

12 PARISUHDE MUUTTUVAN PERHEEN YTIMESSÄ

Anne Anttonen

Siksi mies jättää isänsä ja äitinsä ja liittyy vaimoonsa, niin että he tulevat yhdeksi lihaksi.

1. Moos. 2:24

Näillä sanoilla Raamatun kirjoittaja maalaa kuvaa perheen ja parisuhteen katkeamattomasta ketjusta. Lapsuudenperheestä irrottautuminen on yksilölle välttämätöntä, jotta hän voisi liittyä omiin suhteisiinsa ja kantaa niistä vastuuta. Irrottautuminen vanhasta on uuden syntymisen edellytys. Seuraava sukupolvi luopuu jälleen omasta isästään ja äidistään, suuntautuu kohti uutta ja samalla altistuu muutokselle. Vanhaan jääminen pysäyttäisi kehityksen.¹ Sukupolvi sukupolvelta elämä löytää uusia uomia. Isän ja äidin jättäminen merkitsee myös heidän elämäntapansa tarkastelua kriittisin silmin. Jälkipolvien on uskallettava laskea irti ja ajateltava itse voidakseen ottaa aidon vastuun elämästä ja sen eteenpäin viemisestä.

”Ylisukupolvisuuden” käsitettä käytetään kuvaamaan tietoisia ja tiedostamattomia sukupolvelta toiselle siirtyviä mielen sisäisten objektisuhteiden kautta ulkoisiin ihmissuhteisiin liittyviä kokemuksia. Nämä perheen monitasoisessa vuorovaikutuksessa välittyvät kokemukset vaikuttavat yksilön eheyteen, identiteettiin ja rooleihin. Suvuissa kulkee ylisukupolvisesti paljon vahvuuksia ja selviytymistä edistäviä tekijöitä mutta myös ratkaisemattomia ristiriitoja ja tukahdutettuja tunnekokemuksia. Martti Siiralan sanoin: ”Se, mikä ei tule yhdessä jaetuksi, esimerkiksi puhutuksi, tulee jonkun kannettavaksi.”²

1 Tuhkasaari 2013a, 196; ks. myös Sadgrove 1993, 59–63.

2 Tuhkasaari 2013b, 19–21. Martti Siirala (1922–2008) oli Therapiea-säätiön perustaja, psykiatri, psykoanalyttikko. ”Vuorovaikutuksen sanaton puoli siirtää vaikutteita tehokkaammin kuin sanat, ja toisaalta, jos vaikutelmia ei voi käsitellä sanallisesti, ne toimivat ehkä sitäkin voimakkaammin []. Paljon (esi)ymmärrystä syntyy myös sen perusteella, miten missäkin kontekstissa puhutaan tai vaietaan eri asioista.” Lounavaara-Rintala 2010, 64–65.

Perheen keskeinen tehtävä on varustaa lapsia elämää varten. Vanhempien välinen suhde on se tunteiden ja kokemusten sulatusuuni, jossa voi mahdollistua suvussa kulkevan ja elämän tässä ja nyt tuottaman raakamateriaalin työstäminen kaikkien perheenjäsenten kasvun edistämiseksi. Se, mikä ei tule työstetyksi, siirtyy sietämättömänä aineksena jälkipolville perinnöksi.³

Jatkuvan muutoksen keskellä parisuhteen ja perheen on kyettävä tunnistamaan, tuntemaan ja ajattelemaan sen kannettavaksi tulevaa ahdistusta. Vain sillä tavoin ne voivat tarjota parasta mahdollista suojaa jäsenilleen. Riittävän eriytymisen ja itsenäistymisen mahdollistuessa puoliset pystyvät tutkimaan saamaansa sukujensa perintöä ja työstämään sitä eteenpäin siitä, mikä edelliselle sukupolvelle on ollut mahdollista. Jokaisen sukupolven tehtävänä on viedä kehitystä omalta osaltaan eteenpäin.⁴

Tässä artikkelissa pohdin parisuhteen merkitystä perheen kehityksen, kasvun ja muutokseen sopeutumisen kannalta. Perusajatukseni on, että parisuhde on kehityksen solmukohta, jossa muutos perheessä joko mahdollistuu tai jumiutuu ja jää seuraavan sukupolven edelleen työstettäväksi.⁵ Muutos tuottaa aina ahdistusta. Vanhasta luopuminen ei ole koskaan helppoa.⁶ Sukupolvien ketjussa jokainen perhe yrittää työstää osakseen tullutta ahdistusta niillä työkaluilla, joita sillä on käytössään.⁷

Perheen vanhempien välisen parisuhteen toimivuus edistää kaikkien perheenjäsenten kykyä käsitellä ahdistusta. Parisuhde voi toimia myös niin tehokkaana suojana ahdistusta vastaan, että se koteloituu, ei tule käsitellyksi vaan periytyy lähes muuttumattomana seuraavalle sukupolvelle.⁸

3 Pirkko Siltala kuvaa monipuolisesti tätä ilmiötä kirjassaan Taakkasiirtymät. Ks. Siltala 2016.

4 Murray Bowenin kehittämässä systeemissä perheterapiassa rinnastetaan lapsen fyysinen kehitys mielen kehitykseen, joissa molemmissa suunta on kohti yhä suurempaa liikkumatilaa ja erillisyyttä vanhemmista. Onnistuakseen kehityksen on oltava molemminpuolista: myös vanhemman on kyettävä laskemaan irti ja luovuttamaan lapselle vastuuta omasta itsestään. Jos vanhempi käyttää lasta omiin emotionaalisiin tarpeisiinsa, lapsen kehitys estyy eikä hän saavuta riittävän erillisyyden kautta omaa kehityspotentiaaliaan. Ks. Papero 1990, 34, 37–65; Harold & Leve 2012.

5 "Couple relationships play a central role in maintaining or breaking intergenerational cycles". Abse 2012, 57; Cowan & Cowan 2005.

6 Uuden syntyminen edellyttää aina vanhan hajoamista myös mielen rakenteissa. Kirjoittaja viittaa Melanie Kleinin teoriaan skitso-paranoidisesta regressiivisestä tilasta, joka palautuu depressiiviseksi positioksi kutsuttuun tilaan psyykkisen työn kautta. Jos hajoamisen tuottamaa ahdistusta ei pystytä käsittelemään, vaihtoehdoksi jää suojautuminen ja kehityksen estyminen. Ks. Morgan 2005, 19; Klein 1946.

7 "How the parents or primary caretakers have progressed in their own developmental efforts is believed directly to effect their child's ability to attain functional independence." Papero 1990, 31.

8 Papero 1990, 59–60.

Koetan tässä artikkelissani ensin hahmottaa, millaisia vaikutuksia ympäröivällä yhteiskunnalla on ollut perheiden sisäiseen elämään viimeisen viidenkymmenen vuoden aikana. Samalla tarkastelen, millä keinoin perheet ovat muutoksista selviytyneet. Parisuhteen muutoskyky nousee selviytymisen keskiöön. Sen vuoksi selvitän, mikä edistää parisuhteen kehittymistä luovaksi eli hedelmälliseksi ja muutoskykyiseksi. Kuvaan myös, millä tavalla luova parisuhde voi tarjota kaikille perheen jäsenille parhaan mahdollisen perustan kasvulle muutoksenkin keskellä.

Muuttuva yhteiskunta, perhe ja parisuhde

Yhteiskunnalliset murrokset ovat aina vaikuttaneet parien ja perheiden elämään. Muutokset sosiaalisessa ympäristössä eivät ole vaikuttaneet vain ulkoihin perhe-elämän järjestelyihin vaan myös perheen sisäisten suhteiden vakauteen. Poikkeukselliset sotavuosien kokemukset jäivät kuormittamaan perheiden elämää vielä vuosikymmeniksi taistelujen päätyttyä rintamalla. Kirkon perheneuvonta aloitettiin vastauksena tähän parien ja perheiden sodan jälkeiseen kriisiin.⁹

Miehet palasivat rintamalta kotiin kantaen sietämättömiä kokemuksia mukanaan. Perheen jäsenet olivat olleet erossa toisistaan epävarmuuden ja kauhun keskellä. Naiset olivat kantaneet vastuuta perinteisesti miehille kuuluvissa tehtävissä. Paluuta entiseen ei ollut. Juuri parisuhteissa alettiin työstää niitä muutoksia, jotka olivat tapahtuneet yhteiskunnassa sekä yksilöiden elämässä. Kohonneet avioeroluvut olivat merkinä työstämisen vaikeudesta, jopa mahdottomuudesta.¹⁰

Avioliittojen vaikeuksien nähtiin liittyvän taloudellisiin syihin kuten ahtaaseen asumiseen ja huoleen toimeentulosta, mutta myös yksilöiden näköalattomuuteen ja sodan aikaisten pika-avioliittojen mahdottomuuteen. Yksi iso perheisiin vaikuttanut yhteiskunnallinen muutos oli naisen muuttunut sosiaalinen asema ja sen myötä kiihtyvä keskustelu sukupuolirooleista perheessä.¹¹

9 Viika 1994, 11–18.

10 Joensuu 1972, 9–11.

11 Myös muualla sodan jälkeisessä Euroopassa oli vastaavaa kehitystä. Isossa Britanniassa perustettiin 1951 Royal Commission on Marriage and Divorce -tutkimusyksikkö edistämään tervettä ja onnellista avioelämää sekä turvaamaan lasten etua ja hyvinvointia. Ks. Joensuu 1972, 23–36; Viika 1994, 11–18; Clark 1990, 25.

Vähitellen ymmärrys avioliitosta ongelmana, joka täytyy parantaa, muuntui ajatukseksi avioliitosta suhteena, jota täytyy hoitaa. Kumppanuusliitossa puolisoitten roolit muuttuivat hierarkkisesta asetelmasta yhteistyösuhteeksi, jolta odotetaan myös puolisoitten henkilökohtaisten tarpeiden tyydytystä. Avioliitossa alettiin kiinnittää huomiota enemmän suhteen laatuun kuin sen pitkäaikaisuuteen.¹²

Samaan aikaan yhteiskunnan rakenteet muuttuivat rajusti teollistumisen, kaupungistumisen ja muuttoliikkeen myötä. Perinteisen sosiaalisen tuen vähetessä perheen jäsenet jäivät yhä enemmän toistensa ja suhteidensa varaan. 1960-luvun taloudellisen nousun ja toiveikkuuden yhteydessä parisuhteelta alettiin odottaa yhä enemmän oman minuuden löytymistä ja toteuttamista rakkauden ja seksuaalisuuden avulla. Avioliitto muuttui yhä enemmän instituutiosta kahden ihmisen väliseksi suhteeksi.¹³

1970-luvulla feministinen liike kiinnitti huomiota puolisoitten välisen työnjaon yksipuolisuuteen. Avioliiton yhteistyöluonne tuli uuteen valoon, kun vakiintunut malli kotiäidin ja ansiotyössä käyvän miehen rooleista ei enää riittänyt perheille. Naisten yhteiskunnallisesti itsenäisemmän aseman myötä taloudellisella turvalla tai yhteiskunnallisella statuksella ei ollut enää niin suurta merkitystä avioliiton solmimiselle. Parisuhdesiteen merkitys tunnetarpeiden tyydyttäjänä lisääntyi ulkonaisten kiinnikkeiden heikennyttyä, mutta erityisesti muutosvaiheessa parisuhteet joutuivat lujille.¹⁴ Puolisot olivat uudessa ja hämmentävässä tilanteessa. Avioeroluvut lähtivät nousuun.¹⁵

Parisuhteen merkitys ei kuitenkaan vähentynyt eronneidenkaan mielessä. Uudelleen avioitumisten myötä uusperheet tulivat yhä yleisemmiksi. Entistä laajemmat verkostot huolehtivat nyt lasten hyvinvoinnista, vaikka se ei aina ollutkaan ongelmatonta. Sekä lapset että aikuiset joutuivat uusien haasteiden eteen: kuinka elää ja kasvaa ympäristössä, joka ei täytä perinteisen ydinperheen normia.¹⁶

Vähitellen perheiden monimuotoisuudesta on tullut uusi normaali. Samalla kun perhe-elämää säätelevien normien joustavuus on tuonut tilaa suhteiden rakentamiselle muuttuvissa olosuhteissa, perinteisten mallien puute on tuonut uudenlaisia paineita perheiden ja parien elämään. Valmiina siirtyvien

12 Clark 1990, 25–26.

13 Clark 1990, 27.

14 Clark 1990, 28–29.

15 Suomen virallinen tilasto (SVT): Siviilisäädyn muutokset 2016. Tilastokeskuksen mukaan vuonna 1969 avioeroja oli 5 895 ja 10 191 vuonna 1979.

16 Clark 1990, 29.

roolien puuttuessa puolisoilta edellytetään kykyä kuunnella itseään ja toista. Puolisoiden on tärkeää tunnistaa omia tarpeita, sanoa ääneen omia odotuksia sekä kuunnella ja ottaa huomioon se, mitä toinen sanoo. Edellisen sukupolven jäljittelyn sijaan parisuhteessa edellytetään kykyä ajatella ja työstää eteen tulevia tilanteita oman perheen ja *suhteen* kannalta parhaalla tavalla.¹⁷

Itsensä ja toisen kuuntelu on helpompaa, jos sitä on saanut harjoitella jo lapsena omien vanhempien kanssa. Avoin ja tukea antava ilmapiiri perheessä varustaa lapsia kohtaamaan uusia tilanteita omassa elämässään. Jos puoliset joutuvat opettelemaan keskustelutaitoja vasta aikuisessa parisuhteessaan, heillä on kaksin verroin työstettävää arjen haasteiden keskellä.

Silloin kun kumppanit pystyvät neuvottelemaan keskinäisestä työnjaostaan tietoisella tasolla, heidän lapsuudessa oppimansa tavat olla suhteessa saattavat hankaloittaa yllättävällä tavalla järkevän arjen järjestelyjä. Jos ”isästä ja äidistä luopuminen” on jäänyt puolisoilla puolitiehen, perhe-elämä on altis monenlaiselle epävakaudelle, jonka jäljille voi olla vaikeaa päästä.

Parisuhde perheen ytimessä

Tavalla tai toisella parisuhde muodostaa aina perheen ytimen. Myös yhden vanhemman perheissä poissaoleva Toinen elää usein perheenjäsenten ajatuksissa mielikuvina. Näiden mielikuvien luonne sävyttää läsnä olevien suhteita toisiinsa. Silloinkaan harvoin, kun toisesta vanhemmasta ei ole edes mielikuvaa, vanhemman kokemukset omien vanhempien parisuhteesta heijastuvat hänen tapaansa olla suhteessa omiin lapsiinsa. Kokemukset ja mielikuvat parisuhteesta muodostavat siis perhe-elämän ytimen. Muuttuvat suhteet muuttavat perhettä, ja muuttuva perhe muovaa suhdetta.¹⁸

Mistä parisuhteessa sitten syvimmitään on kysymys? Mikä on se voima, joka vetää kahta yhteen ja pettymyksenkin uhalla saa sitoutumaan ja toivomaan, heittäytymään toisen varaan joskus yhä uudelleen? Sigmund Freud vertasi rakastumisen tilaa psykoottiseen tai vähintään rajatilaiseen

17 Moringin väitöskirjassa tulee esiin, kuinka sateenkaariperheiden perheyntymisprosessi edellyttää jatkuvaa neuvottelevaa otetta valmiiden normien puuttuessa. Perheenjäsenten välisten neuvottelujen myötä käsitys perheestä yksilöllistyy. Neuvotteluilla on myös turvallisuutta lisäävä merkitys. Onhan niiden tavoite turvata keskusteluyhteys myös ristiriitojen keskellä. Moring 2013, 234.

18 Sinkkonen 2015, 260–266.

mielentilaan, jossa mielialat heittelevät ja kahden ihmisen väliset rajat häilyvät hulluuteen ja sokeuteen asti.¹⁹

Rakastumisen psykoottisella mielettömyydellä on oma mielensä, jos se johtaa kiintymyksen syntymiseen ja aktiiviseen rakastamiseen. Rakastaminen on jatkuvaa prosessia, jossa luovutaan vähitellen harhakuvitelmissa ja narsistisista toiveista, että niin kumppani kuin tämä suhdekin olisivat olemassa minun kaikkien tarpeideni tyydyttämiseksi. Kypsymisen myötä kuvitelmat toisesta vaihtuvat suhteeksi todellisen ihmisen kanssa.²⁰

Neurobiologisissa tutkimuksissa on havaittu, että useimmat äidinvuorokauden aktivoimista aivoalueista ovat samoja kuin ne alueet, jotka aktivoituvat romanttisessa rakkaussuhteessa. Tämä fysiologinen löytö tukee pariterapeutista perusajatusta, että parisuhde on lapsuuden syvimmän, ensisijaisen suhteen suurin perillinen.²¹

Tulen tässä artikkelissani viittaamaan useissa kohdin puolisoitten lapsuudenperheiden ihmissuhteiden merkitykseen parisuhderakkauden kannalta. Lapsen ”ensirakkaus” äitiin ja myöhemmin toiseen vanhempaan ja heidän väliseensä suhteeseen on se kokemuksellinen perusta, jonka varassa yksilön mieli lähtee kasvamaan. Näissä suhteissa koetun latauksen luonne kertautuu kaikissa tulevilla suhteissa.²²

Jotain uutta, jotain vanhaa – puolison valinnan näkökulmia

Länsimaisen parisuhdeajattelun keskiössä on yksilöiden vapaus valita oma parisuhdekumppaninsa. Valinnan perusteena on usein kumppaneiden rakastuminen toisiinsa. Rakastumisen logiikkaa on vaikeampi selvittää. Kysyttäessä puoliset voivat vastata rakastuneensa toisen silmiin, hymyyn tai tietynlaiseen kävelytyyliin. Toiset muistelevat omaa tunnettaan vatsassa, polvissa tai rinnassa tavatessaan tulevan kumppaninsa ensimmäisen kerran. Joskus

19 Clulow 2007, 351.

20 Clulow 2007, 351. ”Either the couple embrace the actuality of their difference, that is they start out on the process of discovering who the other actually is, or else they attempt to deny it, either by turning away from each other or attempting to force each other to conform to their own fantasy image of a perfect partner.” Colman 2014, 57–58.

21 Clulow 2007, 350.

22 Verhaeghe 2006, 38–40; Clulow 2007.

yhteisen valinnan perusteeksi kerrotaan yhteiset arvot, samanlaiset taustat tai tulevaisuuden toiveet.²³

Yleinen kokemus siis on, että rakkaudessa ja vastaavasti parisuhdekumppanin valinnassa on jotain ”mystistä”, jota ei ole edes suotavaa selittää loppuun asti. Samalla kun rakkauden ”mystisyys” tunnistetaan, erityisesti psykoanalyttisessa pariterapian tutkimuksessa on pyritty ymmärtämään puolison valintaa tiedostamattomana prosessina.²⁴

Jotta voitaisiin välttää mielikuvia parisuhteiden kohtalonomaisesta syyntymisestä ja sammumisesta sekä puolisoitten voimattomuudesta näiden ”luonnonvoimien” armoilla, on ollut tärkeää jäljittää, millaiset tunnistamattomat mielenprosessit ohjaavat parin suhteessa oloa ja millaisella terapeutillisella työstämisellä suhteiden vakautta voidaan lisätä.²⁵

Euroopan johtavan psykoanalyttisen pariterapiakeskuksen perustajajäsenen Henry Dicks’in urauurtava teos *Marital Tensions* (1967) loi uutta ymmärrystä parisuhteen tiedostamattoman luonteeseen ja mahdollisti psykoanalyttisen ajattelun soveltamisen myös parien hoitoon.²⁶

Hän ilmaisee parisuhteen perustuvan usein salaiseen sopimukseen (*secret marriage*), joka tarkoittaa puolisoitten syvää ymmärrystä toistensa kokemuksiin, jotka välittyvät sanattomasti tiedostamattomalla tasolla toiselta toiselle. Puolisot löytävät toisensa juuri itselleen sopiviksi, oman itsen kadotettujen ja yhteyttä etsivien puolien työstäjiksi.²⁷

Dicks’in mukaan parinvalinnan juuret ovat siis puolisoitten lapsuuden kokemuksissa, jotka ohjaavat heitä valitsemaan omiin kehitystehtäviin sopivan parisuhdekumppanin.²⁸ Tämän tarkoittaa, että rakastuminen perustuu tiedostamattomaan tunnistamiseen: toisella on jotain, mitä itseltäni puuttuu,

23 Ks. Pincus & Dare 1978, 32–33.

24 Pincus & Dare 1978, 29–46.

25 Asettumalla eläytyvään suhteeseen parin kanssa psykoanalyttinen pariterapeutti saa tuntua parin suojautumiskeinoihin ja ahdistuksen luonteeseen. Samalla kun hän pyrkii ymmärtämään puolisoitten sisäistä dynamiikkaa ja auttaa paria itseäänkin tunnistamaan ristiriitonsa ja ahdistuksiaan, pariterapeutti myös kannattelee ja työstää mielessään parille vielä sietämättömiä mielteitä. Tähän terapeutin kykyyn pari samaistuu ja näin parisuhteen oma kyky sisällyttää ja sietää ahdistusta paranee. Juuri ahdistuksen sietämättömyys estää parin kyvyn luovaan parisuhteeseen. Scharff & Scharff 2014, 3.

26 1948 perustettu The Family Discussion Bureau, myöhemmin The Tavistock Center for Couple Relationships, nykyisin Tavistock Relationships on kansainvälisesti tunnettu organisaatio, joka tarjoaa ja kehittää pariterapiapalveluja sekä tuottaa terapia-alaan ja perhekasvatukseen liittyvää koulutusta ja tutkimusta.

27 Dicks 1967, 131–132.

28 Dicks 1967, 131–132; Papero 1990, 51; Morgan 2005, 9.

tai hänellä on jotain täydentävää, jonka avulla itse voin kasvaa ja kehittyä kokonaisemmaksi. Tiedostamaton pyrkimys kasvaa yksilönä ohjaisi valitsemaan puolison, joka koskettaa oman itsen kehittymättömiä puolia.²⁹

Yleinen ajatus, että nainen rakastuu isänsä kaltaiseen mieheen ja mies äitinsä kaltaiseen, on siis oikeansuuntainen, mutta yksinkertaistettu käsitys tiedostamattomasta valinnasta. Joskus on provosoivasti esitetty, että jokainen rakastuu toisessa hänen edustamiinsa omien vanhempien negatiivisiin piirteisiin. Sekään ei liene koko totuus. Edellä esitetystä voidaan kuitenkin tehdä sellainen rohkaiseva johtopäätös, että kun yksilö hakeutuu lapsuudesta tuttujen ongelmien äärelle parisuhteessaan, häntä vie eteenpäin tiedostamaton tarve kasvaa ja eheytyä, pyrkimys löytää niitä puolia itsessään, joihin ei ole aikaisemmin voinut olla kosketuksissa.

Parisuhde kehityksen edistäjänä tai estäjänä

Edellä kuvatun perusteella näyttää siis siltä, että parisuhde herättää suuret odotukset jonkin kauan kadoksissa olleen hyvin intiimin ja henkilökohtaisen löytymisestä. Hyvissä ja vakaisissa olosuhteissa tämä odotus usein toteutuukin. Perhe-elämän arkisessa vuorovaikutuksessa, myös ristiriitojen ja konfliktien kautta, tapahtuu psyykkistä kasvua ja kehitystä.³⁰

Parisuhde siis itsessään sisältää valtavan kasvuhaasteen tulla kokonaisemmaksi ja löytää itsessään kadoksissa olevia puolia. Tämä osaltaan jo selittää nykyisin esiin tulevaa parisuhteessa elämisen vaikeutta. Kun puolisoille ei enää riitä etäinen yhteistyösuhde, vaan parisuhteelta edellytetään elävää tunneyhteyttä, ei kasvuun tähtääviä ristiriitoja voida välttää. Mitä enemmän puolisoilla on keskeneräisyyttä kehityksessään, sitä vaativampaa on tunnevuorovaikutus suhteessa.

Ei ole tavatonta, että tutustuessaan tarkemmin rakastunut pari löytää samankaltaisia kokemuksia toistensa historioista. Kokemukset voivat olla myös täydentäviä niin, että molemmille on mahdollista tutkia sitä, mikä

29 Lyons 1993, 48.

30 Pareilla on taipumus muodostaa suhteensa omien lapsuusperheestä peräisin olevien suhdekokemusten varaan. Erityisesti kokemukset vanhempien välisestä suhteesta ja mielikuvat omasta suhteesta vanhempipariin kulkevat puolisoilla mukanaan tiedostamattomina fantasioina. Näiden fantasioiden pohjalta yksilö muodostaa tiedostamattomia suojauskeinoja ahdistuksia vastaan. Näiden sisäiseen pariin liittyvien jaettujen fantasioiden, suojauskeinojen ja ristiriitojen varaan moni parisuhde perustuu, kuin sisäisen vaiston ohjaamana. Sisäiset mielikuvat siirtyvät parisuhteessa ulkoiselle näyttämölle, jolloin niiden käsittely ja työstäminen mahdollistuvat. Ruszczyński 2005, 37.

aikaisemmin on itseltä puuttunut. Esimerkkinä pari, jossa nainen on kasvanut riitojen ja tunnekuohujen sävyttämässä lapsuudenkodissa. Hän huomaa rakastuneensa mieheen, jonka perhesuhteet ovat olleet ylikontrolloituja ja tunnekyelmiä. Toinen näyttää tarjoavan sitä, mitä on jäänyt kaipaamaan, elämän tuntua ja voimakkaita tunteita tai rauhaa ja harkintakykyä. Parisuhteen vuorovaikutuksessa voi kuitenkin käydä ilmi, että molemmat ovat jääneet vaille eläytyvää ja turvallista hoitoa.

Vaimo tulee todennäköisesti pettymään puolisonsa tyyneyden takana olevaan kyvyttömyyteen olla kosketuksissa tunteisiinsa, ja miehen tulee olemaan vaikeaa sietää vaimon elävyyden takana vaanivaa kaoottisuutta. Molemmille toisen herättämä toive puuttuvan puolen löytymisestä voi muuttua juuri suurimman pelon toteutumaksi.

Jos esimerkkipari pystyy työstämään kipujaan ja pettymyksiään parisuhteessaan ja vähitellen kohtaamaan ja näkemään toisensa sellaisina kuin he oikeasti ovat, he voivat jättää lapsilleen toisenlaisen kokemuksen suhteessa olosta kuin he ovat itse saaneet. Puolisoiden kykyyn työstää yhdessä omaa ja toisen keskeneräisyyttä vaikuttaa paitsi molempien lapsena saama hoiva myös perheen todellinen elämäntilanne sekä perheen ympäristöltä saaman tuen määrä ja laatu.³¹

Puolisoiden väliset roolit muutoksessa

Jokainen mies ja nainen joutuu oman sukupolvensa edustajana luomaan uutta kulttuuria miehenä ja naisena, puolisona ja vanhempana. Mitä nopeampaa on yhteiskunnallinen muutos, sitä enemmän yksilöt ovat uuden edessä etsimässä omaan elämäänsä sopivia rooleja. Roolien prototyypit siirtyvät sukupolvelta toiselle, mutta jokainen sukupolvi myös luo uutta. Jokaisen parin täytyy arvioida lapsuudenperheen rooleja ja työstää lähtöperheen vuorovaikutuskuvioita sekä henkilökohtaisia keskenjääneitä kehitystehtäviä. Puolisoiden on luotava oman perheen kulttuuria, josta heidän lapsensa taas aikanaan voivat turvallisesti irrottautua.³²

31 Pickering 2011, 52–53. Wilfred Bionin (1970, 106) sisällyttämisen käsite (”containing function”) viittaa äitiin/hoitajaan vauvan sietämättömien mielteiden tunnistajana, vastaanottajana, käsittelijänä ja siedettävällä tavalla palauttajana. Vauvan mieli alkaa vähitellen sietää sietämätöntä äidin mielen avulla. Sisällyttämistä tapahtuu myös parisuhteessa, jossa parhaimmillaan molempien puolisoiden sietämättömät olot voivat tulla parisuhteen sisällyttämäksi ja kasvua voi tapahtua.

32 Byng-Hall 1995; Tuhkasaari 2010, 196.

Kuten edellä on jo kuvattu, yhteiskunnalliset muutokset pakottavat omalta osaltaan perheen työnjaon ja puolisoiden roolien uudelleen arviointiin. Nopeiden muutosten keskellä ei ole ihme, että parisuhteiden ja yksilöiden kantokyky on toisinaan lujilla. Sopeutuminen uuteen vie energiaa, jota jokaisessa suhteessa ja perheessä tarvitaan myös sisäiseen kehitykseen.

Perheen siirtymävaiheet voidaan jakaa kehityksellisiin ja odottamattomiin muutoksiin. Kehitykselliset muutokset tapahtuvat perheenjäsenten saavuttaessa uusia elämänvaiheita kuten naimisiinmeno, vanhemmaksi tulo ja lasten itsenäistymisen eri askeleet. Odottamattomia siirtymiä ovat muun muassa sairaudet, muutot, työpaikan vaihdokset tai avioero. Molempiin siirtymiin liittyy sekä ulkoisia tapahtumia että perheen ja perheenjäsenten sisäistä muutospainetta. Pelkkä ulkoinen tapahtuma ei takaa muutoksen tapahtuneen. Esimerkiksi lapsen syntymä ei välttämättä johda puolisoiden kypsymiseen uuteen rooliin. Joskus kuulee pidettävän jopa ihanteena, että minkään ei tarvitse muuttua vauvan synnyttyä.³³

Parisuhde on aina kahden erilaisen perhekulttuurin törmäyskohta, jossa toisen outous voi tulla ulkoisen taustan samankaltaisuuden vuoksi isonakin yllätyksenä. Toisen ”kieleen ja kulttuuriin” tutustuminen ja sopeutuminen on tietoisempaa monikulttuurisissa perheissä. Kaikissa perheissä puolisoiden kyky kohdata erilaisuutta ja suhtautua joustavasti omiin ”totuuksiin” on ratkaisevaa perheen elävyyden ja toimintakyvyn kannalta.

Parisuhteen tehtävänä on siis sisällyttää ja kannatella perheessä monessa eri tasossa ilmenevää painetta. Puolisoiden sisäinen maailma, parisuhteen vuorovaikutus, vanhemmuuden tuoma tunnekuorma sekä ympäristössä tapahtuvien muutosten asettamat haasteet asettavat parisuhteen jatkuvan paineen alle. Paine voi tuottaa kasvua, iloa ja uusia löytöjä, tai se voi lukkiuttaa ja jarruttaa perheenjäsenten kehitystä.

Parien valitessa toisensa jaettujen tiedostamattomien abdistusten perusteella molemmilla on usein suurin vaikeus sisällyttää toisen niitä alueita, jotka kaipaavat eniten sisällyttämistä.³⁴

Monien parisuhteen käsittämättömien, toistuvien riitojen voisi ajatella olevan tällaista molemminpuolista yritystä sysätä sietämätöntä pahaa oloa toiselle kannettavaksi. Jos puolisoilla on riittävästi voimavaroja psyykkiseen

33 Cowan & Cowan 2012, 5.

34 Colman 1993, 88.

työstämiseen ja perheen elämäntilanne antaa siihen tilaa, riidat usein sulavat aikaa myöten merkityksettömiksi. Parisuhde on onnistunut tehtävässään – ahdistuksen sulattamisessa.

Kuitenkin jos puolisoilla on ollut omassa lapsuudessaan vakavia puutteita saamassaan psyykkisessä hoivassa tai nykyperheen tilanne on kuormittunut, parisuhteen jännittynyt ilmapiiri voi pitkäänkin kuormittaa kaikkia perheenjäseniä ja johtaa jopa parisuhteen katkeamiseen.³⁵

On tärkeää huomata, että jännitteisen ilmapiirin tuottama ahdistus on voinut siirtyä jo sukupolvien ajan vanhemmilta lapsille. Perheillä on omat sisäsyntyiset keinosensa käsitellä pahaa oloa. Jos sitä ei jaeta ja työstetä, vaan siitä pyritään eroon muilla keinoin, se jää yksittäisten perheenjäsenten yksin kannettavaksi.³⁶ Jos vanhemmat eivät pysty työstämään keskinäisiä ristiriitojaan onnistuneesti, heidän kykynsä vastaanottavaan vanhemmuuteen vaarantuu.³⁷ On äärimmäisen tärkeää lastenkin edun kannalta, että puolisoilla on tällaisessa tilanteessa mahdollisuus saada tukea myös parisuhteelleen. Pelkkä vanhemman ja lapsen välisen suhteen tukeminen ei riitä perheen hyvinvoinnin palautumiseksi.³⁸

Parisuhde kolmantena

Kun lapsi syntyy perheeseen, kahdesta tulee kolme. Tämän kolmioasetelman varaan rakentuu koko yksilön mielen ja ajattelun kehitys. Kahdenkeskisestä suhteesta kolmenkeskiseen siirtyminen on lapsen kehityksessä ratkaisevaa eikä kehitys siltä osin tule koko elämän aikana täysin valmiiksi. Yhä uusia ja erilaisia kolmiosuhteita muodostuu perheeseen sisarusten syntyessä. Nämäkin suhteet valmistavat lasta perheen ulkopuoliseen elämään tärkeällä tavalla. Vain sietämällä vanhempien parisuhteen ulkopuolelle jäämistä, samalla kun kokee tulevansa sen suhteen kannattelemaksi, lapsi voi sisäistää sellaisia elämän realiteetteja, jotka tukevat hänen kasvuaan ja kehitystään sekä oman elämänsä valloittamista.³⁹

35 Pickering 2011, 52–53.

36 Siltala avaa Martti Siiralan ajattelua suvuissa ja yhteiskunnassa kulkevista taakkasiirtymistä, jotka jakamattomina ja puhumattomina siirtyvät yksilöiden kannettaviksi ja koettaviksi monenlaisina oireina ja sairauksina. Siltala 2016, 19–26.

37 Abse 2012, 57–69.

38 Cowan & Cowan 2012, 4.

39 Morgan 2005, 12.

Riittävän vakaasti sisäistettyjen kolmiosuhteiden varassa yksilö kykenee aikanaan solmimaan parisuhteen, jossa sama kehityksellinen kolmio mahdollistuu, tällä kertaa vanhemman ja puolison roolista käsin. Stanley Ruzczynski kutsuu tätä parisuhteen kykyä nähdä *subhteensa* kolmantena ”aviolliseksi kolmioksi” (*marital triangle*). Tällä hän tarkoittaa puolisoiden kykyä asettua kahden välisen suhteen ulkopuolelle havainnoimaan ja ajattelemaan suhdettaan, samalla kun he ovat itse osallisina suhteessa. Intiimissä suhteessa tämä mahdollistaa sen, että puoliset pystyvät edes hetkittäin luopumaan narsistista toiveista olla keskipisteenä suhteessa ja kykenevät ajattelemaan suhteen etua. Suhde puolestaan tarjoaa tukea ja vahvistusta molemmille puolisoille sekä heidän lapsilleen.⁴⁰

Kun puoliset pystyvät ajattelemaan suhdettaan kolmantena, heidän on luontevaa yhdessä parina hahmottaa suhdettaan myös muihin ”kolmansiin”. Lapset voivat aikanaan tulla suhteeseen yhteiseksi kolmanneksi, jota molemmat hoitavat samanveroisesti, mutta omalla tavallaan. Molemmilla on myös omia ”kolmansia” kuten työ, harrastukset, ystävät. Näitäkin on toisen hyvä sietää tiettyjen, yhdessä sovittujen rajojen puitteissa. Jos puolisoilla on vaikeutta sietää kolmiossa aina hetkittäin heräävää ulkopuolisuuden tunnetta, heidän on vaikeaa suoda toiselle mitään ”omaan”. Silloin parisuhteessa alati vallitseva oman itsen ja yhteisen edun välinen jännite voi yltyä yli suhteen sietokyvyn.

Elämän muuttumattomiin faktoihin kuuluu, että yksilö syntyy aina kahden erilaisen yhtymisestä. Tästä eteenpäin elämä voi toteutua monenlaisissa olosuhteissa. Hedelmällisyshoidot, adoptio, vanhemman kuolema ja monet muut hallitsemattomat ja hallitut tapahtumat muotoilevat perheitä omiin suuntiinsa. Oleellista kolmenvälisen suhteiden hyvässä sisäistämisessä on, että lapsi ei jää vanhempansa kannattelijaksi, vaan hän voi havainnoida turvallisesti vanhemman ja kolmannen välistä luovaa vuorovaikutusta ja muodostaa oman luottavaisen suhteen molempiin. Tämän turvaamisen ja tukemisen tulisi olla kaiken perhemyönteisen toiminnan tavoite.

Luova parisuhde

Mary Morgan kutsuu luovaksi pariksi parisuhdetta, jossa puoliset kykenevät ajattelemaan keskinäistä suhdettaan ikään kuin kolmantena. Tätä kolmatta molemmat kantavat mielessään, ja se kantaa heitä. Tällaisessa suhteessa kumpikaan osapuoli ei vie kohtuuttomasti tilaa toiselta eikä mukaudu liikaa

40 Ruzczynski 2005, 42.

toisen tahtoon, vaan molemmat kykenevät ainakin ajoittain ajattelemaan tilannettaan *parisuhteen* kannalta.⁴¹

Morganin mukaan kyky asettua luovaan suhteeseen toisen erilaisen kanssa on psyykkisen kehityksen tulos, joka joko saavutetaan onnistuneen eriytymisen ja itseksi kasvamisen myötä tai joka jää saavuttamatta. Jälkimmäisessä tilanteessa tasaveroinen kumppanuus aikuisessa parisuhteessa vaikeutuu huomattavasti.⁴²

Jos puoliset ovat pystyneet oman kasvuhistoriansa aikana sisäistämään kyvyn asettua hyvällä tavalla suhteeseen ”parin” kanssa, he kykenevät nyt omassa parisuhteessaan asettumaan oman parisuhteensa ”ulkopuolelle” tarkkailemaan sitä ja ajattelemaan sitä. Kyky ajatella suhdetta ja siinä herääviä kokemuksia on nimenomaan ratkaisevaa luovan parin kyvyllä sisällyttää elämään kuuluvien muutosten tuottamaa epävarmuutta.⁴³

Jokaiseen parisuhteeseen kuuluu ristiriitoja, hämmennystä ja vastakkainasettelua. Kun ”luovaan suhteeseen” tulee särö, puoliset voivat katsoa itseään ja toisiaan kolmannen näkökulmasta. Erilaiset, jopa vastakkaiset näkökulmat voidaan ottaa mieleen sisään, ja niiden voidaan antaa yhdistyä ilman pelkoa oman kokemuksen tuhoutumisesta.⁴⁴

Ottamalla vastaan toisen erilaisuuden oman mielensä sisään ja pitämällä sen mielessään pari luo yhdessä jatkuvasti jotain uutta ja ennennäkemätöntä. Tällainen luovuus mahdollistuu vain silloin, kun puoliset ovat kehityksellisesti eriytyneet riittävästi lapsuuden perheistään ja yksilöityneet omaksi itsekseen. Vasta oman riittävän vakaan identiteetin löydyttyä on mahdollista liittyä kaikilla mielen ja ruumiin tasoilla toiseen erilaiseen. Luova yhteys synnyttää parisuhteessa jatkuvasti jotain, mitä kumpikaan ei olisi pystynyt yksin luomaan – ajatuksia, näkökulmia tai vauvoja.⁴⁵

41 Morgan 2005, 22–23.

42 Morgan 2005, 21–22. Kesken jäänyt itsenäistymiskehitys suhteessa puolisoitten omiin lapsuudenperheisiin voi häiritä vanhempi-parin suhdetta ja siten koko perheen hyvinvointia. Puolisot ovat jääneet kiinni vanhempiensa tarpeidensa tyydyttäjinä, mikä vie elinvoimaa omalta parisuhteelta. “[...] Limitations in flexibility and autonomy impinge upon parenting ability and the capacity of the unit (relationship) to adapt effectively to changing conditions.” Papero 1990, 35.

43 ”Britton delineates the significance of the infant’s relationship not only to each of the parental couple individually, as mother and as father, but crucially to the parental couple as a couple, for individual psychic development.” Ruszczyński 2005, 31–32. The missing link: parental sexuality in the oedipus complex; ks. Britton 1989; Pickering 2011, 50–53.

44 Morgan 2005, 29. ”Tällaisessa parisuhteessa yksilön psyykkinen kehitys rikastuu luovassa suhteessa toiseen. Ulkoinen pari rikastuttaa sisäistä paria ja päinvastoin. Luovuus mahdollistuu, koska on saavutettu mielentila, jossa kaksi ruumista/mieltä voi tulla yhteen ja luoda kolmannen.” Anttonen 2016.

45 Morgan 2005, 29; Ruszczyński 2005, 42–43; Anttonen 2016.

Lapsia on luontevaa ajatella parisuhteen hedelminä, mutta luova parisuhde voi synnyttää myös uusia ajatuksia, ideoita tai muita yhteisen työn tuotoksia. Yhä useammat perheet elävät aikaisemmista normeista poikkeavia elämäntapaa. Itse valittu tai tahaton lapsettomuus, myöhemmällä iällä solmitut tai samaa sukupuolta olevien avioliitot pakottavat ymmärtämään parisuhteen luovuuden avarammalla ja symbolisemmalla tavalla.⁴⁶

Puolisoiden roolit luovassa suhteessa

Luovan parisuhteen yhtenä tuntomerkkinä voisi pitää myös molempien puolisoitten kokemusta tasa-arvoisesta asemasta suhteessa. Kokemus siitä, että voi vaikuttaa toiseen ja yhteiseen suhteeseen, lisää tyytyväisyyttä ja luottamusta kumppaniin. Parisuhde voi olla ”kolmas”, johon molemmat voivat tarvitessaan turvautua.⁴⁷

Samanvertainen asema parisuhteessa on hyvin henkilökohtainen kokemus. Molempien puolisoitten omat odotukset ja tarpeet määrittävät tasa-arvon kokemista enemmän kuin tunnollisesti toteutetut kotityölistat. Parisuhteen kaltaisessa intiimissä suhteessa on tärkeää tulla nähdyksi ainutlaatuisena itsenä, ei vain ”lajinsa edustajana”.

Tyytymättömyys perheen roolijakoon voi kertoa puolisoitten välisestä kateudesta ja kilpailusta. Vastavuoroinen suhde vaikeutuu, jos molemmilla tai toisella on kokemus, että suhteessa on tilaa vain toiselle, vaikka oikeastaan itse haluaisi kaiken. Parisuhteessa kysytään aina enemmän tai vähemmän: onko minun tarpeilleni tilaa sekä tulenko nähdyksi omana itsenäni. Parisuhteen luovuus edellyttää, että molemmat voivat antaa omien kykyjensä ja voimiensa mukaisesti ja voivat luottaa, että toinen tekee samoin. Elämän taakkoja jaetaan ja molempien hyvinvointia tuetaan.⁴⁸

Molemmat puolisoit voivat olla tyytyväisiä keskinäiseen roolijakoonsa silloin, kun molemmat kokevat, että heidän tarpeensa saavat tulla ilmaistuiksi ja kuulluiksi suhteessa. On tärkeää, että kumpikin vuorollaan mukautuu parisuhteen vaatimuksiin eivätkä perinteiset rooliodotukset vie liikaa tilaa kummankaan puolison henkilökohtaisilta tarpeiltaan. Sekä miehillä että naisilla

46 Ks. Pruuki & Tiihonen & Tuominen 2015, 85–86.

47 Tuhkasaari 2013a, 198.

48 Tuhkasaari 2013a, 198.

on oltava mahdollisuus ilmaista niin kyvykkyyttä kuin avuttomuuttakin, olla sekä herkkiä että määrätietoisia vuorollaan.

Tasa-arvoisessa suhteessa puoliset ovat emotionaalisesti läsnä toinen toisilleen ja tukevat toisiaan. Molemmilla on tilaa olla vuorollaan heikompi ja tarvitsevämpi.⁴⁹ Miesten ja naisten välisen tasa-arvokeskustelun kannalta on tärkeää painottaa luovan parin kykyä sisällyttää erilaisuutta, ei häivyttää sitä. Tasa-arvon nimissä miehen ei tarvitse muuttua toiseksi äidiksi eikä naisen uraohjukseksi, vaan molemmat voivat pysyä omina persoonallisina itsenään ja tulla arvostetuiksi samanveroisina. Kilpailun, kateuden ja epäluottamuksen vallitessa tämä ei ole mahdollista, koska molemmat pyrkivät mitätöimään toisen erilaisuutta peläten samalla tulevansa itse mitätöidyksi. Toimivassa parisuhteessa tehtävät eivät siis jakaudu sukupuolen mukaan vaan puolisoitten henkilökohtaisten ominaisuuksien perusteella yhteisen prosessoinnin ja sopimisen kautta.

Parisuhde ja vanhemmuus

Vanhempien parisuhteella on siis ratkaiseva merkitys perheen tunneilmapiirille lasten kasvuympäristönä.⁵⁰ Vanhemmuuden työnjaossa on perinteisesti korostettu isän ja äidin roolien erilaisuutta. Äidille on osoitettu huolenpittäjän, hoivaajan ja tunne-elämän kannattelijan tehtäviä ja vastaavasti isälle rakenteiden ja rajojen asettajan sekä ajattelun edistäjän roolia. Pirkko Siltala huomauttaa, että molemmissa vanhemmissa on näitä samoja ulottuvuuksia, vaikkakin erilaisin sävyin ja ilmaisuin toteutuneina.⁵¹

Molempien puolisoitten vanhemmuus voi toteutua omanlaisenaan ja erilaisuudesta rikastuneena, jos vanhemmat pystyvät avoimesti arvostamaan toisen persoonallista kahdenkeskisyyttä lapsen kanssa. Jos parisuhteessa valitsee liikaa kateutta ja kilpailua, lapsen mahdollisuus rikastua vanhempien erilaisuudesta vähenee, eikä hän saa riittävää tukea kehitykselleen kahdenkeskisyydestä kolmenkeskisyyteen.⁵²

Kolmas osapuoli lapsen ja vanhemman suhteessa antaa lapselle perspektiiviä ja alkaa valmistaa häntä kehityksellisesti tärkeään ulkopuolisuuden kokemukseen. Kolmenkeskisessä suhteessa lapsi oppii suhteeseen osallistumisen

49 Tuhkasaari 2013a, 198–199; Johnson 2011, 48–49, 46–48.

50 Abse 2012, 61.

51 Siltala 2015, 246.

52 Siltala 2015, 248.

lisäksi myös havainnoimaan suhdetta. Tämä taas raivaa tilaa ajattelulle ja symbolien muodostumiselle.⁵³

On tärkeää, että vanhemmat ja lapsi pyrkivät vuorovaikutuksessaan soveltamaan yhteen kaikkien tunteita ja niiden ilmaisuja. Lapsen vähittäisen eriytymisen ja omaksi itseksi kasvamisen edellytys on hänen kokemuksensa vanhempien välisestä suhteesta ja mahdollisuus asettua siihen hyvällä tavalla kolmanneksi. Näin ollen vanhempien välinen elävä vuorovaikutus on tärkeä ponnahduslauta lapsen kehitykselle sekä kyvyille asettua omiin suhteisiinsa tulevaisuudessa.⁵⁴

Vanhemman omat kehitykselliset puutteet lapsuudenperheensä kolmenvälisissä suhteissa tulevat usein esiin juuri vaikeutena jakaa ja avuttomuutena nykyperheen suhteiden keskellä. Puoliso moittii tai syyttää toista, vaikka oikeastaan ei itse jaksa kohdata lapsen tarpeita tai kokee lapsen kilpailijana omille tarpeilleen. Oman lapsen kautta vanhempi on vihdoinkin päässyt kosketuksiin oman ”sisäisen lapsensa” kanssa, joka nyt huutaa oikeudenmukaisuutta ja tasa-arvoa.⁵⁵

Parisuhteen ristiriitojen vaikutus vanhemmuuteen

Edellä olen kuvannut, kuinka parisuhteen elävyys ja puolisoitten kyky luovaan vuorovaikutukseen ovat ratkaisevan tärkeitä koko perheen hyvinvoinnille. Sanotaan, että vanhempien parisuhde on lapsen koti. Parisuhde sinänsä ei takaa lapselle hänen tarvitsemiaan eväitä kasvuun. Sen sijaan vahvat ja vakaat perheen aikuisten väliset suhteet ja aikuisten suhteet lapsiin vaikuttavat eniten lasten onnellisuuteen ja terveeseen kehitykseen.⁵⁶

Harold ja Leve avaavat artikkelissaan *Parents as Partners: How the Parental Relationship Affects Children's Psychological Development* tutkimustuloksia,

53 "A third position then comes into existence from which object relationships can be observed. Given this, we can also envisage being observed. This provides us with a capacity for seeing ourselves in interaction with others and for entertaining another point of view whilst retaining our own, for reflecting on ourselves whilst being ourselves." Britton 1989, 87.

54 Siltala 2015, 248; Morgan 2005, 13–14.

55 Tuhkasaari 2013a, 198.

56 "[...] it is not marriage *per se* that accords children positive parental relationship benefits; rather, healthy, well-functioning parental relationships more likely facilitate healthy psychological outcomes for children and promote more functional and sustainable marriages among couples who choose to marry." Harold & Leve 2012, 27.

Ks. myös Department for Children Schools and Families 2010: "strong stable families are the bedrock of our society."

jotka vahvistavat vanhempien välisen suhteen merkityksen lapsen hyvinvoinnille yhtä tärkeäksi kuin vanhemman suhteen lapseen.⁵⁷

Ratkaisevaa lapsen mielen terveelle kehitykselle ei näyttäisi olevan se, riidelläänkö perheessä, vaan se, kuinka ristiriidat ratkaistaan ja sovitaan. Jatkuvan ristiriitaisen ja jännitteisen ilmapiiriin keskellä eläminen ilman avointa riitelyäkin vääristää lapsen käsitystä itsestä, toisista ja ennen kaikkea ihmisten välisistä suhteista.⁵⁸

Vanhempien väliset riidat ovat osa suhteellisen normaalia perhe-elämää. Lapsene eivät sinällään vaikuta haitallisesti. Sen sijaan riitojen toistuvuus, kesto, rajuus sekä vanhempien kyvyttömyys sopia riitoja ja korjata välirikkoa rakentavasti kuormittavat lapsen kehitystä. Myös riitojen sisällöllä on merkitystä etenkin, jos lapsi kokee olevansa itse syyppää vanhempien riitoihin. Painostava hiljaisuus ja puhumattomat ristiriidat voivat kuormittaa lapsen mieltä enemmän kuin avoin riitely ja vaikeiden asioiden työstäminen yhdessä. Lapselle on tärkeää oppia, että vaikeitakin asioita voi käsitellä, tunteita saa kokea ja ilmaista, eivätkä ne vie aikuisilta kykyä ajatella ja toimia lapsen parhaaksi.⁵⁹

Vanhemman kyky säädellä omia tunteitaan on lapsen tunnesäätelyn kehittymisen kannalta välttämätöntä. Vauvasta asti yksilö oppii säätelemään ahdistustaan vain toisen ihmisen avulla. Vähitellen tämä kyky sisäistyy omaksi kyvyksi, mutta läpi elämän kokemukset toisen hyväksyvistä läsnäolosta ovat toimivan tunnesäätelyn pohjana.⁶⁰

Usein perheiden vaikeudet näkyvät ulospäin juuri lasten kautta. Heidän käyttökseenä kiinnitetään huomiota päiväkodissa tai koulussa. Lapsen oireillessa vanhemmille usein jo tarjotaan apua lapsen ymmärtämiseen sekä lapsen ja vanhemman välisen suhteen vahvistamiseen.

Edellä viitattujen tutkimusten perusteella olisi ensiarvoisen tärkeää nähdä myös vanhempien välisen suhteen merkitys lapsen pahoinvoinnille ja vaikeuksille sosiaalisissa suhteissa ikätovereihinsa. Tässä artikkelissa viitattujen tutkimusten perusteella vanhempien suhteen laadulla on merkitystä myös lapsen kyvyille ajatella ja oppia uutta.⁶¹

57 Harold & Leve 2012.

58 ”[...] who are emotionally withdrawn from each other to such an extent that the relationship is devoid of any warmth or affection, may put children as much at risk for long-term emotional and behavioural problems as parents involved in a relationship marked by frequent, intense, poorly resolved and overtly hostile conflicts”. Harold & Leve 2012, 40–42.

59 Harold & Leve 2012, 40–42.

60 John Bowlbyn luoman kiintymyssuhdeteorian pohjalta ks. esim. McCluskey 2007, 221–222.

61 Harold & Leve 2012, 26.

Lapsen perhesuhteiden merkityksestä puhuttaessa olisi pidettävä tiukasti mielessä, että monet suhteisiin liittyvät vaikeudet siirtyvät sukupolvelta toiselle, elleivät perheet saa riittävää tukea ja apua opettellessaan olemaan uudella tavalla suhteessa toisiinsa ja muuhun ympäristöön.

Seksuaalisuuden merkitys parisuhteessa

Jos rakastumiseen perustuvan parisuhteen taustalla on aina vähintään tiedostamaton kaipaus paratiisiin, symbioosinomaiseen yhteyteen toisen kanssa, niin seksuaalisuuden alueella tämä toive on lähimpänä toteutumistaan. Seksuaalisuus on myös parisuhteessa voima, joka vetää kahta erillistä yhteen. Täytymyksen hetkellä kaksi muuttuu yhdeksi pienen välähdyksen ajaksi eriytyäkseen taas omaksi itsekseen. Parisuhteen ”mystisyys” tai pyhyys konkretisoituu juuri kahden erillisen välisessä yhteydessä, josta voi syntyä jotain uutta ennen näkemätöntä ja kokematonta. Tämän yhteyden hedelmä voi olla lapsi, mutta myös oivallus tai orgasmi.⁶²

Mystisen syvyyslottuvuutensa lisäksi seksuaalisuus on voima, joka vetää puolisoita kohtaamaan konkreettisella tasolla ruumiillisesti. Parisuhteen hienovaraisimmatkin sävyt vuorovaikutuksessa tulevat usein näkyviksi seksuaalisuuden alueella. Tutkimusten mukaan parisuhteen ristiriidat vaikuttavat merkittävästi seksuaaliseen haluun ja tyytyväisyyteen sekä toisinpäin, seksuaaliset toimintahäiriöt lisäävät jännitettä ja ristiriitaa parisuhteessa.⁶³

Seksi on aikuisen parisuhteen ja avioliiton määrittelijä silloinkin, kun seksiä ei ole. Seksuaalisuus on erottamattomalla tavalla läsnä seurustelevan parin vuorovaikutuksessa, heidän jokaisessa kosketuksessaan. Seksi muotoilee heidän identiteettiään parina ja sen kautta määrittellään suhteen rajoja. Seksi

62 Psykoanalyttikko Wilfred Bionin (1897–1979) muotoilema sisällyttämisen käsite koostuu ajatuksesta, että Toisen sisällyttäessä Toisen molemmat muuttuvat. Hän käyttää teoriassaan miestä ja naista kuvaavia symboleja, mutta viittaa sisällyttämisellä usein äidin ja vauvan vuorovaikutukseen. Tässä artikkelissa Bionin teoria sisällyttämisestä on sen ajatuksen taustalla, että yksilön kokemus varhaisessa vuorovaikutuksessa siirtyy parisuhteeseen puolisoitten väliseen vuorovaikutukseen. Bionin perusajatuksiin kuuluu myös ”O”-n käsite, jolla hän kuvaa tuntematonta, joka voi kahden välisessä elävässä vuorovaikutuksessa tulla välähdyksenomaisesti tunnetuksi, oivalluksen, intuition omaisesti. Tätä Bion pitää kaiken luovan työn edellytyksenä (Bion 1970, 70–82). Ks. myös Klemelä 2005, 110–111, 115–116.

Hauskana yhteensattumana suomen kielessä kahden erillisen onnistuneesta yhtymisestä käytetään O:lla alkavia sanoja: oivallus ja orgasmi. Nämäkin kaksi erilaista on siis mahdollista nähdä yhdessä, samantapaisen prosessin tuotoksena.

63 Castellano & Velotti & Zavattini 2010, 55.

toimii läheisyyden ja intiimiyden symbolina parin välillä sekä ympäristön silmissä. Seksi on ainakin perinteisesti ollut ennakoedellytys yhteisen lapsen syntymiselle. Seksin kautta kaksi ihmistä voi kohdata toisensa, ei vain tunteen tai ruumiin tasolla vaan kaikkein syvimpien puoliensa kautta. Toisaalta seksin avulla he voivat myös katkaista yhteyden, kuten tapahtuu uskottomuuden kohdalla tai kun seksistä tulee suhteessa etäistä ja kylmää.⁶⁴

Vanhempien välinen seksuaalinen yhteys on parisuhteessa se alue, joka selvimmin jättää lapsen ulkopuolelle. Ulkopuolisuus voi olla sietämätön kokemus, ja lapset usein menevätkin vanhempiensa väliin nähdessään näiden hellittelevän keskenään. Lapsen mielen rakentumiselle on kuitenkin tärkeää, että hän ei onnistu yrityksissään pitää vanhempiaan erillään.

On hyvä, jos vanhemmat pystyvät pitämään yllä keskinäistä yhteyttään ja sietämään itse lapsen ulkopuolelle jättämistä huomioiden lapsen iän ja kehitystason. Jos lapsi kokee suhteensa vanhempiin riittävän turvalliseksi ja vakaaksi, hän pystyy työstämään ulkopuolisuuttaan hyvällä tavalla. Samalla hän valmistautuu suuntautumaan kohti omia suhteitaan, joissa hän aikanaan kykenee sietämään kolmenkeskisyyttä ja luovuuden edellyttämää tilaa.⁶⁵

Perheet ja parit muutospaineen keskellä

Kohtaaminen kantaa – Kirkon perheneuvonnan suunta vuoteen 2022 -asiakirjassa todetaan, että eurooppalaisten vertailujen mukaan suomalaiset arvostavat perhettään poikkeuksellisen paljon. Puoliso ja perheenjäsenet ovat monelle tärkein voimavara ja onnellisuuden lähde.⁶⁶

Asiakirjan mukaan perherakenteet ovat tästä huolimatta maassamme muutoskassa, jonka voi osittain ajatella liittyvän vaikeuteen luottaa lähisuhteiden pysyvyyteen. Vuonna 2015 solmittiin 24 708 avioliittoa, ja samana vuonna avioeroja otettiin yli 13 000. Yksinelävien osuus kasvaa kaikissa ikäryhmissä, ja syntyvyys on laskenut jo viidettä vuotta peräkkäin vuodesta 2010. Parisuhdemuotoina yleistyneisiin avioliittoon ja erillisasumiseen voi liittyä mielikuvia kevyemmästä sitoutuneisuudesta; niiden päättymisen ajatellaan olevan ehkä kivuttomampaa. Todellisuudessa näin ei kuitenkaan välttämättä ole.⁶⁷

64 Clulow 2009, xxvi.

65 Ruszczynski 2005, 33.

66 Kohtaaminen kantaa 2016, 8.

67 Kohtaaminen kantaa 2016, 9.

Erityisesti lapsiperheessä ero on muutos, joka kuormittaa aina psyykkisesti niin perheiden lapsia kuin aikuisiakin. Avioeroilla on myös monenlaisia sosiaalisia ja taloudellisia vaikutuksia sekä asianosaisille että yhteiskunnallekin. Luottamuksen rapautuminen kahden ihmisen väliseen suhteeseen epävakauttaa yhteiskuntaa ja tuottaa yksilöille kärsimystä.

Tästä johtuen voi hyvällä syyllä sanoa, että parisuhde ei ole pelkästään yksityinen asia. Yhteiskunta vaikuttaa perheeseen ja perhe yhteiskuntaan. Perheen ytimessä olevaan parisuhteeseen kohdistuu painetta, joka johtuu muutoksesta ja johtaa muutokseen. Kirkon perheneuvonta on aikanaan aloitettu helpottamaan perheiden tilannetta sotien jälkeisessä murroksessa. Toiminnan piti olla tilapäistä, mutta toisin kävi. Avioeroluvut eivät palanneet sotaa edeltäneelle tasolle. Muutoksesta tuli vakiintunut tila. Parisuhteeseen kohdistunut kuorma ei ole keventynyt.

Olisi äärimmäisen tärkeää, että meneillään olevissa sosiaali- ja terveysalan uudistuksissa kiinnitettäisiin huomiota parisuhteille tarjotun avun ennalta ehkäisevään vaikutukseen. Tässä artikkelissa olen yrittänyt kuvata vanhempien suhteessa vallitsevan ilmapiirin merkitystä lasten ja nuorten psyykkiselle hyvinvoinnille. Mitä varhaisemmassa vaiheessa vanhemmat saavat tukea keskinäiselle suhteelleen, sitä paremmin he pystyvät työstämään yhdessä lastensa kanssa näiden vaikeitakin tunnekokemuksia.

Vaikka alkavissa liitoissa puoliset ovat tyytyväisiä suhteeseensa, tutkimuksissa on havaittu, että tyytyväisyys suhteessa laskee seuraavan 15 vuoden aikana. Tässä vaiheessa jopa puolet pareista kuvaa suhdettaan yhtä onnettomaksi kuin pariterapiaan hakeutuvat parit vastaanottohaastatteluissa. Parit kokevat olevansa pettyneitä, tyytymättömiä, väärinymmärrettyjä ja vihaisia. On siis normaalia, että useiden yhdessä elettyjen vuosen jälkeen parit riitelevät tai vaikenavat enemmän ja kuvaavat suhdettaan kielteisemmin kuin suhteen alussa. Puolet heistä päätyykin eroon.⁶⁸

Edellä kuvatun ei tarvitse johtaa luovuttamiseen ja sen toteamiseen, että parisuhteella ei ole toivoa. Oikein ajoitettu ja mitoitettu tuki parisuhteelle voi lisätä puolisoitten kykyä toimia luovana parina ja edistää heidän kykyään ajatella erilaisia tunnekokemuksia suhteessaan ja koko perheessä. Osa pareista, joilla on suurimpia vaikeuksia sisällyttää sietämätöntä, hyötty eniten niin sanotusta korjaavasta avusta eli pariterapiasta. Suurimmalle osalle pareista ja perheistä olisi kuitenkin riittävää saada kannattelua ja tukea perheen tärkeimmissä siirtymävaiheissa kuten avioliittoa solmittaessa, lasten syntyessä

68 Cowan & Cowan 2012, 4.

ja itsenäistymisen eri vaiheissa. Puolisoiden roolien muuttuessa perheen kehitysvaiheen myötä parisuhteen kyky luoda uuteen tilanteeseen sopivaa suhdekulttuuria on koetuksella. Varhaisessa vaiheessa tarjotulla sisällyttämällä voidaan ehkäistä vaikeuksien kasautumista perheissä.⁶⁹

Kuten artikkelissani olen jo kuvannut, sovittamattomien ristiriitojen jatkuessa pitkään vanhempien välillä, joko voimakkaana riitelynä tai kyvyttömyytenä ilmaista tunteita, lasten suhde molempiin vanhempiin häiriytyy. Tilanne vaikeuttaa myös lapsen sosiaalisten taitojen kehittymistä, koulumenestystä sekä tunne-elämän hyvinvointia. Jollei ristiriitoja pystytä sovittamaan, on vaikutus lapsen kannalta sama riippumatta siitä, eroavatko vanhemmat vai pysyvätkö he yhdessä.⁷⁰

Perheitä ja parisuhteita ei saisi jättää yksin kantamaan taakkoja, joista yhteisöt – niin kirkot kuin valtiotkin – ovat yhdessä vastuussa.⁷¹ Kaikki parisuhteet perhemuodosta riippumatta ansaitsevat yhteisönsä kannattelun voidakseen sitoutua kasvamaan yhdessä ja luomaan uutta yhteisönsä hyväksi. Muutosten keskellä ketään ei saa jättää yksin.

Kirjallisuus

Abse, Susanna

2012 Parents as Partners. How the Parental Relationship Affects Children's Psychological Development. Commentary. – How Couple Relationships Shape Our World. Clinical Practice, Research, and Policy Perspectives. Ed. by Andrew Balfour, Mary Morgan & Christopher Vincent. London: Karnac Books. 57–70.

Anttonen, Anne

2016 Erilaisuuden sietämättömyydestä luovaan tunneyhteyteen. Tutkielma Therapiea-säätiön koulutuskeskuksen ja Helsingin Psykoterapiayhdistys ry:n Psykoanalyttisessa paripsykoterapiakoulutuksessa 2016. Julkaisematon.

69 Cowan & Cowan 2012, 5.

70 Cowan & Cowan 2012, 4.

71 ”Ulkoinen todellisuus, elämän tuomat vaikeat kokemukset, haavoittumiset, menetykset, muutokset, petokset, sodat, sorrot, hirmuteot, luonnonmullistukset, taloudelliset ahdingot, poliittiset kamppailut, rotu-, kieli- ja uskonnolliset ristiriidat vaikuttavat ihmisen sisäiseen todellisuuteen sukupolvesta toiseen.” Siltala 2016, 28.

- 2017 Erilaisuuden sietämättömyydestä luovaan tunneyhteyteen psykoanalyttisessa pariterapiassa. Opinnäytetyö. Helsinki: Therapie-säätiö.
- Balfour, Andrew & Morgan, Mary & Vincent, Christopher
2012 Introduction. – How Couple Relationships Shape Our World. Clinical Practice, Research, and Policy Perspectives. London: Karnac Books. xxix–xxxvi.
- Bion, Wilfred
1970 Attention and Interpretation. A Scientific Approach to Insight in Psycho-analysis and Groups. London: Tavistock Publications.
- Britton, Ronald
1989 The Missing Link. Parental Sexuality in the Oedipus Complex. – The Oedipus Complex Today: Clinical Implications. Ed. by J. Steiner. London: Karnac Books. 83–101.
- Byng-Hall, John
1995 Rewriting Family Scripts. Improvisation and Systems Change. New York: The Guilford Press.
- Castellano, Rosetta & Velotti, Patrizia & Zavattini, Giulio Cesare
2010 What Wakes us Together? Attachment Theory and Couples Outcome. Bologna: Il Mulino.
- Clark, David
1990 Marriage and Social Change. – Marriage. Disillusion and Hope. Ed. by Christopher Clulow. London: Karnac Books. 23–31.
- Clulow, Christopher
2007 John Bowlby and Couple Psychotherapy. – Attachment & Human Development Dec. 2007/9(4), 343–353.
2009 The Facts of Life. An Introduction. – Sex, Attachment and Couple Psychotherapy. Psychoanalytic Perspectives. Ed. by Christopher Clulow. London: Karnac Books. xxv–xxxix.
- Colman, Warren
1993 Marriage as Psychological Container. – Psychotherapy with Couples. Theory and Practice at the Tavistock Institute of Marital Studies. Ed. by Stanley Ruzczynski. London: Karnac Books. 70–96.

2014 The Intolerable Other. The Difficulty of Becoming a Couple. – Couple and Family Psychoanalysis Vol. 4, Nmb.1.2014, 56–71.

Cowan, Carolyn Pape & Cowan, Philip A.

2012 Prevention. Intervening with Couples at Challenging Family Transition Points. – How Couple Relationships Shape Our World. Clinical Practice, Research, and Policy Perspectives. Ed. by Andrew Balfour, Mary Morgan & Christopher Vincent. London: Karnac Books. 1–14.

Cowan, Philip A. & Cowan, Carolyn Pape

2005 Two Central Roles of Couple Relationships. Breaking Negative Intergenerational Patterns and Enhancing Children's Adaptation. *Journal of Sexual and Relationship Therapy* 20(3), 275–288.

Department for Children Schools and Families (DCSF)

2010 Support for All. The Families and Relationships Green Paper. London: HMSO.

Dicks, Henry

1967 Marital Tensions. *Clinical Studies Towards a Psychological Theory of Interaction*. London: Routledge & Kegan Paul.

Harold, Gordon T. & Leve, Leslie D.

2012 Parents as Partners. How the Parental Relationship Affects Children's Psychological Development. – How Couple Relationships Shape Our World. Clinical Practice, Research, and Policy Perspectives. Ed. by Andrew Balfour, Mary Morgan & Christopher Vincent. London: Karnac Books. 25–56.

Joensuu, Matti

1972 Avoliitto, avioliitto, perhe. Helsinki: WSOY.

1994 Perheiden kanssa naimisissa. Juva: Karas-Sana.

Johnson, Susan

2011 Kunpa sinut tuntisin paremmin. Keskustelemalla tunnekeskeiseen parisuhteeseen. Helsinki: Psykologien kustannus.

Klein, Melanie

1946 Notes on Some Schizoid Mechanisms. – *International Journal of Psycho-Analysis*, 27, 99–110. (Reprinted 1975 in *Envy and Gratitude*. London: Hogarth Press.)

Klemelä, Esko

2005 Ryhmä yksilön sielun näyttämönä. Wilfred R. Bionin teorioista ja metodista. – ”Ettemme olisi kuin lampaat...” Syventäviä tekstejä organisaatioiden psykodynamiikasta ja tutkivasta työotteesta. Toim. Harri Hyyppä, Leila Keski-Luopa & Seppo Ruotsalainen. Oulu: Metanoia-instituutti. 84–133.

Kohtaaminen kantaa

2016 Kohtaaminen kantaa. Kirkon perheneuvonnan suunta vuoteen 2022. Suomen ev.-lut. kirkon julkaisuja 56. Kirkko ja toiminta. Helsinki: Kirkkohallitus.

Lounavaara-Rintala, Helena

2010 Perhedraamat useamman sukupolven perspektiivistä. – Paripsykoterapia ja parisuhteen kätketyt mahdollisuudet. Toim. Vuokko Malinen & Paula Alkio. Helsinki. Väestöliitto.

Lyons, Alison

1993 *Husbands and Wives. The Mysterious Choice.* – *Psychotherapy with Couples. Theory and Practice at the Tavistock Institute of Marital Studies.* Ed. by Stanley Ruzczynski. London: Karnac Books. 44–54.

McCluskey, Una

2007 *Attachment Therapy with Couples. Affect Regulation and Dysregulation in Couple Relationships. Effective and Ineffective Responses to Painful States by Therapists and Partners.* – *Couple Attachments. Theoretical and Clinical Studies.* Ed. by Molly Ludlam & Viveka Nyberg. London: Karnac Books. 221–237.

Morgan, Mary

2005 *On Being Able to Be a Couple. The Importance of a "Creative Couple" in Psychic Life.* – *Oedipus and the Couple.* Ed. by Francis Grier. London: Karnac Books. 9–30.

Moring, Anna

2013 *Oudot perheet. Normeja ja ihanteita 2000-luvun Suomessa.* Diss. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Papero, Daniel V.

1990 *Bowen Family Systems Theory.* Massachusetts: Allyn and Bacon.

Pickering, Judith

2011 Bion and the Couple. – Couple and Family Psychoanalysis 1/2011, 49–67.

Pincus, Lily & Dare, Cristopher

1978 Secrets in the Family. A Psychodynamic Approach to the Unconscious Beliefs, Longings and Incestuous Fantasies that Shape Family Relationships. New York: Pantheon Books.

Pruuki, Heli & Tiihonen, Raili & Tuominen, Minna

2015 Toisenlainen tie. Tahaton lapsettomuus, kriisi ja selviytyminen. Helsinki: Kirjapaja.

Ruszczynski, Stanley

2005 Reflective Space in the Intimate Couple Relationship. The "Marital Ttriangle". – Oedipus and the Couple. Ed. by Francis Grier. London: Karnac Books. 31–47.

Sadgrove, Michael

1993 Theological Images of Marriage. – Rethinking Marriage. Public and Private Perspectives. Ed. by Christopher Clulow. London: Karnac Books. 51–70.

Scharff, David E. & Scharff, Jill Savege

2014 An Overview of Psychodynamic Couple Therapy. – Psychoanalytic Couple Therapy. Foundations of Theory and Practice. Ed. by David E. Scharff & Jill Savege Scharff. London: Karnac Books. 3–24.

Siltala, Pirkko

2015 Kahden- ja kolmenkeskisyys. Toisiaan täydentävät vuorovaikutustapahtumat. – Pikkulapsesta koululaiseksi. Psykodynaaminen näkökulma tunne-elämän ja ihmissuhteiden kehitykseen. Toim. Kaija Mankinen, Irja Jokinen, Ritva Lintu & Marja Schulman. Helsinki: Therapiea-säätiö. 245–259.

2016 Taakkasiirtymä. Trauman siirto yli sukupolvien. Helsinki: Therapiea-säätiö.

Sinkkonen, Jari

2015 Lapsen sisäistetyt mielikuvat isästä ja äidistä. – Pikkulapsesta koululaiseksi. Psykodynaaminen näkökulma tunne-elämän ja ihmissuhteiden kehitykseen. Toim. Kaija Mankinen, Irja Jokinen, Ritva Lintu & Marja Schulman. Helsinki: Therapiea-säätiö. 258–278.

Suomen virallinen tilasto (SVT)

Siviilisäädyn muutokset 2016. Suomen virallinen tilasto (SVT):

Siviilisäädyn muutokset [verkkójulkaisu]. ISSN=1797-6413.

Helsinki: Tilastokeskus [viitattu 12.6.2017].

Saantitapa: <http://www.stat.fi/til/ssaaty/2016/index.html>

Tuhkasaari, Pirjo

2010 Naisen ja miehen identiteetit murroksessa - sisäisten objektsuhteiden muutos parisuhteen ja paripsykoterapian näyttämöllä. – Paripsykoterapia ja parisuhteen kätketyt mahdollisuudet. Toim. Vuokko Malinen & Paula Alkio. Helsinki: Väestöliitto. 30–59.

2013a Mieheyden ja Naiseuden kohtaamisen teemoista – äidillisyydestä ja isällisyydestä paripsykoterapiassa. – Integratiivinen paripsykoterapia. Toim. Vuokko Malinen. Jyväskylä. Psykologinen Kustannus. 189–251.

2013b Ylisukupolvisuus. Tutkielmasarja. Helsinki: Therapeia-säätiö.

Verhaeghe, Paul

2006 Rakkaus yksinäisyyden aikana. Vantaa: Apeiron.

Viika, Kaarle

1994 Kirkon perheneuvonnan viisi vuosikymmentä. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 9. Helsinki: Kirkkohallitus.