös sitoutumiskriisi. Ensimmäisen parin sitoutumiskriisiin liittyi muutaman kuukauden ero, jonka aikana Saana tapaili kumppaninsa tietämättä tämän kahta kaveria. Tuukka uskoi eroa pysyväksi, mutta Saana ei ollut luopunut Tuukasta, pikemminkin hän halusi ennen lopullista sitoutumista vielä varmistua muita katselemalla, onko Tuukka se oikea. Tuukka ja Saana olivat toistensa ensimmäiset seurustelukumppanit. Saana tahtoi olla rehellinen ja siksi hän otti väliaikaisen eron siinä vaiheessa, kun halusi vielä tapailia toisia. Tuukalla taas ei ollut mitään tarvetta ”nähdä jotain muuta”. Eron aikana Tuukan ainoa selviytymiskeino oli musiikin kuuntelu. Hän ei esimerkiksi puhunut asiasta kenellekään, perheenjäsenenkään eivät tieneet erosta mitään. Yhteen paluun jälkeen he puhuivat keskenään asiasta. Tuukka olisi halunnut tietää eron ajasta enemmän, mutta Saana ei halunnut kertoa. Vasta kun Tuukka sai muualta tietää jotain, Saana kertoi Tuukan kavereiden osuuden asiaan. Puolisot puhuivat sitten asiasta Tuukan kavereiden kanssa. Tuukalle oli raskasta kuulla kavereidensa osuus asiaan, mutta sen jälkeen kun hän tuli sen tietämään, oli kuitenkin helpottavaa keskustella asianomaisten kanssa. Ulkopuolista apua pariskunta ei ole hakenut eikä Tuukka ole puhunut asiasta muiden kuin asianomaisten miesten ja kumppaninsa kanssa. Kaiken kaikkiaan he eivät pariskuntana ole päässyt täysin tästä asiasta yli. Tuukkaa vaivaa miksi – kysymys, johon ei ole olemassa vastausta. Tuukka sanoo menettäneensä uskonsa puhtaaseen rakkauteen.

Saana on turvallisesti kiintynyt, kun taas Tuukan kiintymystyyliä ei pystytty määrittämään. Pariskunnan selviytymiskeinojen toimivuutta arvioidessa on huomioitava, että edellä kuvatussa episodissa on esillä kahden henkilön erilaiset haasteet pitkässä aikaperspektiivissä. Monia vuosia sitten Saanan haasteena oli selvittää, onko Tuukka hänelle se oikea. Koe-ero on joissakin tilanteissa toimiva ratkaisu. Koe-eron tulisi kuitenkin sisältää sopimus eron kestosta, tarkasta sisällöstä ja kontakteista muiden kanssa. (Kayser 1993, 155). Sen sijaan oli huonoa harkintaa tapailia Tuukan kavereita kokeilumielellä. Samaan aikaan Tuukan haasteena oli selvittää jätetyksi tulemisesta. Tuukalla oli selviytymiskeinona ainoastaan musiikin kuuntelu. Kyseessä on tavallinen selviytymiskeino. Tekeillä olevan väitöstutkimuksen mukaan nuoret säätelevät tunteitaan kuuntelemalla

musiikkia. Musiikkia kuuntelemalla voi esimerkiksi irtautua ikävästä olostasi, purkaa aggressiota ja saada lohtua. (Saarikallio 2006.) Tulkitsen ongelman välttelyksi sen, että Tuukka ei kertonut erosta edes perheenjäsenilleen. Seuraavassa vaiheessa, kun he olivat palanneet yhteen, Tuukka ja Saana keskustelivat keskenään. Saana kuitenkin salasi asioita, joiden tiesi Tuukkaa kiinnostavan. Kun Saana myöhemmin joutui kertomaan Tuukan kavereiden osuudesta, Tuukka tunsu itsensä petetyksi. Tässä vaiheessa he keskustelivat keskenään ja kyseisten miesten kanssa. Keskustelusta ei ollut apua. Tähän kohtaan pariskunta on jumittunut. Edellä kuvattu episodi on jäänyt ratkaisematta ja anteeksi antamatta. Vaikka se on jäänyt vuosien myötä taka-alalle, se kuormittaa molempia. Ilmiselvästi pariskunnan tähänastiset selviytymiskeinot eivät ole riittäneet ongelman käsittelyssä. Ongelman ei välttämättä tarvitse jäädä nykyiseen tapaan pinnan alle painamaan. Aktiivisesta copingista ainakaan puhumisen muodossa ei näytä olevan apua, mutta Tuukka voi vapautua sisäisen copingin avulla miksi-kysymyksestä aktiiviseen anteeksiantoon (ks. Saaristo 2000).

*N: Sillain halusi nähdä niin kun muutakin. Että varmistua siitä että Tuukka on se oikea. Että se tosiaan tai sillain että se, tuntu että tekee selän takana sellasia asioita, mitä ei, piti parhaana sitä että pitää taukoa sitten. Sitten kun sen (luku) päivää oli erossa, sitten sitä aikanaan tajus että kuinka tärkeä se toinen on. Oli se hyvä että Tuukka otti vielä takasin*

*H: Miten te pääsitte siitä yli sitten? Se on varmaan aika vaikea asia sitten ollut?*

*N: Ootko sä lopulta päässy vieläkään niin hyvin*

*M: En mä ehkä ihan täysin oo niinku kaikkia niitä juttuja että. Kyllä mä niinku ymmärrän sillain, sillain että, että että, mun mielestä meillä oli asiat hyvin. En mä ymmärtänyt sillain että miks tarvi nähdä jotain muuta. Sillain että, on tässä nyt kuitenkin jollain tasolla yli päästy, mutta sillain että*

*N: Ja on siitä si. Nii sano vaan mitä sä olit sanomassa.*

*M: Ei sitä ihan täysin pidä hyväksyykään aina sitä niinku että. Mun mielestä mun ois pitäny tietää siitä asiasta sillain aikasemmin. Se siinä niinku. Itellä just kun odotti sillain niinku armeijasta kun pääsee. Ja periaatteessa kun sieltä pääsi pois nin sitten oli tollanen ilmotusluontonen asia pöydällä että.*

*N: Sillain on, että ... oli sellasta niinkun kuittimista, tai niin ku purki sitä pahaa oloa varmasti mutta, sillai että sitten aatteli, siinä mielessä oli musta tuntu että oli jotenkin siitä*

*päässy niinku sen verran ainakin yli, ettei enää oo niinku semmosta. Kyllä siitä on. Siitä on kyllä juteltu aika paljon, mutta se*

*M: Sä et oo vastannu siihen miks – kysymykseen.*

*N: Nii ei niin että ihminen ei niinku osaa semmosta tyhjentävää vastausta antaa. Sen takia se on niinku. Sitäkin hankaloittaa sitä lopul, että pääsis siitä että se ois ihan niinkun loppun käsitelty voi olla, mutta sillain kuitenkin että se ois, että se olis ollutta ja mennyttä, niinku menneisyyttä ettei se tähän nykyiseen elämään tai tois siihen semmosta riitasuutta, riidan aihetta mitä silloin tapahtu.*

Toisella pareista sitoutumiskriisi oli puolen vuoden seurustelun jälkeen. Siihen asti oli mennyt hyvin ja takana oli juuri mukava, yhteinen kesäloma, mutta sitten arki astui kuvioon ja parilla alkoi olla yhä enemmän pieniä riitoja. Sitoutumiskriisi liittyi Antilla erilaisiin vuorovaikutustyyliihin, mutta myös yleiseen sitoutumispelkoon ja jonkinlaiseen laiskuuteen kohdata ja elää läpi suhteen ongelmalliset vaiheet. Myös Lauralla oli sitoutumispelkoa joka kuitenkin ilmeni eri tavalla. Laura pelkäsi etukäteen hylätyksi tulemista, joten hän esitti, ettei hänellä ole mikään kiire sitoutua. Tämä toimintamalli taas lisäsi Antin epävarmuutta suhteessa. Antti selvisi sitoutumispelostaan puhumalla siitä Lauralle. Lauraa auttoi aika, hän uskalsi jonkin ajan kuluttua myöntää itselleen ja Antille, että haluaa myös sitoutua, jolloin Antti tunsu olonsa varmemmaksi suhteessa.

Antti on turvallisesti kiintynyt. Laura ei kokenut minkään kiintymystyylin kuvaavan itseään, joten hänen kiintymystyyliään ei voitu määrittää. Antin selviytymiskeino, puhuminen, on aktiivista copingia. Lauran sitoutumattomuuden esittämisen voisi tulkita vetäytymiseksi etäämmälle uhkaavasta tilanteesta, siis vetäytyväksi copingiksi. Tämä toimintatapa johti kumppania harhaan, eikä edistänyt sitoutumiskriisin ratkaisemista. Sisäistä copingia käyttäen hän pystyi lopulta näyttämään sitoutumishalunsa ja sitoutumaan.

*M: Ja sitten siinä vaiheessa oli jo oppinut tuntemaan sen verran et ties ja tunsu toisen sen verran ties mitä toinen haluaa tulevaisuudelta ja näin pois päin. Silloin tuntu että se on ihan erilaista oikeesti mitä toinen haluaa. Mä en tiedä että oonko mä manipuloinu sua niin paljon että meillä on nykyään samat haaveet tulevaisuuden suhteen vai mikä mutta*

*N: Ei se nyt varmaan sen, mä olin kuitenkin aika pitkään ollu sinkku ja oli ollu kovasti kavereitten kanssa menossa ja liihotellu tuolla ja ajatellu ettei sinkku elämää elä enää. Ja*

sit tuntu että mun piti varmaan vähän esittää että mulla on niinku, kyllä mä pärjään yksinkin.

M: Se siinä todennäköisesti oli yks syy kyllä. Se voi kyllä pitää hyvinkin paikkaansa, että mulla on suurin piirtein ollu sellaset suunnitelmat että tulee taloo ja lapsia ja autoo ja velkaa ja kun Lauralla ei yllättäen ollukkaan niitä samoja niin tuli vähän sellanen tuota yllättävä tilanne. Näköjään siitä sitten selvittiin.

N: Kyllä.

H: Minkälaisia ajatuksia sulla sitten tai millasia toiveita tulevaisuudesta?

N: Siinä oli tosiaan sellasta että mä olin jotenkin aatellu että mä oon menevä sinkku ja on kaikkee matkustaa ja asuu keskustassa ja kaikkee tämmöstä näin niin. Sitten kun Antin kanssa kuitenkin kun kolahti aika hyvin että oli kauheen helppo ja hyvä olla, semmonen varma olo. Niin sitten kun rupesi niitä miettiin että hitsi ton ihmisen kanssa mä haluan olla ja perustaa perhettä ja näin. Sitten kuitenkin oli taka-ajatuksena tai sellanen pelko että mitäs jollei tää toimikaan. Että mitäs Anttiin sattuu ja et menee poikki ja mä oon ihan että ton ihmisen kanssa mä haluan olla. Kyllä musta tuntuu että piti siinä vielä vähän esittää että kyllä mä pärjään ittekin. Mutta kyllä se sieltä paljastu että mäkin haluan talon ja lapsia ja velkaa.

### 9.1.3. Turvallinen – takertuva

Yhdellä pariskunnalla naisen kiintymystyyli on turvallinen ja miehen takertuva. Heillä on yksi parisuhdetason haaste ja kaksi sopimustason haastetta, kuten taulukosta 11 käy ilmi.

Taulukko 11. Parisuhteen haasteet turvallinen-takertuva -parilla (1 pari).

Haasteen taso	Haasteen nimi	Lukumäärä	Yhteensä
Parisuhdetason haasteet	sitoutumiskriisi	1	1
Sopimustason haasteet	siisteys ym.	1	2
	ajankäyttö	1	

Parisuhdetason haasteena tällä parilla oli sitoutumiskriisi. Se oli ensisijaisesti naisen haaste. Molempien osapuolien oli vaikea muistaa, mitä kaikkea tilanteeseen liittyi, mutta alkunsa kriisi sai erimielisyyksistä. Jennillä tilanteeseen liittyi myös oman hengellisen

elämän kysymyksiä. Tilannetta helpotti, kun Jenni sai selvitettyä, mitkä ongelmat olivat parisuhteen ongelmia ja mitkä taas omia sisäisiä kysymyksiä. Jennin selviytymiskeino oli puhuminen kumppanin kanssa. Tomin selviytymiskeinona oli asioiden silleen jättäminen, sillä hän koki raskaaksi yrittää joka päivä ratkoa asioita. Heidän ensisijaiset selviytymiskeinonsa olivat siis ilmiselvästi ristiriidassa keskenään. Molempien selviytymiskeinoja on kuitenkin käytetty. Tomi on suostunut Jennin selviytymiskeinon käyttämiseen, eli osallistunut yhteisiin keskusteluihin. Toisaalta parin vähäinen yhteinen aika on pakottanutkin asioiden jättämiseen silleen suurimmaksi osaksi aikaa.

Jennin kiintymystyyli on turvallinen ja Tomin takertuva. Jenni halusi puhua sitoutumiskriisin aikaan enemmän, kuin Tomi. Asiasta puhuminen on aktiivista copingia, kun taas puhumisen välttäminen on vetäytyvää copingia. Simpsonin, Rholesin ja Phillipsin (1996) konfliktin ratkaisua ja kiintymystä parisuhteessa käsittelevästä tutkimuksesta löytyy selitys sille, miksi takertuvasti kiintynyt osapuoli haluaa välttää keskustelua. Voimakkaan takertuvasti kiintyneet kokevat suuresta ongelmasta keskustelemisen parinsa kanssa stressaavana ja ahdistavana. Keskustelun jälkeen he kokevat sekä kumppaninsa, että parisuhteensa negatiivisemmin rakkauden, omistautumisen, kunnioituksen, avoimuuden ja tuen osalta. Lisäksi takertuvasti kiintyneet kokevat konfliktien määrän suuremmaksi, kuin kumppaninsa (Campbell & Simpson & Boldry & Kashy 2005). Tämän parin yhteinen harrastus, kävelylenkit, tarjoaa uskoakseni optimaalisen yhdistelmän parille: kävellessä voi jutella, mutta keskustelu ei mene ahdistavan raskaaksi. Käveleminen antaa myös keskustelun lomaan mahdollisuuden tuumaustaukoon.

*N: No ehkä se on jääny mieleen semmosena niinku ihan ensimmäisenä, kun ei oltu vielä oltu vuottakaan yhdessä, et semmonen päätös, että halutaan jatkaa, siinä oli vaikeita aikoja. Tuntu että oltiin eri mieltä asioista ja sitte toisaalta oli niinku ihan omassa hengellisessä elämässäkin vaikeita asioita jotka ei välttämättä liittyny siihen parisuhteeseen mutta kuitenkin oli siinä mukana. Mutta sillon oli tosi selkee se päätös että halutaan vielä yrittää yhdessä. Kyllä siinä sitte se väline oli niinku puhuminen, ettei siinä ollu mitään muuta.*

*M: No tärkeintä oli se et jättää niinku asiat silleen, ratkasu on mulle ollu se, et jättää silleen et (kilpailevaa päällekkäin puhuntaa) tänään ei niinku yritä niinku ettii ratkaisua elämän kaikkiin kysymyksiin eikä mitään. Silloin oli hyvin paljon sitä, että yritettiin koko ajan ettii*



*ratkasua tiettyyn juttuun joka päivä, et se on hirveen raskasta senkin takia, et aina ku tuli joku, ni ratkasu ku ei sitä ratkasua aina ole siinä voi olla että menee monta vuotta joskus et tavallaan en mä tiedä, se riippuu asiasta ku jättää asiat silleen ni se on monesti kaikkein paras tapa.*

#### **9.1.4. Turvallinen – turvallinen/takertuva**

Yhdellä pariskunnalla naisen kiintymystyyli on turvallinen ja miehellä on piirteitä sekä turvallisesta, että takertuvasta kiintymyksestä. Parilla on kaksi sopimustason haastetta, kuten käy ilmi taulukosta 12. Parilla ei ole ollut lainkaan parisuhdetason haasteita. Aikaa ja tilaisuuksia parisuhdetason haasteiden kehittymiselle olisi ollut, sillä pari on ollut kolme vuotta yhdessä ja asuu yhdessä.

Taulukko 12. Parisuhteen haasteet turvallinen-turvallinen/takertuva -parilla (1 pari).

Haasteen taso	Haasteen nimi	Lukumäärä	Yhteensä
Sopimustason haasteet	ajankäyttö	2	2

#### **9.1.5. Turvallinen – pelokas/itseriittoinen**

Yhdellä pariskunnalla naisen kiintymystyyli on turvallinen ja miehen kiintymystyyli on mukana sekä pelokasta, että itseriittoista kiintymystä. Taulukossa 13 kiinnittää ensisijaisesti huomiota yhden parin haasteiden runsas määrä. Tästä ei ole kuitenkaan syytä tehdä liian pitkälle meneviä johtopäätöksiä. Haasteiden määrää selittää osittain parisuhteen pitkäaikaisuus ja osittain haastattelun pitkä kesto sekä naisen avoin puheliaisuus. Esille tuli hyvin vähäisiä ja jo voitettuja sukuun liittyviä haasteita, mutta osa haasteista on merkittävämpiä ja edelleen akuutteja.

Taulukko 13. Parisuhteen haasteet turvallinen-pelokas/itseriittoinen -parilla (1 pari).

Haasteen taso	Haasteen nimi	Lukumäärä	Yhteensä
Parisuhtetason haasteet	vuorovaikutus	1	1
Sopimustason haasteet	suku	6	6

Parisuhdetason haasteena on tällä parilla vuorovaikutus. Tea haluaisi Laurin keskustelevan henkilökohtaisemmalla tasolla ja laittavan itseään enemmän likoon keskusteluissa. Tea kokee joutuvansa kiskomaan Laurilta puhetta ja Laurikin kokee Tean toiminnan välillä kiskomiseksi. Lauri taas pitää keskustelemisesta ja kokee yhteiset keskustelut positiivisiksi, mutta odottaa, että toinen johdattelee keskustelua, jolloin hän voi vastailta. Mieleen tulevat asiat hän sanoo yleensä heti, eikä ehdota tai odota erityistä keskustelua. Laurin mielestä Tea odottaa häneltä vuorovaikutuksessa tyyliä, joka ei ole hänelle luontainen. Toisinaan Lauri ei jaksaa keskustella, jolloin ystävälliset teot saavat puhua puolestaan. Vuorovaikutukseen liittyvien selviytymiskeinojen käsittely jäi pois, koska keskustelun sävy alkoi käydä loukkaantuneen nahistelevaksi, jolloin hätäännyin ja ohjasin puhetta aiheesta sivuun. Kerron siksi, mitä selviytymiskeinoja voin havaita haastattelusta. Tea antaa Laurille tilaa pyytämällä Lauria vastaamaan ensin. Lisäksi Tea tekee tarkentavia kysymyksiä ja kehottaa Lauria välillä puhumaan konkreettisemmin. Toisinaan Tea sanoo ääneen, että hän vastaa nyt myös puolison puolesta, jolloin puolesta puhuminen on julkista ja siihen on puolison mahdollista kommentoida. Tea siis tukee Lauria vuorovaikutuksessa. Lauri kokee sen pääasiallisesti positiiviseksi, mutta Tealle se on raskasta. Näyttäisi siltä, että Tean Laurille antama tuki vuorovaikutuksessa on pariskunnan selviytymiskeino vuorovaikutuksen haasteissa.

Tea on turvallisesti kiintynyt, kun taas Laurin kiintymystyyliä on piirteitä sekä pelokkaasta, että itseriittoisesta kiintymyksestä. Heidän vuorovaikutuskuvionsa on kiintymyssuhdeteorian valossa ymmärrettävä, sillä turvallisesti kiintyneet viestivät avoimesti tunteistaan ja tarpeistaan, kun taas välttelevästi ja pelokkaasti kiintyneet pitävät etäisyyttä muihin (Bartholomew & Horowitz 1991).

*M: ...mä oon aikahuono alottaan keskustelun, että mä oletan että jos toinen sanoo että keskustellaan nyt että toinen rupeaa johdattelemaan sitä keskustelua ja mä sitten annan vastauksia, kyllä, ei ja näin poispäin. Mutta tuota...sitten taas Tealla on sellasia ideoita keskustelussa että ootko aatellu että meillä on sillälaila ja sillä laila ja näin pois päin. Että en mä kyllä kauhean helposti rupea sanomaan että pitäskö mejän keskustella siitä ja siitä. Jos mulla tulee päivän aikana mieleen joku juttu että mä aattelen että tästä täytyy sitten illalla nukkumaan mennessä keskustella, vaan mä sanonon sen siinä aikalailla heti.*

*N: Mutta onko se pahalta tuntunu se keskustelu?*

*M: Ei. Ei se oo koskaan sellasta väkisin vääntämistä, että se olis jotenkin epämiellyttävää tai vastenmielistä. Kyllä mä ihan tykkään keskustella kaikista asioista ja inttää ja väittääkkin.*

*M: Sulla on tollanen ääneen ajattelemisen taito, joka multa uupuu. Mun täytyy vaan mieltiä ja sitte sanoa se asia hyvin lyhyesti ja ytimekkäästi. Mulla on tällanen toimintamalli, ellei sitten olla jossakin seurueessa, jossa on tämä seurustelu paljon kevyempää ja siihen voi heittää jotakin läppää sekaan ja muuta.*

*N: Ja ehkä se et jotenkin uskalla mennä kovin henkilökohtasiin. Sä et uskalla ihan laittaa ittees niissä keskusteluissa likoon. Tässäkin sen huomaa, kun oli niitä eka kysymyksiä, kun puhuttiin siitä muutosta. On tämä yhteiskunnallinen rakennemuutos, jotenkin aina tuntuu että helpompi on sellasella yleisellä tasolla...*

## **9.2. Sopimustason haasteet ja selviytymiskeinot**

### **9.2.1. Ajankäyttö**

Ajankäyttö on ollut viiden parin haasteena. Kaikilla pareilla on tai on ollut liian vähän yhteistä aikaa. Kahden parin osalta toinen puolisoista on ollut olennaisesti kiireisempi, kuin toinen. Oma aikaa tai tekemistä on kaivannut tai kaipaa kahdesta parista toinen puoliso. Useat, eri syistä johtuvat tilapäiset erot ovat olleet yhden pariskunnan haasteena.

Ensimmäisen parin ajankohtaisena haasteena on molempien kokemana liian vähäinen yhteinen aika. Janne tekee lähes 12-tuntisia päiviä ja Tiiakin opiskelee tiiviiseen tahtiin, joten lisäongelmia tuo se, että molemmat ovat hyvin väsyneitä arki-iltaisoin. Yhteistä aikaa vähentää edelleen se, että pari ei asu yhdessä. Tiia kokee yhdessä vietetyn ajan negatiivisemmin kuin Janne, mutta molempien mielestä kiukkuisuus ja väsymys rasittavat yhdessä vietettyä aikaa. Virtaa välillämme -kurssille he menivät juuri saadakseen yhteistä tekemistä. Pariskunta haluaisi käydä hengellisissä kokouksissa, muttei jaksaa eikä ehdi. Elokuvia ja televisiota he katsovat yhdessä. Huonona puolena molemmissa puuhissa on Tiian mielestä se, että ne eivät ole vuorovaikutuksellisia. Käveleminen on etenkin Jannelle mielekäästä, koska se mahdollistaa vuorovaikutuksen ja samalla elvyttää. Aktiivisena selviytymiskeinona on siis ollut sellaisen yhteisen tekemisen järjestäminen, mitä jaksaa väsyneenäkin tehdä. Tiia mainitsi toisen aktiivisen selviytymiskeinon: he ajoittavat erikseen

tehtävät asiat, esimerkiksi matkat, samaan aikaan. Myös sisäisiä selviytymiskeinoja on käytetty: ensinnäkin Janne yrittää pysyä hyvällä tuulella tai ainakin käyttäytyä hyvin toista kohtaan. Lisäksi tilanteessa helpottaa väliaikaisuuden tiedostaminen, miehen toiset opinnot ovat muutaman kuukauden kuluessa päättymässä ja pari on menossa naimisiin ja muuttamassa yhteen. Janne korostaa yhteisen ajan järjestämisen tärkeyttä myös tulevaisuudessa: ajan saa aina kulutettua muuhun kuin yhteiseen, vaikka sitä olisi kuinka paljon. Tiia haluaa myös omaa aikaa ja omia menoja, mutta tästä kysyessäni Janne puhuu toistuvasti vain yhteisen ajan, yhteisten kavereiden ja yhteisten tekemisten puolesta.

*M: Se on semmonen, et järjetöntäkin siinä mielessä, et mä oon niinku torstaina ihan loppu, kaikkeni antanu, ni pitäs vielä olla, seurustella sosiaalisesti.*

*N: Ehkä tänä kesänä helpottaa, kun ollaan samassa maassa, samalla paikkakunnalla ja kuukauden päästä samassa asunossakin. Ois sitä yhteistä aikaa vähän enemmän.*

*H: Sehän on itse asiassa tähän asiaan se ongelmanratkaisu, se yhteen muuttaminen.*

*N: Niin kyllä niinku ku tietää, että tää on vaan sellanen vaihe, ettei se tuu aina olemaan tällästä.*

*M: Sitte täytyy pitää huoli, ettei se tuu aina olemaan tällästä, koska siinä on aina olemassa se vaara, että kun on pari kolme vuotta käyny (koulua), ni se jää helposti päälle silleen sit ei enää osaa ottaa sitä aikaa.*

*N: Aikasemmin meillä on varmaan ollu tosi paljon sellasta, että muut tekemiset on jääny paljon vähemmälle, nyt sitte tänä talvena on ehkä lisääntyny sekin, et on yrittäny lisätä sitä muuta, kun yhteistä, ettei niinku jämähtäis siihen. Ettei jää niinku muut kaverit ja muut menot ihan kokonaan. Nyt musta tuntuu siltä, en tiedä miltä susta tuntuu, et me haetaan tasapainoa omille ja yhteisille menoille.*

*H: Aivan.*

*M: Sitä yrittäis jotain sellasta, yhteinen harrastus, joku ehkä yhteinen liikuntajuttu, se vois olla tosi hienoo, mut nyt se ei oo mitenkään mahdollista, sitä voi alkaa harkitteen sitte. Kyllä me ollaan niinku käyty kävelemässä, silloin pystyy puhumaan.*

Toisella parilla molemmat puoliset kokevat ajankäytön nykyhetken suurimmaksi haasteeksi. Työn lisäksi remontti vie vapaa-aikaa, tosin silloinkin he ovat he yhdessä

kotona. Pääasiallinen ongelma on se, että molemmat ovat hyvin aktiivisia ihmisiä, joten he sopivat helposti liian paljon erilaisia menoja, jolloin yhteinen ohjelmoimaton aika jää vähiin. He ovat kiinnittäneet asiaan huomiota ja saaneet siihen aktiivisilla selviytymiskeinoilla parannusta aikaiseksi. Heillä ei ole mitään erityistä systeemiä ajankäytön hallitsemiseksi, he vain yrittävät jättää jonkun illan ja joskus viikonlopun ohjelmoimatta.

*H: Onko tämä ajankäyttö ja ajanpuute minkäänlainen ongelma?*

*M: Se nyt suurin on.*

*N: ...kaikki mitä me tehdään niin tehdään se yhdessä, paitsi sitten tietenkin kumpikin käy omassa päivätyössään. Enemmänkin ehkä sellanen oleminen, sitä on aika vähän.*

*M: tai siis sellasta ohjelmoimatonta. Ja aika usein liittyy muita tekijöitä, nähdään jotain muita ihmisiä tai*

*N: on yritetty silläkin tavalla että aina välillä on sellasiakin viikonloppuja että ei ole mitään. Ollaan kuitenkin hirveän aktiivisia ja tykätään monenlaisesta liikkumisesta ja on kivaa olla monissa asioissa mukana. Se on vähän vaikeeta priorisoida asioita, mutta kyllä me on vähän opittu sitäkin asiaa. Mun mielestä meidän elämä ei ole ihan niin kauheeta, kuin se on ollu joskus, siis ajankäytön suhteen.*

Kolmannen parin haasteena oli epätasapainoinen tilanne ajankäytön suhteen, kun Krisse teki valmistuttuaan useiden kuukausien ajan kahta työtä saadakseen monipuolista työkokemusta, eikä Matilla ollut juuri lainkaan työtä tai opintoja, joiden parissa menisi aikaa. Krissen työ edellytti lisäksi runsaasti etukäteisvalmistelua kotona. Työmatkoja helpottaakseen hän yöpyi välillä poissa kotoa, joten erillisyys oli varsin totaalista. Etenkin Matti kaipasi yhdessäoloa ja yhteistä tekemistä, mutta Krissellä ei ollut aikaa. Krisse pyrki kuitenkin järjestämään yhden illan viikonlopussa työvelvollisuuksista vapaaksi. Yhtenä selviytymiskeinona toimi Virtaa välillämme -kurssi, jolle pari osallistui Matin aloitteesta. Krisse koki kurssin hyödyllisenä, sillä se toimi pakotettuna yhteisenä aikana sen jälkeen, kun siihen oli sitouduttu. Mattia auttoi eniten se, että hän sai harjoittelupaikan ja myöhemmin työtä. Pian sen jälkeen Krissellä koitti loma, johon hänen kaksinkertainen työtaakkansa lopullisesti päättyi. Parilla on siis ollut runsaasti aktiivisia selviytymiskeinoja käytössä.

*M: Sillain vaan kun oli ollu itte päivän kotona ja Krisse töissä, nin sillain sitte kaipas illalla sitä yhteistä aikaa. Krisse sitten teki taas kahta (...) hommaa että sillain illat sitten meni vielä siihen työntekoon. Sillain tuntu että mä ainakin olisin kaivannu enemmän sitä aikaa silloin.*

*H: Yrittekö te jotain muuta siinä ratkasuks siihen tilanteeseen tai helpottaa oloa? Taikka jonkun tasosta ongelman ratkasua, muuta kun tää kurssi?*

*M: Ei sitä oikeen.*

*N: Kun häitä suunniteltiin seuraavalle kesälle, niin siitä nyt jotain semmosta tuli niinku yhteistä.*

*M: Mutta viikonlopuksi yritti yhden illan sillain ettei niitä tehtäviä ollenkaan...*

Neljännellä parilla on kahdenlaisia ajankäyttöön liittyviä haasteita. Ensimmäinen haaste on kiire. Pekka käy kolmivuorotyössä ja Hanna opiskelee sekä käy töissä rahoittaakseen opintonsa. Molemmat ovat väsyneitä, yhteistä valveillaoloaikaa on vähän, eikä mitään säännöllisiä menoja ole mahdollista pitää yllä. Molemmat osapuolet käyttävät ensisijaisesti sisäisiä selviytymiskeinoja. Pekan selviytymiskeino on asenne, hän ei halua kokea työtä negatiivisesti, vaan ajattelee, että se on yksi osa hänen elämäänsä. Hän ei halua stressata, vaan yrittää olla hyvällä tuulella. Myös Hanna yrittää hillitä kiukkuaan. Hanna pyrkii arvioimaan, minkä verran jaksaa tehdä töitä ja harkitsee ottavansa opintolainaa parin vuoden kuluttua. Hän kokee helpottavina loma-ajat, jolloin on vain työtä, ei opiskelua. Aktiivisena selviytymiskeinona Pekka hyödyntää sen vapaa-ajan ja yhteisen ajan, mitä on. Enemmän yhteistä aikaa on luvassa myös Pekan todennäköisen työttömyysjakson koittaessa. Lopullisesti pariskunta pääsee nykyisestä ajankäyttöhaasteesta naisen valmistumisen myötä. Lapsia pariskunta ei halua ennen kuin kiireet helpottavat.

Toinen haaste liittyy toisaalta Pekan ajoittaisten työttömyysjaksojen aikana ajankäytön epätasapainoisuuteen ja toisaalta siihen, että hänellä on tarve omaan aikaan, mutta Hannalla ei ole. Pekka on tottunut elämään itsenäisesti ja kun hänellä on vapaa-aikaa, hän haluaisi olla välillä useita päiviä poissa kotoa, mikä taas tuntuu naisesta epärealistilta, koska hän jää puurtamaan töiden ja opintojen pariin. Aktiivisena selviytymiskeinona ovat keskusteleminen ja kompromissit ja sisäisenä selviytymiskeinona toistensa tilanteiden ymmärtäminen.

*M: Ajankäyttö ainakin nykyään, kun mulla on vuorotyö ja sitten Hanna on työssä ja koulussa, niin semmonen niinku löytää sellanen niinku, kun molemmilla on hermot kireellä aina välillä työvuorojen takia ja sitten välillä toinen nukkuu silloin kun toinen herää. Se on ainakin ollu sellanen haaste, että niinku sen oman väsymyksen keskellä kattoo kun toinen on väsyny.*

*N: Nii.*

*M: Mikä mua on ainakin helpottanu niin mä oon jotenkin sillain en ajattele sitä asiaa. Tai mä sillain ajattelen että sekin aika kun mä oon töissä niin se on mun elämää. Mä en jaksa kirotta eläämäni sillain että mää hajoilen jotain ajan ongelmia vaan mää vetelen tuolla ilonen kaikissa tilanteissa. Silloin kun mulla on aikaa olis se sitten yöllä tai päivällä niin mä teen juttuja jos Hanna on hereillä niin sit me voidaan yhdessä tehdä kaikkea, silloin kun Hanna ei lue kokeisiin.*

*N: ...Lähinnä täytyy sitä munkin mieltii syksyllä että kuinka paljon mää jaksan tehdä töitä sitten koulun ohella. Ettei tuu muuta mieleen.*

*N: Nii, ja sitten just se kun on ite hirveen väsyny ja kauhee stressi kokeista ja kaikesta. Sitten yrittää silti ettei ois ihan kiukkunen koko ajan, kun haluais olla toisella kauheen mukava, mutta kotona kuitenkin se purkautuu se kaikki. Se meillä on nyt ollu päällimmäisenä tässä ollu tän kevään. Paitsi nyt mulla loppu koulu niin vähän töitä.*

*N: Täytyy nyt vähän kattoo miten no, sitä paitsi se kyllä helpottaa toi mun opiskelukin, kun kaikki sanoo että se on tää eka vuosi pahin, mut sit on siel paljon harjotteluita, ettei siellä ole sit niin paljo. Kyllä musta tuntee että se on vaan tää eka vuosi tämmönen. Sitten mä yritän jotenkin järkätä rahaa jostain muualta.*

*M: Mulle on ainakin se vaikeeta että me on siinä mielessä eri tavalla, että Hanna haluais olla koko ajan mun kanssa ja tehdä koko ajan kaikki yhdessä ja mä oon taas semmonen että mä haluaisin yksin vaikka pamahtaa Helsinkiin ja olla ihan. Mä oon vähän sellanen haaveilija ja harhailija semmonen että mä tykkäisin olla yksin jossain. Sit mä oon tottunu elämään ennen kun tavattiin Hannan kanssa semmosta elämää että mä harhailin ja tein ja sillain voinu vaan lähtee. Nyt sitten mä oon joutunu opetteleen että aina täytyy toiseltakin kysyä ja sillain että jos haluaa tehdä jotain että haluaa lähtee jonnekkii. Sitten jos se ei oo*

*Hannan mielestä mukavaa niin sitten mua ärsyttää ja joskus mää vaan lähden, joskus mä sitten en lähde. Se on ollu sellanen haaste ettei voi enää mennä ihan miten vaan, vaan täytyy ottaa toinen huomioon siinä mitä on tekemässä.*

Viidennellä parilla on kahdenlaisia haasteita ajankäytön suhteen. Opiskelun loppuvaiheen tuoma paine ja kiire näyttäytyy nykyään haasteena, mutta pariskunta on käyttänyt aktiivista copingia ja rajannut työn ja opintojen viemää aikaa sekä varannut aikaa yhdessä ololle.

Toinen, jo ohitettu haaste on ollut lukuisat eri syistä johtuneet ja eripituiset tilapäiset erot. Ensimmäinen ja pisin ero liittyi lukioaikana vaihto-oppilaaksi menemiseen. Silloin suhde oli laitettu lepotilaan, eikä varmuutta yhdessä jatkamisesta ollut, mutta ei toisaalta vapautta olla muidenkaan kanssa. Muut erot ovat olleet lyhyempiä, tai ainakin jaksottuneita, kuten asepalvelus, ja fyysisesti erossa olemisesta huolimatta seurustelu on selkeästi jatkunut. Ensimmäisessä, vaihto-oppilasajan erossa selviytymiskeinona oli sopimus, joka sääтели vastakkaisen sukupuolen kanssa olemista. Kaikissa eroissa aktiivisena selviytymiskeinona on ollut keskinäinen yhteydenpito. Myös sisäistä copingia on käytetty: ensinnäkin tieto eron väliaikaisuudesta on helpottanut. Toiseksi useiden erojen myötä pariskunta on tottunut tilapäisiin eroihin ja oppinut elämään niiden kanssa. Luottamuksesta selviytymiskeinona ei ollut mitään puhetta, mutta luottamuspulastakaan ei pari kertonut. Mielestäni on päivän selvää, että pitkät erot edellyttävät luottamusta. Ehkä luottamus on pariskunnalle niin itsestään selvä asia, etteivät he tulleet siitä puhuneeksi. Molemmat puoliset mieltävät pitkähköt erot nuoruuteen liittyväksi asiaksi, enää he eivät suostuisi kuin korkeintaan kuukauden eroon toisistaan.

*N: Nii, en mä tiedä toi ajan käyttökin niin mä oon päättäny sillain että mä teen sitä gradua sen ajan kun Pete on töissä. Että toivottavasti siitä ei saa mikää semmonen, että sit illalla on kuitenkin pakko olla muuta elämää. Että jos mä sitä kaheksan tuntia aamupäivällä kirjoitan niin on se syytä riittä. Että mä oon sillain että mä oon tällä hetkellä vielä töissä, mutta mä oon irtisanonu itteni kesäkuun loppuun, että mä sitten heinäkuun vaan keskityn siihen graduun sitten. Nyt se on ollu vähän hankalaa töitten kanssa*

*N: ...Eli periaatteessa huhtikuun alusta syyskuun loppuun me asuttiin eri paikoissa. Ei se oikeestaan, se ei ollu kyllä minkäänlainen kriisi. Se oikeestaan meni ihan, se oli ihan hyvä homma.*



*M: Kait se oli sit opittu vähän aiemmin.*

*N: Nii ja kaikki sit viikonloput käytettiin tosi hyvin ja tehtiin kaikkee kivaa ja sillain. Ja viikolla soiteltiin. Ja sit kun tiesi että se loppuu, ettei se mikään ik*

*M: Yllättävän nopeesti se meni sitten se puoli vuotta sitten.*

*N: Kun tiesi että se on ohi menevä aika. Ettei se ollu mitään.*

*M: Ehkä se viimeinen kuukaus oli pahin, kun mä olin siellä ulkomailla, että kun siellä ei sitten nähny ollenkaan. Ni kumminkin on ihan toisella puolen maailmaa tai ei nyt ihan, mutta melkein niin..*

*H: Jos tältä kannalta ajatellaan, niin voisitteko te tiivistää sitä viisautta mitä teillä on tähän mennessä tullu? Tän haasteen kanssa elämisestä?*

*N: Ehkä joku se että pitää sitä parisuhdetta tärkeenä. Sillain että se pitää monta kertaa asettaa sitten tärkeimmäksi asiaksi.*

*M: Ja näkee vaivaa sen eteen että...*

*N: Jättää jonkun menonsa väliin, jos tietää että on yhdessä jotain, tai näin että*

*M: Silloin kun sitä aikaa on niin se pitää sitten käyttää hyödykseen. Vaikka varmaan muutenkin mielenkiinnon kohteita olis taikka mihin vois sitä aikaansa käyttää, mutta*

Ajankäyttö on siinä mielessä mielenkiintoinen haaste, että se on paitsi yksityisasia ja parisuhteen tavallinen kiistan aihe (Paajanen 2003), myös yleinen ja yhteiskunnallinen asia. Viidestä parista, joilla on ajankäytön ongelmia, vain yhdellä parilla ne johtuvat pääasiallisesti harrastuksista ja muista vapaa-ajan menoista. Lopuilla neljällä parilla ongelmia tuovat pelkät velvollisuudet. Tutkimushenkilöistä suuri osa on opiskelijoita. Yliopisto-opiskelijoiden terveystutkimuksesta käy ilmi, että kolmasosa naisopiskelijoista ja neljäsosa miesopiskelijoista kokee voimakasta stressiä (Kunttu & Huttunen 2005, 61). Miksi aineiston nuoret aikuiset vaativat itseltään liikaa? Kynnys opintolainan ottoon on korkea, vaikka nuoret voisivat lainaa ottamalla ja työssäkäyntiä vähentämällä helpottaa aikapaineitaan. Mahdollisesti 1990-luvun lama on vähentänyt luottamusta yhteiskuntaan ja erityisesti työllistymiseen. Myös yhteiskunnan pitäisi antaa opiskelijoille mahdollisuus täysiaikaiseen opiskeluun riittävän opintotuen muodossa.

### 9.2.2. Siisteys ja muut käytännön asiat

Kahdella parilla on käytännön asioihin liittyviä haasteita. Ensimmäinen pari asuu pian koittavaan avioitumiseen asti erillään, joten molemmat ovat toistaiseksi saaneet pitää oman siisteystasonsa. Pariskunnasta nainen on molempien mielestä siistimpi osapuoli, mies ei kyseenalaista siisteyttä ihanteena, mutta on sitä mieltä, että poikamiehenä hänen ei tarvitse elää kovin siististi. Molempien mielestä siisteyttä on vaikea pitää yllä asuntojen pienuuden takia. Molemmat ovat mielestään omalla tavallaan järjestelmällisiä, mutta heidän käytännön ratkaisunsa poikkeavat toisistaan suuresti. Esimerkiksi miehen tapa pitää tavaroita lattialla ärsyttää naista kovasti. He ovat keskustelleet siisteysasioista tulevaa yhdessä asumista silmällä pitäen. Nainen haluaa järjestää säilytyksen niin, ettei tavaroita pidettäisi lattialla. Mies on valmis yhteen muutettaessa parantamaan siisteystasoaan, mutta edellyttää myös naiselta joustavuutta, sillä uusille tavoille oppiminen ei käy yhtäkkiä. Keskusteleminen on aktiivinen selviytymiskeino ja pohdiskelu ja itsereflektio sisäisiä selviytymiskeinoja.

*M: Kyllä mäkin suunnittelen, mutta omalla tavalla ja mun oma järjestelmällisyys poikkeaa siitä, mitä Milla tekee*

*N: Jouni on usein perustellu sitä, et ku se elää vielä vähä tällästä poikamieselämää, ni sit ei tarvi olla ihan niin siisti.*

*M: Joo*

*N: Mä oon sanonu muutaman kerran, että mää en välttämättä ihan tollasessa halua asuu. No toisaalta siinä on kyllä ihan sekin, et me asutaan nyt tollasissa pienissä asunnoissa ja siellä on niinku vaikee pitää niinku sellasta hyvää järjestystä, kun on 18 neliöö kaikki leviää niinku ympäriinsä*

*H: Onks teillä ollu jotain tässä näin nyt kun te ootte asunu erilaisissa paikoissa jotain yritelmiä ratkaista tätä ongelmaa?*

*N: Ei oikeestaan että nyt kun on ollu kaks asuntoo, ni aika lailla se on ollu se kaks erilaista tapaa tehdä asioita*

*M: Joo kyllä joo*

*N: Kyllä tässä monenlaista sovittelua tulee eteen kun viedään samaan asuntoon tavarat.*

*M: Siinon kyllä se, että kummaltakin vaaditaan sitä joustavuutta. Myös Millalta...*

Toisella parilla oli aikaisemmassa asunnossa ongelmana tiskivuorot. Asunnossa ei ollut tiskikonetta, eikä kumpikaan pitänyt käsitiskauksesta. Pari asui tuossa asunnossa vain vuoden, eivätkä he päässeet tiskiasiassa sinä aikana sopimukseen. Tiskit hoiti yleensä se, joka ensimmäisenä hermostui kasvaviin tiskiröykkiöihin. Pariskunta ei pyrkinyt aktiivisesti selvittämään ongelmaa, joten coping oli välttelevää. Tiskikoneen puute ei ollut asunnonvaihdon syy, mutta se oli tietenkin pysyvä ratkaisu käsitiskauksen ongelmaan. Tiskiongelmat eivät kuitenkaan päättyneet tähän. Tiskikoneen täytöstä tuli joksikin aikaa uusi ongelma, joka johti siihen, että Taru meni tiskikoneen täyttämislakkoon, mikä on aktiivinen selviytymiskeino.

Seuraava keskustelunaihe nousi esille, kun kysyin remonttiin liittyvistä haasteista. Ossi haluaisi, että Taru tekisi remonttia, mutta Tarulla ei riitä siihen kärsivällisyys. Pariskunta suunnittelee remonttia ja sisustamista yhdessä. Työnjaosta ei ole sovittu mitään, se on vakiintunut sellaiseksi, että Ossi tekee remonttia ja Taru tekee muita töitä, esimerkiksi pihatöitä ja ruuanlaittoa. Taru ei näe työnjaossa ongelmaa. Asunnossa, joka on jatkuvan remontin alla, molempien kokema ongelma on se, että tavaroille ei ole omaa paikkaa. Nykyään kodin järjestäminen kuuluu enemmän Tarun vastuualueeseen, vaikka Ossikin siihen osallistuu. Järjestelmällisyys on molemmille vaikeaa, eritoten remonttitilanteessa, jolloin järjestelmällisyyden vaatimus olisi kaikkein suurin, kun koko ajan jonkun tilan toiminnot tai tavarat on siirretty tilapäisille paikoille.

Pari on käyttänyt aktiivista copingia käytännön toimenpiteinä helpottaakseen epäjärjestystä. Työnjakoon sopii paremmin viitekehyyksi sukupuolijärjestelmä, kuin coping. Ennen remonttia oli vain perinteisesti naisille kuuluneita kotitöitä, joita he jakoivat tasaisesti. Kumpikaan osapuoli ei kokenut kotitöitä viime kädessä itselleen kuuluviksi, vaan molemmat laistivat ikävintä työtä. Heti, kun perinteisesti miehille kuuluneita töitä alkoi olla remontin myötä, osapuolet alkoivat tehdä töitä perinteisen sukupuolittuneen roolijaon mukaisesti.

*M: Joo, kun ei ollu tiskikonetta nin se oli iso ongelma kun kukaan ei tiskannu.*

*H: Oliko se vähän niin että te ette päässy varsinaiseen sopimukseen siinä tiskauksessa?*

*Aina röykkiöt kasvo ja sitten jommankumman hermo petti ja se tiskasi, vai?*

*MN: Joo*

*N: Tapeltiinko me siitä sillai oikeesti?*

*M: Se oli siinä yks asia, muttei ylitse muiden.*

*N: Se oli vaan sellanen, että se ei ollu vaan kivaa. Me asuttiin vaan vuosi siellä, nin se tavallaan se asia ei kerenny siinä mielessä sillä tavalla ratkeemaan, vaan me muutettiin kokonaan uuteen asuntoon missä oli astianpesukone. Mut siis se astianpesukone ei silti vaikuttanut siihen muuttamiseen.*

*N: Kyllä sellaiset asiat vaikuttaa parisuhteeseen jos laskut on hukassa kun niille ei ole paikkaa. Tai nyt on mutta yhteen aikaan kun ei ollut ja ne oli aina hukassa, niin kyllä se rasittaa parisuhdettakin. Siitä tulee kiukkuseksi*

*M: Stressi.*

*H: Mitä te olette tällaisen asian eteen tehneet?*

*N: Ostettiin tuollainen teline.*

.

*M: Taru vois tehdä enemmän remonttia.*

*N: Nii, mä en tee mitään.*

*H: En halua muuten kaivaa sellasia asioita mitä te ette oo kokenu*

*M: Se on vähän sillain että miten ne roolit menee, kun toinen osaa paremmin jotain.*

*N: ... Ite ajattelen että remontti on enemmän Ossin vastuulla, koska hän niistä asioista enemmänkin tietää. Mä yritän kotona tehdä enemmän: laitan ruokaa ja sellasta.*

*H: Teillä on tällainen sovittu työnjako.*

*M: Sovittu, en tiedä onko sitä sovittu*

*MN: Näin se on ollu*

### **9.2.3. Ammatinvalinta ja kasvun suunta**

Yhdellä nuorella parilla on yhteisen suunnan hakemiseen ja ammatinvalintaan liittyvä haaste, josta Jori ja Emilia puhuvat eri tavalla. En halua ottaa kantaa kummankaan tulkinnan puolesta, vaan esittelen molemmat. Emilia esittää tämän haasteen kehittämistarpeena, tarpeena kasvaa samaan suuntaan, jonka vuoksi pitäisi löytää

yhteistä tekemistä. Tähän haasteeseen kurssille osallistuminen oli aktiivinen selviytymiskeino. Jori ei ole kokenut yhteisen tekemisen puutetta, vaan hän näkee saman haasteen lähinnä omaan ammatinvalintaansa kohdistuvana arviointina. Jorin ammatilliset toiveet eivät ole olleet Emilialle tarpeeksi turvallisia ja varmoja. Emilia on painostanut Joria, mikä on aktiivinen selviytymiskeino, joskaan Emilia ei ole kokenut toimintansa tahalliseksi. Jori on pitänyt rajojaan yllä, mikä on sisäinen selviytymiskeino. He ovat myös riidelleet asiasta, joka on aktiivista copingia. Loppujen lopuksi he ovat kokeneet ajan ratkaisuksi, molemmat ovat kasvaneet, hioutuneet ja alkaneet hyväksyä toistensa tarpeita. Hioutuminen ei tapahdu itsestään, vaan sisäisen copingin tuloksena. Jori ei ole voinut ratkaista ammatinvalintaa vain omista tai yhteisistä tarpeista lähtien, vaan koulutukseen pääsemisen vaikeus on myös vaikuttanut ratkaisuihin. Nyt Jori on todennäköisesti pääsemässä molempia tyydyttävään koulutukseen.

*N: Mulla on ollu sellasia keinoja, että painostaa toista kauheesti opiskelemaan ja sellasiin ammatteihin mitä ite pitää tavallaan arvostettuina. Se painostus on ollut se mun keinoni, vaikka se on ollut tosi tyhmää ja huonoa käytöstä ja aika tahatontakin. Mutta se on ollu vaan itellä niin voimakkaana se halu ja on kuitenkin ikään kuin vahingossa sitä toteuttanu. Ja aiheuttanu toiselle pahaa mieltä.*

*H: Onko se aiheuttanu pahaa mieltä?*

*M: On, kyllä siitä on sitten riideltäkin.*

*M: No, ei siitä oikeestaan tarvinnu tehdä mitään päätöstä, koska noi asiat ei o koskaan sellasia että valitse näistä vaan että jos kouluunkin haluaa nin sinne täytyy hakea ja lukea. Tähän asti on vaan tehny sillain että on miettiny sitä että mikä se olis se oma juttu. Ja sitten jos Emilia on liikaa painostanu nin sitten mä oon kyllä tehny selväks sen että älä painosta.*

*N: Aika kuluu ja...*

*M: nii ja semmonen hioutunu pikkuhiljaa.*

#### **9.2.4. Suku**

Yhdellä pariskunnalla on sukuun liittyviä haasteita. Molempien puolisoitten suvut tuottavat haasteita, jotka osittain liittyvät toisiinsa. Molemmat puoliset ovat yhtä poikkeusta lukuun

ottamatta samaa mieltä suvun tuomista haasteista, mutta Silja kokee sukuun liittyvät haasteet voimakkaammin, kuin Timo. Siljan vanhempien alkoholiongelmien takia Silja ja Timo muuttivat nuorella iällä yhteen asumaan samalle paikkakunnalle, missä molempien perheet asuivat. Yhteen muuttaminen oli aktiivinen ja toimiva selviytymiskeino. Kuitenkin muutto toi myös uusia käytännön haasteita. Toimeentulo, pienemmistä asioista puhumattakaan, olivatkin yhtäkkiä omalla vastuulla. Tilanne on edellyttänyt paljon aktiivista copingia, mutta sisäinen coping, eli päättäväinen, kunnianhimoinen ja sitkeä asenne oli ratkaiseva selviytymistä edesauttava tekijä.

Yhteisen perhe-elämän aloittaminen aktivoi molempien perheissään omaksumia erilaisia toimintatapoja ja roolimalleja. Näihin uusiin haasteisiin pari käytti aktiivista copingia. Timon perheessä kotityöt hoiti äiti, kun taas Siljan perheessä tasa-arvoinen kotitöiden jako oli itsestään selvyyttä. Niinpä Timo ei ollut tullut edes ajatelleeksi kotitöiden tekemistä, ennen kuin Silja otti asian puheeksi. Ajankäyttötavat olivat molemmilla suoraan kotoa opitut. Silja suunnitteli viikon etukäteen allakan täyteen, kun taas Timo otti rennosti. Timon vihjeestä Silja opetteli uuden, väljemmän tavan käyttää aikaa ja molemmat ovat olleet tyytyväisempiä.

Rahan käyttö on edelleen ajankohtainen erimielisyyden aihe. Puolisoilla on samanlaiset perhetaustat, molempien perheet ovat olleet erittäin taloudellisia. Timo on omaksunut saman mallin, mutta Siljalla on perheensä toimintatavasta johtuva vastareaktio. Hän haluaa hankkia mitä tarvitaan ja lisäksi kunnollisia tavaroita, mihin ei lapsena ollut mahdollisuutta. Tämä taas vaikuttaa Timosta tuhlailulta. He ovat yksinkertaisesti päättäneet olla riitelemättä rahasta, koska sitä on joka tapauksessa liian vähän ja tulevaisuudessa, molempien käydessä töissä, sitä tulee olemaan enemmän. Riitelemisen lopettamisen ja riitelemättä olemisen prosessi on vaikeasti mielletävissä aktiivisten, sisäisten ja vetäytyvien selviytymiskeinojen kautta. Siinä on luultavasti kaikkia niitä mukana. Pikemminkin on hedelmällisempää tarkastella lopputulosta. Koska puolisoilla on erilainen käsitys rahankäytöstä, eikä siitä ole keskustelemalla saatu aikaan kompromissia, pari on onnistunut opiskeluajan rauhoittamiseen rahariidoilta. Valmistumisen jälkeen rahasta ei tarvitse riidellä, koska rahat riittävät Siljan mieleiseen kulutukseen.

Silja oli toivonut miehen vanhemmista ”uusien vanhempia”, joten hänen pettymyksensä oli sitä suurempi, kun kävi ilmi, että Timon äiti ei hyväksynyt avoliittoa, eikä myöskään

myöhemmin solmittua avioliittoa. Siljan mukaan Timon äiti piti poikaansa elämänsisältönä, jota ei olisi antanut pois. Timo ei kommentoinut tätä tulkintaa. Varsinkin Siljasta tuntui, että Timon äiti pyrkii sekaantumaan nuoren parin elämään. Siljan mukaan mies on omaksunut äidiltään vuorovaikutustyylin, joka tuottaa ongelmia parisuhteeseen, mutta siitä asiasta on lisää kohdassa 9.1., ”parisuhdetason haasteet”. Tampereelle muuton jälkeen Siljan äiti on kotipaikkakunnalla vierailujen aikana pyrkinyt ohjelmoimaan nuoren parin ajankäyttöä, niin, että he kävisivät Siljan sukulaisten luona. Siihen auttoi aktiivinen coping: nuori pari jakoi käytössä olevan ajan tasan sukujen kesken, jolloin äiti halusikin pitää heidät luonaan, eikä kannustanut sukuloimaan. Nyt nuori pari pohtii tulevaa asuinpaikkakuntaa. Timo haluaisi palata juurilleen, mutta Silja haluaisi pitää etäisyyttä molempien sukuihin kunnes ovat lopullisesti päässeet itsenäistymään molempien vanhemmista. Timo puolestaan ei voi ymmärtää suvun välttelyä siinä mittakaavassa.

Edellä olen kuvannut kuhunkin haasteeseen liittyvän erityisen selviytymiskeinon, mikäli pari on sellaisesta maininnut. Seuraavaksi kerron, miten pari on kokenut selviytyvänsä yleisesti ottaen sukuun liittyvissä haasteissa. Kauemmas muutto on auttanut ottamaan etäisyyttä molempien perheisiin ja luomaan omaa, erillistä parisuhdetta. Kumppaniin luottaminen, joka on vielä lisääntynyt pitkässä suhteessa, on auttanut vaikeissa vaiheissa. Ylipäänsä molemmat osapuolet kokevat, että keskenään he pärjäävät, kun saavat olla rauhassa.

*M: Niin tuota sitten toisaalta sekin että oltiin seurusteltu kaksi vuotta... niin me muutettiin yhteen ja mentiin kihloihin sinä samana päivänä. Se taas johtu siitä että Silja ei voinu enää asua kotonaan, koska hänen vanhempansa käyttivät alkoholia, väärin siinä mielessä että hän ei tuntenu enää siinä pystyvänsä asumaan. Sitten sehän ois ollu väärin että, vaikka minustakin se tuntu vähän liian nopeatemposelta suoraan ... muuttaa yhteen, kun ei ollut mitään työtä tai toimeentuloa tai opiskelupaikkaa. Aivan tyhjän päälle.*

*N: En mäkään koe sitä vuotta kun me muutettiin niin kovin, niinku me on Timon kanssa puhuttu että se oli semmonen musta vuosi ja jotenkin ehkä se että kun sen koko muuton taustat oli semmoset kun ne oli. Jotenkin mä olisin ehkä siinä kaivannu enemmän sitä että Timon äiti olis pystyny käsitteleen sen asian jotenkin toisella tavalla. Nyt mä rupean pillittämään. Jos ei sitä vanhempaa ollu niinku tavallaan ollu sieltä omalta puolelta koskaan*

*niin tavallaan mä olin olettanu että ehkä Timon vanhemmat vois olla omiakin vanhempia, mutta sitä ei siitä syntyny sitten.*

*H: Mä mietin sitä että miten te ootte selvinny eteenpäin sovussa? Että kun te ootte nyt todella tasapainosen olonen pari silti. Miten te olette selvinny noista ajoista ja vaikeudesta sun suvun kanssa?*

*N: En mä kyllä tiedä.*

*M: No ei meillä mun mielestä koskaan semmosta oikeen semmosta. Tai kun me on oikeen luotettu sillain niinkö toisiin. Niinku toisiin tukeutuen, tavallaan.*

*H: Toisiinne, eikö niin?*

*M: Niin, pelkästään jos ollaan vaan kahestaan niin sillon kyllä aina pärjätään.*

*N: Se on totta. Kyllä me pärjätään kahestaan. Kyllä me siitä pahasta talvestakin selvittiin kahestaan. Se olis ollu helpompaa ilman sitä sukua hämmentämässä ja pilaamassa sitä koko kuviota. Ehkä se on se jotenkin*

*M: Kyllä me ollaan molemmat semmosia ihmisiä, että meillä on semmonen, tai että kun johonkin asiaan sillai kunnolla ryhtyy niin se on pitkäjänteistä toimintaa. Ja sitten että osottaa täydellistä luottamusta toiseen. Ja sitten kun siinä onnistuu ja se luottamus toimii nin vaan vahvistuu ja kantaa sitten pidemmälle.*

### **9.3. Muut haasteet ja selviytymiskeinot**

#### **9.3.2. Vanhempien avioerot**

Ensimmäisen pariskunnan molempien puolisoitten vanhemmat ovat eronneet samalla tavalla: Isät muuttivat toisen naisen luokse. Erot tapahtuivat vuoden välein, kun haastateltavat olivat juuri tulleet aikuisikään ja molemmilla oli alaikäisiä sisaruksia. Molempien avioerojen aikoihin haastatellun pariskunnan osapuolet kuuluivat vielä kiinteästi lapsuuden perheisiinsä, vaikka seurustelivatkin jo keskenään. Molempien perheissä avioerosta puhuttiin riittävästi. Nuorella parilla oli tukea toisistaan ja kumppani pystyi todella ymmärtämään toisen tilannetta. Akuutissa vaiheessa käytettiin siis aktiivisia selviytymiskeinoja. Haastatellut kokevat päässeensä avioeroista ylitse. Avioerotaustat ovat kuitenkin vaikuttaneet molempiin yksilöinä ja jossain määrin myös parina. Erityisesti Veera on halunnut harkita perusteellisesti ennen julkista sitoutumista. Toisaalta Veeralla on ollut jo ennen avioeroja periaatteena valmistua ensin ja sitten vasta mennä naimisiin.



Vanhempien erot ovat näyttäneet Veeralle parisuhteen haavoittuvuuden, hän arvostavaa kumppaniaan ja pitkää, yhteistä historiaa sekä haluaa huolehtia parisuhteestaan. Sakke puolestaan haluaa olla vastuullinen puoliso ja isä, toisin kuin molempien isät. Vanhempien avioerot ovat siis kääntyneet sisäisen copingin myötä nuorella parilla voimavaraksi.

*N: No en mä tiedä siis. Meillä niistä ainakin puhuttiin aika paljon. Tai on puhuttu edelleen. Että ei se sillain. Molemmilla oli sama tarina. Isä otti ja lähti toisen matkaan. Että totaniin ne on käyny siis sillä lailla. ...Mutta tota meillä ainakin siitä tosi paljon puhuttiin ja keskusteltiin ja musta tuntuu että se on aika hyvin menny sillain. Että äiti on jatkanu siitä eteenpäin ja kaikki on jatkanu siitä eteenpäin ja ei siitä oo sillain oo jääny mitää.*

*M: Ei sitä enää edes ajattele niin että*

*M: Nii varsinkin minä koska isä oli se joka lähti niin ei tietenkään haluasi samoja virheitä tehdä että. Mutta en mä tiedä onko se meihin sitte nyt niin pariskuntana vaikuttanu.*

*N: Nii. Ehkä jollain tavalla raadollisuus sitten vähän niinku aukes että. Sinänsä vaikka toinen tekis kuinka paljon, niin jos toinen ei tee mitään, niin et sä voi tehdä sille mitään. Vaikka sä itte yrittäsit mitä tahansa sen parisuhteen eteen, jos siltä toiselta loppuu mielenkiinto ni ei sille sitten vaan voi mitään. Et se on itse asiassa aika sillain raadollista, mutta niin siinä voi käydä. Että sellaset ruusunpunaiset kuvitelmat ehkä sitten niin ne ei ehkä oo niin ruusunpunasia. Tai siis just se että ehkä me ollaan varmaan sen jälkeen tehty paljon enemmän töitä, niinku ihan tietosesti. Tehty yhteisiä matkoja aika paljon ja sillain yritetty viettää aikaa yhdessä ja onnistuttukin.*

### **9.3.3. Läheisen sairaus**

Läheisen ihmisen vakava sairaus on ollut yhden parin haasteena. Sairaus tuli ilmi juuri kun nuorella parilla elämä alkoi olla ulkoisilta puitteiltaan kunnossa ja parisuhteessa elettiin onnellista aikaa. Sairaus vaikutti molempien kumppaneiden elämään ja myös parisuhteeseen. Koska kyse on Ellan sukulaisesta, hän on kokenut tilanteen raskaammin ja viettänyt enemmän aikaa sairastuneen luona. Ella ei voinut aluksi uskoa tai mieltää sairautta todeksi. Tämä on normaali selviytymistä edesauttava reaktio (Saari, 2003). Hänellä oli tilaisuus pitää viikko lomaa työstä ja levätä sekä sulatella tapahtunutta. Kotivastuihin hän alkoi ottaa kantaa vähitellen reilun viikon kuluttua. Ellan aktiivinen selviytymiskeino on yleensä puhuminen kavereiden kanssa. Tällä kertaa läheisin

puhekumppani on ollut sisko. Tero koki vakavan sairauden hyvin järkyttävänä, mutta pystyi nopeasti hyväksymään sen olemassa olevana raskaana tosiasiana. Tero on selvästikin tukenut ja tukee edelleen puolisoaan, vaikka hän sanoo vain yhden selkeän tavan ilmaista tai antaa tukea, nimittäin järjestää välillä jotain mukavaa tekemistä, mikä on luokiteltava vältteleväksi selviytymiskeinoksi. Haastattelutilanteessa saatoinkin havainnoida tuen antamisen muotoja, joita ei haastattelussa verbalisoitu. Tero aloitti hyvin hienotunteisesti Ellan läheisen sairastumisesta puhumisen, tarjosi puheenvuoroa Ellalle ja jatkoi puhumista Ellan pyynnöstä, kun tämä ei liikutukseltaan pystynyt puhumaan. Tero myös hyväksyi eleettömästi Ellan tunteet ja niiden oikeutuksen. Tämänkaltainen toiminta ei luontevasti käänny copingin kielelle, vaan mieleen tulee pikemminkin arkikielen sanoja, kuten kumppanuus, läsnäolo ja jakaminen. Käytännön asiat menettivät läheisen sairauden myötä merkityksensä, eikä niihin puututtu myöskään tukimuotona, vaikka asiasta kysyin.

*M: Sillain että väistämättä tollanenkin asia vaikuttaa myös meidän suhteeseen.*

*M: En mä aina oo välttämättä osannu tossa asiassa toimia sillain terapia apuna, mutta sillain yrittäny*

*N: Meidän suhteen*

*M: Muualle johtaa, tehdä jotain kivaa ettei ahista.*

*N: Ei sillain toiselta mitään sanoja tarvikkaan. Että tunsin läsnäolon.*

*N: Sitten taas mä en niinku sillain sisälläni sure vaan että haluan siitä. Että se (sisko) oli tärkein ja koki sellaseks tärkeimmäks puhe kaveriks. Ja kavereille myös sitä. Kavereitten kanssa juttelin.*

*M: Kait me taas ihan sillain pystytään taas elämään paljon paremmin tän asian kanssa. Sillain että eihän se nyt niinku muuks muutu. Se tilanne on siellä taustalla koko ajan päällensä, mutta (kertoo, että sairastuneen luokse on hyvät kulkuyhteydet ja siellä on helppo käydä usein).*

## 9.4. Muu parisuhteen hoito

Eri haasteiden yhteydessä esiin tulleiden selviytymiskeinojen lisäksi kysyin osalta pareista, miten muuten he hoitavat parisuhdettaan. Tärkeimpänä nähtiin yhteisen ajan järjestäminen ja asioiden tekeminen yhdessä. Yhteinen aika ja tekemiset voivat olla hyvin arkisia, esimerkiksi yhteiset työmatkat tai sitten vapaa-ajan viettoon liittyvää, kuten yhteiset harrastukset tai ulkona syöminen. Lisäksi esille tulivat yhdessä puhuminen, toisen huomioiminen, omista menoista kiinnipitäminen, rukoileminen, kristillisuus, ja positiivinen ajattelu. Yksi pariskunta kertoi refleктоivansa oman parisuhteen tilaa kavereiden parisuhteisiin vertaamalla. Yksi mies oli sisäistänyt kurssilta lukuisia itselleen sopivia neuvoja, joista on hyötyä arjessa: Ole puolison kanssa samalla puolella, anna kumppanin tuntea tunteensa loppuun, älä runno tahtoasi läpi, älä pidä salaisuuksia itsesi ja puolison välillä ja kehu puolisoasi. Samainen pari halusi myös tulevaisuudessa osallistua johonkin parisuhdekoulutukseen.

*N: Ehkä joku se että pitää sitä parisuhdetta tärkeenä. Sillain että se pitää monta kertaa asettaa sitten tärkeimmäksi asiaksi.*

*M: Ja näkee vaivaa sen eteen että...*

*N: Jättää jonkun menonsa väliin, jos tietää että on yhdessä jotain, tai näin että...*

*M: Silloin kun sitä aikaa on niin se pitää sitten käyttää hyödykseen. Vaikka varmaan muutenkin mielenkiinnon kohteita olis taikka mihin vois sitä aikaansa käyttää, mutta*

*M: Se on kyllä ollu ihan positiivista että me tosiaan puhutaan aika hyvin. Sitten taas kun seuraa kavereitten tekemisiä niin sitä varmaan peilaa sitä omaa käytöstään ja suhdettaan sitten niitten kautta sitten että se tulee siinä vähän samalla sitten. Et siellä tulee joskus vähän väistelyä vähän asioita että siellä sitten saattaa huomata että okei ei meilläkään nyt välttämättä oo tämä homma vielä kunnossa, että sitä vois nyt sitten jatkaa sitä kaivamista.*

*M: Jäis sieltä kaikkia semmosia sloganeita, me olemme tiimi, me olemme samalla puolla. Ja ne on auttanu monissa asioissa. Ja sitten mulla on jääny mieleen se että täytyy antaa toisen antaa tuntea tunteet loppuun ja sillain että jos toinen kiukuttelee tai jotain ettei yritä sammuttaa sitä vaan antaa sen nyt sitten kiukutella ja huutaa ja räyhätä tai mitä sitten*

*ikinä tekeekin. Ja sitten vasta sen jälkeen ettei yritä tukahduttaa. Ja jotenkin ei latista niitä toisen tunteita, että jos toinen tuntee että häntä on kohdeltu väärin, niin ei vaan rupee sillain et älä nyt tollain, ei se nyt oo noin. Antaa sen tuntea sillain ja tuntee ne tunteet loppuun. Kyllä siitä jäi niinku paljon sellasia hyviä juttuja mielen sillain. Ja pisti ajattelemaan sellasia asioita, mitä ei ollu ajatellukkaan. No sillain tuli mieleen, mut on varmasti muutakin jääny semmosta.*

## 10. Johtopäätökset

### 10.1. Yhteenveto tutkimustuloksista

Esitän aluksi tutkimustulokset kahden ensimmäisen tutkimuskysymyksen osalta lomitettuina toisiinsa ja sen jälkeen kolmannen tutkimuskysymyksen osalta erikseen. Kaksi ensimmäistä tutkimuskysymystä olivat:

1. Millaisia haasteita Virtaa välilläimme -parisuhdekurssille osallistuneet nuoret parit ovat kokeneet parisuhteessaan?

2. Millaisia ovat heidän selviytymiskeinonsa (coping) parisuhteen haasteissa heidän oman kokemuksensa mukaan?

Erittelin parisuhteen haasteet parisuhdetason, sopimustason ja muihin haasteisiin. **Parisuhdetason haasteet** kumpuavat parisuhteen sisäisestä dynamiikasta ja parilla on niihin paljon vaikutusmahdollisuuksia. Tavallisin parisuhdetason haaste aineistossa oli kuuden parin kokema sitoutumiskriisi. Sitoutumiskriisi ajoittui kaikilla pareilla suhteen alkuaikoihin. Yhden parin sitoutumiskriisi johtui vaihto-oppilasvuodesta. Muilla viidellä parilla kyseessä oli jommankumman tai molempien epävarmuus siitä, haluaako sitoutua toiseen lopuksi iäkseen. Sitoutumiskriisissä oleva osapuoli hyötyi siitä, että hänelle annettiin aikaa ja rauhaa asian sisäiseen prosessointiin.

Toiseksi yleisin parisuhdetason haaste oli vuorovaikutus. Kolmella parilla oli vuorovaikutukseen liittyviä ongelmia. Kahdessa tapauksessa nainen oli tyytymätön miehen vuorovaikutustapaan. Ensimmäisen parin kohdalla mies ei halunnut keskustella ongelmista. Toisen parin kohdalla mies ei keskustellut naisen mielestä riittävän henkilökohtaisella tasolla, kun taas mies ei ymmärtänyt, mitä nainen häneltä odottaa. Yhden parin tyytymätön osapuoli oli mies. Hän halusi selvittää riidat saman tien, mutta nainen tarvitsi runsaasti aikaa pohdiskeluun, ennen kuin kykeni keskustelemaan.

Mustasukkaisuus oli yhden parin haasteena, lisäksi yhden parin sitoutumiskriisiin liittyi mustasukkaisuutta. Molemmissa tapauksissa mustasukkainen osapuoli oli mies. Yhden

parin haasteena oli esiaviollisesta seksistä kieltäytyminen, mikä osoittautui vaikeaksi ja aiheutti pahaa mieltä. Yhden parin haasteena oli valtataistelu. Molemmat olivat voimakastahtoisia ja pariskunta riiteli siitä, kumman tapojen mukaan aletaan elää.

Parisuhdetason haasteissa käytettiin eniten ongelman ratkaisuun tähtääviä aktiivista copingia, seuraavaksi eniten sisäistä copingia ja vähiten vetäytyvää copingia. Keskinäinen keskustelu osoittautui odotetusti kaikkien pariin käyttämäksi aktiiviseksi copingiksi. Keskustelemista ulkopuolisten kanssa ei useimmiten käytetty selviytymiskeinona. Vain yksi nainen puhui ystävättäriilleen ja yksi pari keskusteli kavereiden kanssa selvittääkseen aikaisempia tapahtumia. Muita aktiivisia selviytymiskeinoja olivat kompromissien tekeminen keskustelun ajoituksessa, kumppanin vuorovaikutuksen tukeminen, ystävien kieltäminen kritisoimasta parisuhdetta, ajan antaminen toisen päätöksenteolle, sopimuksen tekeminen ja siitä kiinni pitäminen sekä avioitumisen myötä yhteen muuttaminen. Viimeksi mainittu nähtiin ratkaisuksi yhteisen ajan puutteeseen sekä esiaviollisesta seksistä kieltäytymisen vaikeuteen. Sisäinen coping ilmeni yhtäältä tietoisena ja aktiivisena toimintana, toisaalta vähemmän tietoisena prosessointina, jonka lopputuloksena oli kypsymistä ja hioutumista. Vetäytyvä coping näyttäytyi kahdella miehellä haluna välttää ongelmista keskustelemista. Yhdellä naisella vetäytyvä coping ilmeni siten, että hän teeskenteli, ettei halua sitoutua.

Aktiivinen coping osoittautui useimmiten tehokkaimmaksi parisuhdetason haasteissa. Pelkkä aktiivinen coping tavallisimmin puhumisen muodossa ei kuitenkaan aina auttanut. Erityisesti sitoutumiskriisistä ja mustasukkaisuudesta puhuttaessa puhe jäi kiertämään hyödytöntä kehää, jos ei sisäistä muutosta tapahtunut.

**Sopimustason haasteet** ovat haasteita, joihin parilla on vaihtelevassa määrin vaikutusvaltaa ja joihin liittyy olennaisesti muita, kuin parisuhteen sisäisiä tekijöitä. Erilaisiin sopimustason haasteisiin käytettiin aivan erilaisia selviytymiskeinoja, joten käsittelen selviytymiskeinot heti kunkin haasteen perään.

Tavallisin sopimustason haaste tässä aineistossa oli ajankäyttö. Viidellä parilla on ollut yhteensä seitsemän ajankäytön haastetta. Kaikilla viidellä parilla on ollut liian vähän yhteistä aikaa. Kahden parin osalta toinen puolisoista on ollut olennaisesti kiireisempi, kuin toinen. Omaa aikaa tai tekemistä on kaivannut kahdesta parista toinen puoliso. Useat, eri

syistä johtuvat tilapäiset erot ovat olleet yhden pariskunnan haasteena. Tilapäisissä eroissa on käytetty aktiivisia (yhteydenpito) ja sisäisiä (väliaikaisuuden tiedostaminen) selviytymiskeinoja. Muissa ajankäytön haasteissa käytettiin eniten aktiivisia selviytymiskeinoja, kuten yhteisen ajan ja tekemisen järjestämistä, sellaisen yhteisen tekemisen suosimista, mitä jaksaa väsyneenäkin, oman ajan järjestämistä, erossa olon hyödyntämistä omiin asioihin, oman jaksamisen punnitsemista ja liioista menoista sekä velvollisuuksista luopumista, kompromissien tekemistä ja lasten hankinnan lykkäämistä. Sisäisenä copingina mainittiin toisen tilanteen ymmärtäminen, väliaikaisuuden tiedostaminen ja pyrkimys pysyä hyvällä tuulella tai ainakin käyttäytyä hyvin toista kohtaan.

Seuraavaksi yleisin sopimustason haaste aineistossa oli suku. Suvun vaikutus parisuhteeseen oli yhtä paria koskettava haasteiden vyyhti, johon kuului pieniä ja isoja haasteita rahankäytöstä vanhempien alkoholismiin. Molempien puolisoiden suvut olivat osa ongelmaa. Tärkeimmät aktiiviset selviytymiskeinot ovat olleet yhteen muuttaminen ja etäisyyden ottaminen suvuista sekä yhdessä keskusteleminen. Sisäisinä selviytymiskeinoina ovat olleet luottamus kumppaniin sekä asenteet, kuten päättäväisyys ja sitkeys. Pari kertoi lopettaneensa rahasta riitelemisen. Tämä toimivaksi osoittautunut selviytymiskeino sisältää mielenkiintoisesti piirteitä niin aktiivisesta, sisäisestä, kuin vetäytyvästä copingista.

Kahdella parilla on ollut yhteensä neljä siisteyteen ja muihin käytännön asioihin liittyvää haastetta. Yhdellä parilla erilaiset siisteysstandardit ovat tulleet esille jo seurusteluaikana. He ovat etukäteen keskustelleet tulevan kotinsa siisteydestä, mikä sisältää sekä aktiivista, että sisäistä copingia. Toisen parin kohdalla kyse oli ensin tiskivuoroista ja myöhemmin remontista ja siihen liittyen epäjärjestyksestä sekä työnjaosta. Pari on käyttänyt aktiivista copingia käytännön toimenpiteinä helpottaakseen epäjärjestyttä. Työnjakoa tarkastelin myös sukupuolijärjestelmän kautta.

Yhdellä parilla oli haaste, jota osapuolet kuvasivat eri tavalla. Naisen mielestä kyse oli siitä kasvetaanko samaan vai eri suuntaan, miehen mielestä nainen arvosteli hänen ammatinvalintaansa. Aktiivinen coping oli aluksi painostusta ja omien rajojen ylläpitämistä, sekä riitelyä. Sisäinen prosessointi on johtanut toisen tarpeiden hyväksymiseen. Opiskelijavalinnassa karsiutuminen on johtanut molempia tyydyttävän alan löytymiseen.

Sellaiset haasteet, jotka eivät riipu lainkaan parista itsestään ja joihin parilla ei siis ole vaikutusvaltaa, nimesin ryhmäksi "**Muut haasteet**". Tällaisia haasteita oli aineistossa vain kaksi kappaletta: vanhempien avioerot ja läheisen ihmisen vaikea sairaus. Vanhempien avioeroissa nuoret hakivat toisiltaan sosiaalista tukea, mikä on aktiivinen selviytymiskeino. Läheisen sairauden yhteydessä nainen käyttänyt aktiivista selviytymiskeinoa, sosiaalisen tuen hakemista sisarelta ja puolisolta. Mies on keksinyt muuta tekemistä, mikä on luokiteltava vältteleväksi selviytymiskeinoksi. Koska tätä ongelmaa ei voi muuttaa, voi vain sopeutua, on miehen selviytymiskeino toimiva osana parin selviytymiskeinojen kokonaisuutta.

Seuraavassa tiivistän tutkimustulokset kolmannen tutkimuskysymyksen osalta, joka kuului:  
3. Onko kiintymyssuhdetyylillä yhteyttä parisuhteen haasteisiin tai selviytymiskeinoihin?

Kiintymystyyli huomioitiin analyysissä vain parisuhdetason haasteiden osalta. Pareja, joissa molemmat olivat turvallisesti kiintyneitä, oli neljä. Parit käyttivät tässä aineistossa aktiivista ja sisäistä copingia. Vetäytyvää copingia ei esiintynyt. Erityisesti keskustelu oli tärkeä selviytymiskeino. Molemmat osapuolet keskustelivat avoimesti. Parien selviytymiskeinot ovat riittäneet haasteista selviytymiseen. Tosin yhdellä parilla oli haastattelun tekemisen aikoihin eräs haaste ajankohtaisena kesken.

Pareja, joissa toinen oli turvallisesti kiintynyt ja toisen kiintymystyyli jäi määrittelemättömäksi, oli kaksi. Tässä ryhmässä molemmilla pareilla oli pitkäaikainen vuorovaikutukseen liittyvä haaste. Toisen parin osalta se on aktiivisen copingin myötä lievittynyt. Toinen pari ei ole käyttänyt aktiivista copingia ja haaste on pysynyt ennallaan. Molemmilla pareilla on ollut myös sitoutumiskriisi, josta molemmat parit ovat edenneet sitoutumiseen. Toinen pareista ei ole päässyt sitoutumiskriisiin liittyvistä asioista vielä vuosienkaan kuluttua kunnolla yli. Puolet suhdetason haasteista on tässä ryhmässä vuosien ajan pitkittyneitä ja ratkaisematta jääneitä.

Yhden parin nainen oli turvallisesti kiintynyt ja mies takertuvasti kiintynyt. Sitoutumiskriisissä turvallisesti kiintynyt osapuoli halusi käyttää ensisijaisesti aktiivista selviytymiskeinoa, puhumista, kun taas takertuvasti kiintyneen ensisijainen



selviytymiskeino oli välttelevä. Molempien selviytymiskeinoja käytettiin ja pari pääsi sitoutumiskriisiin yli.

Yhden parin nainen oli turvallisesti kiintynyt, kun taas miehen kiintymystyyllissä oli piirteitä sekä pelokkaasta, että itseriittoisesta kiintymyksestä. Turvallisesti kiintynyt osapuoli halusi henkilökohtaisempaa vuorovaikutusta, kuin mihin mies kykeni. Haaste on edelleen akuutti.

Yhden parin nainen oli turvallisesti kiintynyt, kun taas miehen kiintymystyyllissä oli piirteitä turvallisesta ja takertuvasta kiintymyksestä. Heillä ei ollut lainkaan parisuhdetason haasteita. Suhde oli niin pitkäaikainen, että parisuhdetason haasteita olisi hyvin ehtinyt muodostua.

Parisuhdetason haasteista yleisimmällä, sitoutumiskriisillä, ei ollut yhteyttä parien kiintymystyyliin. Toiseksi yleisintä parisuhdetason haastetta, vuorovaikutusta, ei esiintynyt lainkaan pareilla, joissa molemmat voitiin määrittää turvallisesti kiintyneiksi. Vuorovaikutusongelmia oli aineiston molemmilla pareilla, joissa toisen osapuolen kiintymystyyli jäi määrittämättä, sekä parilla, jossa toisen osapuolen kiintymystyyllissä oli pelokasta ja itseriittoista kiintymystä. Kaikissa tapauksissa parin turvallisesti kiintynyt osapuoli oli tyytymätön vuorovaikutukseen.

Muilla kuin parisuhdetason haasteilla ei ollut yhteyttä kiintymystyyliin, lukuun ottamatta sukua, joka oli ainoastaan yhden parin haastekimppu. Kyseisen parin osapuolten kiintymystyyliä olivat turvallinen ja pelokas/itseriittoinen. Aineiston pienuuden huomioiden haasteiden kokonaismäärissä oli järkevää verrata pareja, joissa molemmat osapuolet ovat turvallisesti kiintyneitä, muihin pareihin. Eroja ei löytynyt.

## **10.2. Virtaa välillämme -kurssi tutkimustulosten valossa**

### **10.2.1. Vastaavatko kurssin teemat kurssilaisten haasteisiin?**

Seuraavassa tarkastelen, liittyvätkö Virtaa välillämme -kurssin teemat aineistossa havaitsemiini tavallisimpiin haasteisiin ja tarjoavatko ne välineitä kyseisten haasteiden kanssa selviämiseen. Ensimmäinen teema on tunteiden tunnistaminen. Tunteiden havaitseminen, nimeäminen ja niistä puhuminen ovat ihmissuhdetaitojen perusvalmiuksia,

joissa harjaantuminen auttaa kaikissa vuorovaikutus- ja ristiriitatilanteissa. Erityisesti sitoutumiskriisi osoittautui haasteeksi, johon liittyi paljon tunteita. Tässä aineistossa kaikki sitoutumiskriisin kokeneet parit olivat kokeneet sen jo ennen kurssia. Ilmeisesti parisuhdekurssille tullaan vain kumppanin kanssa, johon on jo sitouduttu. Toisaalta sitoutuminen voi olla nuoressa parisuhteessa akuutti kysymys vielä ensimmäisen sitoutumiskriisin jälkeenkin, sillä avioliitto, yhteisen omaisuuden hankinta sekä lasten saaminen kaikki tekevät sitoutumisesta konkreettisempaa. Lisäksi parisuhteessa voi olla useampiakin sitoutumiskriisejä, ottaen huomioon parisuhteen vapaaehtoisuuden pakon (Giddens 1992) sekä avioerojen yleisyyden.

Toinen teema, rakastumisesta rakkauteen, sisältää elementtejä, jotka auttavat käsittelemään sitoutumisen problematiikkaa. Samalla teema tukee tunteiden tunnistamista, mikä auttaa kaikissa parisuhteen haasteissa. Lisäksi teemaan liittyy vuorovaikutustaitojen harjoittamista, mikä sisältää sekä tarkkaavaista kuuntelemista, että tunteista puhumista. Vuorovaikutushan oli aineistossa toiseksi yleisin ja vaikeasti voitettavissa oleva parisuhdetason haaste. Erityisesti aineistossa esiin tulleeeseen henkilökohtaisella tasolla puhumisen vaikeuteen tämä teema tarjoaa tukea.

Kolmas teema, Suuttumus ja ristiriitojen ratkaisu, tukee minkä tahansa haasteiden käsittelyä, joihin liittyy riitaa ja suuttumusta. Tapa käsitellä ristiriitoja yleensäkin oli kahden parin vuorovaikutuksen haasteena. Kolmas teema antaa ajattelun välineitä ymmärtää omaa ja toisen toimintaa ja löytää vaihtoehtoisia toimintamalleja.

Neljäs teema on intohimo, seksuaalisuus ja hellyys. Yhden parilla oli seksuaalisuuteen liittyvä haaste, nimittäin esiaviollisesta seksistä pidättäytymisen vaikeus. Pari koki saaneensa tukea ratkaisulle kurssilta. Useampi pari sen sijaan koki, että heidän ratkaisunsa, avioliitto, ei saanut hyväksyntää osakseen. On loukkaavaa ja kurssin agendaan kuulumatonta arvottaa nuorten parien tapaa järjestää seksuaalielämänsä. Taitava ohjaaja sen sijaan voi arvottamatta tukea pareja toteuttamaan seksuaalisuuttaan kunkin parin oman arvomaailman mukaisesti. Tämän tutkimuksen aineistossa seksuaalisuus oli hyvin vähän esillä. Aihe on kuitenkin tärkeä, sillä perhebarometrissa seksuaalisuuteen liittyviä ongelmia oli vähintään kerran kuussa ollut neljäsosalla aviossa pysyneistä vastaajista ja puolella avioeroon päätyneistä vastaajista (Paajanen 2003, 42–44).

Viimeinen teema, Arkirakkaus, käsittelee arjen erilaisia toimintatapoja ja työnjakoa. Yhden parin haaste, valtataistelu, liittyi juuri kiistelyyn erilaisista toimintatavoista. Lisäksi toisella parilla oli sukuun liittyvänä haasteena ollut työnjako. Perhebarometrissa työnjako osoittautui avioliitossa pysyneiden yleisimmäksi ongelmaksi. Perhebarometrin aviossa pysyneistä vastaajista peräti puolella oli vähintään kerran kuussa ristiriitaa kotitöistä (emt. 42).

### **10.2.2. Ehdotuksia**

Kiire ja liian vähäinen yhteinen aika on ollut haasteena viidellä parilla yhdeksästä, eli yli puolella haastatelluista. Ajankäyttö ei kuulu suoranaisesti mihinkään kurssin teemaan. Ajan antaminen suhteelle saattaa nousta esiin vaihtelevassa määrin arkirakkauden ja intohimon teemojen yhteydessä kurssin ohjaajaparista ja osallistujista riippuen. Koska ajankäyttö on niin yleinen ongelma, olisi hyvä, että sen pohdinnalle raivattaisiin tilaa kurssin ohjelmaan. Ajankäyttö sopisi luontevasti arkirakkauden yhteyteen, jossa käsitellään muitakin arjen käytäntöjä. Toinen mahdollinen paikka olisi neljännen teeman, intohimo, seksuaalisuus ja hellyys, yhteydessä. Illan varsinaisesta teemasta riippuen ajankäyttöön aukeaisi aivan erilainen näkökulma, karkeasti ottaen joko työn ja levon vastakkain asettelu tai erillisyyden ja yhteyden vastakkain asettelu. Uskon, että ajankäytön käsittely intohimo, seksuaalisuus ja hellyys – teeman yhteydessä kannustaisi parhaiten hallitsemaan ajankäyttöä.

Kolmella parilla on ollut pitkäaikaisena haasteena vuorovaikutus. Vuorovaikutus näyttäytyy aineiston valossa haasteena, jossa on vaikeata, joskaan ei mahdotonta edistyä pitkässäkään suhteessa. Tämä on ymmärrettävää kiintymyssuhdeteorian kautta. Bartholomewin ja Horowitzin (1991) mukaan tapa olla vuorovaikutuksessa liittyy varhaisessa vuorovaikutuksessa omaksuttuun kiintymystyyliin. Vuorovaikutus on keskeinen haaste siksi, että se on paitsi itsenäinen parisuhteen osa-alue, myös väline selvittää muista parisuhteen haasteista ja perheen kehitysvaiheiden siirtymistä.

Virtaa välillämme -kurssi kohtaa kiitettävästi vuorovaikutustaitojen harjaannuttamisen tarpeen. Haasteen pitkäaikaisuuden vuoksi ehdotan, että vuorovaikutukseen liittyvää jatkotyöskentelyä suositellaan erityisesti niille pareille, joilla on ongelmia vuorovaikutuksen

kanssa. Ne henkilöt, joiden vuorovaikutustapaan kumppani oli tyytymätön, olivat halukkaita työskentelemään parisuhteen eteen, sillä näistä kolmesta henkilöstä kaksi oli ollut aloitteen tekijä Virtaa välillämme -kurssille lähtemisessä. Kohdennettu suosittelu ketään nimeämättä voisi siksi saada hyvän vastaanoton.

Sopiva jatkotyöskentely on mielestäni seurakuntien pariviestinnän kurssi. Kurssilla opetellaan käytännöllisten harjoitusten avulla kuuntelemisen ja puhumisen taitoja. Siellä opetellaan puhumaan valitusta aiheesta monipuolisesti havaintojen, ajatusten, tunteiden, tahdon ja toiminnan kannalta. Kuuntelemisen taidoissa keskitytään tarkkaavaisuuteen, rohkaisuun, tarkistamiseen ja lisäkysymyksiin. Harjoitusten rakenteeseen kuuluu mahdollisuus "ottaa aikalisä", mikä helpottanee niiden henkilöiden osallistumista, joiden coping-tyyli on vetäytyvä tai kiintymystyyli välttelevä. (Pariviestinnän kurssi: omat harjoitusmateriaalit.) Pariviestinnän kurssi on kehitetty tutkimustiedon pohjalta Minnesotan yliopistossa (Viika 1994, 153).

### **10.3. Työn rajoitukset ja ansiot**

Tässä tutkimuksessa on paljon kuvailevaa analyysiä, koska jokainen haaste kuvataan erikseen siihen kohdistuvien selviytymiskeinojen kera. Jokaisen parin jokainen haaste selviytymiskeinoineen esitellään. Tätä toimintatapaa pidin tärkeänä, koska jokainen haaste selviytymiskeinoineen on ainutlaatuinen. Laajemmassa aineistossa olisi saatu toistoa tässä tutkimuksessa löydettyihin haasteisiin ja selviytymiskeinoihin ja lisäksi luultavasti erilaisia haasteita ja selviytymiskeinoja. Varsinkin selviytymiskeinoja olisi voinut löytyä lisää erilaisella metodilla tutkittaessa.

Haastatellessani pidin puhumista selviytymiskeinona yksinkertaisena asiana, josta ei tarvitse kysyä enempää. Jälkikäteen olen pohtinut, että puhumisella ja puhumisella on eroa. Mitä parit ovat tosiasiallisesti tehneet, silloin, kun he ovat keskustelleet? Ovatko he syytelleet ja puolustautuneet, pyytäneet ja antaneet anteeksi, riidelleet vanhoissa, tutuissa kuvioissa vai kuunnelleet sekä kyselleet? Puhuminen ulkopuolisen kanssa voi yhtä lailla palvella monenlaisia tarkoituksia, esimerkiksi tiedon saanti, sosiaalinen tuki tai vertailun kautta tapahtuva itsereflektio.

Haastattelu ei ole täysin johdonmukainen. Ensinnäkään en ole kaikissa haastatteluissa huomannut kysyä viimeistä kysymystä, eli ”Mitä muuta olette tehneet parisuhteenne hoitamiseksi?”. Toiseksi minulla ei ole ollut systemaattista tapaa lisäkysymysten tekemiselle tai tekemättä jättämiselle. Haastattelumetodini hyvyys tai huonous riippuu siitä, pidetäänkö vertailukohtana Silvermanin (2001, 86–114) esittelemistä haastattelukäytännöistä positivistista, emotionalistista vai konstruktionistista käytäntöä. Positivistisen metodin edellyttämään johdonmukaisuuteen en ole yltänyt. Emotionalistisessa ja konstruktionistisessa haastattelukäytännössä oman toiminnan sopeuttaminen tilanteen mukaiseksi on sen sijaan hyvä asia. Vapaan keskustelun myötä olen saanut monipuolisen aineiston.

Eräässä haastattelussa vuorovaikutus alkoi kuulostaa riitaisalta, jolloin hätäännyn ja vaihdoin puheen aihetta. Muissa haastatteluissa ja tämänkin parin kohdalla muissa aiheissa parit saivat keskustella niin pitkään, kuin sanottavaa riitti. On sekä tutkimuseettinen, että käytännöllinen kysymys, pitäisikö parin antaa riidellä haastattelussa. Keskeyttämällä alkavan riidan yhtäältä suojelin tutkimushenkilöitä kasvojen menetykseltä, toisaalta turvasin haastattelun jatkumisen muilta osin.

Aineiston määrä on kuvailevan analyysin kannalta riittävä. Sen sijaan kiintymystyylin ja haasteiden sekä selviytymiskeinojen yhteyttä käsittelevässä analyysissä aineiston pienuus on melkoinen rajoite. Sattumalla on merkitystä, onhan joitakin kiintymyssuhdetyylypareja vain yksi. Aineiston pienuudesta huolimatta tutkimustulokset ovat aiemman tutkimuksen ja teorian kanssa yhtäpitäviä.

Tutkimuksen painopiste tässä tutkimuksessa on laadullisessa analyysissä, joten kiintymystyylin mittaamiseen ei ollut mahdollista käyttää kovin paljon aikaresursseja. Valitsin Bartholomewin ja Horowitzin (1991) testin uudempien ja kehittyneempien testien sijaan, koska saatoin käyttää sitä Männikön (1999) mainitsemaalla tavalla kiintymystyylin karkeaan arviointiin ilman tilastollista analyysiä. Myös Stein tutkimusryhmineen on kiintymyssuhdetestejä vertaavassa tutkimuksessaan määrittänyt Bartholomewin ja Horowitzin testillä kiintymystyyliksi neljästä kiintymystyylistä yksinkertaisesti sen, joka sai suurimman pistemäärän (Stein & Koontz & Fonagy & Allen & Fultz & Brethour & Allen & Evans 2002). Metodologisesta epäortodoksisuudesta huolimatta kiintymystyylin määrittely vaikuttaa onnistuneelta, sillä verrattaessa kiintymystyyliä haastattelupuheeseen määrittely

kiintymystyyli ja se mitä he kertoivat itsestään ja tavastaan olla suhteessa, kävivät hyvin yhteen yhtä poikkeusta lukuun ottamatta. Mies, jonka kiintymystyyliä kuvasi turvallinen ja takertuva kiintymys, puhui tavalla, johon takertuva kiintymystyyli ei sovi missään tapauksessa, mutta turvallinen kiintymys sitäkin paremmin.

Tutkimuseettisistä ongelmista tunnistettavuus on keskeinen. Olen nähnyt paljon vaivaa tunnistettavuuden estämiseksi prosessin eri vaiheissa. Tutkimusta kirjoittaessani olen herännyt pohtimaan toista tutkimuseettistä kysymystä: Mikä on tutkimuksen vaikutus haastateltuihin pareihin. Yleensä kiintymystyyliä, kuten copingiäkin, tutkitaan tilastollisilla menetelmillä, joista kukaan tutkimushenkilö ei voi tunnistaa itseään. Käsillä olevasta laadullisesta tutkimuksesta jokainen pariskunta tunnistaa itsensä. Mitä se merkitsee tutkimushenkilöille? Mitä ajattelee tutkimushenkilö, jonka kiintymyssuhdetyyli jää määrittelemättä turvalliseksi ja jonka coping-keinot ovat tehottomia? Miten tällaiseen tietoon suhtautuu hänen kumppaninsa? Toivoisin, että tämän tutkimuksen lukeminen voisi toimia tutkimushenkilöille kumppanin ymmärtämisen ja hyväksymisen välikappaleena. Kannattaa myös muistaa, että turvallinen parisuhde voi muuttaa ihmisen kiintymystyylin turvalliseksi (Fonagy ym. 1995, 269) ja uusia, menestyksekkäämpiä ongelmanratkaisukeinoja ja selviytymiskeinoja on mahdollista opetella.

#### **10.4. Lopuksi**

Parisuhteelta odotetaan nykyään liikaa (Määttä 1997, 90–93, Kiiänmaa 2006). Määttä (1997, 90–93) perustelee väitettä tiivistettynä seuraavasti: Ensinnäkin rakkauteen kuuluu onnen lisäksi myös kärsimystä. Toiseksi kukaan ei voi tehdä toista onnelliseksi, eikä rakkaus suojaa yksilöä ongelmilta tai kärsimyksiltä. Kolmanneksi toista ei voi omistaa, vaan on varauduttava kompromisseihin toisen toteuttaessa omaa yksilöllisyyttään. Kaikkia odotuksia ei tulisi ladata parisuhteeseen, vaan itsestä ja omista tarpeista tulisi huolehtia, mikä lopulta koituu myös parisuhteen hyväksi (Kiiänmaa 2006).

Lisääntyneistä avioeroista voisi päätellä, että ihmisten parisuhdetaidot ovat huonontuneet. Väestöliiton (2006) mukaan ”pikemminkin kyse on siitä, että entisellä tieto- ja taitotasolla ei pärjää nykypäivän parisuhteissa”. Mikäli parisuhteesta luovutaan ongelmien kohdatessa, menetetään se turva, lohtu ja jatkuvuus, jota parisuhteelta haetaan. Siksi parisuhdetta

kannattaa päivittää ja huoltaa, minkä tähän tutkimukseen osallistuneet nuoret parit ovatkin oivaltaneet. Kuntasektori sen sijaan on vasta heräämässä parisuhdetyölle. Kunnat kantavat vastuuta parisuhdetyöstä vain lapsiperheiden parisuhdeongelmien osalta (perheneuvolat). Ennaltaehkäisevää parisuhdetyötä ei kunnilla käytännössä ole ollut.

Ennaltaehkäisevä parisuhdetyö on varsin järjestövetoista. Väestöliitto on tärkeä toimija, joka tarjoaa ilmaisia palveluja puhelimitse ja Internetin välityksellä. Kataja ry järjestää parisuhdekursseja ja -koulutuksia, sekä kokoaa tietoa parisuhdetyöstä. Kataja ry:n internet-sivuilta käy ilmi, että ennaltaehkäisevää parisuhdetyötä kurssien ja leirien muodossa tekevät ev. lut. kirkon lisäksi pääasiassa kristilliset järjestöt, muita toimijoita ovat yksityiset yrittäjät.

On hyvä, että järjestöt ja kirkolliset tahot ovat ottaneet hoitaakseen ennaltaehkäisevän parisuhdetyön ja niitä pareja koskevan parisuhdetyön, joilla ei ole alaikäisiä lapsia. Kuntien tulisi myös aktivoitua ennaltaehkäisevään parisuhdetyöhön. Ensimmäisen lapsen syntymää seuraavat vuodet ovat parisuhteelle raskasta aikaa (Väestöliitto 2006). Neuvola on foorumi, joka tavoittaa kaikki lapsiperheet, siksi neuvoloiden tulisi tukea myös parisuhdetta. Tampereella neuvoloita ollaankin kehittämässä koko perhettä huomioivan hyvinvointineuvolan suuntaan (Tampereen kaupunki 2006).

## Lähteet

### Painetut lähteet:

**Ahponen, Pirkkoliisa ja Marttinen, Heli** (1997) Parisuhde riskiyhteiskunnassa. Teoksessa: Ahponen, Pirkkoliisa (toim.) Riskikirja. Uhat, mahdollisuudet ja asiantuntijuus epävarmuuden yhteiskunnassa. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

**Ainsworth, Mary & Blehar, Mary & Waters, Everett & Wall, Sally** (1978). Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum.

**Ashford, S. J.** (1988) Individual Strategies for Coping with Stress during Organizational Transitions. Journal of Applied Behavioral science 24, 19–36.

**Bartholomew, Kim & Horowitz, Leonard M.** (1991) Attachment styles among young adults: A Test of a Four-Category Model. Journal of Personality and Social Psychology 61(2), 226-244.

**Bartholomew, Kim & Shaver, Phillip** (1998) Methods of Assessing Adult Attachment. Do they Converge? Teoksessa: Simpson J. S. & Rholes W. S. Attachment Theory and Close Relationships. New York: Guilford Press.

**Beck, Ulrich & Beck-Gernsheim, Elisabeth** (1995) The Normal Chaos of Love. Cambridge: Polity Press.

**Belsky, Jay** (2003) Infant-Parent Attachment. Teoksessa: Balter, Lawrence & Tamis-LeMonda, Catherine S. (toim.) Child Psychology. A Handbook of Contemporary Issues. New York and Hove: Psychology Press.

**Belsky, Jay & Rovine, M. & Taylor D. G.** (1984) The Pennsylvania Infant and Family Development Project: 3. The origins of individual differences in infant-mother attachment: Maternal and infant contributions. Child Development, 55, 718-728.

**Bowlby, John** (1969) Attachment and Loss. Vol. 1. Attachment. New York: Basic books.

**Bowlby, John** (1982) Attachment and Loss. Vol. 1. Attachment. London: The Hogarth Press



**Bowlby, John** (1979) *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock Publications.

**Campbell, Lorne & Simpson, Jeffry A. & Boldry Jennifer & Kashy Deborah A.** (2005) Perceptions on Conflict and Support in Romantic Relationships: The Role of Attachment Anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology* 88(3), 510-531.

**Council of Europe.** 2002. Recent demographic developments in Europe.

**Duvall, Evelyn M.** (1977) *Marriage and Family Development*. New York: J. B. Lippincott.

**Eagle, Morris** (1995) *The Developmental Perspectives of Attachment and Psychoanalytic Theory*. Teoksessa: Goldberg, Susan & Muir, Roy & Kerr, John (toim.) *Attachment Theory. Social, Developmental and Clinical Perspectives*. London & Hillsdale NJ: The Analytic Press.

**Eskola, Jari & Suoranta, Juha** (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

**Feeney, Judith A.** (1999) Issues of Closeness and Distance in Dating Relationships: Effects of Sex and Attachment Style. *Social and Personal Relationships* 16 (5), 571-590.

**Fonagy, Peter & Steele, Miriam & Steele, Howard & Leigh, Tom & Kennedy, Roger & Mattoon, Gretta & Target, Mary** (1995) Attachment, the Reflective Self, and Borderline States: The Predictive Specificity of the Adult attachment Interview and Pathological Emotional Development. Teoksessa: Goldberg, Susan & Muir, Roy & Kerr, John (toim.) *Attachment Theory. Social, Developmental and Clinical Perspectives*. London & Hillsdale NJ: The Analytic Press.

**Giddens, Anthony** (1992) *Transformation of Intimacy. Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*. Cambridge: Polity Press.

**Hautamäki, Airi** (2001 b) *Kiintymyssuhdeteoria -teoria yksilön kiin(nit)tymisestä tärkeisiin toisiin ihmisiin, kiintymyssuhteen katkoksista ja merkityksestä kehitykselle*. Teoksessa: Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) *Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen*. Helsinki: WSOY.

**Hazan, Cindy & Shaver, Phillip** (1987) Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology* 52(3), 511-524.

**Holmes, Jeremy** (1993) *John Bowlby & Attachment theory*. London and New York: Routledge.

- Jattu, Sanna** (2005) Vapaaehtoisena kirkon parisuhdetoiminnassa. Virtaa välillämme -suhdekurssien isäntäparien vapaaehtoisuus ja näkemykset uskonnollisuuden yhteydestä parisuhteeseen. Käytännöllisen teologian pro gradu -tutkielma. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Kartovaara, Leena & Sauli, Hannele** (2000) Suomalainen lapsi. Helsinki: Tilastokeskus.
- Kayser, Karen** (1993) When Love Dies. The Process of Marital Disaffection. London, New York: The Guildford Press.
- Kirmanen, Tiina** (2000) Lapsi ja pelko. Sosiaalipsykologinen tutkimus 5-6 -vuotiaiden lasten peloista ja pelon hallinnasta. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 78.
- Klaavu, Riikka** (2005) Virtaako välillämme? Miten parisuhdekurssin tavoitteet täyttyivät osallistujien kokemusten mukaan? Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Pieksämäen yksikkö.
- Kobak, R. Rogers & Hazan, Cindy** (1991) Attachment in Marriage: Effects of Security and -Accuracy of Working Models. *Journal of Personality and Social Psychology* 60(6), 861-869.
- Kunttu, Kristina & Huttunen, Teppo** (2005) Yliopisto-opiskelijoiden terveystutkimus 2004. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 40.
- Lahikainen, Anja Riitta** (1979) Myytti entisajan suurperheestä ja nykyisestä ydinperheestä. Teoksessa: Hägglund, Tor-Björn & Katajamäki, Marjatta & Taipale, Vappu & Pylkkänen, Kari (toim.) Nuoruus vai hulluus. Jyväskylä: Gummerus.
- Lahikainen, Anja Riitta** (1984) Millainen ryhmä on perhe. Teoksessa: Rauni Myllyniemi & Klaus Helkama (toim.) Sosiaalipsykologian näköaloja. Helsinki: WSOY.
- Lahikainen, Anja Riitta** (1976) Perheen kehitys teollistumisen aikana: sosiaalipsykologinen tarkastelu. Helsingin yliopisto.
- Lankinen, Kari** (2004) Virtaa välillämme, projektokuvaus. Kirkkohallitus, perheasiat.
- Lankinen, Kari & Kinnula Arja** (2004) Virtaa välillämme, työkirja. Kirkkohallitus, perheasiat.
- Lazarus, Richard S.** (1966) Psychological Stress and the Coping Process. New York: McGraw-Hill Company.
- Lazarus, Richard S. & Folkman, Susan** (1984) Stress, Appraisal and Coping. New York: Springer Publishing Company.
- Mikulincer, Mario** (1994) Human learned helplessness. A Coping Perspective. New York: Plenum Press.

- Männikkö, Kaisa** (1999) Miten aikuisen kiintymystyylin voi määrittää? *Psykologia* 34, 199–209.
- Määttä, Kaarina** (1997a) Mitä tapahtuu kun rakastuu? Rakastumisprosessi korkeakouluopiskelijoiden, tutkimustiedon ja runoilijoiden näkökulmasta 4. osa. Rovaniemi: Lapin yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja. B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä. 25.
- Määttä, Kaarina** (1999a) Rakastumisprosessi ja rakkauskriisi. Teoksessa Näre, Sari (toim.) *Tunteiden sosiologiaa 1. Elämyksiä ja läheisyyttä*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Nauha, Susanna & Silvén, Maarit** (2000) Puolisoiden varhaiset kiintymyssuhteet: Viehättääkö samanlaisuus? *Psykologia* 01/2000, 71-81.
- Oinonen, Eriikka** (1999) Perheet ja pärjääminen. Teoksessa: Blom, Raimo (toim.) *Mikä Suomessa muuttui? Sosiologinen kuva 1990-luvusta*. Helsinki: Gaudeamus.
- Parsons, Talcott** (1955). Teoksessa Parsons, Talcott & Bales, Robert F. *Family, Socialization and Interaction Process*. New York: Free Press.
- Paajanen, Pirjo** (2003) Perhebarometri 2003. Parisuhde koetuksella. Käsitteitä parisuhteesta ja sen purkautumisesta. Helsinki: Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos.
- Palosaari, Eija** (1999) Coping merikatastrofin yhteydessä suomalaisten merimiesten kertomana. *Acta Universitatis Tamperensis* 661. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Revenson, Tracey A. Kayser, Karen & Bodenmann, Guy** (2005) Introduction. Teoksessa Revenson, Kayser ja Bodenmann (toim.) *Couples Coping With Stress. Emerging Perspectives on Dyadic coping*. Washington: American Psychological Association.
- Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa** (2005a) Johdanto. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa** (2005b) Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Saari, Salli** (2003) *Kuin salama kirkkaalta taivaalta: kriisit ja niistä selviytyminen* Helsinki: Otava.
- Saarikallio, Suvi** (2006) Artikkelissa Rautava, Timo: Se tuo tosi fiilarit. *Helsingin sanomat* 8.5.2006, sivu D2.
- Saaristo, Tuulikki** (2000) *Taikasanat eli miksi antaisin anteeksi?* Söderkulla: Dialogia Oy.

**Seiffge-Krenke, Inge** (1995) Stress, Coping and Relationships in Adolescence. Mahwah, NJ: L. Erlbaum Associates.

**Sennet, Richard** (1998) The Corrosion of Character: the Personal Consequences of Work in the New Capitalism. New York: Norton.

**Silverman, David** (2001) Interpreting Qualitative Data. Methods for Analyzing Talk, Text and Interaction. London: Sage Publications.

**Simpson, Jeffry A. & Rholes, W. Steven & Phillips, Dede** (1996) Conflict in Close relationships: An Attachment Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(5), 899-914.

**Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam** (2001) Johdanto. Ihminen tarvitsee toisten läheisyyttä ja turvaa. Teoksessa: Sinkkonen, Jari & Kalland, Mirjam (toim.) Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY.

**Stein, Helen & Koontz, Dawn & Fonagy, Peter & Allen, Jon G. & Fultz, Jim & Brethour, John R. & Allen, Darla & Evans, Richard B.** (2002). Adult Attachment: What are the underlying Dimensions? *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* 75, 77–91.

**Tolkki-Nikkonen Mirja** (1978) Avioliiton ensimmäinen vuosi. Avioliittoon aikovien motiivit, käsitykset ja odotukset avioliitosta sekä näiden odotusten toteutuminen avioliiton ensimmäisen vuoden aikana. *Acta Universitatis Tamperensis ser. A vol. 92*. Tampere: Tampereen yliopisto.

**Tolkki-Nikkonen Mirja** (1990) Parisuhde, perhesuhde, olosuhde. Helsinki: Gaudeamus.

**Valtonen, Anu** (2005) Ryhmäkeskustelut –Millainen metodi? Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.

**Viika, Kaarle** (1994) Kirkon perheneuvonnan viisi vuosikymmentä. Helsinki: Kirkkohallitus.

**Zeidner, Moshe & Saklofske, Donald** (1996) Adaptive and maladaptive coping. Teoksessa: Zeidner, Moshe & Endler, Norman S. (toim.) *Handbook of Coping*. New York: John Wiley & Sons, inc.

#### **Muut lähteet:**

**Kataja ry:** Internet-lähde. Luettu 7.5.2006 osoitteessa: <http://www.katajary.info/kurssit/Tapahtumakalenteri>.

**Kiianmaa, Kari:** Internet-lähde. Luettu 7.5.2006 osoitteessa:  
<http://www.katajary.info/helmia/uskottomuus>

**Lankinen, Kari** (2004) Kirkkohallitus, perheasiat: Internet-lähde. Luettu 27.11.2005  
osoitteessa: <http://www.evl.fi/virtaa/projektietusivu.html>

**Lankinen, Kari:** puhelinkeskustelu 8.12.2005.

**Main, Mary B.** Adult Attachment Interview Protocol. Internet-lähde. Luettu 20.3.2006  
osoitteessa:

[http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content//aai\\_interview.pdf](http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/measures/content//aai_interview.pdf)

**Pariviestinnän kurssi.** Tampereen ev. lut. seurakunnat. Omat kurssimateriaalit.

**Seiffge-Krenke, Inge** (2005) Esitys Lapsuuden ja perheen tutkimuksen yksikön  
seminaarissa Tampereen yliopistossa 3.2.2005. Power point –esitys on tallennettuna  
tämän kirjoittajalla.

**Tampereen kaupunki:** Internet-lähde. Luettu 7.5.2006 osoitteessa:  
<http://www.tampere.fi/terveyspalvelut/neuvolat/hyvinvointineuvola.html>

**Väestöliitto:** Lehdistötiedote. Internet-lähde. Luettu 7.5.2006 osoitteessa:  
<http://www.vaestoliitto.fi/?x11011=21571>

## Liitteet

Liite 1. Tutkimuspyyntö Virtaa välillämme -kurssin käyneille.

Hyvät Virtaa välillämme -kurssille osallistuneet parit,

Haen Virtaa välillämme -kurssille osallistuneita, lapsettomia pareja haastateltaviksi tutkimukseeni.

Teen pro gradu -tutkielmaa Tampereen yliopiston sosiologian ja sosiaalipsykologian laitokselle. Ohjaajani on professori Anja Riitta Lahikainen. Tutkin Virtaa välillämme -parisuhdekurssilla olleiden, lapsettomien nuorten parien kokemuksia parisuhteensa haasteista sekä heidän selviytymiskeinoistaan ja ongelmanratkaisustaan. Tutkimukseni tuottaa arvokasta tietoa Virtaa välillämme -projektin kehittämiseksi, ja uskon sen kiinnostavan myös muita nuorten aikuisten kanssa parisuhdetyötä tekeviä tahoja.

Haastattelen tutkimukseen osallistuvia pariskuntina, enkä siis kerää aineistoa yksilöhaastatteluilla. Olkaa ystävällisiä ja keskustelkaa tutkimukseen osallistumisesta parinne kanssa. Saamiani tietoja käytän vain tutkimuksen tekoon. Käytän haastatteluaineistoa luottamuksellisesti niin, ettei yksittäisiä ihmisiä tai pariskuntia voida tunnistaa.

Tulen soittamaan teille lähiaikoina ja tiedustelemaan halukkuuttanne osallistua tutkimukseen. Samalla teillä on mahdollisuus kysellä lisätietoja. Voitte myös itse ottaa yhteyttä minuun tai seurakunnan Virtaa välillämme -yhteyshenkilöön, pastori Salla Häkkiseen (sähköpostiosoite ja puhelinnumero).

Yhteistyöterveisin

Heini Weckroth

(puhelinnumero)

(sähköpostiosoite)

Liite 2. Tutkimuslupa.

## TUTKIMUSLUPA

Tätä haastattelua tullaan käyttämään tutkimustarkoituksiin. Kasettia säilytetään turvallisesti ja analyysin jälkeen nauhoitus tuhoetaan. Haastattelut säilytetään sähköisessä muodossa mahdollisia jatkotutkimuksia varten. Haastateltavien nimet tulevat vain aineiston kerääjän, Heini Weckrothin tietoon. Tutkimusraporttien julkaisuissa kaikki nimet ja yksityiskohdat muutetaan niin, että henkilöitä eikä pariskuntia voi tunnistaa.

Annan luvan käyttää haastatteluani.

Tampereella 05/2005

Nimen selvennys

Nimen selvennys

### Liite 3. Haastattelurunko

Minkä ikäisiä te olette?

Kuinka kauan olette olleet yhdessä?

Asutteko yhdessä?

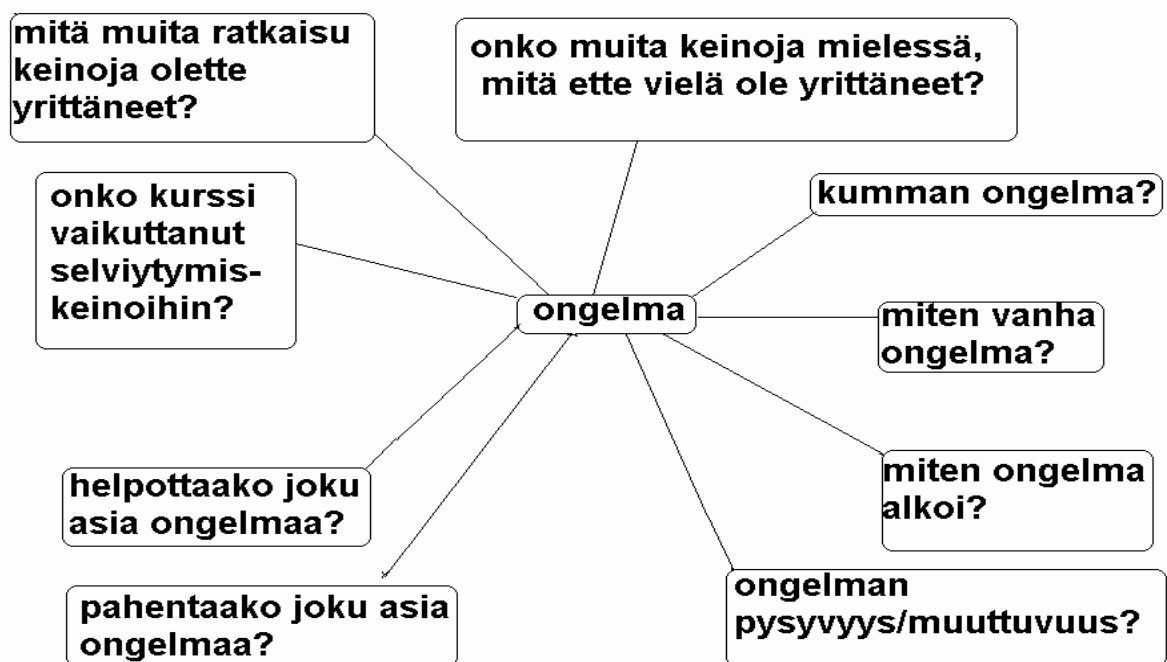
Oletteko työssä vai opiskeletteko?

Onko teillä muuta yhteyttä seurakuntaan, kuin Virtaa välillämme -kurssi?

Te olette osallistuneet Virtaa välillämme -kurssille. Minkä takia?

Millaisia haasteita te olette parisuhteessanne ihan alusta tähän päivään asti kohdanneet?

Hanki lisätietoa jokaisesta haasteesta alla olevan miellekartan mukaisesti.



Mitä muuta olette tehneet parisuhteenne hyväksi?

Tiedättekö vielä muita keinoja, joita ette ole käyttäneet, joilla hoitaa parisuhdetanne?

Pyydä täyttämään itsearviointitesti.



Liite 4. Kiintymystyylin itsearviointitehtävä (Bartholomew & Horowitz 1991). Käännös on tehty Lapsesta aikuiseksi –projektissa Jyväskylän yliopistossa.

Missä määrin seuraavat kuvaukset sopivat sinuun? Vastaa asteikolla 1-4

Tunnen oloni hyväksi ilman läheisiä ihmissuhteita. Minun on tärkeä tuntea itseni itsenäiseksi ja itseriittoiseksi. En mielelläni turvaudu toisiin, enkä halua toisten turvautuvan minuun.

- 1 Ei kuvaa minua lainkaan
- 2 Kuvaa minua jonkin verran
- 3 Kuvaa minua hyvin
- 4 Kuvaa minua erittäin hyvin

Minun on suhteellisen helppo ystäväystyä läheisesti muiden kanssa. Tunnen oloni hyväksi turvautuessani toisiin tai toisten turvautuessa minuun. En ole huolissani, jos olen yksin tai jos muut eivät hyväksy minua.

- 1 Ei kuvaa minua lainkaan
- 2 Kuvaa minua jonkin verran
- 3 Kuvaa minua hyvin
- 4 Kuvaa minua erittäin hyvin

Tunnen oloni jossain määrin epämukavaksi läheisissä suhteissa muiden kanssa. Haluan lämpimiä ja läheisiä ihmissuhteita, mutta minun on vaikea luottaa muihin täysin, tai olla muista riippuvainen. Joskus minua huolettää, että vahingoitun, jos antaudun liian läheiseen suhteeseen jonkun kanssa.

- 1 Ei kuvaa minua lainkaan
- 2 Kuvaa minua jonkin verran
- 3 Kuvaa minua hyvin
- 4 Kuvaa minua erittäin hyvin

Haluaisin olla toisten kanssa hyvin läheinen, mutta usein muut ovat haluttomia niin läheiseen suhteeseen kuin itse haluaisin. Minun on vaikea elää ilman läheisiä ihmissuhteita. Joskus minua huolettää, etteivät muut arvosta minua yhtä paljon kuin minä arvostan heitä.

- 1 Ei kuvaa minua lainkaan
- 2 Kuvaa minua jonkin verran
- 3 Kuvaa minua hyvin
- 4 Kuvaa minua erittäin hyvin

Kun olette molemmat tehneet tämän tehtävän, voit halutessasi kommentoida sitä suullisesti tai kirjallisesti.

Itseriittoisen kiintymystyylin kuvauksen sopivuus	Turvallisen kiintymystyylin kuvauksen sopivuus	Pelokkaan kiintymystyylin kuvauksen sopivuus	Takertuvan kiintymystyylin kuvauksen sopivuus	Määritelty kiintymystyyli
1	2	2	3	Takertuva
2	3	1	1	Turvallinen
1	2.5	1	1	Turvallinen
1	4	1	1	Turvallinen
2.5	2	3	1	Pelokas/itseriittoinen
1	2.5	1.5	1	Turvallinen
2	3	2	1	Turvallinen
1	4	2	1	Turvallinen
1	2	2	2	Määrittämätön
1	3	1	2	Turvallinen
2	2	2	2	Määrittämätön
1	3	1	1	Turvallinen
2	3	2	3	Turvallinen/takertuva
2	3	2	2	Turvallinen
1	4	2	2	Turvallinen
1	3	1	1	Turvallinen
1	3	1	2	Turvallinen
2	4	1	1	Turvallinen

Kiintymystyylin määrittäminen haastateltavien itsearviointin pohjalta