



LAUREA

VOIMAA PARISUHTEESEEN
ADOPTIOVANHEMPIEN OMIA NÄKEMYKSIÄ
PARISUHTEESTA



Salmi, Jaana

2009 Vantaa

Laurea - ammattikorkeakoulu
Laurea Tikkurila

VOIMAA PARISUHTEESEEN
ADOPTIOVANHEMPIEN OMIA NÄKEMYKSIÄ PARISUHTEESTA

Jaana Salmi
Sosiaalialan koulutusohjelma
opinnäytetyö
Marraskuu 2009

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS	7
2.1 Parisuhde	8
2.1.1 Parisuhteen vaiheet	8
2.1.2 Rakastumisvaihe	8
2.1.3 Itsenäistymisvaihe	9
2.1.4 Vastavuoroisuudenvaihe	9
2.1.5 Elämäkumppanuus	9
2.1.6 Terve parisuhdetalo	10
2.1.7 Parisuhteen konfliktit	12
2.1.8 Parisuhteen kriisit ja niistä selviytyminen	13
2.1.9 Parisuhteen hoitaminen	14
2.2 Seksuaalisuus parisuhteessa	16
2.3 Lapsettomuus	16
2.3.1 Lapsettomuuden vaikutukset parisuhteeseen	16
2.3.2 Lapsettomuus ja adoptio	17
2.4 Adoptio	17
2.4.1 Adoptioprosessi	18
2.4.2 Adoptiovanhemmuus	18
2.5 Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys	20
3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	22
3.1 Tutkimusongelmat	22
3.2 Tutkimusmenetelmä	22
3.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu	23
3.4 Aineiston käsittely ja analyysi	24
4 TUTKIMUKSEN TULOKSET	25
4.1 Parisuhde on taitolaji	26
4.1.1 Parina elämisen taidot	26
4.1.2 Yksilölliset taidot	30
4.2 Lapsettomuus ja seksuaalisuus suhteessa	30
4.3 Adoptioprosessi	32
4.3.1 Adoptio-odotusaika	32
4.3.2 Perhe parisuhteen voimavarana	33
5 POHDINTA	35
5.1 Tulosten pohdinta	35
5.2 Luotettavuus	38
5.3 Eettisyys	39
5.4 Opinnäytetyön arviointia	40
5.5 Yhteiskunnallisia näkökulmia	41
LÄHTEET	42
Liite 1: Saatekirje	45
Liite 3: Parisuhde opas (tämä versio tarkoitettu tulostettavaksi tai painoon)	48
Liite 4: Parisuhde opas (tämä versio tarkoitettu PowerPoint-esittelyyn)	48

Jaana Salmi

Voimaa parisuhteeseen - adoptiovanhempien omia näkemyksiä parisuhteesta

Vuosi 2009 Sivumäärä 47

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää adoptiovanhempien kokemuksia parisuhteesta adoptioprosessin aikana. Tutkimuksessa haastateltiin neljää adoptiovanhempaa. Puolistrukturoidun teemahaastattelulomakkeen avulla selvitettiin adoptiovanhempien omia käsityksiä ja kokemuksia adoptioprosessin vaikutuksesta parisuhteeseen. Mielestäni juuri yksilöiden omat ja henkilökohtaiset kokemukset ovat aina ainutlaatuisia. Vertaan adoptiovanhempien parisuhdetta ns. biologisen lapsen saaneiden parien parisuhteeseen.

Teoriaosuudessa käsiteltiin teemoja: Parisuhde, lapsettomuus, seksuaalisuus ja adoptioprosessi. Työssäni olen käyttänyt ratkaisu- ja voimavarakeskeistä näkökulmaa, jota käytetään varsin yleisesti perheiden tukemisessa. Olen keskittynyt haastatteluissa haastateltavieni esille tuomiin vahvuuksiin ja voimavaroihin.

Tutkimuksessa saatiin selville, että adoptiovanhempien parisuhde tarvitsee taitoja ja sitoutumista onnistuakseen. Tärkeäksi koettiin yksilöllisyys ja erillisuus suhteessa. Lapsettomuuden kriisin vaikutukset suhteeseen ja seksuaalisuuteen eivät korostuneet tutkimuksessa. Seksuaalisuutta suhteissa pidettiin yllä mutta lapsen tulo vaikutti siihen negatiivisesti. Adoptioprosessi tuo suhteeseen paljon yllättäviä asioita, mutta sitoutuneisuus ja yhteinen päämäärä auttoivat jaksamaan. Adoption koettiin lujittavan suhdetta. Parisuhteen eteen on tehtävä töitä ja se on tehtävä yhdessä kumppanin kanssa.

Tutkimuksestani adoptiotoimijat ja adoptiovanhemmat voivat saada lisää tietoa adoptioparien parisuhteesta adoptioprosessin aikana, jota he voivat hyödyntää käytännössä. Tuotoksena tästä tutkimuksesta on adoptiopareille voimavaroja lisäävä parisuhdeopas, jota voidaan jakaa mahdollisesti adoptio neuvonnassa ja adoptiovalmennuskursseilla.

Avainsanat: Parisuhde, ratkaisukeskeisyys ja adoptio.

Jaana Salmi

Empowering couples - adoptive parents' views of couple relationships

Year	2009	Pages	47
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to study adoptive parents' experiences of couple relationships during the adoption process. In the study, four adoptive parents were interviewed using a half-structured theme interview to find out adoptive parents' own perceptions and experiences of adoption process and its impact on couple relationships. I believe that individuals and their own personal experiences are always unique. In this study, the adoptive parents' relationship was compared with that of biological parents.

The theory part of the thesis consisted of such topics as relationship, infertility, sexuality, and the adoption process. In my work, I used the solution- and resource-oriented approach, which is used fairly widely to support families. I have focused on the strengths and resources brought up by the interviewees.

Based on the study, it can be stated that the adoptive parents' relationship needs skills and commitment to succeed. Individuality and separateness were experienced as very important in relationships. Infertility crisis effects on the relationships and sexuality are highlighted in the study. The interviews revealed that sexuality in relationships was maintained, but it was somewhat negatively affected by the child's homecoming. Adoption process will bring a lot of surprising elements to the relationship but commitment and a common goal helped in the process. Adoption was felt to strengthen the relationship. A relationship needs an active effort in co-operation with a partner.

From this study, the adoption actors and parents can receive information and learn about practical things concerning couple relationships during the adoption process. During the thesis process, an adoptive couples guide was created and it can potentially be distributed at adoption counseling offices to couples.

Keywords: intimate partner, empowerment and the adoption.

1 JOHDANTO

Parisuhde on yksi elämämme tärkeimmistä suhteista, minkä vuoksi sen ylläpitäminen ja hoitaminen vaatii kummaltakin puolisolta panostamista. Tänä päivänä Suomessa 13000 paria päätyy avioeroon, mikä on Suomen kokoisessa maassa paljon. Myös adoptiovanhempien erot, usein jo lapsen tulon jälkeen, ovat lisääntyneet. Adoptiotoimijat Suomessa ovat huolissaan tästä asiasta, sillä parisuhteen ongelmat ovat nousseet esille entistä useammin. Ne näkyvät lisääntyvinä yhteydenottoina adoptiokuraattorin vastaanotolla. Toimiva parisuhde on kuitenkin ihmisen hyvinvoinnin perusta. Vanhempien hyvinvointi heijastuu suoraan lastemme hyvinvointiin (Kataja ry 2009). Adoptiovanhemmat tarvitsetkin tietoa suhteensa hoitamisesta ja niistä voimavaroista, joiden avulla hyvää suhdetta voidaan hoitaa ja pitää yllä. Adoptiovanhempien avioerossa adoptiolapsen kiintymissuhdeongelmat joutuvat koetukselle ja lapsi voi kokea taas menettäneensä vanhemmat.

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää adoptiovanhempien kokemuksia parisuhteesta adoptioprosessin aikana. Miten eri parisuhteen vaiheet ovat vaikuttaneet prosessiin ja mahdollisiin kriiseihin. Adoptiovanhemmilta vaaditaan paljon ominaisuuksia, jotta heidät hyväksytään vanhemmiksi. Adoptiovanhemmillä on usein itselläänkin suuret vaatimukset onnistua vanhempina ja parisuhteessa. Prosessi kestää vuosia ja sen epävarmuus koettelee parisuhdetta. Vanhemmaksi tuleminen kaippuu voi olla niin suuri, että parisuhteen hoitaminen sen keskellä unohtuu. Mitä suuremmat odotukset ovat, sitä suuremmilta tuntuvat pettymykset. Adoptiovanhempien ei tule olla täydellisiä kumppaneita ja vanhempia. Suhteessa ja vanhemmuudessa olisi hyväksyttävä tosiasia, että vaikeudet näissä rooleissa ovat osa elämän normaalia kulkua. Adoptiovanhemmuus ei poikkea tässä suhteessa biologisesta vanhemmuudesta.

Suoritin opintoihini liittyvän harjoittelun Yhteiset Lapsemme ry:ssä, jossa tehdään adoptiotyötä. Työni idea sai alkunsa väestöliiton kouluttajien vetämästä ”tahdolla ja taidolla” kursista, joka oli suunnattu adoptioprosessissa oleville pareille. Koin aiheen kiinnostavaksi myös henkilökohtaisesti, sillä adoptiovanhempana ja puolisona olen kokenut adoptioprosessin vaikutukset suhteessa. Keskustelin työni tärkeydestä ja näkökannasta adoptiotoimijoiden kanssa, ja he ovat suhtautuneet työhöni myönteisesti ja totesivat asian tärkeäksi ja ajankohtaiseksi.

Tutkimukseni oli laadullinen tutkimus ja aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulomakkeella. Ratkaisukeskeisyys on tärkeässä roolissa tässä opinnäytetyössä. Opinnäytetyössä olen käyttänyt näkökulmana ratkaisukeskeisyyttä, joka keskittyy adoptiovanhempien esille tuomiin vahvuuksiin ja voimavaroihin. Tutkielmani tarkoituksena on opinnäytetyön toteuttamisen lisäksi antaa uusia voimavarakeskeisiä näkökulmia haastateltaville, tuleville adoptiovanhemmille ja sosiaalialan adoptiotyöntekijöille. Opinnäytetyöstäni innostuneena

olen työstänyt adoptiovanhemmille voimavarakeskeisen parisuhdeoppaan, jota voidaan jakaa jatkossa adoptiovalmennuksessa ja adoptioeuvonnassa.

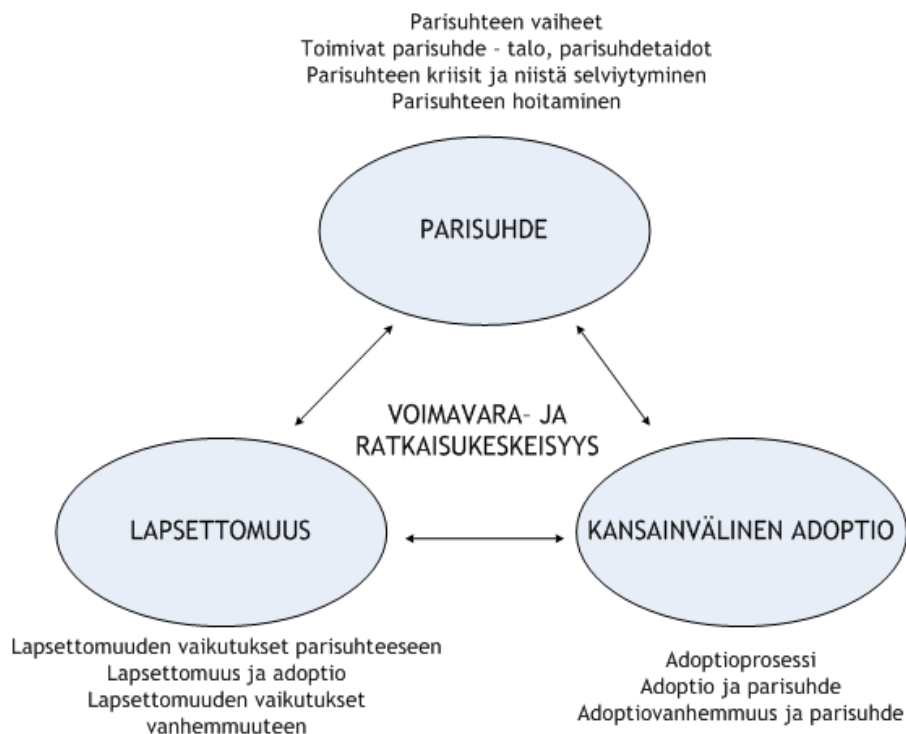
Opinnäytetyöni on edennyt teemojen varassa joita ovat olleet parisuhde, lapsettomuus, seksuaalisuus ja adoptioprosessi.

Omassa koulutuksessani adoptiota ei ole käsitelty juuri ollenkaan, sillä mielestäni heidän ongelmiaan ei vielä ehkä tunnisteta. Työni kautta toivon lisääväni tietoa adoptioprosessin tuomista erilaisista prosesseista parisuhteeseen. Hyvän parisuhteen saavuttaminen vaatii paljon työtä, jonka hyväksymällä voi rakentaa sellaisen suhteen jossa kummallakin on hyvä olla.

2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Opinnäytetyöni teoreettisena viitekehystenä ovat parisuhde, lapsettomuus, seksuaalisuus ja kansainvälinen adoptioprosessi. (Kuvio 1.) Olen käsitellyt näitä aiheita sekä teoriaosuudessa sekä haastatteluissa.

Kuvio 1. Tutkielman teoreettinen viitekehys.



Parisuhdetta on tutkittu paljon, mutta haluan tässä työssäni tuoda esille erityisesti adoptiovanhempien parisuhteeseen vaikuttavia tekijöitä ja lähestyä asiaa adoptiovanhempien näkökulmasta tärkeistä aiheista. Parisuhteeseen vaikuttavat monet asiat, mutta adoptioprosessi tekee siitä vielä haastavamman. Parisuhdeosiossa olen käsitellyt parisuhteen vaiheita, tervettä parisuhdetaltoa, parisuhdetaitoja, kriisejä ja suhteen hoitamista. Parisuhteeseen kuuluu seksuaalisuus, joka on tärkeä osa parisuhdetta. Adoptiovanhemmat ovat usein päätyneet adoptioon lapsettomuuden takia, joka vaikuttaa seksuaalisuuteen, parisuhteeseen, adoptioprosessiin ja vanhemmuuteen. Viimeisenä osa-alueena tarkastelen adoptioprosessin vaikutusta parisuhteeseen ja vanhemmuuteen.

Työssäni olen käyttänyt ratkaisu- ja voimavarakeskeistä näkökulmaa, jota käytetään varsin yleisesti perheiden tukemisessa. Olen keskittynyt haastatteluissa haastateltavieni esille tuomiin vahvuuksiin ja voimavaroihin

2.1 Parisuhde

Parisuhde on puolisojen välinen tiedostamaton ja tietoinen tila. Suhteessa korostuu molemminpuolinen emotionaalinen ja seksuaalinen vuorovaikutus. Kahden erillisen ihmisen kokemisen ja olemisen tila, joka koostuu erillisistä ja yhteisistä kokemuksista. Parisuhde luo perustan lapsen syntymiselle, vanhemmuuden rooleille sekä perheen muodostumiselle. Parisuhteessa kaksi erillistä ihmistä on intiimissä suhteessa toisiinsa. Molemmilla on tarve saada ja antaa, vihat ja pettyä, tulla rakastetuksi ja rakastaa. Kyvyssä suhteeseen, antaa ja vastaanottaa, peilautuu ihmisen kokemus omasta itsestä ja sen arvosta. (Malinen & Alkio 2007:33.)

2.1.1 Parisuhteen vaiheet

Parisuhde ei säily koko ajan samanlaisena, vaan siinä voidaan nähdä erilaisia vaiheita.

Parisuhteissa voidaankin erottaa neljä vaihetta. Kaikki parit käyvät läpi nämä vaiheet omalla yksilöllisellä tavallaan, eikä mikään suhde kulje niiden läpi suoraviivaisesti. Joissakin vaiheissa pareilla saattaa mennä pitkään ja suhde on paikallaan jopa vuosia.

2.1.2 Rakastumisvaihe

Ensimmäisenä on rakastumisvaihe, joka on voimakkaiden tunteiden ja toiseen tutustumisen aikaa. Tällöin koetaan voimakasta yhteensulautumisen kaipuuta ja tunnetta (väestöliitto.)

Rakastumisen tilaa leimaa hyvin vahvasti tietynlainen tapa nähdä toinen. Rakastettu nähdään vahvasti positiivisessa valossa ja häneen suuntautuvat odotukset ovat myönteisiä. Ihmisellä on perustarve luoda pysyviä kiintymyssuhteita, tarve läheisyyteen ja liittyä. Tunne yhteenkuulumisesta poistaa yksinäisyyden ja tyhjyyden tunteen. Toimiva parisuhde on hyvä paikka kasvaa ja kehittyä. Rakastumisvaihe kestää aikansa ja sen jälkeen suhde siirtyy uuteen vaiheeseen. (Kumpula & Malinen 2007: 27-28.)

2.1.3 Itsenäistymisvaihe

Itsenäistymisvaiheessa korostuu omien rajojen hakeminen. Tässä vaiheessa suhteeseen on tullut ns. arki, josta täytyy löytää hyvät puolet ja oppia iloitsemaan niistä. Itsenäistymisvaiheessa pariskunnat törmäävät usein odotusten ja todellisuuden väliseen ristiriitaan. Parit kohtaavat pettymyksiä ja ristiriitoja. On opittava ratkomaan riitoja ja kuuntelemaan toista. Tässä vaiheessa molemmat ovat vastuussa omista tunteistaan ja teoistaan. Alkuvaiheen voimakkaat myönteiset tunteet ja syntynyt kiinnostus auttavat selviämään tästä vaiheesta (Cacciatore & Heinonen & Juvakka & Oulasmaa 2006:20). Jotkut parit päätyvät eroon tässä vaiheessa ja jotkut saattavat juuttua tähän, eikä parisuhde pääse kehittymään.

2.1.4 Vastavuoroisuudenvaihe

Kolmantena on vastavuoroisuuden vaihe, jolloin parit arvioivat suhdettaan ja sen jatkuvuutta. Kumppanit itsenäistyvät suhteessa toisiinsa ja toinen hyväksytään sellaisenaan. Hyvässä suhteessa kumppanit ilmaisevat toisilleen todellisia tunteita sekä ottavat vastaan niitä. Molempien tarpeita ja toiveita tulisi kuunnella. Parien tulisi osata ratkaista riitoja ja olla rakentavasti eri mieltä. Seksuaalisuhde syvenee ja kumppanit jakavat aidosti tunteitaan ja fantasioitaan itseä ja toista kohtaan. (Kumpula & Malinen 2007:29.)

2.1.5 Elämänkumppanuus

Neljäs vaihe on elämänkumppanuus, joka on parisuhteen rakastamisen ja yhdessä tekemisen aikaa. Edellytys toisen rakastamiselle on oman itsensä hyväksyminen kokonaisena ihmisenä. Kun on saanut yhteyden oman itsen eri puoliin, se tekee mahdolliseksi kohdata myös toinen kokonaisena ihmisenä. Kumppanit hyväksyvät toisensa ja he pitävät huolta omasta ja toisen hyvinvoinnista (Cacciatore ym.2006:24). Haasteena tässä vaiheessa on se, miten otetaan vastuuta omista tarpeista ja ollaan samalla avoimia ja rehellisiä.

Molemmat arvostavat ja kunnioittavat toisiaan ja toisen arvo syntyy toisen ihailun, arvostamisen ja rakkauden ja turvallisuuden kautta. Kumppani koetaan parhaana ystävänä, jonka kanssa voi jakaa syvimmätkin tunteet, arvot, tavoitteet ja ajatukset. Puolisoiden samanlaiset elämänarvot ja kyvyt käsitellä ristiriitoja ovat toimivan parisuhteen elinehto.

Elämäkokemukset ja yhteiset vuodet kannattelevat liittoa ja siinä helppo elää. Toisen erilaisuuden hyväksyminen on kääntynyt vahvuudeksi ja molemmat iloitsevat toistensa ominaisuuksista (Cacciatore ym. 2006:25).

Sitoutuminen merkitsee yhdessä olemista niin hyvinä kuin vähemmän hyvinä hetkinä, kestämistä ja myötäelämistä. Parisuhteessa sitoutuminen merkitsee elämän vaihtelujen hyväksymistä ja luottamusta siihen, että toisen tarpeiden huomioon ottamisella päästään parhaaseen

lopputulokseen myös oman itsen kannalta. Tämä merkitsee väliin toisen tarpeiden asettamista omien tarpeiden edelle. (Malinen & Alkio 2007:33-36.)

Turvallinen parisuhde antaa mahdollisuuden olla oma itsensä, mahdollisuuden erilaisiin tunteisiin, mikä luo pohjaa itse arvostukselle, kehitykselle ja kasvulle. Hyvässä suhteessa parit voivat työstää hallitsemisen halun, aggressiivisuuden ja mustasukkaisuuden tunteita. (Määttä 2000: 88.)

2.1.6 Terve parisuhdetalo

Amerikkalainen professori John Gottman on tutkinut pareja 30 vuoden ajan. Hän on onnistunut tunnistamaan ja erottamaan piirteitä onnellisten ja onnettomien parien välillä. Tutkimusten perusteella on syntynyt teoria, joka on nimeltään ”terve parisuhdetalo”. Sen avulla pyritään etsimään parisuhteeseen tietoja ja taitoja joiden avulla parit voivat oppia kehittämään hyvää parisuhdetta. Gottmanin tärkein ja keskeisin löydös parisuhteen toimivuuden kannalta on ystävyys. Ystävyden saavuttaneet liitot ovat onnellisia ja ne kestävät. Parisuhde perustuu ystävyydelle, molemminpuoliselle kunnioitukselle. Parit kantavat yhdessä vastuun yhteisistä hetkistä, kunnioittaen, huolehtien ja jakaen hellyyttä toisilleen. Heidän välillään on luottamusta, huolenpitoa ja hellyyttä. Onnellisissa liitoissa on kyse kyvystä navigoida oikein, pitää suhde stabiilina ja normaalilla kurssilla. Täytyy muistaa asiat, jotka ovat toiselle tärkeitä ja ymmärtää mitä toinen tarvitsee. Ystävyuden lisäksi parisuhteeseen kuuluvat tietysti seksi, romantiikka ja intohimo. (Kumpula ym. 2007:13-14.) Gottmanin mukaan onnistunut konfliktien ratkaisu ei ole riittävää parisuhteen onnistumiseksi, vaan olennaista on positiivisen tunneilmasto ylläpito.

Hyvä parisuhde tarvitsee toimiakseen ystävyyttä, jonka saavuttamiseksi Gottmanin mukaan tarvitaan teoriassa kolme askelta:

1. Ensimmäinen on puolison sisäisen mielen tunteminen, mitä hän ajattelee, mitä mieltä jne. Puolison sisäisen maailman tunteminen ja päivittäminen antaa rakkautta ja voimaa parisuhteen sisäisten konfliktien ratkaisemiseen.
2. Toinen on ”ihailu ja kiintymys” systeemi. Tässä on tärkeää osoittaa toiselle päivittäin myönteistä ihailua ja kiintymystä.
3. Kolmas on puolisoa ”kohti kääntyminen tai pois kääntymisen” - käsite jokapäiväisissä tilanteissa. Parin tunnepitoinen säästö-pääoma, emotionaaliset turvallisuusrahastot, molemminpuolinen hyväntahtoisuus, kunnioitus ja suopeus toimivat pehmentäjinä vaikeina aikoina. Tätä kutsutaan myös parin ”emotionaaliseksi pankkitiliksi” tai ”hiljaiseksi tiedoksi”. Tiedoksi, joka parille on muodostunut suhteen aikana kerääntyneestä onnistuneista kriisien ja ongelmien

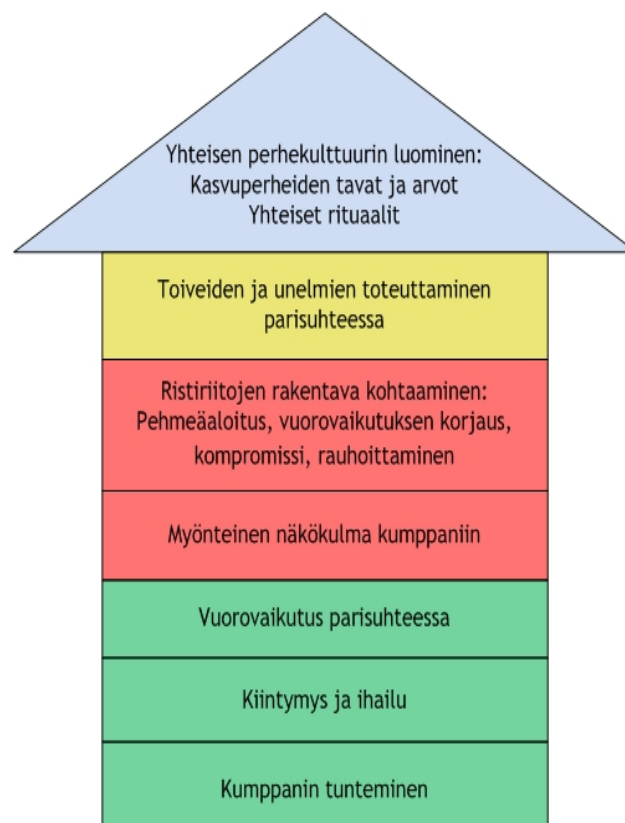
ratkaisuista. Hiljaisesta tiedosta pari saa voimaa ja uskoa selviytyä vaikeiden aikojen yli. (Malinen & Alkio 2004:9.)

4. Korkein taso sisältää parien yksilölliset kertomukset, unelmat, myytit ja metaforat. Tämän tason saavuttaessaan parisuhteen ja perheen puolia, jotka ennalta ehkäisevät suhteen juuttumista paikalleen.

Terveen parisuhdetalon ensimmäiselle tasolle rakentuu sen toinen taso, joka seuraa, jos parisuhteen ystävyys toimii. Toinen taso on parisuhteessa vallitsevan positiivisen tunnetilan luominen. Tämä vaikuttaa parisuhteen kriittisiin puoliin ja ennustaa menestystä parisuhteessa. (Malinen & Alkio 2004:8.)

Kolmas taso koostuu konfliktien säätelystä, ei niinkään niiden ratkaisemisesta, mikä taas ennustaa pitkää parisuhdetta. Konfliktien säätelyssä tärkeintä on dialogin, vuorovaikutuksen vakiinnuttaminen jumittumisen sijaan ja taidot, joilla ratkaistaan ongelmat, jotka ovat ratkaistavissa. (Malinen & Alkio 2004:9.)

Kuvio 1. Terve- parisuhdetalo pohjaa teokseen (Gottman, Driver & Tabares. 2002)



2.1.7 Parisuhteen konfliktit

Parisuhteeseen kuuluvat väistämättömästi konfliktit. Gottman puhuikin tuhoavista ja rakentavista konflikteista ja niiden tasapainosta. Suurin osa parin ongelmista on perustavaa laatua olevia, pysyviä ja ratkaisemattomia ongelmia. Näihin konflikteihin sisältyy vallankäyttöä, niissä vetäydytään puolustusasemiin ja niitä puuttuu puolisoiden välinen vastakaiku. Olennaista kuitenkin on että ratkaisemattomat ongelmat jaetaan ja niistä puhutaan ja niiden kanssa opitaan elämään. Rakentavissa konflikteissa hyväksytään, että toinen voi vaikuttaa minuun, mielipiteisiin, käsityksiini ja riidoissa on varaa kompromisseihin. Ratkaistavien ongelmien kanssa työskentely kannattaa. Kyky ratkaista ristiriitoja ja kyky tulla niiden kanssa toimeen rakentavat ystävyyttä.

Terveen parisuhdetalon neljäs ja korkein taso muodostuu jaetun symbolisen tason luomisesta parisuhteeseen, mikä sisältää yksilölliset elämän unelmat, myytit, kertomukset ja metaforat. Tämän symbolisen tason avulla puolisoit saavuttavat parisuhteen ja perheen puolia, jotka ennaltaehkäisevät parisuhteen jumittumista. (Kumpula & Alkio 2004:9-10.)

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys näkyy ”terve parisuhdetalo” ajattelussa siinä että, jokaisessa parisuhteessa on taitoja, joita parit voivat kehittää, opettaa ja oppia. Toimivassa suhteessa on mahdollisuus kehittyä ihmisenä, kehittää suhdetaitoja ja avoimuutta, ja onnistuessaan suhde tarjoaa lisäksi mahdollisuuden korjaaviin ja kannustaviin kokemuksiin. (Kumpula & Malinen 2004:4.) Parisuhde nähdään aina mahdollisuutena, mikäli puolisoilta löytyy tarpeeksi tahtoa sitoutua suhteeseen. Toimiva suhde, jossa kummallakin puolisoilla on hyvä olla, on tavoite jonka vuoksi kannattaa työskennellä.

Ratkaisukeskeisyys näkyy parisuhdeongelmien ja kriisien olemassaolon hyväksymisenä. Ongelmat, huolet ja kriisit kuuluvat parisuhteeseen ja niistä uskalletaan keskustella (Vilen ym.2002:124). Konfliktien ratkaisemisessa keskitytään ratkaistavien ristiriitojen ratkaisemiseen, kuin ns. tuhoavien riitoihin. Ratkaistavissa ristiriidoissa hyväksytään toisen olemassaolon vaikutukset, mielipiteisiin ja käsityksiin. Rakentavissa riidoissa positiivisen tunneilmaston luominen on konfliktien säätelyssä tärkeää, riidoissa on aina varaa kompromisseihin. (Kumpula & Malinen 2007:14.) Parit ymmärtävät aiempien kriisien ja niistä selviytymisen tarkastelun yhdessä hyödylliseksi. Näiden hetkien muistelu ja tarkastelu voi saada aikaan ahaa-elämyksiäkin, mitä parit eivät ole aiemmin havainneet tai tulleet ajatelleeksi. ”Selvisimme tuostakin tilanteesta silloin, miksemme nyt selviäisi tästä tilanteesta.”

2.1.8 Parisuhteen kriisit ja niistä selviytyminen

Kriisi voidaan määrittää päätöksentekoa vaativaksi tilanteeksi, jolloin päätös luo edellytykset uuden mahdollisuuden toteutumiselle. Näin kriisi voidaan määritellä siirtymävaiheen haasteeksi kohti jotain uutta. Kun ihminen on kriisissä, hän ei pysty pakenemaan tietoisuuttaan jostain asiasta. Mutta samaan aikaan hän ei ole valmis asiaa kohtaamaan (Alaja 1998:56).

Parisuhteen kriisit ovat yhteydessä puolisoiden/perheen elämän - ja kehitysvaiheisiin sekä siihen, mitä arki mukanaan tuo. Kriisit voidaan jakaa kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisit kuuluvat ihmisen normaalin elämän koettelemuksiin. Nämä ovat ihmisen kehityksen vaiheita, joihin liittyy jonkinlaisia erityisiä rasituksia.

Traumaattiset kriisit eivät kuulu ihmisen normaaliin kehitykseen vaan ne iskevät ulkoa päin, odottamatta ja äkillisesti. Klassisiin traumaattisiin kriiseihin kuuluvat kaikki suvunjatkamiseen liittyvä, kuten keskenmeno ja lapsettomuus. Adoptiovanhemmat ovat joutuneet kokemaan ja työstämään usein juuri näitä kriisejä. Tilannetta ei helpota yhtään se, että kehityskriisi osuu usein samaan aikaan traumaattisen kriisin kanssa. (Kats & Kranck 1989:32.)

Parisuhteen kriisit liittyvät sitoutumiseen, läheisyyteen, erilaisuuden kohtaamiseen, toisen menettämiseen ja ulkopuolisiin muutoksiin. Sitoutuminen liittyy parisuhteen alkuaikoihin, sillä silloin on uskallettava tehdä päätös sitoutumisesta parisuhteeseen. Sitoutumisen keskeinen haaste on siinä, miten ratkaista toisaalta läheisyyden tarve ja toisaalta oman tilan, erillisyyden tarve. Positiiviset kokemukset ihmissuhteista antavat valmiuksia liittyä toiseen ihmiseen. Luottamus suhteen sisällä antaa tilaa kummallekin kehittyä omana itsenään ja yhdessä niin, että molempien perustarpeet tulevat esiin ja toteutuvat. Intiimiyden rakentaminen parisuhteessa vie oman aikansa mutta onnistuessaan tämä näkyy siinä, että samalla kun voidaan kokea yhteisyyttä ja läheisyyttä, kumpikin voi olla erillisenä yksilönä. (Väestöliitto 2009.)

Läheisyys voi painottua enemmän joko fyysiselle tai henkiselle tasolle. Tärkeintä kuitenkin on se, että ihminen tulee ymmärretyksi, kuulluksi ja hyväksytyksi kummallakin sektorilla. Jokaisen perustoive on tulla kohdatuksi henkisesti ja fyysisesti. Fyysisellä tasolla kohtaaminen voi merkitä sylissä oloa, halaamista, lähekkäin olemista ja oman seksuaalisuuden toteuttamista yhdessä toisen kanssa. Mikäli ihminen ei tunne tulevansa kohdatuksi jollakin itselle tärkeällä alueella tai tulee torjutuksi, hän kokee pettymyksiä, jotka voivat johtaa pahimmillaan fyysisesti ja henkisesti loukkaaviin reagointitapoihin. Mikäli puolisoiden tarpeet ovat ja odotuksen henkisestä ja fyysisestä läheisyydestä ovat erilaiset, tämä tilanne saattaa johtaa kriisiin. Parisuhteessa torjutuksi tuleminen saattaa aktivoida omat kiintymyssuhteisiin liittyvät pettymykset ja tulee tunne, että toinen ei olekaan minua varten. Torjutuksi tuleminen voi nostaa

pintaan muita omaan elämään kuuluneita torjumisen ja hylkäämisen tunteita. (Väestöliitto 2009.)

Jokaisessa hyvässä, onnellisessa ja turvallisessa parisuhteessa parit voivat ilmaista omia tunteitaan ilman että tuntevat uhkaa tulevansa hylätyksi. Omien mielipiteiden ilmaiseminen on tärkeää suhteen onnistumisen kannalta. Riidat kuuluvat parisuhteeseen ja niitä syntyy väistämättä, kun on kyse kahdesta erilaisesta ihmisestä ja elämä tuo mukanaan muutoksia. Ristiriitatilanteissa omien tunteiden ja tarpeiden tuominen esille ovat tärkeitä, ja erimielisyyksistä johtuva vaikeneminen ja puhumattomuus, johtavat usein kriiseihin. (Väestöliitto 2009.)

Onnelliset parit osaavat hillitä itseään ristiriitatilanteissa, ja käyttäytyminen riideltäessä on pohjimmiltaan positiivista. Hyvässä parisuhteessa ristiriidat eivät hallitse suhdetta negatiivisella tavalla. Tärkeää on tiedostaa ristiriitatilanteissa mistä ne johtuvat ja käydä keskustelua niistä. Parisuhteissa on ratkaistavia ja ratkaisemattomia riitoja, jotka ovat syytä erottaa toisistaan. On olemassa ristiriitoja jotka aiheuttavat riitaa, ja ristiriitoja, joiden kanssa voi elää (Kumpula & Malinen 2007:79).

Ongelmaksi tilanne tulee silloin, kun joudutaan lukkiutuneeseen tilanteeseen eikä ristiriitoja osata purkaa millään keinoin. Tämä johtaa puhumattomuuteen, syyttelyyn, ja puolusteluun. Usein tässä tilanteessa tarvitaan ulkopuolista ammattiapua, joka auttaa pääsemään eteenpäin asioissa. Yhteistavoitteiden, unelmien ja parin työnjaon selkiyttäminen vähentävät osaltaan ristiriitoja (Väestöliitto 2009).

Omat haasteensa parisuhteeseen tuovat yksilön kehitys, kasvu ja muuttuminen. Suhteessa kumpikin puoliso muuttuu ja kehittyy omaan tahtiinsa, jolloin elämän painopisteet ja kiinnostuksen kohteet saattavat muuttua. Jokaisen perustoive on tulla kohdatuksi ja ymmärretyksi jollakin itselle tärkeällä alueella ja saada jakaa tämä tunne läheisten kanssa. Jos puolisoilla on mahdollisuus suhteessa itsensä kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen ja mahdollisuus toteuttaa itselle tärkeitä asioita, tämä luo pohjaa parisuhteen kehittymiselle ja hyvinvoinnille (Väestöliitto 2009).

Kuten olen jo aiemmin todennut, parisuhteen kriisit ovat luonnollisia ja yhteiselämässä on aina vaihteluja. Parhaiten selviytyvät ne parit, jotka hyväksyvät tämä tosiasian ja tavoittelevat kohti parempaa. Kriisi tarkoittaa sitä, että ei olla valmiita lähtemään kohti parempaa suuntaa. Ongelmien vuoksi ei kannata menettää kosketusta siihen, mikä on hyvää, vaan on osattava hyväksyä epätäydellisyys. (Alaja 1998:62.)

2.1.9 Parisuhteen hoitaminen

Parisuhteen solmiminen ja siihen sitoutuminen niin, että puoliset kohtaavat toisensa tyydyttävällä tavalla, on vaativa asia. Tärkeimmät asiat hyvässä parisuhteessa ovat luottamus, mo-

lemminpuolinen arvostus ja kunnioitus. Puolisoiden samanlaiset elämänarvot ovat Paajasen (2003) väestöliitolle tekemän perhebarometrin mukaan myös tärkeitä, mutta samanlainen sosiaalitausta ei tuo onnea. Puolisoiden aiemmat elämäkokemukset rakentavat suhdetta ja erilaisuuksien sovittamiseen tarvitaan jatkuvaa vuorovaikutusta. Tärkeintä on, että parit kykenevät ongelmista ja eroavaisuuksista huolimatta elämään omien ja toisten ongelmien kanssa. (Kumpula & Malinen 2007:53-54.)

Toimiva parisuhteen tärkein ydin on rakkaus. Toivo, usko, tahto, luottamus ja sitoutuminen ovat asioita joita tarvitaan, jotta suhde saadaan jatkumaan ristiriidoista ja eroavaisuuksista huolimatta. Puolisoilla tulee olla riittävästi tahtoa sitoutua ja kuunnella toista. Ymmärtää toisen tunteenpurkauksia, vaikka ne itsestä tuntuisivatkin liian ylimitoitetuilta. Hyvän vuorovaikutuksen ja etenkin tunnevuorovaikutuksen luominen puolisoiden välillä on toimivan parisuhteen ytimessä (Kumpula & Malinen 2007:54).

Jokainen ihminen peilaa aiempaa elämäänsä ja sieltä saamiaan lähtökohtia tulevaan elämäänsä ja parisuhteeseen. Odotuksiin vaikuttavat arvomaailmamme, yksilölliset kokemukset ja uskomuksemme. Se millaisia odotuksia meillä on parisuhteelta, ratkaisee sen kuinka tulemme onnistumaan suhteessa. Jokaisen tulisi olla tietoinen omista odotuksistaan sillä sen avulla voimme luoda toimivan ja onnistuneen parisuhteen. (Kumpula & Malinen 2007:55.)

Jokaisessa parisuhteessa on pettymyksiä ja yllätyksiä, jotka kuuluvat normaaliin elämään. Parisuhteen keston ja pysyvyyden kannalta on olennaista kuinka puoliset ratkaisevat ongelmat. Parisuhde on kasvun paikka. Kun suhteessa uskaltaa ottaa riskejä, saa samalla mahdollisuuksia. (Pukkala 2006:222.)

Toisen ja oman erilaisuuden ja erillisyyden kunnioittaminen ovat tärkeitä. Erillisyys ei merkitse emotionaalista etäisyyttä, välinpitämättömyyttä suhtautumista toiseen ihmiseen. Terveeseen erillisyyteen kasvanut ihminen kykenee intiimiin läheisyyteen. Terve emotionaalinen läheisyys syntyy siitä, kun on valmis kuuntelemaan muita ja heidän näkemyksiään. Puolisot voivat ajatella, tuntea ja uskoa eri tavoilla eikä ole tarvetta vakuuttaa, muuttaa tai rajoittaa toista. On hyvä jos kumpikin uskaltaa olla haavoittuva, voimakas, kyvykäs ja heikko. (Junkkari 2006:112.)

Parisuhde on kuitenkin avoin, tyhjä ja sopimukseton tila. Puolisoiden täytyy itse luoda oma suhteeseensa pelisäännöt. On selvitettävä, mitä rakkaus juuri tässä suhteessa tarkoittaa ja miten se saadaan kestäväksi. On uskallettava luottaa omiin ja toisen kykyihin. Onnellisessa parisuhteessa molemmilla on taito suhtautua toiseen kunnioituksella. Halu kertoa omasta sisimmästään, kuulla ja ymmärtää rakasta ihmistä (Porio 2007:165).

2.2 Seksuaalisuus parisuhteessa

Seksuaalisuus on ihmisen sisäinen fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen ominaisuus. Sen avulla jokainen voi löytää tavan elää ja olla olemassa, ilmaista itseään, ymmärtää elämää ja rakastaa. (Väestöliitto 2009.)

Onnellisessa parisuhteessa rakkaus näyttäytyy huomaavaisina tekoina ja sanoina, jotka ovat myös osoitus toisen arvostamisesta ja ihailusta. Onnelliisuutta luovat pienet huomionsoitukset arjessa. Seksuaalisuuden osoittaminen suhteessa tarvitsee läheisyyttä.

Onnistunut seksisuhde perustuu hellyydelle, jossa seksuaalisuus on sekä fyysistä että rakkauksen ilmentämistä. Tyydyttävässä seksuaalisuudessa on kyse antautumisesta toiselle, eikä vain oman nautinnon etsimisestä. Kun parit oppivat tuntemaan toisensa hyvin ja voivat ilmaista tunteitaan vapaasti ja avoimesti, sukupuolielämä vain paranee vuosien mittaan. (Määttä 2000: 45-59.)

Seksi suhteessa on iloa ja mielihyvää tuottava voimavara, joka antaa potkua parisuhteelle. Sitä kannattaa vaalia ja uudistaa, jotta sen voima suhteessa säilyy. Seksuaalisuus on myös valtava haaste suhteessa, sillä siihen ladataan paljon toiveita ja odotuksia. Näistä asioista puhuminen yhdessä auttaa löytämään yhteisen ymmärryksen seksuaalisesta läheisyydestä ja läsnäolosta. (Cacciatore ym.2006: 97.)

2.3 Lapsettomuus

Lapsettomuus eli infertiliteetti voidaan määritellä kyvyttömyydeksi tulla raskaaksi vuoden kestäneen, ilman ehkäisyä tapahtuneen sukupuolisuhteen aikana tai kyvyttömyydeksi hedelmöityä ja synnyttää lapsi. Lapsettomuus voi johtua joko miehestä, naisesta tai molemmista. Osalla lapsettomista syy jää tuntemattomaksi. (Salzer 1994:21.)

2.3.1 Lapsettomuuden vaikutukset parisuhteeseen

Lapsettomuus on kriisi, joka koskee hyvin intiimiä elämäneluetta eli parisuhdetta ja seksuaalisuutta. Lapsettomuus on kipeä ja tuskallinen kokemus, kun toiveet lapsen saamisesta eivät toteudu. Asia koskettaa kumpaakin puolisoa omalla tavallaan. Tilanne on turhauttava ja pelottava, koska se on hallitsematon asia. Lapsettomuus vaikuttaa kaikkiin pareihin eri lailla mutta vakaimmatkin liitot saattavat horjua lapsettomuuden paineiden alla. Mitä kauemmin prosessi kestää ja lasta odotellaan, sitä enemmän se saattaa vaikeuttaa suhdetta. Lapsettomuus koskee molempia puolisoita ja on tärkeää, että siitä ollaan samaa mieltä vaikka syy olisi toisessa osapuolella. Tärkeää on, että puoliset tukevat toisiaan ja vihan, masennuksen ja syyllisyyden tunteet jaetaan yhdessä. (Salzer 1994:106.)

Lapsettomuus koettelee yleensä enemmän naista jopa niin että siitä saattaa tulla pakkomielle. Miehet suuntaavat tässä tilanteessa energiansa työhön tai harrastuksiinsa. Tämä voi aiheuttaa puolisoiden välillä näkemuseroja jotka kasvattavat heitä erilleen. Mikäli lapsettomuutta hoidetaan hedelmällisyshoidoilla, on nainen se, joka joutuu käymään läpi raskaat tutkimukset ja hoidot. Naista voi harmittaa se, ettei miehen tarvitse kantaa tätä taakkaa. Tässä asiassa yhteinen vastuunkanto vähentää katkeruutta. Olisi tärkeää, että puoliset ymmärtäisivät että reaktiot asiaan voivat olla erilaisia eikä ole oikeaa tai väärää tapaa. Puolisoiden on hyväksyttävä se tosiasia että olemme erilaisia ja siksi reagoititapa voi olla erilainen kuin itsellä. Ongelmaksi asia muodostuu silloin, kun kumpikin osapuoli odottaa toisen käyttäytyvän haluamallaan tavalla ja mitätöidään ongelmat. Tärkeää on puhua avoimesti, kertoa toiselle tunteista ja ajatuksista ja osata tarvittaessa tehdä kompromisseja. (Salzer 1994:108-110.)

2.3.2 Lapsettomuus ja adoptio

Adoptioon ryhtyminen vaatii useimmilta pitkää ja vaikeaa psyykkistä valmistautumista, ennen kuin parit ottavat yhteyttä adoptioviranomaisiin. Aihe on hyvin arka monille pareille eikä siitä puhuta kaikkien kanssa. Tärkeä virstanpylväs lapsettomuuden hyväksymisessä on ongelmas-taan kertominen. Sen kertominen muutamille harvoille ja valituille voi olla suunnaton helpo-tus. Ennen adoptioprosessiin lähtemistä on hyvä käydä surutyö läpi, jotta hyväksyy mielessään biologisen lapsettomuuden. On osattava luopua biologiseen lapseen kohdistuvista mielikuvis-ta. Parien on myönnettävä nämä mielikuvat ja keskusteltava niistä. Surutyöhön kuuluu lapset-tomuuden ja siihen mahdollisesti liittyvien traumojen hoitaminen. Suremalla ja löytämällä ratkaisu suruun päästään kuitenkin eteenpäin. (Salzer 1994:359.)

Hyväksyminen tarkoittaa sitä että kohtaa lapsettomuuden tosiasiana ja on päättänyt ottaa seuraavan askeleen elämässä. Biologinen lapsettomuus ei ole aina menetys, se voi olla myös mahdollisuus. Tärkeintä on että parit eläisivät tasapainoista elämää ja olisivat tyytyväisiä ratkaisuunsa vielä vuosienkin jälkeen. Kun parit ovat hyväksyneet lapsettomuuden, heillä on enemmän voimia panostaa tulevaan lapseen ja kiintymyssuhteen luomiseen.

On todettu että lapsettomuuden läpikäyneillä pareilla on itse asiassa erityisen hyvät valmiu-det tulla erinomaisiksi adoptiovanhemmiksi. Koska he ovat käsitelleet oman menetyksensä, he ymmärtävät muita paremmin lapsen menetyksen ja hylätyksi tulemisen tunteita. (Salzer 1994:344.)

2.4 Adoptio

Adoptio merkitsee lapseksiottamista. Se on oikeudellinen toimenpide, joka tarkoittaa biologi-sen vanhemman oikeuksien ja velvollisuuksien siirtymistä adoptiovanhemmille. Lähtökohtana adoptiolle on aina lapsen etu, lapselle etsitään vanhempia ja kotia. (Interpedia 2009.)

2.4.1 Adoptioprosessi

Adoptiopäätöksen tekeminen voi olla parille helppo tai vaikea asia. Ennen päätöstä parit ovat joutuneet kohtaamaan vaikeita asioita. Adoptioprosessi on monivaiheinen ja pitkä prosessi joka voidaan jakaa neljään vaiheeseen: Adoptioneuvonta, adoptioluvan hakeminen, odotusvaihe ja seurantavaihe. Adoptoiminen edellyttää adoptioneuvontaa, jota voi saada sosiaalivierastosta ja Pelastakaa Lapset ry:stä. Adoptioneuvonnan aikana kartoitetaan ottolasta halua van edellytykset ja valmiudet adoptiovanhemmuuteen. Ottolapsineuvonnan tarkoituksena on lapsen edun turvaaminen (Kestilä 2007:11). Neuvonta valmentaa vanhempia uuteen elämäntilanteeseen ja vanhemmuuteen sekä luodaan valmiuksia vanhemmuuden kehittymiseen ja kehittämiseen. Adoptioneuvonnassa vanhemmuutta käydään läpi enimmäkseen perheen yksilöllisistä lähtökohdista. Vanhemmuutta tarkastellaan hakijoiden ideologisista lähtökohdista ja heidän kokemuksiansa kautta. (Lehto 2008:15.)

Neuvonta on lakisääteistä. Neuvonta kestää 6-12 kk ja sen yhteydessä laaditaan kotiselvitys. Saatuaan kotiselvityksen hakijat hakevat adoptiolupaa adoptiolautakunnasta. Adoptioluvan myöntämisen jälkeen, valitaan kohdemaahan, joka valitaan hakijoiden omien toiveiden ja edellytysten pohjalta. (Interpedia 2009.)

Tämän jälkeen hakemukset lähetetään valittuun kohdemaahan paikalliselle palvelunantajalle. Hakemuksien siirryttyä ulkomaille alkaa odotusvaihe, joka kestää kohdemaasta riippuen 1-3 vuotta. Tämän vaiheen aikana kaikki tapahtuu ulkomaisen palvelunantajan tahdissa. Ensimmäinen tieto, joka kohdemaasta saadaan, on tieto hakijoiden hyväksymisestä tai hylkäämisestä. Seuraavaksi saapuu tieto lapsesta, jonka jälkeen vanhemmat voivat aloittaa matkajärjestelyt lapsen noutamiseksi kotiin. (Interpedia 2009.) Lapsen saavuttua kotiin adoptioprosessi jatkuu seurantavaiheena. Sosiaalityöntekijät seuraavat perheen sopeutumista tekemällä kotikäyntejä ja laatimalla seurantaraportteja.

2.4.2 Adoptiovanhemmuus

Lapsen tulo tekee hakijoista vanhempia. Adoptiovanhemmuudessa on kyse uuden ihmisen hyväksymisestä, vastaanottamisesta ja rakastamisesta sellaisenaan kuin hän on. (Lehto 2008:38.) Vanhemmuutta on tutkittu ja analysoitu paljon, se on hyvin laaja-alainen termi. Mielestäni Tammisen(2002:5) määritelmä että vanhemmuus on lapsen ja aikuisen välinen vuorovaikutussuhde, sopii adoptiovanhemmuuteen. Mahdollisuus olla vanhempi riippuu aina lapsesta ja vain lapsen saaminen tekee aikuisesta vanhemman. Käsitteellä vanhemmuus tarkoitetaan yleensä isänä ja äitinä olemista.

Adoptiovanhemmaksi ei tulla vahingossa tai ei-toivotusti, vaan se on pitkän pohdinnan, itsereflektion ja monenlaisten vaiheiden tulos (Kestilä 2007:24). Adoptiovanhemmat ovat käy-

neet läpi lapsettomuuden, jonka vuoksi lasta on odotettu useita vuosia. Adoptiopäätöksen tehtyään adoptiovanhemmilla alkaa lapsen odotus, jossa he käyvät läpi kolme raskausvaihetta yhden sijaan.

1. Siirtymä vanhemmuuteen, äidiksi ja isäksi tulo. Siirrytään uuteen elämänvaiheeseen, jossa kahdesta aikuisesta tulee perhe.

2. Adoptiovanhemmuus. Perheenlisäys ja vanhemmaksi tulo tapahtuu eri tavalla kuin normaalisti.

3. Erilaisen lapsen vanhemmuus. Kansainvälisessä adoptiossa perheeseen tuleva lapsi on erinäköinen kuin vanhempansa ja erottuu aina valtaväestöstä. Erilainen vanhemmuus pakottaa pohtimaan itsestäänselvyyksinä pidettyjä asioita uudelleen. (Kats & Kranck 1989:11.)

Adoptiossa lapsen suunnittelu ei ole yksinomaan kahden ihmisen välinen asia, vaan suunnittelussa ovat mukana useat viranomaiset ja organisaatiot. Maarit Peltoniemi - Ojalan (1999:37) mukaan adoptio on erilainen perheen perustamismuoto siksi että, siinä vanhemmilla korostuu vastuu lapsen kasvatuksesta.

Adoptiovanhemmuutta odottava käy läpi monenlaisia tunteita ja heidän on hyväksyttävä tosiasia, että heistä tulee vanhempia, muttei biologisia vanhempia. Vanhemmuus on samanarvoista, muttei välttämättä samanlaista, sillä vanhemmuuteen ei kasveta ”luonnostaan” (Kats & Kranck 1989:22).

Adoptiovanhemmuudessa kummallakin puolisoilla on tasa-arvoinen asema, sillä kummatkin käyvät läpi samanlaisia tunteita ja molemmilla vanhemmilla on mahdollisuus hoitaa lasta (Peltoniemi - Ojala 1999:34-35).

Leila Pölkky - Pieksän (1999:75-76,89) tutkimuksesta ilmenee, että adoptiovanhemmuus poikkeaa osaltaan muusta vanhemmuudesta, vaikka niillä on paljon yhtäläisyyksiä. Vanhemmat pitävät itseään etuoikeutettuna koska he ovat saaneet valmiin lapsen, mutta muut vanhemmat kokivat olevansa tavallisia vanhempia niin kuin muutkin.

Ympäristö asenteineen odottaa adoptiovanhemmilta enemmän. Biologisella vanhemmuudella on yhteiskunnassamme vahva ”oikean” vanhemmuuden leima ja adoptiovanhemmuuden katsotaan olevan toissijainen vaihtoehto, jos ”omia” lapsia ei voida saada. Tämä on asia joka tuo parisuhteeseen lisää paineita, jotka on vain osattava käsitellä (Kestilä 2007:24-25).

Seija Sihvonen (2002:43) pitää vanhemmuuden kantavana voimana parisuhdetta. Kestävä ja toimiva parisuhde on vanhemmuuden voimavara. Lehdon(2008:28) mielestä vanhemmuutta ei

voida arvioida tai määritellä vanhempien keskinäisillä suhteilla. Hän pitää vanhempien ja lapsen välistä suhdetta relevantimpana tarkastelun kohteena. Vanhemmuutta on tärkeä tarkastella myös yksilötasolla. Adoptioon ovat oikeutettu yksinhakijat, jotka rakentavat vanhemmuuden yksin. Myös avioerojen lisääntymisen tuloksena vanhemmuus saa uuden ulottuvuuden. Vanhemmuutta voidaan pitää näin yksilöllisenä, lapsen ja vanhemman välisen suhteen kehittymisenä. Vanhempien eri roolit muovaavat myös vanhemmuutta. Sukupuolikysymykset ovat myös yksilöllisen vanhemmuuden muovaavia tekijöitä.

2.5 Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys

Ratkaisukeskeinen lähestymistapa tarkoittaa tietynlaista asennetta ongelmallisiin ja vaikeisiin tilanteisiin. Ratkaisukeskeisyys pyrkii tavoitteiden, ratkaisujen ja päämäärien löytämiseen. Siinä ihmisten haasteisiin ja pulmiin etsitään luovia ratkaisuja, korostamalla voimavaroja, toiveikkuutta, edistystä ja yhteistyötä. Ihminen itse nähdään oman elämänsä parhaana asiantuntijana ja sen kehittäjänä. (Katajainen & Lipponen & Litovaara 2003:14.)

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys voidaan nähdä laajemmin ajattelutapana ja maailmankatsomuksena (Vilén ym. 2002: 124). Ratkaisukeskeisessä ajattelussa ihmiskäsitys on myönteinen: ongelmien ratkaisemisessa käytetään yksilön kykyjä ja voimavaroja. Ajatuksena on että kaikkiin ongelmiin löytyy ratkaisu. (Tarkkanen 1990:39.)

Ratkaisuja lähdetään etsimään arjen pienistä askareista. Pyritään tukemaan toisin toimimista eikä sinällään ongelman pois sulkemista. Vahvuuksien esille nostaminen on erityisen tärkeää asiakkaiden kanssa. Toiminnan muuttumista parempaan suuntaan voidaan tarkastella tavoitteiden saavuttamisen näkökulmasta. Pienet edistymiset tavoitetta kohti on helppo havaita käytännöllisen näkökulman avulla. (Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007: 122-124 ; Onnismaa ym. 2000a: 49-55; Särkelä 2001:64-65.)

Keskeisinä ratkaisukeskeisyyden kehittäjinä nähdään muun muassa Steve De Shazer, Insoo Kim Berg ja Elam Nunally. Suomeen ratkaisukeskeinen ajattelu- ja toimintamalli on rantautunut 1970-luvun puolivälissä. Suomessa sosiaali- ja terveysalantyöntekijät ovat edistäneet menetelmän asettumista meille. (Hirvihuhta ym. 2003: 64; Vilén ym. 2002:123.) Ratkaisukeskeisyyden tuntemusta ja tuntemusta pyrkivät lisäämään Suomessa myös Ratkes - ratkaisu- ja voimavaruusajattelun menetelmien edistämisyhdistys.

Ratkaisukeskeisyyttä tavoitellessa voidaan hyödyntää 12 askelta, jotka kuvastavat keskeisiä toimintaperiaatteita ja tausta-ajatuksia:

1. Asiakasohjautuvuus. Lähtökohtana on asiakkaan/ ihmisen maailmankuva, johon vaikuttavat uskomukset ja toivomukset.
2. Kunnioitus. Jokainen ihminen on oman elämänsä asiantuntija.

3. Luottamus asiakkaan/ ihmisen voimavaroihin ja kykyihin.
 4. Asiakkaan/ ihmisen oma vastuu elämästään.
 5. Tavoitteellisuus ja tavoitteiden yhdessä määrittäminen on työskentelyn perusta.
 6. Toiveikkuuden ja myönteisen näkökulman etsiminen ja näkeminen vaikeuksista huolimatta.
 7. Keskittyminen edistymiseen, onnistumisiin, uusiin vaihtoehtoihin ja ratkaisuihin.
 8. Käytettävä kieli luo todellisuutta, mikä ohjaa valitsemaan puheessa sellaisia sanoja, jotka tukevat yhteisymmärrystä ja ilmaisevat mahdollisuuksia
 9. Muutos on väistämätön ja myönteisen muutossuunnan löytäminen sekä myönteisten tapahtumien lisääminen tukee tavoitteeseen pääsemistä
 10. Myönteinen palaute ja ansionjako
 11. Yhteistyö perustuu avoimeen vuorovaikutukseen ja ajatusten vaihtoon
 12. Työntekijä tunnistaa muutosta luovia voimia ja vahvistaa niitä.
- (Vilèn ym. 2002:124-134.)

Ratkaisukeskeisillä, avoimilla kysymyksillä pyritään muodostamaan ja tukemaan uusia mahdollisuuksia ja näkökulmia. Mitä, Mikä, Missä, Milloin, Miten ja Kuka- kysymysten käyttö tukee hyvien motiivien ja yhteisymmärryksen syntymistä. Kysymyksiä käytetään selventämään, tavoitetta, tilannetta ja yhteistoimintaa sekä nostamaan esille myönteisiä poikkeuksia. Niillä täydennetään toisen huomioonottamista ja kuuntelua. (Hirvihuhta ym. 2003: 101-117.) Ratkaisukeskeiset kysymykset korostavat hyvää tulevaisuutta ja toimintaa. Tavoitteellisuus tulee esille kysymyksissä. Kysymyksissä ei kuitenkaan jätetä käsittelemättä ongelmaa vaan selvitetään, millä tavoin asia on asiakkaalle/ihmiselle ongelma. Painotetaan kuitenkin mahdollisuutta ongelmien ratkaistavuudesta. Voimavaroja lähdetään etsimään kysymällä jo olevista voimavaroista sekä selvittämään mitä voimavaroja vielä tarvitsee. (Vilèn ym. 2002:126.)

Ratkaisukeskeinen työskentely onkin molemmille osapuolille tasavertainen, korostaen vuorovaikutusta ja yhteistyötä. Ratkaisukeskeinen ajattelu painottaa luottamusta asiakkaaseen/ ihmiseen, siihen että asetettuihin muutoksiin ja tavoitteisiin pyrittäessä ovat riittävät taidot. Ajatuksia lukkiuttaa aikaisemmat epäonnistuneet ratkaisuyritykset, jotka estävät taitojen käyttämisen. (Hirvihuhta ym. 2003: 15.) Kysymykseen tuleekin taitojen löytäminen ja esiintuominen, niiden käytössä kannustaminen ja tukeminen. Tämä onnistuu ratkaisukeskeisten kysymysten ja keskustelutavan avulla. Motivoitaessa tavoitteen toteuttamiseen on sanoilla merkitystä. Jokainen tulkitsee itselle sanotut sanat, jotka vaikuttavat mielikuvaan esimerkiksi siitä, miten mahdollisena pitää omia kykyjään ja taitojaan. (Hirvihuhta ym. 2003: 15, 33-35, 46-47.)

Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys näkyy tässä työssä näkökulmana että jokaisessa parisuhteessa on taitoja, joita parit voivat kehittää, opettaa ja oppia. Suhteessa on mahdollisuus kehittyä ihmisenä, kehittää suhdetaitoja ja avoimuutta, ja onnistuessaan suhde tarjoaa lisäksi

mahdollisuuden korjaaviin ja kannustaviin kokemuksiin. Parisuhde nähdään aina mahdollisuutena, mikäli puolisoilta löytyy tarpeeksi tahtoa sitoutua suhteeseen Toimiva suhde, jossa kummallakin puolisoilla on hyvä olla on tavoite, jonka vuoksi kannattaa työskennellä. Ratkaisukeskeisyys adoptiotyössä auttaa pareja löytämään ja vahvistamaan omia voimavaroja prosessin aikana ja auttaa heitä kehittämään toimivan parisuhteen.

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

3.1 Tutkimusongelmat

Tutkimukseni kohteena on adoptiovanhempien parisuhde. Parisuhde itsessään on aiheena hyvin tutkittu aihe. Adoptioprosessin läpikäyneiden pariin näkökulma muuttaa parisuhteen olemusta merkittävästi. Adoptioon päädytään silloin, kun biologisen lapsen saanti jostain syystä on estynyt. Prosessi vaatii parisuhteelta voimavaroja, joskus jopa niin paljon että itse suhteen hoitaminen unohtuu. Se miten parit kokevat parisuhteensa, on kuitenkin subjektiivinen kokemus, johon vaikuttavat suhteen sisäiset pelisäännöt, odotukset ja toiveet. Parisuhdeasioiden käsittely on suhteen ja koko perheen kannalta ensiarvoisen tärkeää.

Tutkimuksessani on ollut neljä teemaa: parisuhde, lapsettomuus, seksuaalisuus ja adoptioprosessi.

Tutkimuksessani olen perehtynyt adoptiovanhempien omiin käsityksiin ja kokemuksiin adoptioprosessin vaikutuksesta parisuhteeseen. Mielestäni juuri yksilöiden omat ja henkilökohtaiset kokemukset ovat aina ainutlaatuisia. Vertaan adoptiovanhempien parisuhdetta ns. biologisen lapsen saaneiden ihmisten parisuhteeseen, johon myös tutkimukseni teoria pohjautuu.

Opinnäytetyössäni tutkin seuraavia ongelmia:

1. Millaisia käsityksiä pareilla on parisuhteestaan?
 - Mitä taitoja parit tarvitsevat parisuhteessaan?
 - Miten seksuaalisuus ilmenee suhteessa ja miten pidätte sitä yllä?
2. Miten lapsettomuus vaikuttaa adoptiovanhempien parisuhteeseen?
 - Miten seksuaalisuus suhteessa ilmenee ja miten pidätte sitä yllä?
3. Miten adoptioprosessi vaikuttaa parisuhteeseen?
 - Mitkä asiat ovat auttaneet pareja jaksamaan adoptioprosessin?

3.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkielmani on laadullinen tutkimus eli kvalitatiivinen tutkimus, koska työni pyrkii kuvaamaan ihmisten käsityksiä. Lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen. Kvalitatiivisessa aineistossa on ajatuksena että yksityisessä toistuu yleinen. Tutkimalla pientä määrää tarkasti saadaan näkyviin se, mikä on merkittävää. (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 1997: 181.) Laadullisen tutkimuksessa tavoitteena ei ole totuuden löytäminen tutkittavasta asiasta, vaan ihmisen toiminnan selittämistä aineistosta löytyvien tulkintojen avulla (Vilka 2005:98).

Laadullisessa tutkimuksessa yleisempiä aineistonkeruumenetelmiä ovat haastattelu, havainnointi, kysely sekä erilaisiin dokumentteihin, kuten elämänkertoihin, perustuva tieto. Menetelmiä voi käyttää yksittäin, eri tavoin yhdisteltynä sekä rinnakkain (Tuomi & Sarajärvi 2003:73-79). Valitsin tutkimukseni aineistonkeruumenetelmäksi puolistrukturoidun teema-haastattelulomakkeen.

Neljässä tutkimushaastattelussa nousi esille samantyyllisiä asioita ja kvalitatiivinen aineisto voidaan nähdä riittävänä silloin, kun asiat alkavat kertautua. (Hirsjärvi ym. 1997:181.) Eskola ja Suoranta (1996) kirjoittavat, että vastauksia tarvitaan sen verran, kuin aiheen kannalta on välttämätöntä. Näenkin, että neljä haastateltavaa vastasi tutkimuskysymyksiini riittävästi.

Kaikissa tutkimuksissa, kuten myös omassa opinnäytetyöhöni kuuluvassa tutkimuksessani, pyritään objektiiviseen ja luotettavaan tiedonhankintaan. Laadullisessa tutkimuksessa, varsinkin pienen otannan ollessa kyseessä, saatu materiaali ja tieto eivät ole yleistettävissä, mutta se mahdollistaa johtopäätösten tekemisen koskien adoptiovanhempien parisuhdetta. Pieni määrä haastatteluja ei tuota tilastollisesti merkittävää aineistoa mutta avaa syvemmälle tutkimuskysymyksiä kuin kvantitatiivinen tutkimus. Ratkaisevaa ei ole aineiston koko vaan tulkintojen kestävyys ja syvyys. (Tuomi & Sarajärvi 2003:87.)

3.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu

Tein ensimmäisen tutkimushaastattelupyyntölomakkeen huhtikuussa v.2008, joka jaettiin adoptiovanhempien ”tahdolla ja taidolla” parisuhdekurssilla. Kurssi oli tarkoitettu niille pareille, jotka haluavat kehittää omaa parisuhdettaan ja vuorovaikutustaan paremmaksi. Kursseille osallistuvat parit ovat adoptioprosessissa olevia pareja. Kurssi oli pareille maksullinen ja he olivat hakeutuneet sinne vapaaehtoisesti.

Tutkimus olisi suoritettu teemahaastattelulla, sillä vain siten saisin syvällisempää tietoa tutkittavista aiheista. Teemahaastattelu olisi ollut tutkimusongelmien intiimin luonteen vuoksi muihin menetelmiin paras vaihtoehto. (Hirsjärvi & Hurme 2000:35.) Kun vastausaika päättyi, en ollut saanut yhtään vastausta. Olin varautunut tilanteeseen että vastauksia ei tule, sillä aihe on hyvin herkkäluontoinen ja henkilökohtainen.

Toisen tutkimusaineiston keruumenetelmäksi valitsin puolistrukturoidun teemahaastattelu lomakkeen. Lomakkeessa kysymykset olivat avoimia, teemoittain eteneviä ja niissä käytettiin pohjana voimavara- ja ratkaisukeskeistä ajattelutapaa. Avoimien kysymysten tavoitteena on saada vastaajilta spontaaneja mielipiteitä, tästä syystä vastausten analysointi ja käsittely ovat työläämpiä (Vilka 2005:86-87). Eskolan ja Suorannan(1998:87) mukaan puolistrukturoidussa lomakkeessa kysymykset ovat kaikille samat, mutta vastaaja voi vastata niihin omin sanoin. Laadin kysymykset tutustumalla teoriaan, joiden pohjalta sitten kokosin lomakkeen. Lomakkeen mukana oli myös saatekirje (Liite 2), jossa kerroin kyselyn tarkoituksesta ja mihin ja milloin se on palautettava.

Lomake on suunniteltava huolellisesti, jotta aineisto saadaan nopeasti tallennetuksi ja analysoitavaksi. Lomakkeen on oltava selkeä ja kysymykset ovat ymmärrettävissä, vastaajista riippumatta. Kyselytutkimuksella on myös omat heikkoutensa. Ei voida varmuudella sanoa, kuinka vakavasti ja huolellisesti on vastattu kysymyksiin. Samoin ei tiedetä, kuinka vastaajat ovat ymmärtäneet kysymykset ja ovatko he tarpeeksi perehtyneitä asioihin, joihin he ovat vastanneet. Lomakkeen laatiminen vie tutkijalta aikaa ja se edellyttää hyvää perehtyneisyyttä aiheeseen. Vastausprosentti voi koitua ongelmaksi, jos vastaajat eivät ole viitsineet tai muistaneet palauttaa vastauslomakkeita. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 1997: 182, 191.)

Lähetin haastattelulomakkeita (Liite 3) kymmenen kappaletta adoptiovanhemmille, joilla oli adoptiolapsi/lapsia. Haastateltavani löytyivät verkostojen kautta ja he suostuivat etukäteen vastaamaan tutkimukseen. Lähetin aineiston postitse tutkittaville 6.4.2009. Vastausaikaa oli kolme viikkoa. Lomakkeen mukana oli vastauksen palautuskuori, jossa postimaksu oli maksettu, tarkoituksena oli tehdä aineiston takaisin saaminen tutkittavalle helpoksi. Vastaukset pyysin lähettämään 28.4.2009 mennessä.

Sain lomakkeita takaisin ainoastaan neljä kappaletta, mutta päätin tehdä tutkimukseni näiden vastausten perusteella. Lomakkeissa ei käynyt ilmi sukupuoli eikä ikä, sillä niillä ei ollut mielestäni merkitystä. Tämä olisi voinut paljastaa liikaa vastanneiden henkilöllisyyttä, joka taas olisi voinut vaikeuttaa vastaamista.

Vastaajilla kaikilla oli yksi tai useampi adoptiolapsi ja lapset olivat olleet perheessä 4,5 -10 vuotta. Kaikilla vastanneilla oli 5 - 10 vuotta kestänyt parisuhde takana, kunnes perheeseen oli saatu adoptiolapsi.

3.4 Aineiston käsittely ja analyysi

Analyysimenetelmänä opinnäytetyössäni käytin teoriasidonnaista sisällönanalyysia. Menetelmä sopii hyvin tämän työn aineiston käsittelyyn, koska tarkoituksena oli selvittää vanhempien kokemuksia. Aineistolähtöisen analyysin ongelmia voidaan pyrkiä ratkaisemaan teoriasidonnaisessa analyysissä. Teoria toimii apuna analyysin etenemisessä, myös teoriasidonnaisessa ana-

lyysissa. Analyysiyksiköt valitaan aineistosta, mutta aikaisempi tieto ohjaa tai auttaa analyysia yhdistymään. (Tuomi & Sarajärvi 2003: 98-99.)

Tutkimuksen analyysiin kuuluvat aineiston kuvaaminen, luokittelu ja yhdistäminen sekä lopuksi vielä löydösten selitys. Laadullisen tutkimuksen analyysi pyrkii aineiston ymmärtämiseen. (Hirsijärvi ym. 2007: 218- 219.) Tutkimuksen kysymykset jaettiin teemoihin, joiden alle vastaukset sijoitettiin. Teemat syntyivät työni viitekehystä.

Aineiston pelkistämässä analysoitava informaatio pelkistetään siten, että tutkimukselle epäolennainen informaatio karsitaan pois. Tätä ohjaa tutkimustehtävä, jonka mukaan aineistoa pelkistetään kirjoittamalla puhtaaksi sille olennaiset ilmaukset. (Tuomi & Sarajärvi 2003: 111.)

Ryhmittelyä seuraa aineiston teoreettisten käsitteiden luominen eli käsitteellistäminen. Tämä tarkoittaa tutkimuksen kannalta olennaisen tiedon sekä valikoidun tiedon pohjalta teoreettisten käsitteiden muodostamista. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yhdistellään käsitteitä, jolloin saadaan vastaus tutkimustehtävään. Sisällönanalyysi perustuu päättelyyn ja tulkintaan. Se on ikään kuin prosessi, jossa tutkija muodostaa yleiskäsitteiden avulla kuvauksen tutkimuskohteesta. Tuloksissa kuvataan luokittelujen pohjalta muodostetut käsitteet ja niiden sisällöt. (Tuomi & Sarajärvi 2003: 114-115.)

4 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Olen käsitellyt aineistoa neljän teeman avulla: lapsettomuuden, seksuaalisuuden, parisuhteen ja adoptioprosessin näkökulmasta. Tässä luvussa käsitelen haastatteluista nousseita asioita, jotka ovat edenneet näiden teemojen varassa.

Tutkimukseni kohdejoukkona ovat adoptiovanhemmat, jotka ovat käyneet läpi adoptioprosessin. Lähtökohtana ovat tämän erityisyyden vaikutukset parisuhteeseen. Adoptioprosessi on keskeisenä teemana tässä työssä, koska siitä löytyy paljon erilaisia elementtejä verrattuna biologisen lapsen saaneiden vanhempien parisuhteeseen.

4.1 Parisuhde on taitolaji

Parisuhde on monille ihmiselle elämän merkittävin ihmissuhde. Se on taitolaji, joka vaatii pareilta hyväksymistä, kuulluksi tulemistä, sitoutumista ja asioiden ennakoitua. (Cacciatore ym.2006.)

Lapsettomuuden toteaminen ja adoptioprosessin läpivieminen vaativat aikaa ja siksi odotus voi venyä pitkäksi. Parisuhde teemasta nousi esiin kaksi osa-alueita: parinaelämisen- ja yksilölliset taidot. Ihmisen yksilöllisyys ei ollut alun perin tutkimuskohteenani, mutta päätin ottaa sen esille tässä osiossa. Jokainen ihminen tuo suhteeseen oman persoonan ja erilaisuus tekee siitä mielenkiintoisen. Ymmärtääkseen paremmin puolisoa on tärkeää tiedostaa suhde itsen. Itsensä rakastaminen ja itsestään huolehtiminen, parantaa ihmissuhteita (Fisher & Hart & Kiianmaan 1997:6).

4.1.1 Parina elämisen taidot

Tutkimukseeni vastasi neljä henkilöä, jotka olivat adoptiovanhempia. Perheissä on ollut adoptiolapsi/lapsia 5-10 vuotta eli siinä mielessä he olivat varsin homogeeninen joukko. Parisuhteet olivat kestäneet 7-10 vuotta, ennen kuin lapsi oli tullut perheeseen. Haastateltavat ovat maininneet varsin samanlaisia tekijöitä parisuhteen tärkeiksi asioiksi ja ne ovat samoja asioita joita heillä on omassa suhteessaan. Näitä olivat luottamus, turvallisuus, kunnioitus, välittäminen, avoimuus ja toisen kuunteleminen.

” Luottamus toiseen niin että uskaltaa avautua ja puhua kaikista asioista”

Parisuhteelle on tärkeä turvallisuus, luottamus jatkuvuuteen ja sitoutuminen. Turvallisuus aikuisten suhteissa rakentuu toisen emotionaalista saatavilla olost. Parien samankaltaisuus ja tuttuus näyttävät liittyvän turvallisuuden tunteeseen. Rehellisyyden on kerrottu lisäävän turvallisuuden tunnetta. Tärkeää on asioiden rehellinen kertominen vaikka teot olisivat loukkaavia.

Tunneyhteyden luominen ja sen kohtaaminen tunnetasolla on luottamuksen kannalta tärkeää. Luottamuksen ja uskon rakentaminen kestää vuosia ja vaatii vuosien yhteisiä kokemuksia ja toimivaa vuorovaikutusta. Ilman luottamusta suhteen intiimiys ei toteudu eikä suhteessa tapahdu kasvua. Toimivassa parisuhteessa on riittävästi jaettuja kokemuksia, yhteisiä arvoja ja merkityksiä. (Malinen & Kumpula 2007: 55.)

Kaikki haastateltavat olivat olleet suhteissaan jo vuosia, joten luottamus toiseen oli jo rakentunut. Konkreettisesti tämä näkyi haastateltavieni mukaan siinä että ”uskaltaa olla suhteessa oma itsensä ja tunteenpurkaukset saavat tulla omalla ajallaan ja erilaiset tunteenilmaisut

ovat suhteessa sallittuja”. Suhteessa mielipiteitä, tarpeita, pelkoja ja toiveita ilmaistiin keskustellen ja huutamalla. Kunnioitus ja välittäminen näkyivät arjessa pieninä huomionsoituksina.

Parisuhteissa tulee ongelmia ja huolia, niistä keskusteltaessa tulisi säilyttää ystäville tyypillinen tapa vaihtaa ajatuksia. Gottman puhuu aviollisesta ystävyydestä, jossa muistetaan toiselle tärkeät asiat, kunnioitetaan ja huomioidaan toista. Hyvän tunneilmapiirin luominen vaatii luottamusta ja uskoa toiseen ihmiseen, joka vaatii huolehtimista. Pienet huomionsoitukset ja rakkauden tekeminen näkyväksi vahvistavat positiivista ilmapiiriä. (Kumpula & Malinen 2007:55-59.)

Tunneilmapiiri:” Sen vain aistii, ei ole jännitteitä, on hyvä ja helppo olla”

Haasteltavillani kaikilla oli näkemys positiivisesta tunneilmapiiristä suhteessa. He kokivat omissa suhteissaan sen asiana jonka tuntee ja aistii, kun se on positiivinen. Sen voi myös aistia, mikäli se ei toimi.

Parhaimmillaan parisuhteen positiivinen tunneilmapiiri antaa parille suojan vaikeuksia vastaan. Ulkopuolelta tulevaa stressiä voidaan purkaa keskustelemalla ilman että asioihin sotkeaan parisuhteeseen liittyviä ongelmia. (Kumpula & Malinen 2007: 86-87.)

Gottmanin toimivan parisuhteen ensimmäinen taso rakentuu ystävyydelle. Toinen taso seuraa, mikäli parisuhteen ystävyys toimii. Toinen taso on parisuhteen positiivisen ilmapiirin luominen, yllötteen saaminen negatiivisesta tunnetilasta. Positiivinen ilmapiiri vaikuttaa parisuhteen kriittisiin puoliin ja mahdollistaa onnistuneen parisuhteen. Positiivinen ilmapiiri näkyy mahdollisten henkilökohtaisten unelmien, toiveiden ja halujen toteuttamisena. Puoliso tukee toisen unelmia vaikka ne eivät koskaan toteutuisikaan. (Kumpula & Malinen 2007: 16-17.)

Vuorovaikutussuhde on kahden aikuisen ihmisen tärkein elementti, jolle parisuhde rakentuu (Malinen & Alkio 2004:7). Hyvä vuorovaikutus on toisen kuuntelemista ja kuulluksi tulemistä. Hyvän vuorovaikutuksen avaimia ovat aitous, itsensä hyväksyminen, myönteisyys ja kiinnostuneisuus. Toimiva vuorovaikutus tuottaa iloa molemmille sen osapuolille.

” Me pidämme yllä hyvää vuorovaikutusta kuuntelemalla, antamalla toiselle puheenvuoroja, ottamalla toisen mielipiteet huomioon”

Toimiva ja onnellinen parisuhde edellyttää hyviä kommunikaatiotaitoja. Parisuhteen toimivuuden kannalta yhteisen ”kielen”, vuorovaikutuksen opettelu ja puolison kuuntelu ovat tärkeitä. (Paajanen 2003:92.)

”Parisuhteessa on osattava tehdä kompromisseja, puhuttava, kuunneltava, riidellä ja sovittava. Vuosien mittaan ihminen muuttuu ja toinen voi muuttua vieraaksi jos ei jaa asioita”

Gottmanin (2007:15-17) mukaan onnellisissa liitoissa parit käsittelevät ristiriitojaan myönteisesti ja lempeästi. Riitojen aikana tulisi säilyttää positiivinen perusvire, arvostava ja kunnioittava suhtautuminen toiseen.

”On puhuttava suoraan sanomista ei pidä säikkyä, jos pahoittaa toisen mielen on kerrottava ettei ollut tarkoitus ja on hyvä pyytää anteeksi”

Puolisoa kohti kääntyminen tarkoittaa, että pyritään emotionaaliseen yhteyteen, se voi olla hymy, halaus tai tahto kuunnella toista. Gottman on tutkimuksissaan osoittanut, että jatkuva poispäin kääntyminen vahingoittaa parisuhdetta. Suhteessa puolisoa kohti kääntyminen lujittaa suhdetta, ystävyyttä ja romantiikkaa. Keskustelun korjaaminen vaikeissa kohtaamistilanteissa voi olla anteeksipyyntö tai hymy. Kun puoliset ovat toisilleen vastaanottavaisia, heidän suhteensa on onnellisempi ja lujempi. (Gottman 2007: 17.)

Kaikki haastateltavat olivat lähes yksimielisiä niistä asioista, joista heillä tulee erimielisyyksiä suhteessa.

”Ristiriitoja tulee ajankäytöstä, töistä, molempien odotuksista, jotka eivät ole yhteneviä. Huonosti toimivasta seksisuhteesta”

Arjen yhteensovittaminen aikatauluineen ei ole helppoa ja siksi ne vaativat kummaltakin osapuolelta kompromisseja. Pukalan (2006:222) tutkimuksessa jokaisessa suhteessa on vaikeita ja hyviä aikoja. Parisuhteen keston kannalta on tärkeää, kuinka parit kykenevät ratkaisemaan ongelmiaan.

Lapsen saaminen vaikutti parisuhteeseen eri lailla. Kaikki haastateltavat olivat tietenkin onnellisia lapsen saamisesta. Lapsi laitettiin etusijalle elämässä, mikä vaikutti parisuhteen kahdenkeskiseen aikaan. Ajankäytöstä ja yhteisen ajan puutteesta tuli ongelmia ja riitoja. Yksi haastateltava koki väsymystä ja pelkoa, siitä miten selviäisi lapsen kanssa.

Prosessin vaikutukset suhteeseen koettiin erilalla. Yksi koki prosessin kaiken kaikkiaan positiivisesti. Yhden mielestä prosessi oli vaikea ja mullisti koko parisuhteen.

Haastateltavieni vastauksissa oli nähtävissä asioiden erilaisia ratkaisumalleja. Tärkeimpänä he toivat esille kuitenkin keskustelun ja asioiden käsittelyn. Ratkaisukeinoina oli riitely, vaikeaminen, kävelylenkki ja vaihtoehtojen punnitseminen. Kävelylenkki toimi rauhoittumisena, minkä jälkeen asiat puhuttiin. Huutaminen ei ollut hyvä vaihtoehto, sillä sen avulla ei saavuteta mitään. Erimielisyyksien ratkomisessa ei ollut yhtä ratkaisua. Niiden ratkominen riippuu

aiheesta ja tilanteesta. Yhtä hyvää keinoa ei ole olemassa, vaan jokaisessa suhteessa on omat tavat ratkaista niitä.

”Asioiden esille tuominen, puhuminen ovat ainoita keinoja, jos halutaan että suhde ei ajautu pattitilanteeseen”

Vihan ja ärtymyksen tunteet salataan usein, koska niiden pelätään olevan negatiivisia tunteita. Vihaa ja suuttumusta voi ilmaista rakentavasti ja siten parantaa suhdetta. Vihan peittäminen voi johtaa tunnemuurin syntymiseen ja etäännyttämiseen (Kianmaa 2005: 20).

Kompromissien tekeminen ja yhteistyö ovat suhteen kannalta kaikkein toimivimpia toimintatapoja. Kompromissin tekeminen vaatii kummaltakin puolisoilta myönnötyksiä ja ratkaisuun päästään tekemällä vaihtokauppaa. Yhteistyössä kumpikin puoliso pyrkii löytämään ratkaisun joka miellyttää kumpaakin osapuolta. Yhteistyössä syntyvät sopimukset rakentuvat yksimielisyydelle ja ymmärtämiselle. (Miller & Miller & Nunnally & Wackman 2003: 87.)

”Ei pidä varoa sitä että suuttuuko toinen, suuttumus on osa parisuhdetta, legitiimi tunne, jonka syyt on käytävä läpi”

Suuttumusta ja paha mieltä pystyttiin ilmaisemaan turvallisesti kolmessa parisuhteessa. He pystyivät ja saivat ilmaista sitä huutamalla tai vetäytymällä tilanteesta. Yhdessä vastauksessa toinen puoliso kärsi siitä että, heillä oli täysin erilainen tapa ilmaista tunteita. Toinen ilmaisi sitä huutamalla, jolloin toinen osapuoli vetäytyi kuoreensa.

Kahden ihmisen temperamentti, olemisen tapa ja rytmi olla vuorovaikutuksessa on erilainen. Näiden eroavaisuuksien yhteensovittamiseen tarvitaan asioita, joiden avulla pyritään jatkamaan vuorovaikutusta ongelmista ja eroavaisuuksista huolimatta sekä elämään omien ja toisten ongelmien kanssa. Puolisoilla on oltava riittävästi tahtoa sitoutua ja kuunnella ja ymmärtää toisen tunteenpurkauksia, vaikka ne tuntuisivat omaan kokemustaan nähden liian ylimitoitetuilta. (Kumpula & Malinen 2007: 53-54.)

Negatiivisen ja positiivisen palautteen antaminen on suhteen toimivuuden kannalta tärkeää. Puhuminen ja kehuminen olivat asioita, jotka tässä tutkimuksessa tulivat esille. Suora palaute heti tai kun tilanne sen sallii, olivat palautteen antokeinoja. Ongelmien ratkaisemisessa tukea saatiin omalta puolisoilta, ystäviltä ja sukulaisilta.

”Vaikea sanoa mikä vaikutti mihinkin. Biologisia lapsia emme jääneet kaipaamaan. Suhde on kestänyt uupumisia ja vaikeuksia, joita on tullut matkan varrella, mutta ne ovat lujittaneet suhdetta”

Puolisoiden uudet roolit lapsen tulon myötä tuovat mukanaan onnea, iloa ja vastuuta mutta myös vaatimuksia ja paineita, jotka voivat heikentää parisuhdetta. Hyvä parisuhde voi joko helpottaa tai ehkäistä vanhempien ja lasten vuorovaikutuksen herkkyyttä. Tämä vaikuttaa siihen, miten lapsi koetaan intiimissä suhteessa (Määttä 2000:148-149).

Parisuhteessa jaksamiseen annettiin tärkeitä neuvoja. Näitä olivat perheeseen keskittyminen ja sitoutuminen, vanhempien kahdenkeskisen ajan ottaminen niin että kumpikaan vanhempi ei koe huonoa omaatuntoa siitä ja henkisen ja fyysisen läheisyyden ylläpitäminen. Kummankin puolison on annettava aikaa myös itselleen. Jokaisen tulisi huolehtia omista tarpeistaan ja haluistaan, sillä vain siten voi toteuttaa omia haaveita (Cacciatore ym.2006:74).

4.1.2 Yksilölliset taidot

Haastatteluissa kävi ilmi, kuinka tärkeänä haastateltavat pitivät parisuhteessaan itsetuntemusta ja yksilöllisyyttään. Parisuhteen kehittäminen ja vaaliminen vaativat itsensä kehittämistä ja itsestään huolehtimista. Itsensä tunteminen ja itsetuntemus ovat ihmissuhteidemme kannalta tärkeässä asemassa. Hyvä itsetunto on suhteessa siihen kuinka hyvin tunnemme itsemme. Itsetuntemus edellyttää oman minän kuuntelemista (Kiianmaa 2005:46-50).

Parisuhteessa on voitava olla oma itsensä. Kun kummallakin on tilaa suhteessa, niin kumpikin voi kasvaa tahoillaan. Parit loivat tilaa suhteeseen harrastuksilla ja omilla menoilla. He kokivat myös tärkeiksi tuoda esille omat mielipiteensä ja sen että heillä oli omia ystäviä.

Puolisoiden erilaisuuden arvostaminen ja kunnioittaminen vaativat jokaiselta hyväksyvää ja lämminhenkistä asennetta toista kohtaan. Tässä asiassa meillä kaikilla on yksilöllisiä eroja. Molemmat puoliset voivat kuitenkin oppia hyväksymään toisensa sellaisenaan ja arvostamaan toistensa erilaisuutta. (Pukkala 2006:164-165.)

4.2 Lapsettomuus ja seksuaalisuus suhteessa

Kaikilla tutkittavilla lapsettomuus oli syy lähteä adoptioon. He olivat hyväksyneet lapsettomuuden ennen adoptioprosessiin lähtemistä. Lapsettomuuden käsitteleminen on keskeisessä osassa lähdeittäessä miettimään adoptiota. Lapsettomuuteen liittyvät negatiiviset tunteet heijastuvat parien seksuaalisuuteen ja minäkuvaan.

Adoptioprosessiin lähdeittäessä on tärkeää, että parit ovat läpikäyneet lapsettomuuden ja siihen liittyvät mahdolliset traumat. Lapsettomuuden kriisi koskettaa ihmisen käsitystä omasta arvosta, niin ihmisenä kuin naisena ja miehenä. Lapsettomuus on elämänikäinen suru ja menetys, joka saattaa akutisoitua aina uusissa elämän vaiheissa. Surun ja toivon kautta se voi myös lähentää puolisoita. Parhaimmillaan lapsettomuus luo ymmärryksen ja tuen tunteen,

jota puoliset eivät ole ennen kokeneet (Tulppala 2002:118). Mitä paremmin surutyön on tehnyt, sitä enemmän on voimia parisuhteeseen ja adoptiolapsen vastaanottamiseen. Lapsettomuuden koettiin vahvistaneen kaikkien haastateltavien parisuhdetta niin, että he lähtivät adoptioprosessiin. Prosessiin lähdetessä on tärkeää, että parit yhdessä ja erikseen selvittävät tuntemuksiaan ja kokemuksiaan lapsettomuudesta ja adoptiosta. Adoptioprosessiin päätyminen on usein pitkän lapsettomuuden jälkeen helpottava asia.

”Yhteinen tavoite ja sen saavuttaminen on tuonut paljon uusia ihmisiä ja asioita ympärille joka on lujittanut suhdetta”

Kaikki haastateltavat olivat voineet puhua lapsettomuudesta, eivätkä he olleet hävenneet asiaa. Lapsettomuudesta puhuminen voi olla vaikeaa jopa omalle puolisolalle, sillä se on niin intiimi asia. Parisuhde saattaa kärsiä puhumattomuudesta, mikä helposti johtaa itsesyytöksiin (Tulppala 2002:118).

Ympäristön paineita haastateltavista oli kokenut kaksi. Tämä asia tulee esiin silloin, kun lasta ei parisuhteeseen tule vuosienkaan jälkeen. Sukulaisten ja ystävien odotukset saattavat olla liikaa lapsettomalle pariskunnalle. Toisaalta on myös ymmärrettävä, että kaikilla ihmisillä ei ole kokemusta ja tietoa lapsettomuudesta, minkä vuoksi avoin puhuminen asiasta voi vähentää ympäristön paineita.

Malinen & Alkio (2004:85) ovat kirjassaan ottaneet esiin (Mikulinerin ym.1998) tutkimuksen joka tutkii kiintymistyylejä, parisuhdetta ja yksilön hyvinvointia. Lapsettomuus koettelee parien henkisiä voimavaroja, kykyä käyttää parisuhdetta turvallisena perustana ottaa vastaan ulkopuolista apua. Sen mukaan turvallinen kiintymissuhde voi auttaa sopeutumisprosessissa. Turvallisesti kiintyneiden puolisojen hyvä itsetunto, optimismi ja rakentavien puolustuskeinojen käyttö auttavat heitä käsittelemään vaikeita tunteita ja auttamaan toinen toistaan (Malinen & Alkio 2004:86.)

Kaikilla tutkittavillani on lapsuudessa ollut hyvä kiintymissuhde vanhempiinsa, mikä näkyy heidän optimistisena suhtautumisena elämään ja suhteeseen. Haastateltavista kolme oli saanut tukea vanhemmiltaan adoptioprojektissa ja yhden vastanneen vanhemmat olivat kuolleet ennen adoptiota. Menneisyyden hyvät ja huonot kokemukset näkyvät persoonassamme ja ihmissuhteissa. Kun puoliset ovat tietoisia toistensa lapsuudesta, on helpompi ymmärtää toista ja kommunikoida. Adoptiovanhemmat ovat käyneet yhdessä läpi paljon vaikeita asioita ja tunteita, jotka ovat vaatineet vahvaa suhdetta ja rakentavia keskusteluja.

Seksuaalisuus on ihmisen suhteen intiimein ja omin alue, jossa on läsnä ihmisen käsitykset itsestä, omasta arvosta ja kelpaamisesta. Seksuaalisuuden arvostaminen on tärkeää suhteessa

sillä se vähentää jännitystä. Hyvässä ja toimivassa parisuhteessa voidaan toteuttaa seksuaalisuutta niin että se kestää pettymyksiä ja ristiriitoja. Kun kummatkin voivat olla suhteessa oma itsensä voivat kummatkin toteuttaa seksuaalisuuttaan luovemmin ja rohkeammin. (Kumpulainen & Malinen 2007:70-74.)

Haastattelussa kysyin, kuinka parit pitävät yllä seksuaalisuuttaan suhteessa. Kysymykseen vastasi vain kaksi henkilöä ja kaksi jätti vastaamatta. Tiesin että asia on arkaluonteinen, mutta mielestäni asia on tärkeä parisuhteen toimivuuden kannalta.

”Pyrimme saamaan aikaa myös seksielämään kun lapset nukkuvat tai ovat poissa. Paikan valinta, tunnelma ja toisen miellyttäminen innostavat seksuaalisuuteen”

Hyvän seksuaalisuuden ylläpitäminen suhteessa vaikuttaa suhteeseen positiivisesti. Jokaisen parin tulisi ylläpitää seksuaalisuutta suhteessaan. Seksuaalisuudessa on oleellista intiimiys ja läheisyys, johon tarvitaan avoimuutta ja rehellisyyttä. Seksielämään toteuttamiseen tarvittavan ajan löytäminen, voi lapsiperheessä olla joskus haasteellista. Parisuhteessa tarvitaankin kykyä sietää hyviä ja huonoja kokemuksia ja vaikeina aikoina on ylläpidettävä riittävän hyvää kuvaa toisesta.

Hyvän seksisuhteen rakentaminen vaatii luottamusta, intiimiyttä, tietoisuutta itsestä ja toisesta, turvallisuutta ja lohdutuksen mahdollisuutta. Tyydyttävään seksuaaliseen vuorovaikutukseen tarvitaan terveen itsekkyyden lisäksi, sitä että pari kykenee kosketuksissa, eleissä ja toiminnassaan olemaan herkkä toisen suhteen ja tulkitsemaan toisen tunnetiloja. Toimivassa parisuhteessa toisen ihailu ja arvostus ovat tärkeitä, sillä ne ylläpitävät eroottista suhdetta. Jatkuva kiintymyksen ja kiinnostuksen osoittaminen toista kohtaan kantavat suhdetta. Parisuhteessa olevat muut ongelmat usein heijastuvat juuri seksisuhteeseen ja ne tärkeää ratkaista, jotta seksisuhtekin voi hyvin. Seksuaalisuhteen luonne muuttuu suhteen edetessä ja erilaisten elämän kriisien myötä. On kuitenkin aina muistettava, että puolisoon voi rakastua aina uudelleen, kunhan huolehtii olosuhteista ja antaa aikaa kahdenkeskisille hetkille. (Kumpulainen & Malinen. 2007: 72-73.)

4.3 Adoptioprosessi

4.3.1 Adoptio-odotusaika

Adoptioprosessiin lähdetessä on tärkeää, että kumpikin puoliso on samaa mieltä tulevasta päätöksestä lähteä adoptoimaan lapsi. Tässä haastattelussa kaikki parit olivat lähteneet yhteisestä päätöksestä adoptioprosessiin. Prosessin kestoa ei voi koskaan varmasti tietää, mutta se voi kestää 2-5 vuotta, riippuen maavalmista. Haastateltavat olivat odottaneet lapsiansa 1,5-2,5 vuotta, mikä on tänä päivänä todella lyhyt aika. Epätietoisuudesta johtuen prosessi on

suhteellisen raskas ja siihen kuuluu paperien täyttämistä, neuvontaa ja valmentautumista lasta varten. Haastatteluista selvisi, että kahden haastateltavan mielestä odottaminen oli ollut vaikeaa ja raskasta. Kahden muun mielestä se ei ollut ”dramaattista” koska tiesi että projekti kestää. Tässä vaiheessa on tärkeää tehdä asioita, joista saa voimaa parisuhteeseen ja elämään. Aineistossa pidettiin tärkeinä voimia antavina asioina seuraavia: ajatusten vieminen muihin asioihin, matkustaminen, yhteydenotot ystäviin ja muihin adoptiovanhempiin sekä yhteydenotot adoptiopalvelunantajiin.

”Odotus tuntui välillä sietämättömältä pitkältä mutta ajatusten vieminen arjessa muihin asioihin auttoi ja helpotti”

Odotusvaiheessa kuvitelmat ja haaveet alkavat tulla monen adoptiovanhempien mieleen. Kuvitelmat ovat tärkeä osa odotusta ja keino kasvaa vanhemmuuteen.

4.3.2 Perhe parisuhteen voimavarana

Adoptiolapsen tulo perheeseen on samalla siirtymä erilaiseen elämänvaiheeseen. Adoptiossa lapsen tulo ja kotiutuminen tuo tullessaan paljon muutoksia sekä elämään että parisuhteeseen. Vuosien odotus voi tuoda tullessaan yllättäviä asioita, joihin ei osaa varautua, sekä positiivisia että negatiivisia. Vanhemmuus on vaativaa ja haasteellista mutta samalla se voi olla palkitsevaa ja voimavaroja antavaa. Vanhemmaksi kasvu on elinikäinen prosessi, jossa lapsi ja vanhempi kasvavat ja muuttuvat. Adoptiovanhemmilta edellytetään paljon ominaisuuksia ennen adoptiopäätöstä, mikä saattaa aiheuttaa syyllisyyttä ja paineita vanhemmille. Tärkeää on muistaa että vanhemmuus on halua olla lapsen elämässä ja kyky muuttua; keskeneräisyys kuuluu vanhemmuuteen.

” Iso elämänmuutos tuo aina asioita joihin ei edes ennakoiden voi aina varautua. Yllätys on siinä mielessä problemaattista. Yllätykset ovat normaalia elämää.

Yhdelle haastatelluista tuli yllätyksenä se että lapsen kasvattaminen olikin niin helppoa. Yksi koki pudonneensa tyhjään, koska ennen kotiutumista oli ollut kontakteja ja menoa paljon. Lisäksi hän olisi kaivannut tukea palvelunantajalta tai kaupungilta tukihenkilöä, jonka kanssa olisi voinut keskustella.

Yllätyksenä yhdelle haastateltavista oli se, että lapsi olikin terve ja oppi uusia asioita. Lapsi oli myös varsin vaativa ja vei vanhemmiltaan paljon voimia.

Kaikki haastatelluista kertoivat, että lapsi kotiutui saapuessaan hyvin ja jopa erinomaisesti. Kiintymissuhteen luominen lapseen sujui kahden haastatellun mukaan hyvin ja olisi sujunut paremmin, jos olisi tiennyt asiasta enemmän. Yhden mielestä luottamus on kasvanut vuosien mittaan, ilot ja surut uskalletaan jo kertoa. Neljännellä oli ollut lapsen kanssa ongelmia mut-

ta nykyään lapsi on kiintynyt vanhempiinsa. Kotiutumiseen saattaa mennä vuosi tai jopa pidempään, riippuen lapsen iästä ja persoonasta.

Lapsen taustoista riippuen varhaisvaiheen kiintymissuhteet ovat joko hyviä tai ne puuttuvat. Suhteen kehittyminen vanhempien ja lapsen välille on tärkeää, sillä se muodostaa pohjan kaikelle myöhemmälle kehitykselle. Odotukset lapsesta olivat realistisia ja lapsen saaminen täytti toiveet. Adoptiovanhemmuus vaatii paljon, mutta se myös antaa vähintään yhtä paljon.

Adoptiovanhemmat antoivat hyviä mottoja tuleville vanhemmille:

”Älä yritä olla täydellinen äiti ja isä vaan anna heti myös itsellesi aikaa”

Adoptiolapsen tulo perheeseen on vuosien odotuksen jälkeen odotettu asia. Puolisoiden on kuitenkin hyvä muistaa kuunnella ja toteuttaa itseään. Hyvä itsetuntemus ja itsensä tunteminen ovat ihmissuhteiden kannalta tärkeää. On hyvä muistaa, että lapsen lähellä on muitakin ihmisiä ja vanhemmat voivat hoitaa lasta vuorotellen. Vaikka lapsi on kokenut paljon menetyksiä, ei toisen vanhemman hetken poissaolo riko kiintymissuhdetta.

”Yhteistä tekemistä ja viihtykää yhdessä”

Pareilla on oltava sekä yhteisiä että yksityisiä harrastuksia. Hyvässä ja toimivassa suhteessa kumppanit keksivät keinoja pitää hauskaa yhdessä. Yhteinen aika vahvistaa kiintymystä toiseen ihmiseen.

”Älkää unohtako, älkääkö kadottako toisianne. Nauttikaa toisistanne. Adoptiovanhemmuus on samaa kuin muillakin”

Adoptiovanhemmaksi tuleminen on pitkä prosessi, joka sisältää paljon odotuksia. Odotukset tulevat vanhemmilta itseltään ja ympäristöstä. Adoptiolapsi vaatii alussa paljon erityistä huomiota ja hänellä on tarpeita, jotka saattavat laittaa parisuhteen koetukselle. Lapsen tulo perheeseen tuo muutoksia parisuhteen seksuaalisuuteen, vähentämällä kahdenkeskistä aikaa. Tässä muutostilanteessa on kuitenkin muistettava antaa aikaa suhteelle. Puolisoiden tulisi ylläpitää suhteessaan vuorovaikutusta, avoimuutta, hyvää tunneilmapiiriä ja positiivista tunteiden ilmaisua. Vastavuoroisessa suhteessa kumpikin osapuoli uskaltaa nauttia, ottaa ja antaa.

”Parisuhde on koko perheen kantava voima, pitäkää siitä huoli sillä niin koko perhe voi hyvin”

5 POHDINTA

5.1 Tulosten pohdinta

Tässä työssä ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys on näkökulma, jonka varassa olen työstänyt niin teoriaa kuin haastatteluja. Haastattelulomakkeessa tämä näkyy avoimina kysymyksinä ja myönteisenä suhtautumisena aiheeseen. Lähdin tutkimaan adoptiovanhempien parisuhdetta, koska koen parisuhteen tärkeäksi koko perheen kannalta. Adoptiovanhemmilta vaaditaan paljon ominaisuuksia, jotta heidät hyväksytään vanhemmiksi. Adoptioprosessin vaativuus ja ympäristön paineet asettavat vanhemmille kovia paineita ja lisäksi vanhempien omat vaatimukset suhteesta ja vanhemmuudesta ovat korkealla. Tämä tekee parisuhteesta ja vanhemmuudesta haastavan. Lapsen saaminen pitkän odotuksen jälkeen on upea asia, mutta usein vanhempien parisuhteen hoito saattaa unohtua. Adoptioon liittyy paljon negatiivisia ja positiivisia asioita mutta, usein juuri negatiiviset asiat nousevat esiin. Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen lähestymistapa on positiivinen tapa käsitellä parisuhdeasioita. Adoptiovanhempien parisuhde on haaste että mahdollisuus. Sen toimivuus on kiinni parisuhdetaidoista ja sen ylläpitämiseen tarvitaan voimavaroja. Parisuhteeseen kuuluvat vaikeudet ja silloin on keskityttävä vahvuuksiin.

John Gottman pyrkii tutkimuksillaan kehittämään keinoja joilla voidaan ennaltaehkäistä parisuhdeongelmia ja parantaa niiden toimivuutta. Parisuhde nähdään voimavarana itsessään, mikäli se toimii ja voi hyvin. Parisuhdeongelmien ratkaisemisessa ratkaisukeskeisyys näkyy myönteisten asioiden etsimisessä, ongelmien ratkaisussa käytetään ihmisen voimavaroja ja kykyjä (Tarkkanen 1990:39).

Pohdin haastateltavien parisuhteita Gottmanin ”Terveen parisuhdetalo” - teoriaan nojaten, jossa parisuhde perustuu ystävyydelle, kunnioitukselle, huolenpitoon, luottamukseen ja hellyyden osoitukseen. (Malinen & Alkio 2004:8.) Tässä tutkimuksessa kaikki vastaajat olivat suhteessaan ns. elämänkumppanuusvaiheessa, missä molemmat puoliset olivat saavuttaneet ystävyuden. Molemminpuolinen arvostus ja kunnioitus näkyivät vastuunottamisena yhteisistä hetkistä ja asioista. Puoliso koettiin parhaana ystävänä, jonka kanssa voi jakaa syvimmätkin tunteet, arvot, tarpeet ja ajatukset.

Tutkimukseen osallistuneet parit ovat saaneet lapsen suhteellisen lyhyellä odotusajalla, joka voidaan katsoa suhteen kannalta vähemmän paineita aiheuttavaksi. Adoptio-odotus koettiin sekä helppona että vaikeana prosessina. Prosessin kulkuun vaikuttavat monet asiat, joten odotuksen kestoa ei voi ennustaa. Haastatteluissa vanhemmat olivat varautuneet prosessin kestävän. Lyhyimmillään lapsen odotusaika oli 1,5 vuotta. Adoptioneuvonnan aika tästä ajasta oli n. puoli vuotta, joka on tänä päivänä pidempi. Lapsettomuudesta pitkään kärsineet parit

kokevat adoption varmaksi keinoksi saada lapsi, joten tämä auttoi jaksamaan prosessissa. Vuosia kestävä adoptioprosessi vaatii tänä päivänä enemmän voimavaroja ja saattaa vaikuttaa suhteeseen negatiivisesti. Tänä päivänä prosessin kestoa ei voi enää tietää etukäteen ja varmaa tietoa lapsen saamisesta ei voida antaa, tämä aiheuttaa vanhemmille lisää paineita ja pelkoja.

Adoptiovanhempien parisuhteet olivat kestäneet vuosia, ja he olivat oppineet tuntemaan toisen sisäisen maailman ja mielen näiden vuosien aikana. Pitkissä parisuhteissa on koettu yhdessä asioita, jotka tuovat suhteeseen luottamusta ja uskoa. Puolisoiden sitoutuminen suhteeseen oli rakentunut vuosien varrella ja kaikki haastateltavat hyväksyivät puolison erillisyyden. Adoptiovanhempien yhteinen elämä ja menneisyys on suhteen voimavara. Yhteiset kokemukset ja taidot auttavat pareja selviytymään vaikeistakin asioista. Adoptiovanhemmille lapsen saaminen on yhteinen projekti ja tavoite, joka on molemmille suhteen voimavara. Tavoitteen saavuttaminen vaatii yhteistyötä ja motivaatiota. Haave lapsesta ja vanhemmuudesta ovat asioita, joiden vuoksi parit jaksavat kiinnittää huomiota toimivan parisuhteen ylläpitämiseen.

Positiivisen tunneilmapiirin luominen parisuhteeseen auttaa puolisoita käsittelemään ongelmiaan ”pehmeämmin”. Jokaisessa parisuhteessa on omat konfliktien ratkaisukeinot, mutta tärkeää olisi ratkaista ne myönteisesti. Toisen arvostaminen ja kunnioittaminen riitatilanteissa auttavat käsittelemään riitoja myönteisemmin. Vuorovaikutus suhteen toimivuuden kannalta on ensiarvoisen tärkeää. Puolisoiden on uskallettava puhua suoraan ja rehellisesti asioista. Ristiriitatilanteissa on kyettävä yhdessä ratkaisemaan asiat ja tultava toista vastaan. Ratkaisukeskeisyys näkyy parisuhdeongelmien ja kriisien olemassaolon hyväksymisenä. Ongelmat, huolet ja kriisit kuuluvat parisuhteeseen ja niistä uskalletaan keskustella (Vilen ym.2002:124) Konfliktien ratkaisemisessa keskitytään ratkaistavien ristiriitojen ratkaisemiseen, kuin ns. tuhoavien riitoihin. Ratkaistavissa ristiriidoissa hyväksytään toisen olemassaolon vaikutukset, mielipiteisiin ja käsityksiin. Rakentavissa riidoissa positiivisen tunneilmaston luominen on konfliktien säätelyssä tärkeää, riidoissa on aina varaa kompromisseihin. (Kumpula & Malinen 2007:14.)

Lähdin tutkimuksessani ajatuksesta, miten lapsettomuus vaikuttaisi parisuhteeseen. Lapsettomuus voi vahingoittaa seksisuhdetta, jos lapsen tekemistä on yritetty vuosia. Seksiä ei enää säätele läheisyyden kaipuu tai intohimo (Salzer 1994:141). Lapsettomuus on kriisi, jonka yli on mahdollista päästä yli. Parisuhteessa keskustelut ja avoimuus ovat olleet keinoja lapsettomuskriisin hyväksymiseen. Adoptiopäätös on iso asia, joka vaatii pitkää psyykkistä valmistautumista. Parisuhteessa kummankin osapuolen on hyväksyttävä lapsettomuus, minkä jälkeen he voivat työskennellä uuden yhteisen päämäärän vuoksi. Adoptiovanhemmilla on hyvät valmiudet tulla vanhemmaksi, koska he ovat kokeneet menetyksen mikä auttaa heitä ymmär-

tämään adoptiolapsen hylätyksi tulemista ja menetyksiä (Salzer 1994:334). Kaikilla lapsettomuus oli syy adoptioon, mutta he olivat työstäneet asian ennen adoptioon ryhtymistä. Adoptiovanhempien kertomusten mukaan lapsettomuus vahvisti heidän parisuhdettaan siinä määrin, että he lähtivät adoptioprosessiin.

Ihmisen seksuaalisuus on suhteen suola. Jokaisessa parisuhteessa parit ilmentävät seksuaalisuutta eri lailla sillä kaikilla on omat toiveensa ja odotuksensa. Suhteen vaiheet ja kriisit vaikuttavat seksuaalisuuteen joko positiivisesti tai negatiivisesti. Negatiivisesti suhteen seksuaalisuuteen vaikuttavat riidat, lapset ja ongelmat. Seksuaalisuuden väheneminen suhteessa on luonnollista, varsinkin lapsen tulon jälkeen. Tärkeää on ylläpitää läheisyyttä ja ihailua. Avoimuus ja rehellisyys vähentävät väärinymmärryksiä suhteessa. Haastateltavat pitivät yllä seksuaalisuutta kahdenkeskisillä hetkillä, luomalla oikeanlaisen tunnelman ja miellyttämällä toista. Suhteissa seksuaalisuudesta, toiveista ja haasteista ei juuri puhuttu. Asia otettiin puheeksi silloin kun seksuaalisuus suhteesta katosi. Hyvässä suhteessa pystyttiin nauttimaan, antamaan ja ottamaan.

Adoptiolapsen tulo perheeseen on iso ja odotettu asia. Lapsi vaatii ja tarvitsee erityistä huomiota pitkään, kun hän tulee adoptioperheeseen. Kiintymissuhteen luominen vanhempiin ja mahdolliset terveydelliset ongelmat tuovat perheeseen epätietoisuutta ja pelkoja. Näistä asioista on osattava keskustella ja vanhempien on muistettava antaa aikaa myös suhteelle. Adoptioeuvonnan aikana parit valmistautuvat lapsen tuloon, mutta etukäteen ei voi tietää millaisen lapsen tulee saamaan. Odotusaikana on järkevää kehittää parisuhdetta, joka kestää vastoinkäymisiä ja odottamattomia ongelmia. Toisaalta adoptiovanhemmat ovat joutuneet prosessin aikana pohtimaan parisuhdettaan, jonka vuoksi voidaan olettaa että heillä on enemmän valmiuksia kuin muilla pareilla onnistua suhteessaan.

Hyvältä ja toimivalta parisuhteelta vaaditaan paljon ominaisuuksia, joista toisen ihmisen hyväksyminen sellaisenaan, hyvä tunneilmapiiri ja vuorovaikutustaidot ovat suhteessa avainasemassa. Toimivan parisuhteen eteen on jaksettava tehdä töitä, ottamalla vastuuta omasta elämästä ja onnellisuudesta. Ratkaisu- ja voimavarakeskeisyys näkyy ”terve- parisuhdetalo” ajattelussa siinä että, jokaisessa parisuhteessa on taitoja, joita parit voivat kehittää, opettaa ja oppia. Toimivassa suhteessa on mahdollisuus kehittyä ihmisenä, kehittää suhdetaitoja ja avoimuutta, ja onnistuessaan suhde tarjoaa lisäksi mahdollisuuden korjaaviin ja kannustaviin kokemuksiin. (Kumpula & Malinen 2004:4.) Parisuhde nähdään aina mahdollisuutena, mikäli puolisoilta löytyy tarpeeksi tahtoa sitoutua suhteeseen. Toimiva suhde jossa kummallakin puolisoilla on hyvä olla, on tavoite jonka vuoksi kannattaa työskennellä.

Parisuhteessa on oleellista ymmärtää itseään, koska sen kautta voi ymmärtää toista. Suhteen kannalta on hyvä että kummallakin on tilaa suhteessa ja he voivat ilmaista mielipiteitä ja

tuntemuksiaan vapaasti. Suhteen kehittäminen vaatii puolisoilta itsensä kehittämistä ja arvostamista. Hyvässä suhteessa puoliset mahdollistavat toisensa henkilökohtaiset unelmat, toiveet ja halut. Suhteen tärkeinä voimavaroina haastateltavat mainitsivat perheen, sukulaiset ja ystävät.

Adoptiovanhempien parisuhteen vaativuus on asia, jonka kulmakiviin tutustuminen auttaa pareja ja ammattihenkilöstöä henkilökohtaiseen ja ammatilliseen kehittymiseen. Tästä tarpeesta on syntynyt tämä opinnäytetyö ja adoptiovanhemmille tarkoitettu parisuhdeopas. Oppaan tavoitteena on palvella työelämää ja adoptiovanhempia. Opas on läpileikkaus opinnäytetyöni sisällöstä ja sen tarkoituksena on antaa tietoa adoptiovanhemmille parisuhteesta ja sen tärkeydestä. Adoptioneuvonnassa parisuhdetta käsitellään yhdellä tapaamiskerralla, joten asian pohtiminen jää aika pintapuoliseksi. Prosessissa keskitytään luonnollisesti lapsen saamiseen ja vanhemmuuteen. Mielestäni parisuhde asioiden pohtiminen vaatisi enemmän aikaa ja sen tärkeyttä ei voi liiaksi korostaa. Oppaan sisältö on muodostunut opinnäytetyöni haastatelluista ja teoriasta. Näkökulmana on ollut ratkaisukeskeisyys, jonka tarkoituksena on antaa myönteisiä ja voimauittavia ajatuksia toimivan parisuhteen ylläpitämiseen. Vanhempien omista kokemuksista kumpuavat ”motot” oppaan lopussa, antavat realistisen kuvan adoptiovanhempien parisuhteen ylläpitävistä asioista.

Olen lähettänyt opinnäytetyöni ja oppaan, Interpedian toiminnanjohtajalle Anja Ojuvalle ja Yhteiset Lapsemme ry:lle. Interpedia palaute oli todella positiivinen ja he haluavat julkaista opastani. Lisäksi he suunnittelevat tekensä artikkelin työstäni seuraavaan lehteen. Yhteiset Lapsemme ry:n palaute ei ehtinyt mukaan työhöni.

Opinnäytetyöni aihetta pidin ajankohtaisena, sillä parisuhde asioihin on alettu kiinnittää huomiota tänä päivänä. Toivoisin että adoptiovanhempien parisuhteeseen ei ”ladattaisi” liikaa odotuksia ja vaatimuksia, jotta he uskaltaisivat tarvittaessa hakea apua ongelmiinsa. Adoptiovanhempien parisuhteen erityisyys tulee ottaa huomioon työskennellessä heidän kanssa, auttamalla heitä tunnistamaan voimavarojaan suhteessa ja mahdollisesti lisäämällä niitä. Oma suhtautumiseni ratkaisukeskeisyyteen on vahvistunut ja toivon pääseväni käyttämään sitä työssäni. Ratkaisukeskeisyys adoptiotyössä auttaa pareja löytämään ja vahvistamaan omia voimavaroja prosessin aikana ja auttaa heitä kehittämään toimivan parisuhteen.

5.2 Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että tutkimusprosessi kuvataan tarkasti. Tällöin aineistonkeruu ja käsittely selitetään perusteellisesti, kuten myös tuloksista tehdyt päätelmät ja niiden perustelut. Lisäksi kuvauksien ja niihin liittyvien selitysten tulee olla yhteneviä. (Hirsijärvi ym. 2000, 213- 215.)

Itse pyrin lisäämään tutkimuksen luotettavuutta ymmärtämällä ja selittämällä ymmärrykseni esimerkiksi analyysissa mahdollisimman tarkalla kuvauksella siitä, miten tutkimustuloksia olen analysoinut. Olen käyttänyt suoria lainauksia varmentamaan tekemiäni tulkintoja. Luotettavuuden lisäksi kiinnitin tietoisesti huomioita lainausten oikeellisuuteen ja niistä muodostettujen johtopäätösten oikeellisuuteen. Lainaukset tekstissä ovat samassa muodossa kuin haastattelut ovat ne kirjoittaneet.

Avoimet kysymykset kyselylomakkeessa heikentävät tutkimuksen luotettavuutta, sillä vastaus-ten sisältö on erittäin kirjavaa ja sitä on vaikea käsitellä. Luotettavuuteen vaikuttaa lisäksi haastatteluaineiston pienuus. Haastatteluja oli kokonaisuudessaan neljä. Tällaisen aineiston perusteella ei voi tehdä adoptiovanhempien parisuhteesta yleistettäviä päätelmiä.

Kyselylomakkeissa on aina myös vaarana, etteivät vastaajat ymmärrä kysymyksiä oikein tai jaksaneet paneutua niihin. Pyrin kuitenkin tekemään kysymyksistäni mahdollisimman helposti ymmärrettäviä sekä helposti ja nopeasti vastattavia.

Vastausten tulkintaa voi myös vääristää se, että olen itse adoptioäiti ja tutkittava asia on minulle varsin tuttu, oli oltava tarkkana tutkimuskysymysten tulkinnassa. Kun tuntee aiheen hyvin, on vaarana ylitulkinta ja siitä kärsii koko tutkimuksen luotettavuus. (Vilka 2005: 111.)

5.3 Eettisyys

Tutkimuskohteen valinta on jo itsessään moraalinen ja eettinen valinta. Pohdin tästä näkökulmasta omaa tutkimuskohteen valintaani ja mietin, onko oikein valita kohteeksi asia, jonka käsitteleminen mahdollisesti aiheuttaa asianosaisille kipeiden asioiden pohtimista. Uskon kuitenkin, että aiheen sensitiivisyydestä huolimatta se on niin prosessoitu, ettei sen tutkiminen aiheuta pareille henkisiä kärsimyksiä. Asiasta kirjoittaminen voi olla jopa hyödyllistä tutkimuskohteelle itselleen, koska tutkittavat voivat kokea tarvetta käydä kokemansa läpi puhumalla sekä tuoda kokemaansa asiaa muidenkin tietoisuuteen.

Eettiseen tutkimukseen kuuluu ehdoton vapaaehtoisuus tutkittavien kohdalla. Haastatteluun mukaan lähteminen oli täysin vapaaehtoista, joten erillistä tutkimuslupaa en tarvinnut. Vanhemmille lähetettiin kyselylomakkeen yhteydessä saatekirje, jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta ja korostettiin vastaamisen vapaaehtoisuutta. Luottamuksellisuus on tutkimuksen yksi kulmakivi. Tutkittavien henkilöllisyys on suojattava ja huolehdittava ettei heitä voi tunnistaa haastattelusta. Kohderyhmänä adoptiovanhemmat ovat pieni ja erityinen, ja tämän vuoksi perheet olisi voinut tunnistaa. Haastattelulomakkeissa ei kysytty nimiä, sukupuolta eikä ikää, joiden perusteella heidät olisi voitu tunnistaa. Tutkimuskysymykset pyrittiin laatimaan siten, etteivät ne loukkaisi tutkittavan ihmisarvoa..

5.4 Opinnäytetyön arviointia

Opinnäytetyöni aihe selkiytyi minulle ollessani harjoittelemassa Yhteiset Lapsemme ry:ssä 2008 syksyllä. Järjestössä tehdään adoptiotyötä, ja he aloittivat ensimmäisen adoptiopareille tarkoitetun parisuhdekurssin sinä syksynä. Kurssin aihe oli mielestäni ajankohtainen ja mielenkiintoinen. Omat kokemukset parisuhteen tärkeydestä ja sen vaalimisesta innostivat tämän työn tekemiseen. Keskustelin työstäni eri adoptiopalvelun antajien edustajien kanssa ja hekin kokivat asian tärkeäksi.

Tutkimukseni tavoitteena oli tutkia adoptiovanhempien parisuhdetta prosessin aikana. Alkuperäisen suunnitelman mukaan minun piti tehdä teemahaastattelu pareille jotka olivat ilmoittautuneet adoptiovanhemmille tarkoitetulle parisuhdekurssille. Kohderyhmänä kurssille valikoituneet parit olisivat antaneet mielenkiintoista materiaalia, sillä heillä olisi ollut tarvittavaa motivaatiota asiaa kohtaan. Haastattelu olisi antanut paljon mielenkiintoista tietoa ja näkökulmia tutkimukseen. Teemahaastattelu olisi ollut minulle mieleinen tapa haastatella sillä olen perehtynyt aiheeseen ja tunnen haastateltavieni taustoja. Vastausajan jälkeen mukaan kurssille osallistuneista ei ollut ottanut yhteyttä minuun.

Seuraavaksi päätin tehdä puolistrukturoidun teemahaastattelulomakkeen, jonka tekeminen oli mielestäni haasteellista. Kysymysten tekeminen ja esittäminen voimavarakeskeisesti tutkimusongelmien selvittämiseksi oli vaikeaa. Tutkimusongelmiin ratkaisujen löytäminen vaati oikeanlaisia kysymyksiä, jotta saadaan esille tutkimuksen kannalta tärkeitä vastauksia. Voimavarakeskeisten kysymysten tekeminen vaati lisäksi tutustumista ratkaisu- ja voimavarakeskeisiin teorioihin. Ratkaisukeskeiset kysymykset toimivat keskustelun avaajina, sillä siinä vastaaja saadaan ajattelemaan ja löytämään ehkä uusia näkökulmia asioihin (Hirvihuhta & Lito-vaara 2003:101). Tutkittavan asian arkaluonteisuus oli muistettava ottaa huomioon. Kysymysten laatimisessa oli otettava laaja-alaisesti huomioon vastaajien ajan, halun ja taidot vastata kyselyyn. Lomakkeen huolellinen suunnittelu ja testaaminen vaikuttavat ratkaisevasti tutkimuksen onnistumiseen. (fsd.uta 2009.) Tässä vaiheessa opinnäytetyötä voin todeta että hyvien kysymysten tekemiseen työnalkuvaiheessa olisi pitänyt perehtyä paljon paremmin.

Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä sopi tähän tutkimukseen, sillä tarkoituksena oli ymmärtää adoptiovanhempien kokemuksia.

Lähdekirjallisuuden tutustuminen on lisännyt tietoa tutkittavasta asiasta. Haasteellisemmaksi koin teoriaosuutta tehdessä aineiston rajaamisen ja tutkimusosuudessa oleellisten seikkojen esille nostamisen aineistosta. Olen käyttänyt paljon aikaa teorian tiedon hakuun ja kirjoittamani tekstin muokkaamiseen. Opin tiedonhakuprosessin aikana tiedonhausta paljon, vaikkakin se oli hyvin pitkä ja vaativa osuus. Opinnäytetyöprosessi on ollut tutkimusmatka itsen, sillä tein sitä oman eroprosessini aikana. Kirjallisuuden tutustuminen on

auttanut minua ymmärtää tapahtuneita asioita ja lisännyt toisinaan voimavarojani. Eron vuoksi työni ei edennyt suunnitelmien mukaan.

Opinnäytetyön tekeminen on opettanut minulle paljon tutkimuksen tekemisestä. Oma ammatillinen kasvu on lisääntynyt tämän työn myötä. Olen oppinut paljon parisuhteeseen vaikuttavista seikoista, joista toivon olevan hyötyä itselleni ammatillisestikin. Olen kiinnostunut työskentelemään valmistuttuani adoptiovanhempien ja parisuhdeasioiden kanssa, joten tämä työ tukee tavoitettani.

Koen työni tärkeäksi, sillä adoptiovanhempien parisuhdetta ei ole juurikaan tutkittu. Herättämällä keskustelua parisuhteen tärkeydestä koko perheen voimavarana, voimme ennaltaehkäistä ”turhia” eroja.

5.5 Yhteiskunnallisia näkökulmia

Perhe on yhteiskuntamme perusyksikkö, jossa perheen jäsenten hyvinvointi ja pahoinvointi näkyy yhteiskunnassamme eri tavoin. Yhteiskuntamme ei tue parisuhdetta juuri lainkaan. Tämä näkyy vaikeutena saada apua parisuhdeongelmissa ja kriiseissä. Kuntien pari- ja perheterapiaryhmiin joutuu jonottamaan ja kirkon perheneuvonta on ylikuormittunut. Yksityinen pariterapia maksaa. Yhteiskunnassamme parisuhteen hoitamista tulisi arvostaa, sillä toimiva parisuhde on ihmisen hyvinvoinnin perusta. Vanhempien hyvinvointi heijastuu suoraan lastemme hyvinvointiin. Hyvässä ja toimivassa parisuhteessa puoliset voivat hyvin henkisesti ja fyysisesti. He jaksavat työskennellä, huolehtia itsestään ja lapsistaan. Pitkällä aikavälillä tämä vaikuttaa yhteiskunnan taloudelliseen hyvinvointiin. (Kataja 2009.)

Adoptiolapselle suhde uusiin vanhempiin on kiintymissuhteen vuoksi tärkeä. Lapsen on saatava tutustua ja kasvaa ympäristössä, jossa hänellä on turvallinen olo. Turvallisessa parisuhteessa voidaan käsitellä vaikeitakin asioita. Perhe on paikka ihmissuhteiden harjoitteluun ja elämisen taitojen harjoitteluun. Nämä asiat siirtyvät myöhemmin lapsen omiin parisuhteisiin. Vanhempien hyvä ja rakastava suhde, heijastuu lapseen ja auttaa häntä kehittymään. Adoptiolapsilla on hyvin usein psyykkisiä ja fyysisiä sairauksia, joista aiheutuu yhteiskunnallemme kuluja. Hyvällä ja rakastavalla hoidolla heistä tulee veroa maksavia, työssäkäyviä ihmisiä.

Hyvässä parisuhteessa toimivat vanhemmat jaksavat työskennellä lapsen edun mukaan ja auttaa häntä kasvamaan. Huonossa ja riitaisassa suhteessa lapsen etu saattaa jäädä toteutumatta, sillä vanhempien voimavarat menevät suhteen ylläpitämiseen.

Adoptioeuvonnassa tulisi kiinnittää enemmän huomiota vanhempien parisuhteen tärkeyteen. Adoptioperheitä tulisi mielestäni tukea enemmän järjestämällä parisuhdekursseja jotka on

räätelöity heille. Lapsen saapumisen jälkeen olisi hyvä keskustella vanhempien jaksamisesta ja suhteen hyvinvoinnista.

Avioerojen lisääntyminen aiheuttaa yhteiskunnallemme valtavia taloudellisia menetyksiä. Lisäksi avioerot vaikuttavat koko perheen hyvinvointiin, sitä laskevasti. Avioero lisää sairauspoissaoloja. On lisättävä matalankynnyksen paikkoja, joissa voitaisiin auttaa parisuhdeongelmista kärsiviä puolisoita. Adoptiovanhempia pitäisi rohkaista hakemaan apua, ilman että he leimaantuvat, mikäli he sitä tarvitsevat.

LÄHTEET

Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2007. Ikkunoita tutkimismetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu: Vinkkejä aloittelevalle tutkijalle. Juva: Bookwell Oy.

Alaja, Kristiina.1998. Mahdollisuuksien parisuhde. Helsinki: Lkp-kirjat.

Cacciatore, R.Heinonen, S & Oulasmaa, M.2006. Pysytään yhdessä. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

fsd. 2009. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html> Luettu 25.10.2009

Gottman, J & J & DeClaire J.2007. Kuinka uudistat avioliittosi. Helsinki: Rasalas Kustannus.

Eskola, J & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Fisher, B. Hart, N & Kiiänmaa, K. 1997. Rakennamme parisuhdetta. Kehityksen avaimet. Suomi: Keuruuprint Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino

Interpedia. 2009. <http://www.interpedia.fi/adoptio/index.html> Luettu 3.11.2009

Kumpula, M & Malinen,V.2007.Unelma paremmasta parisuhteesta. Jyväskylä: Gummerus.

Junkkari, K.2006. Läsä ja lähellä: Seksuaalinen viisus parisuhteessa. Helsinki: Otava.

Järvinen, R., Lankinen, A., Taajamo, T., Veistilä, M. & Virolainen, A. 2007. Perheen parhaaksi - Perhetyön arkea. Helsinki. Edita Prima.

Kataja.2009. <http://katajary.fi/pariskunnille/artikkelit/hyva-parisuhde-yhteinen-tavoite> Luettu 24.10.2009

Kestilä. S.2007. Adoptiovanhempien vanhemmuus- ”se on semmoinen elämänläheinen asia”. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen pro - gradu työ.

- Kiianmaa, K.2005. Rakentava valinta-Toimivan parisuhteen puolesta.Tampereen Yliopisto kirjapaino Oy- Juvenes Print.
- Kranck, M (toimi)1989. Lapsemme ulkomailta. Kansainvälisestä adoptiosta. Helsinki: Interpedia
- Lehto, M-L.2008. Kansainvälisen adoptiovanhempien käsityksiä haasteista ja adoptionjälkeisen tuen ja palvelujen tarpeesta. Lapin yliopisto. Sosiaalityönkoulutusohjelma. Poro-gradu tutkielma.
- Malinen, V & Alkio, P. 2004. Parisuhde, intiimiys, seksuaalisuus. Teoriaa ja käytäntöjä pariterapiasta. Helsinki. Väestöliitto.
- Malinen, V & Alkio, P. 2007. Psykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus. Helsinki: Väestöliitto.
- Miller, S & Miller, P & Nunnally, E & Wackman, D.2003. Suhdetaitoja elämän kumppaneille. 3.painos. Vammalan kirjapaino.
- Määttä, K.2000. Kestävä parisuhde. Helsinki: WSOY.
- Paajanen, P. 2003. Parisuhde koetuksella. Käsityksiä parisuhteesta ja sen purkautumisesta. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos. Helsinki: Vammalan kirjapaino.
- Peltoniemi-Ojala, M.1999. Oma lapsi- vihdoinkin. Helsinki: Pelastakaa lapset.
- Porio, A.2007. Lujan liiton salaisuus: Parisuhde toimimaan. Helsinki: Kirjapaja.
- Pukkala,T. 2006. Millaiset avioliitot kestävät: Pitkässä parisuhteessa eläneiden käsitykset pysyvän avioliiton avaimista. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Pölkky- Pieskä, L.1999. Haikara lensi ohi. Tutkimus kansainvälisestä adoptiovanhemmuudesta kasvatustehtävänä. Lapin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Pro. Gradu tutkielma.
- Ruishalme, O & Saaristo, L.2007. Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki. Tammi.
- Rytkönen, O & Hautsalo, K.1999. Onnea ja vuorovaikutusta. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Salzer,P. 1994 Lapsettomuus kriisinä. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Sihvonen, S. 2002. Voimaa vanhemmuuteen. Jyväskylä: Gummerus Kustannus Oy.
- Särkelä, A. 2001. Välittäminen ammattina. Tampere. Vastapaino.
- Tamminen, T. 2002. Vain lapsi mahdollistaa äitiyden. Teoksessa T. Antila(Toim.) Löytöretki äitiyteen: Lapsen oikeuksien seminaari 2002. Mannerheimin suojeluliitto. Helsinki: Makeprint.
- Tarkkanen, Tiina.1990. Ratkaiseva ajatus. Mannerheimin lastensuojeluliitto. Uudenmaan kirjapaino.
- Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2003 Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Tulppala, M. Lapsettomuus. Duodecim 2002,118(5):531-6.
- Turunen, K.1996. Elämänkaari ja kriisit. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Vilen, M. Leppämäki, P & Ekström, L. 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. Juva: WS Bookwell Oy.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.

Väestöliitto.2009.http://www.vaestoliitto.fi/toimiva_parisuhde/tietoa_parisuhteesta/Luettu 20.10.2009

Liite 1: Saatekirje

Hyvä adoptiovanhempi,

Olen sosionomiopiskelija Tikkurilan Laurean ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä aiheesta **adoptiovanhempien voimauttavat kokemukset parisuhteessa**.

Adoptioprosessi vaatii parisuhteelta paljon ja usein parisuhteen hoitaminen jää toissijaiseksi asiaksi. Adoptiotoimijat haluavat omalta osaltaan tukea adoptiovanhempien jaksamisesta prosessissa ja etenkin heidän parisuhteensa tilasta.

Hyvä parisuhde vaikuttaa ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin positiivisesti ja antaa voimavaroja arjessa jaksamiseen. Toivoisin saavani tutkimukseeni erilaisia näkemyksiä parisuhteen hoitamisesta prosessin keskellä ja sen jälkeen. Tarkoituksena on kerätä aineistoa voimavarakeskeistä opasta varten tuleville adoptiovanhemmille.

Adoptiovanhempien parisuhdetta on tutkittu vähän ja siksi päädyin valitsemaan tutkimusaiheekseni juuri tämän aiheen. Tarkoitukseni on tehdä näkyväksi kaikkia niitä voimaannuttavia asioita ja hyviä käytäntöjä, joita juuri te olette kehittäneet omassa parisuhteessanne. Tämä on suureksi avuksi tuleville adoptiovanhemmille ja siksi erityisen arvokasta.

Juuri sinun kokemuksesi ja ajatuksesi ovat tärkeitä!

Etsin tutkimukseeni parisuhteessa eläviä henkilöitä, jotka ovat tai ovat olleet mukana adoptioprosessissa.

Lähetän teille tämän kirjeen mukana kyselylomakkeen ja vastauskuoren. Toivon saavani vastaukset 28.4.2009 mennessä.

Kaikki haastattelut käsitellään luottamuksellisesti, eikä haastateltavia voi tunnistaa tutkimuksestani.

Annan mielelläni lisätietoja tarvittaessa.

Ystävällisin terveisin, Jaana Salmi

Liite 2: Haastattelukysymykset

TAUSTAT:

Kauanko perheessänne on ollut adoptiolapsi?
Parisuhteenne kesto ennen lapsen kotiintuloa?

PARISUHDE:

Mitkä tekijät koet tärkeiksi toimivassa parisuhteessa?
Mikä on parasta omassa parisuhteessasi?
Millaisissa asioissa tämä näkyy konkreettisesti?
Miten ilmaiset suhteessanne omia mielipiteitä, tarpeita, pelkoja ja toiveita?
Miten luotte tilaa suhteeseenne molemmille?
Miten tuette hyvää vuorovaikutusta suhteessanne?
Mistä näkee, että suhteessanne vallitsee positiivinen tunneilmapiiri?
Mitkä asiat koet tarpeellisiksi parisuhteen ylläpitämisen kannalta?

Mistä asioista parisuhteessa tulee ristiriitoja?
Kun teille tulee erimielisyyksiä, miten ratkaisette ne yhdessä?
Mitä hyviä keinoja teillä on, joilla ratkoa erimielisyyksiä?
Miten voitte turvallisesti ilmaista suuttumusta tai pahaa mieltä?
Miten annatte toisillenne palautetta?
Miten olette oppineet käsittelemään mahdollisia pettymyksiä?
Keneltä olet saanut henkistä tukea ongelmien käsittelyssä?
Miten rentoudutte?
Mikä saa sinut onnelliseksi?

LAPSETTOMUUS:

Onko lapsettomuus syy adoptioon?
Miten lapsettomuus on vahvistanut parisuhdetanne?
Oletteko mielestänne hyväksyneet lapsettomuuden ennen kuin lähditte adoptioprosessiin?
Oletko saanut ammattihenkilökunnalta apua lapsettomuus ongelman käsittelyyn?
Oletko voinut puhua lapsettomuudesta?
Oletko hävennyt lapsettomuutta?
Oletteko kokeneet ympäristön aiheuttavan painetta lapsettomuuden vuoksi?
Kuinka kauan yrititte lasta?

SEKSUAALISUUS:

Miten pidätte yllä seksuaalisuutta parisuhteessa?
Miten lapsen tulo on vaikuttanut tähän?
Miten keskustellette kumppanisi kanssa seksuaalisuudesta, toiveistanne ja haasteistanne?

LAPSUUS:

Millainen kiintymissuhde sinulla on ollut omiin vanhempiisi?
Mitkä tekijät olivat tärkeitä lapsuuden kodissa?
Miten vanhempasi ovat tukeneet teitä adoptioprosessissa?

ADOPTIO:

Oliko adoptioprosessiin lähteminen kummankin päätös?
Miten adoptioprosessi mielestäsi eteni?
Kuinka kauan prosessi kesti?
Miten olette jaksaneet pitkän adoptioprosessin - mikä on antanut teille voimia?
Miten lapsen kotiutuminen sujui?
Miten lapsen saaminen vaikutti parisuhteeseen?
Millaista tietoa sait odotusaikana palvelunantajilta?
Olivatko odotukset lapsesta mielestäsi realistisia?
Täyttikö lapsen saaminen toiveesi?
Miten prosessi on vaikuttanut parisuhteeseenne?
Tuliko adoption jälkeen yllätyksiä ja jos tuli, niin millaisia?

Miten kiintymissuhteen luominen lapseen on mielestäsi sujunut?
Mitkä asiat tuovat sinulle ja teille iloa?

Mitä muuta tärkeää haluaisit vielä sanoa parisuhteessa jaksamisen kannalta?
Mikä olisi mielestäsi hyvä motto tuleville adoptiovanhemmille?

Liite 3: Parisuhde opas (tämä versio tarkoitettu tulostettavaksi tai painoon)



C:\Downloads\Jaana\
Opinnäytetyö_Valmis

Liite 4: Parisuhde opas (tämä versio tarkoitettu PowerPoint-esittelyyn)



C:\Downloads\Jaana\
Opinnäytetyö_Valmis