



Väestöliitto

Osmo Kontula

**PARISUHDEONNEN
AVAIMET JA ESTEET**



Perhebarometri 2009

Väestöntutkimuslaitos – Katsauksia E 38/2009

Perhebarometri 2009

Parisuhdeonnan avaimet ja esteet

Osmo Kontula

Väestöntutkimuslaitos – Katsauksia E 38/2009



Väestöliitto

Julkaisija:

Väestöliitto ry.
Väestöntutkimuslaitos

Kalevankatu 16 B
PL 849, 00101 Helsinki

Puh. (09) 228 050
www.vaestoliitto.fi

Kustantaja:

VL-Markkinointi Oy

Kalevankatu 16 B
PL 849, 00101 Helsinki

© Osmo Kontula, Väestöliitto ja VL-markkinointi Oy

ISBN 978-952-226-037-6 (nid.)

ISBN 978-952-226-038-3 (PDF)

ISSN 1455-2191

Kannen kuvat: Piirros "Lähekkäin, unessa", Sirkka-Liisa Lonka 1979,
piirustus 16 x14, tausta Shutterstock 20770540 (mtr)

Taitto ja kannen design: *Jouni Korkiasaari*

Helsinki 2009

Painosalama Oy

Alkusanat

Olemme jokainen joskus tunteneet itsemme onnellisiksi. Mielestäni onnellisuuden liittyä selkeä tietoisuus hyvän olon syystä. Jos näin ei olisi, olisimme vain tuudittautuneet yleiseen hyvän olon tunteeseen, jossa ei välttämättä olisi onnellisten hetkien tuomaa lisäarvoa. Toisaalta onnellisuuden vastakohtana lienee onneton olo – sellaisestakin meillä itse kullakin on tietysti omakohtaisia kokemuksia. Annan onnellisuudesta esimerkin omasta elämästäni.

Tulin eräänä aamuna töihin kotipuolestani Turusta. Helsingin asemalla hihani tarttui nuori nainen. Hän tervehti minua iloisesti etunimeltä. En tunnistanut puhekaveriani. Olen vuosikymmeniä luennoinut eri oppilaitoksissa, joten ajattelin hänen olevan ehkä entisen oppilaani. *”Olet tehnyt minut kerran onnelliseksi”* nainen totesi. Olin yllättynyt ja hän kiiruhti selittämään: *”15 vuotta sitten olin 10-vuotiaana pesiskoulussa. Olit opettajana. Juosta kipitin kakkospesälle, mutta sitten aloin itkeä. Kukaan ei ollut kertonut minulle, mihin sieltä pitäisi jatkaa”*. Olin kuulemma tarttunut häntä käteen ja olimme yhdessä juosset kolmospesän kautta kotipesälle. Hän jatkoi: *”Kun tulimme kotipesälle, olin onnellinen. Osasin pesistä. Olin tehnyt juoksun”*. Näinhän se elämässä menee. Halasimme ja lähdin kepein askelin itsekin onnellisena kohti työpaikkaani.

Kuten Osmo Kontulan kirjasta selviää, onnellisuutta on tutkittu yllättävän vähän. Kirjassa käydään perusteellisesti läpi kotimiset tutkimustulokset sekä alan kansainvälinen kirjallisuus. Tulokset ovat yllättäviä: taloudellinen menestys ei välttämättä lisää onnellisuutta. Tärkeä löydös on sekin, että avo- ja avioliitot eivät ainakaan Suomessa tunnu eroavan onnellisuuden osalta: kummassakin liitossa on yhtä paljon onnellisessa parisuhteessa eläviä. Tutkimuksen kannalta iloa himmentää tietysti se, että yksineläjien keskuudessa onnellisuus on vähäisempää kuin parisuhteissa elävillä. On hyvin tiedossa, että tulevaisuudessa yksinäistalouksien osuus kasvaa. Jos ja kun tämä merkitsee vähenevää onnellisuutta, liittyy asiaan tietysti jo huomattavia sosiaalipoliittisiakin haasteita. Yksinäisyys etenkin miesten kohdalla lisää syrjäytymisriskiä.

Suurten ikäluokkien tullessa eläköitymisikään on tietysti tärkeä tietää, mitä eläkkeelle siirtyminen merkitsee parisuhdeonnelle. Osmo Kontulan havaintojen

mukaan eläköityminen ei näyttänyt paljoakaan vähentävän parisuhdeonnea. Tässä kohtaa on kuitenkin tehtävä merkittävä varaus: tutkimustuloksen mukaan avoliitossa olevien tai seurustelevien pariin parisuhdeonni on selvästi alemmalla tasolla kuin naimisissa olevilla eläköityjillä.

Suomessa ei ole tutkittu avioerojen ja onnellisuuden välistä yhteyttä. Yhdysvalloissa on tehty tältä osin mielenkiintoisia löytöjä. Siellä havaittiin, että huonosta avioliitosta eronneilla on todettu 2–4 vuotta eron jälkeen vähemmän ahdistusoireita kuin ennen eroa. Toisaalta ongelmattomasta tai vähemmän ongelmallisesta avioliitosta eronneilla ahdistus kasvoi eron myötä. Saavuttaakseen onnellisuuden, on siis joskus erottava – huonossa avioliitossa ero ei ole ongelma vaan ratkaisu. Ehkä tulevat tutkimukset selvittävät, onko asian näin myös Suomessa. Todennäköisesti on.

Haluan kiittää tutkimusprofessori *Osmo Kontulaa* tärkeän onnellisuuspuheenvuoron tuottamisesta. Ilman toimivaa ja tukevaa lähiyhteisöä tällainen työ ei ole mahdollista. Haluan kiittää Väestöntutkimuslaitoksen informaattikka *Ulla-Maija Mattilaa* kirjallisuushauista – ilman niitä tutkija ei voi olla onnellinen saatikka tuloksellinen. Assistentti *Stina Fågel* on suorittanut kielenhuollon, julkaisusihteeri *Mika Takojan* panos on ollut taas tärkeä tutkimuksen painokuntoon saattamisessa. KTL *Jouni Korkiasaari* on tunnetulla ammattitaidollaan toteuttanut kirjan taiton. Heille kaikille esitän lämpimän kiitokseni.

Väestöliitto lienee ensimmäinen järjestö Suomessa, joka jopa säännöissään haluaa lisätä onnellisuutta Suomessa. Säännöt ovat tärkeitä, mutta niiden ohella on myös oman järjen käyttö sallittu. Mitäpä jos tähän kirjaan tutustuttuasi sanoisit lähimmäisesellesi – työssä tai kotona – ”olen onnellinen”. Ehkäpä siitä viriäisi keskustelu onnellisuuden syvällisemmästä olemuksesta.

Helsinki 20.10.2009

Ismo Söderling

Johtaja

Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos

Sisällys

Alkusanat	3
1. Onni ja suomalainen parisuhde	7
Onnen olemuksesta	7
Suomalainen parisuhde	10
Tämän raportin tavoitteet.....	13
2. Tutkimuksen aineisto.....	15
FINSEX – aineisto.....	15
Tutkimuksen kysymykset.....	17
3. Parisuhdemuotojen kehitys Suomessa	19
Tiedot parisuhteiden kehityksestä	19
Parisuhteiden solminta.....	20
Avoliitot	22
Avoliitot	27
Erillissuhteet	30
Suhteen kesto eri parisuhdemuodoissa.....	34
Parisuhteen ”kolmas pyörä”: Lapset.....	36
Suomalaisten ihannesuhteet	38
Rakkaus parisuhteissa.....	42
4. Onnellisuus ja parisuhteet.....	45
Parisuhteiden onnellisuus	45
Onnellisuuserot avioliitoissa ja avoliitoissa.....	48
Onnellisuus erillissuhteissa ja yksineläjillä.....	51
Uskollisuus parisuhdeonnan perustana	54
Parisuhde ja yksinäisyys.....	56
Onnen yleinen kasautuminen	58
5. Mikä selittää parisuhdeonnea?	63
Valitsevatko onnelliset ja itsetuntoiset muita useammin parisuhteen?	63
Geneettiset erot ja niihin liittyvät luonne-erot onnea selittämässä	66
Parin osapuolten samankaltaisuus	71
Taloudelliset tekijät ja onni	77
Lapsen odotuksen ja syntymän vaikutus parisuhdeonneen.....	81
Seksuaalinen onni parisuhdeonnan rakentajana	85
Tunne parisuhteen oikeudenmukaisuudesta.....	95
Kommunikaatio- ja ristiriitojen ratkaisukyvyt onnen avaimina.....	98

Sosiaalinen tuki ja ongelmien ratkaisukyky	100
Stressi parisuhdeonnen riskitekijänä.....	102
Parisuhdetyytyväisyys suhteen kesto vuosien mukaan ja eläkeiässä	107
6. Parisuhde-erot onnen vastakohtana	112
Pyrkimys eron välttämiseen	112
Sosiaalisen vaihdon teoria parisuhde-eroja selittämässä.....	113
Parisuhde-eron riskitekijät	115
Onnettoman suhteen ja eroamisen vaikutuksia hyvinvoinnille	119
Avioeron vaikutuksia elämälle ja onnellisuudelle.....	120
7. Parisuhdeonnen avaimet.....	123
Onnen määrä ja kasautuminen tietyille ihmisille.....	124
Kumppanin valinta onnen avaimena.....	125
Persoonallisuuksien yhteensopivuus	127
Onnellisten valikoituminen parisuhteisiin	128
Onnen rajat sosiaalisessa elinympäristössä	129
Lasten hankinnan vaikutus onnellisuuteen	130
Vuorovaikutus parisuhdeonnen perustana.....	131
Mitä tästä kaikesta opimme?	133
LÄHTEET.....	135
Liitetaulukot	140
Liitekuviot	142

Onni ja suomalainen parisuhde

1

Onnen olemuksesta

Miltei kaikki tavoittelevat elämässään erityisesti onnea, mutta vain harva sitä pysyvämmiin tavoittaa. Onni on useimmiten vain ohikiitäviä nopeasti tiedostettuja onnen hetkiä ja -tunteita tai sitten jokin unelmoitu asia tai saavutus, jonka avulla onnen uskotaan toteutuvan. Toive onnen saavuttamisesta jäsentää elämää ja voi antaa sille jopa tarkoituksen. Joskus tavoitteen saavuttaminen aiheuttaa kuitenkin pettymyksen: se ei tarjoakaan oletetunlaista tai ainakaan pysyvämpää onnea.

Onni pelkistetään useimmiten tunteeksi, mutta siihen kuuluu myös hyvä ja kukoistava elämä. Onnellisuus yhdistyy myös nautintoa tuottaviin kokemuksiin. Onni on positiivisten tunteiden ja kokemusten yhdistelmä. Psykologisesti onnellisuus sisältää itsetunnon, päämäärätajun, sosiaalisen mielenkiinnon, hyväntahtoisuuden, huumorintajun ja estetiikan arvostuksen. Puhutaan myös onnellisuudelle asetetuista ehdoista, jotka määrittävät sen milloin saa tuntea itsensä onnelliseksi, varsinkin ilman syyllisyyttä.

Onni on ihmiselle hyvin tärkeätä jo siksi, että se tuottaa psyykkistä hyvinvointia. Onni tasapainottaa elämän onnettomia hetkiä ja värittää arjen harmautta. Onni liittyy tasapainoiseen ja palkitsevaan elämänhallintaan. Kaikkein syvintä onnea tuottaa merkityksellinen elämä, jonka voi saavuttaa, jos käyttää hyväksi omia erityisiä vahvuuksiaan ja hyveitään pyrkien johonkin suurempaan päämäärään kuin vain oman välittömän etunsa ajamiseen.

Onni voi liittyä menneeseen, tulevaisuuteen tai nykyhetkeen. Menneeseen onneen liittyy mielihyvää, tyytyväisyyttä, ylpeyttä ja seesteisyyttä. Tulevaisuuteen

kohdistuvissa positiivisissa tunteissa tärkeitä ovat optimismi, toivo ja luottamus. Nykyhetken positiivisista tunteista merkittäviä ovat puolestaan nautinto ja tyydytys. Nämä ovat usein seurausta jonkin ulkoisen asian virittämästä olotilasta.

Elämän sekä positiiviset että kielteiset käännekohtat voivat heilauttaa onnea merkittävästi. Noin vuoden kuluessa ihmisten kuitenkin väitetään palaavan ainakin lähelle tätä käännekohtaa edellyttänyt onnen tasoa. Aika ja onni ovat sangen armollisia irtauduttaessa vähitellen jonkin onnettomuuden vaikutuksista, mutta samalla myös positiiviset kokemukset ovat katoavaisia.

Lääketieteen näkökulmasta onni selittyy hormonien liikkeellä verenkierrossa ja aivoissa. Esimerkiksi dopamiinin ja serotoniinin määrällä aivojen tietyissä osissa on vaikutuksensa siihen kuinka miellyttäväksi kukin hetki koetaan. Koska näiden hormonien erityyppisyys vaihtelee ihmisillä eri tilanteissa ja olosuhteissa, vaihtelee niiden myötä myös kokemus onnesta. Tämän vuoksi parisuhteen alkuvaiheen intohimokaan ei voi valitettavasti olla pysyvää. Osaksi onnen väheneminen johtuu siitä, että onnen hetkien tuottaman nautinnon seurauksena ihminen passivoituu nauttimaan onnestaan, jolloin hänen hormonitasonsa laskevat.

Päivälehdissä kerrotaan ihmisen löytäneen itselleen onnen, kun hän löytää uuden kumppanin, jonka kanssa kokee rakkautta. Jo pelkästään tämän yleisen kulttuurisen käsityksen ja odotuksen seurauksena parisuhteilla on merkittävä rooli onnen etsinnässä ja kokemisessa. Kulttuuri antaa meille tavoitteiden lisäksi myös työkaluja tällaisen onnen hakemiseen ja löytämiseen. Niiden soveltaminen käytäntöön ei ole kuitenkaan usein helppoa.

Tie onneen helpottuu, kun rinnalla on rakastettu, puoliso tai perhe. Tällainen liittouma tuottaa henkistä yltäkyläisyyttä. Parisuhdekumppanin kanssa voi jakaa onnen hetkiä ja saada häneltä tukea ja turvaa, jos kokee itsensä välillä onnettomaksi tai uhatuksi. Vaikka ihmiset usein etsivätkin jännitystä ja eksotiikkaa elämänsä, tuottaa paluu tuttuun ja turvalliseen elämään yleensä ainakin hetkeksi onnen tunteita.

Erityistä onnea ihmisille tuottaa pääsy rakastetun lähelle ja varsinkin hänen kanssaan jaettu rakastelu- ja orgasmikokemus. Näissä hetkissä tullaan lähelle psykologista loisto (glow) -käsitettä, jossa ihminen on niin täydellisesti uppoutunut johonkin, että hän ei muuta huomaakaan ja kokee siinä hetkessä suurta iloa. Myös mahdolliset kivut häviävät mielestä.

Onnellisuus voi tarkoittaa laajamittaista tyytyväisyyttä elämään. Onnelliset ihmiset voivat helposti palauttaa mieleensä onnea tuottaneita mukavia ja hauskoja hetkiä. Onnellinen ihminen kokee positiivisesti useammanlaisia asioita kuin onneton ihminen. Koko elämää voi tarkastella ruusunpunaisten lasien lävitse.

Toisten väitetään syntyvän onnellisempina kuin toisten. Ihmisillä voi olla syntyessään ominaisuuksia ja luonteenpiirteitä, joiden avulla he voivat selvitä suuremmista paineista vaikeistakin olosuhteista. Psykologit sanovat onnellisten ihmisten käyttävän kykyjään niin, että se tukee heidän hyvinvointiaan. Tällaiset

ihmiset ovat optimistisia ja haluavat keskittyä asioiden positiivisiin puoliin. Vaikeudetkin voidaan kokea ennen kaikkea haasteina.

Miehillä ja naisilla saattaa olla elämässä erilaisia erityisiä asioita ja tavoitteita, jotka tuovat heille onnea. Onnea voidaan tavoitella tai ainakin kuvitella saavutettavan vaikkapa taloudellisen tai yhteiskunnallisen menestyksen tai kauneuden avulla. Tavoitteiden saavuttaminen saattaa välillisesti taata itselle ainakin tavoitellun ja onnellisuutta tuottavan kumppanin ja parisuhteen. Tämän saavuttaminen voi johtaa elämän tavoitteiden uudelleen arviointiin.

Tuoreessa EU-tutkimuksessa (Anderson et al. 2009) Suomi kohosi onnellisuudessa Euroopan ykköseksi yhdessä Tanskan kanssa. Asiaa oli tutkittu eri maissa kyselytutkimuksilla, joissa oli pyydetty 10-portaisella asteikolla vastaajien subjektiivista arviota omasta onnellisuudesta. Suomalaisten onnellisuus sai keskiarvon 8,3. Suomessa ja muissa pohjoismaissa onnellisuus ja tyytyväisyys elämään saivat lähes samanlaiset arviot ja olivat Euroopan korkeinta tasoa. Erityisesti Itä-Euroopan maissa tyytyväisyys omaan elämään oli merkittävästi vaatimattomampaa kuin ilmoitettu onnellisuus. Onnellisuuskin oli siellä vaatimattomampaa kuin Länsi-Euroopassa.

Tyytyväisyys omaan elämään oli mainitussa EU-tutkimuksessa enemmän sidoksissa elintasoon kuin onni. Elintasolla oli siis tekemistä sen kanssa kuinka tyytyväisiä ihmiset olivat omaan elämäänsä. Onni sen sijaan oli tunneperäisempi asia kuin tyytyväisyys elämään. Subjektiivinen, kokemuksellinen hyvinvointi oli tutkimuksessa muita parempi niillä ihmisillä, joilla oli hyvä terveys, keskimääräistä korkeampi tulotaso ja vakaa työmarkkina-asema.

Parisuhteessa ja lasten kanssa elävät ihmiset olivat EU-tutkimuksessa tyytyväisempiä kuin yksineläjät ja yksinhuoltajat ja he kokivat enemmän mielihyvää. Lisäksi nuoret ihmiset kokivat parempaa subjektiivista hyvinvointia kuin vanhat.

Suomalaisten onnen ja tyytyväisyyden perustekijöitä ovat Elinkeinoelämän valtuuskunnan tutkimuksen mukaan perhe, ihmissuhteet, kohtalainen toimeentulo, terveys ja luonnosta nauttiminen. Vuoden 2005 tulosten mukaan neljä viidestä aikuisesta suomalaisesta sanoi olevansa onnellinen. Hyvillä tuloilla, varakkuudella ja korkealla elintasolla ei ollut juuri yhteyttä onnellisuuden tasoon. Onneen riitti turvattu ja vakaa perustulo. Nykyhetken laman ja taloudellisten ongelmien myötä ihmissuhteet ja sosiaalinen elämä voivat tulla suomalaisille yhä tärkeämmiksi.

Yhteiskunnallisessa keskustelussa pohditaan toistuvasti johtaako taloudellinen kasvu, rikastuminen ja kasvava kulutus suurempaan onneen. Yhdysvalloissa itsensä onnelliseksi tuntevien osuuden muutosta on seurattu vuodesta 1946 lähtien. Itsensä hyvin onnelliseksi tuntevien määrä on vähentynyt, vaikka maan bruttokansantuote on samaan aikaan kaksinkertaistunut. Britanniassa kotitalouksien käytettävissä olevat tulot ovat kolminkertaistuneet vuodesta 1950, mutta britit eivät ole silti sen onnellisempia kuin 50 vuotta sitten. Raha ei siis välttämättä

tuo onnea, vaikka se saattaakin vähentää onnettomuutta. Hyvät ihmissuhteet, terveys ja mielekäs työ ovat onnen kannalta rahaa tärkeämpiä. Ihmisten tyytyväisyys omaan elämään on käytännössä parempi hyvinvoinnin indikaattori kuin kansantaloudelliset mittarit. Tätä ei ole kunnolla tajuttu poliittisessa keskustelussa ja päätöksenteossa.

Kansakuntien erot onnellisuudessa eivät kerro pelkästään hyvinvointieroista eri maissa, vaan koko kulttuuri voi arvottaa ja tulkita onnea eri tavalla. Monilla seuduilla arvostetaan positiivisuutta ja kielteisiä tunteita pidetään epäsovinnaisina. Toisaalta onnea voidaan pitää epäkiinnostavana ja sen sijasta arvostetaan kovaa ja vaikeuksien täyttämää elämää. Varsinkin toisten onnen seuraaminen voi olla ihmisistä ikävää, välillä jopa ahdistavaa. Joukkovihteessä tragedia ohittaa aina kirkkaasti suosiossa onnen kuvaukset. Ihmiset kestävät korkeintaan tarinan nopeasti ohi menevän onnellisen lopun. Toisten hulluuntunutta onnea on vaikeata tunnetasolla jakaa varsinkin jos se tuntuu omassa elämässä etäiseltä asialta.

Osittain tragedian arvostus johtuu kulttuurin tasolla juuri ihmisten vaistomaisesta taipumuksesta vertailla itseä toisiin. Jos muilla asiat vaikuttavat olevan paremmin, on vaikea olla edes tyytyväinen, saati sitten onnellinen. Jos taas muilla näyttää menevän itseä huonommin, on helpompi tuntea itsensä ainakin ajoittain onnelliseksi.

Parisuhdekumppanin menestystä on helpompi kestää kuin muiden ihmisten, koska sen voi jakaa hänen kanssaan. Kumppanin onnen voi laittaa paljolti myös omaan ”piikkiin”. Parisuhdeonni on yhteinen projekti ja omasta ja toisen onnesta voi nauttia usein ilman syyllisyyttä. Joillekin tasa-arvoon pyrkiville pareille toisen menestys ja onni voi kuitenkin aiheuttaa kateutta.

Suomalainen parisuhde

Parisuhde voi tuntua itsestään selvältä käsitteeltä ja asialta, mutta rajatapaukset vaativat määrittelyä. Jos ihmiset ovat muuttaneet asumaan yhteen ja elävät suhteessa, johon sisältyy seksuaalista läheisyyttä, voidaan varmasti jo puhua parisuhteesta. Hankalampaa on määrittää milloin ihmiset ensimmäistä kertaa tiedostavat, että heidän välilleen on muodostunut parisuhde. Tähän kuuluu ainakin se, että ihminen tuntee kaipaavansa toistuvasti toisen läheisyyttä, myös seksuaalista. Samalla ainakin jompikumpi alkaa esittää toistuvia odotuksia tai vaatimuksia yhteisestä vapaa-ajankäytöstä.

Kun syntyy tunne ja halu vastata toisen odotuksiin yhteisen ajan vietosta myös intiimisti sekä halu ryhtyä häntä kohtaan mahdollisesti myös uskolliseksi, on parisuhde viimeistään saanut alkunsa. Sen myötä toista kohtaan on voinut syntyä myös rakkautta ja jopa intohimoa. Nämä tunteet eivät ole kuitenkaan vält-

tämättömiä parisuhteen syntyvaiheessa. Ne voivat toisaalta vauhdittaa päätöstä julkistaa suhde muille ja muuttaa yhteen.

Historiallisesta näkökulmasta parisuhdeonni on ollut suomalaisissa parisuheteissa sodan jälkeen suorastaan yhteiskunnallinen velvollisuus (Yesilova 2009). Lapsen kehityksen ja onnellisen kodin ilmapiirin nimissä oli myös naisen ja miehen oltava avioparina onnellisia. Avio-onnen saavuttamisen ehto oli miehen ja naisen psyykkinen sopeutuminen toisiinsa. Onnellisuuden ja tyytyväisyyden oli kanavoiduttava avioliittoon ja kotiin. Jos perhe ei ollut onnellinen, se oli tarkoitukseton eikä palvellut lapsen normaalia kehitystä. Lapsen normaali kehitys taas oli ylevämpi tavoite kuin parisuhteen onni.

Yksilöiden näkökulmasta on kaipuu parisuhteen solmintaan ollut ja on edelleen ihmisen elämän perustavimpia tarpeita. Mediassa parisuhde rinnastetaan jopa koko elämännonnen löytymiseen. Suomi poikkeaa useimmista muista maista siinä, että meillä nuoret ihmiset seurustelevat tavallisesti useamman kumppanin kanssa ennen kuin muuttavat yhteen puolisonsa kanssa. Varsinkin kehitysmaiden naiset avioituvat tavallisesti ensimmäisen kumppaninsa kanssa ja tulevat raskaaksi hyvin pian avioitumisensa jälkeen. Suomessa nuoret taas asuvat tavallisesti useita vuosia yhdessä ennen lasten hankintaa ja heillä on sukupuolikokemuksia keskimäärin noin kymmenen vuoden ajalta ennen ensimmäistä lastaan. Suomessa erilaisten parisuhteiden muodostumiseen suhtaudutaan kansainvälisesti poikkeuksellisen vapaamielisesti.

Aikaisemmin parisuhteet olivat lähes välttämättömiä ihmisten toimeentulonkin kannalta. Nykyisissä parisuheteissa entistä suurempi merkitys annetaan sen sijaan tunteille ja hellyydelle, tunnetuelle ja seksuaaliselle nautinnolle. Molemmat sukupuolet vaativat itselleen enemmän vapautta päättää intiimistä elämästään ja pyrkimyksensä onneen. Tämä vaatimus kohooa suhteellisen uudesta ja entistä painokkaammin tunteisiin perustuvasta avioliitto- ja perhekäsitteestä. Ihmiset haluavat kokea tunne-elämältään laadukkaita suhteita. Tämä on nykypäivänä suhteiden solmimisen erityinen motiivi.

Parisuhteen ymmärtäminen joko pysyväksi tai määräaikaiseksi on seurausta siitä, kuinka ihmiset ymmärtävät intiimisyyden, seksuaalisuuden ja sitoutumisen merkityksen. Romanttisesti tulkittuna avioliitto perustuu erityisesti seksuaaliseen ja emotionaaliseen intiimisyyteen. Puolisot ovat rakastavaisia samalla kun he ovat vanhempia ja kumppaneita kotitalouden ja raha-asioiden hoidossa. Kun intimitteetti vähenee, avioliitto voi tuntua omalta kannalta väärältä tai epäonnistuneelta.

Jos eletään kollektivististen tai yhteisöllisten arvojen mukaisesti, romanttinen näkemys voidaan kokea jopa mahdottomaksi, koska tunneperäiseen romanttiseen näkemykseen sisältyvät perusarvot voivat mitätöidä lasten huollon vuoksi tarvittavan pysyvän ja muodollisen aviosidoksen. Oleellinen ero näissä katsannoissa on siinä, kuinka suuri painoarvo emotionaaliselle läheisyydelle annetaan hyvän

elämän kannalta. Kysymys on myös siitä, tarkastellaanko asioita parisuhteen osapuolten yhteisen ja erillisen hyvän, vaiko mahdollisesti suvun tai yhdessä hankittujen lasten edun näkökulmasta.

Intiimissä suhteessa jaetaan toisen kanssa asioita, joita ei ehkä haluta ilmaista tai kokea kenenkään muun kanssa. Tähän kuuluu se, että uskomme toisen tuntevan itsemme tavalla, jolla kukaan muu ei meitä tunne. Intiimi suhde sisältää myös sellaista huolenpitoa ja läheisyyttä, jota puuttuu muista suhteista. Intiimeissä suhteissa koetaan intensiivisesti tunteiden jakamista, huolenpitoa, vahvistusta ja tukea sekä halua ja seksuaalista tyydytystä. Nämä kokemukset ovat erityisiä myös siksi, että ne koetaan turvallisina. Nämä kokemukset antavat elämälle erityistä tarkoitusta ja ne ovat tärkeitä myös oman identiteetin kehittymisen kannalta.

Seksuaalisuus ja parinmuodostus kuuluvat erottamattomina yhteen. Seksuaalisuus on varsinkin nykyisin pariutumisen keskeisin motiivi ja ihmisten useimmat seksuaalikokemukset toteutuvat vuorovaikutuksessa vakituisen tai tilapäisen parin kanssa. Suhteen luonteella ja kumppanin ominaisuuksilla on huomattava merkitys siihen millaisia seksuaalikokemuksia henkilölle kertyy. Seksuaalikumppanin valinta on hyvin merkityksellinen asia. Seksuaalikumppanin valintaa ja seksuaalisten toiveiden ja taipumusten toteuttamista säätelevät, valvovat ja mahdollistavat yhteiset yhteiskunnalliset instituutiot, arvot ja tavat.

Viime aikoina on keskusteltu paljon siitä että länsimaisissa parisuhteissa olisi siirrytty vaiheeseen, jossa tunteista olisi tullut lähes ainoa paria yhdessä pitävä voima aiempien toimeentuloon, lisääntymiseen ja suvunkin kunniallisuuteen liittyvien motiivien tai pakotteiden sijasta. Tämä on lisännyt suhteille asetettavia yksilöllisiä vaatimuksia sekä haavoittumisen mahdollisuuksia. Jos suhde ei voi hyvin tunnetasolla, sillä on melkoinen riski hajota. Tunteiden merkityksen vahvistumisen myötä on suhteen seksuaalisesta toimivuudesta tullut sen arvioinnin ja arvostamisen tärkeä mitta.

Seksuaalinen aktiivisuus on saanut yhä tärkeämmän roolin parinmuodostuksessa. Seksuaalisesta vuorovaikutuksesta on tullut – rakkaussuhteeksi pakattuna – yhä vahvemmin parisuhdetta ylläpitävä voima. Yhteiskunnallisen avioliittoinstituution sijalle on tullut uusi subjektiivinen suhdemääritelmä, joka on tuonut seksuaalisuhteen ja läheisyyden parisuhteessa etualalle. Tämän myötä suhteen elatusluonne on jäänyt toissijaiseksi suhteessa siihen tunnetyydytykseen mitä parisuhteelta nykypäivänä odotetaan.

Nyky-yhteiskunnassa pari ei ole muiden silmissä yleensä enää uskottava, jos se ei ole seksuaalisesti aktiivinen. Aiemmin aviosuhteiden päähuolenaihe oli seksuaalisesti toteutumaton ja lapseton suhde, joka ei täyttänyt sosiaalista funktiotaan. Nykyisestä subjektiivisesta näkökulmasta katsoen seksuaalisen aktiivisuuden puute on merkki avio-ongelmista ja avioeron huolestuttava ennuste. Parisuhde on yhä korostetummin seksuaalisuhde ja parisuhdeonni yhä enemmän riippuvainen suhteen seksuaalisesta toimivuudesta.

Tämän raportin tavoitteet

Onnen tavoittelu ja parisuhteiden suuri rooli tässä unelmassa ovat siis näyttävästi esillä kulttuurissamme. Enemmän kuin onnesta raportoidaan ja keskustellaan kuitenkin epäonnistumisesta tämän onnen löytämisessä. Samoin kerrotaan sen menettämisestä erilaisten onnettomasti päättyneiden suhteiden seurauksena. Onnen etsintä saa yksineläjillä välillä suorastaan epätoivoisia muotoja (Ojala ja Kontula 2002). Alalta löytyy lisäksi jos jonkinlaisia konsultteja, neuvoja, terapeutteja ja opaskirjoja. Onnen avaimista vallitsee ilmeinen hämmennys ja sen selityksistä kilpailevat erilaiset keskenään erimieliset koulukunnat.

Tämä ajankohtainen tilanne taustana tämän raportin tavoitteena on esittää tutkittua tietoa parisuhdeonnan avaimista ja esteistä. Tavoitteeseen pyritään erityisesti:

1. Analysoimalla FINSEX -tutkimuksessa useana eri vuotena kerättyjä valtakunnallisia aineistoja, jotka edustavat suomalaista aikuisväestöä. Tutkimukseen on sisällytetty useita kysymyksiä, joiden perusteella parisuhdeonnea, sen kehitystä ja joitakin siihen vaikuttavia asioita voi selvittää. Aineiston avulla on myös mahdollista seurata suomalaisten parisuhteiden kehittymistä ja muutosta usean vuosikymmenen ajalta.
2. Tekemällä monipuolinen katsaus kansainväliseen tutkimuskirjallisuuteen, jossa on tutkittu parisuhdeonnea ja siihen vaikuttavia asioita. Kirjallisuus täydentää niitä aukkoja, joita FINSEX -tutkimuksen kysymyksiin ja aselmiin parisuhdeonnan tutkimisen ja selitysten testaamisen kannalta on jäänyt. Mukaan on otettu myös teorioita, joiden avulla erilaisia parisuhteiden onnessa todettuja eroja on aiemmissa tutkimuksissa pyritty selittämään ja analysoimaan.

Raportin kolmannen ja neljännen luvun painopiste on erilaisten parisuhteiden luonteen ja onnellisuuden pohdinnassa ja vertailuissa. Tärkeänä näkökulmana on avo- ja avioliittojen vertailu. Tätä on tutkittu erityisen aktiivisesti Yhdysvalloissa. Tämän raportin erityistä antia on erillissuhteiden tuominen tähän yhteyteen. Erillissuhteista ja niiden onnesta on maailmaltakin toistaiseksi niukalti tietoa.

Tämän tutkimuksen tavoitteiden kannalta eräänlainen pääluku on viides luku, johon on koottu tiedot parisuhdeonnea selittävistä teorioista ja yksittäisistä tekijöistä. Tässä luvussa FINSEX -tutkimuksen tuloksia on täydennetty monipuolisesti aiemmin julkaistun kansainvälisen tutkimuskirjallisuuden perusteella. Viidennen luvun tavoitteena on luoda mahdollisimman monipuolinen näkökulma tutkimuksissa esille nostettuun parisuhdeonneen.

Kuudes luku täydentää parisuhteista muodostunutta kuvaa tuomalla esille niitä riskejä, jotka usein vaativat parien onnea jopa eroon asti. Samassa luvussa kerrotaan myös erilaisista seurauksista, joihin eroamiset parisuhteista ovat tutkimusten mukaan johtaneet.

Raportin seitsemännessä luvussa vedetään yhteen tutkimuksen ja aiemman kirjallisuuden tärkeimpiä tuloksia. Myös pohditaan mistä tuntuisi löytyvän joitakin erityisiä avaimia parisuhdeonnan löytämiseen, ylläpitämiseen ja ehkä myös kehittämiseen. Lopuksi pohditaan sitä, kuinka hyvin aiemmissa tutkimuksissa koetellut teorit näyttävät soveltuvan parisuhdeonnan selittämiseen ja millä tavoin ne voivat auttaa ymmärtämään onnen etsijöitä.

FINSEX – aineisto

Tässä raportissa esitettävät Suomea koskevat tutkimustiedot perustuvat pitkäaikaiseen FINSEX -tutkimukseen suomalaisten parisuhteista ja niiden seksuaalielämästä. Tutkittavia aiheita on monilta osin seurattu neljällä tutkimuskerralla 1970-luvulta nykypäivään. Muutamien vastaajien nuoruutta kartoittavien tutkimuskysymysten osalta tutkimuksen tiedot ulottuvat 1940-luvulle asti. Pitkä ajallinen perspektiivi avaa kiinnostavan näkökulman suomalaiseen sosiaalisiin historiaan ja parisuhteisiin.

Ensimmäisen nykyiseen FINSEX -hankkeeseen liittyvän tutkimuksen ”Suomalaisten sukupuolielämä” tekivät vuonna 1971 Kai Sievers, Osmo Koskelainen ja Kimmo Leppo. He julkaisivat tutkimuksensa keskeiset tulokset vuonna 1974 samannimisessä teoksessa. Heidän tutkimuksensa oli koko maailmassakin vasta toinen tietyn maan väestöön aidosti yleistettävissä oleva seksuaalitutkimus.

Edellä mainittu tutkimus oli innoittajana ja hyvin arvokkaana tietolähteenä FINSEX -hanketta luotaessa ja jatkettaessa 1990-luvun alussa. Suomen Akatemia rahoitti tutkimuskokonaisuuden, johon kuului tutkimuksen kvalitatiivisten osioiden lisäksi vuonna 1992 tehty edustava väestökysely seksuaaliasioista (Kontula & Haavio-Mannila 1993). Vuoden 1992 väestökysely toteutettiin siten, että sen keskeisiä tuloksia voitiin verrata aiempaan vuoden 1971 tutkimukseen.

FINSEX -hankkeen seuraava kysely toteutettiin vuonna 1998 Väestöliiton Väestöntutkimuslaitoksella Sosiaali- ja terveysministeriön rahoituksella (Haavio-Mannila & Kontula 2001; Haavio-Mannila & Kontula 2003). Uusi aineisto kerättiin pääosin vuoden 1999 aikana. Tutkimus tehtiin jälleen mahdollisimman vertailukelpoiseksi aiempien tutkimusten kanssa. Rahoituksen rajallisuus saneli

tällöin, että aineistoa ei voitu kerätä Tilastokeskuksen haastattelijoiden kotikäynnillä, kuten tehtiin vuonna 1992. Menetelmänä oli sen sijaan Tilastokeskuksen toteuttama postikysely, mikä pudotti tutkimuksen vastausprosenttia aiempiin tutkimuksiin verrattuna.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriöltä saatiin vuonna 2007 rahoitus uuden seksuaalikäytön tutkimuksen tekemiseksi Väestöliiton Väestöntutkimuslaitoksella Tilastokeskuksen avustuksella. Aineistonhankintametsodi ja vastausprosenttikin oli sama kuin vuonna 1999. Tämä helpotti näiden kahden uusimman aineiston tulosten vertailua keskenään. Vuosiin 1971 ja 1992 verrattuna oli vastausprosentti niin paljon alhaisempi, että tulosten vertailukelpoisuutta täytyi analysoida huolellisesti (Kontula 2008; Kontula 2009).

FINSEX –tutkimushankkeen väestökyselyt suomalaisten seksuaaliasioista

Vuosi	Tekijät	Ikäryhmä	Aineistokoko	Vastausprosentti
1971	Sievers, Koskelainen, Leppo	18–54-vuotiaat	2 152	91,4 %
1992	Kontula, Haavio-Mannila	18–74-vuotiaat	2 250	75,9 %
1999	Kontula, Haavio-Mannila	18–81-vuotiaat	1 496	45,8 %
2007	Kontula	18–74-vuotiaat	2 590	43,4 %

Jokaisella tutkimuskerralla tutkimuksen otanta on poimittu väestön keskusrekisteristä, jossa kaikilla suomalaisilla on ollut tasapuolinen mahdollisuus tulla valituksi tutkimusotokseen.

Vuosina 1999 ja 2007 tehtyjen tutkimusten vastausprosentit olivat alempia kuin vuosina 1971 ja 1992. Vastausprosenttien vaikutusta tutkimusten vertailukelpoisuuteen arvioitiin selvittämällä sitä, kuinka tiettyyn syntymäkohorttiin kuuluneet ihmiset olivat vastanneet näissä tutkimuksissa samoihin omaa nuoruuttaan koskeviin kysymyksiin. Vuosina 1971 ja 1992 raportoituja tietoja voi pitää korkean vastausprosentin ansiosta edustavina. Vuosina 1999 ja 2007 todettavat mahdolliset erot tuloksissa ilmentävät vastaajien valikoitumista joidenkin tutkittujen ominaisuuksien perusteella.

Vuosien 1999 ja 2007 vastaajien valikoituminen oli tapahtunut tulosten perusteella hyvin samalla tavalla. Tämä oli johtunut paljolti samasta aineiston keruumenetelmästä (Tilastokeskuksen toteuttama postikysely) ja samasta vastausprosentista. Aineiston edustavuus ja vertailukelpoisuus vuosiin 1971 ja 1992 säilyi yli 55-vuotiaita miesvastaajia lukuun ottamatta sangen hyvänä.

Vuosina 1999 ja 2007 vastanneet kypsän iän miehet (55+) olivat aloittaneet yhdynnät aiempiin tutkimuksiin verrattuna ikätovereitaan keskimääräistä myöhemmin ja he olivat olleet sen jälkeen muita useammin seksuaalisuhdetyypiltään yksisuhteisia tai monogaamisia. He olivat menneet hieman muita yleisemmin

naimisiin ensimmäisen kumppaninsa kanssa. Heillä oli myös ollut vähemmän seksuaalikumppaneita elämänsä aikana ja harvemmin kokemuksia rinnakkaissuhteista. Näiden asioiden osalta vuosien 1999 ja 2007 tulokset antavat yli 55-vuotiaiden miesten kokeneisuudesta lievän aliarvion suhteessa koko sen ikäiseen väestöön.

Muilta osin eri ikäryhmien miesten ja eri-ikäisten naisten vastaukset olivat melko yhdenmukaisia aiempien väestötutkimusten samoina vuosina syntyneiden miesten ja naisten tuloksien kanssa. Halukkuus vastata seksuaaliasioita koskevaan kyselyyn ei siten vaihdellut kovinkaan suuresti ihmisten elämäntilanteen ja seksuaalisten mielenkiintojen mukaisesti. Parisuhteissa ja niiden onnellisuudessa tapahtuneita muutoksia voi siten sangen hyvin vertailla tutkimuksen eri vuosiaineistojen avulla.

Tutkimuksen kysymykset

Tässä raportissa käytetään suomalaisten parisuhteiden nykytilanteen selvittelyyn ja parisuhteissa tapahtuneiden muutosten seurantaan FINSEX – tutkimushankkeen vuoden 2007 kyselylomakkeen kysymyksiä ja mittareita. Monet näistä kysymyksistä oli esitetty samalla tavalla jokaisella neljällä tutkimuskerralla: 1971, 1992, 1999 ja 2007. Jotkut aiheet olivat mukana vain kolmessa viimeisessä kyselyssä.

Tutkimuksen keskeisintä teemaa – Parisuhdeonnea – on mitattu yhdellä kysymyksellä:

Millaisena pidätte nykyistä parisuhdetanne?

- hyvin onnellisena
- melko onnellisena
- ei onnellisena eikä onnettomana
- melko onnettomana
- hyvin onnettomana

Muita onnellisuuteen, tyytyväisyyteen ja elämänlaatuun liittyviä kysymyksiä ovat:

- Millaisena (kuinka onnellisena) pidätte elämääne juuri nyt?
- Millainen (kuinka yksinäinen) on elämäntilanteenne juuri nyt?
- Onko olemassa mies tai nainen, joka todella rakastaa Teitä?
- Mitä seuraavista (parisuhde-) elämäntyyleistä pidätte itsellenne parhaimpana elämäne tässä vaiheessa?
- Kuinka paljon parisuhdeessanne on koskettelua ja fyysistä läheisyyttä?

- Onko sukupuoliasioista keskusteleminen kumppaninne kanssa helppoa vai vaikeaa?
- Kuinka tärkeäksi katsotte sukupuolielämän merkityksen parisuhteenne onnellisuudelle?
- Kun arvioitte omaa sukupuolielämäännne kokonaisuutena katsottuna, niin pidättekö sitä (kuinka tyydyttävänä)?

Mainittuja asioita on voinut tarkastella erilaisissa parisuhteissa elävillä suomalaisilla. Parisuhteista on eroteltu vertailuihin kolme päätyyppiä:

- avioliitot
- avoliitot
- erillissuhteet (erillään asuvien aikuisten vakituinen parisuhde)

Parisuhteita on voinut eritellä tämän lisäksi myös muun muassa parisuhteen keston, lasten lukumäärän, lasten kanssa asumisen, vastaajien sosioekonomisen aseman, elämäntapojen, arvojen, seksuaalisen itsetunnon ja koettujen mielen-terveysoireiden mukaisesti.

Parisuhdemuotojen kehitys Suomessa

3

Tiedot parisuhteiden kehityksestä

Kun parisuhde on syntynyt, ihmiset harkitsevat kuinka yhteinen aika järjestellään ja ryhdytäänkö tapaamaan yhdessä sukulaisia ja ystäviä. Tässä vaiheessa suhde siirtyy intimiteetin piiristä sosiaalisesti instituutioksi, johon kohdistetaan sen mukaisia rooliodotuksia. Tähän kuuluvat odotukset yhteen muuttamisesta ja myöhemmin usein myös lasten hankinnasta. Myös yhteisen elämän kustannusten jakamisesta saatetaan tehdä joitakin sopimuksia.

Avoliitto hallitsi suvereenina instituutiona suomalaisia parisuhteita 1960-luvulle asti. Muunlaiset suhteet kuuluivat joko avioitumista edeltävään nuoruuteen tai sitten puhuttiin aikuisista ”susipareista”, jotka eivät jostakin syystä suostuneet astelemaan papin eteen. Vaikka ihmiset välillä lipsuivatkin hyveelliseksi määritetystä elämäntavasta, parisuhteiden kirjo oli kuitenkin 1960-luvulle asti suppeampi kuin mitä se on ollut 1970-luvun jälkeen.

FINSEX -tutkimuksen eri vuosiaineistojen avulla voidaan tarkastella kuinka suuri osa vastaajista on kertonut olleensa sillä hetkellä naimisissa, avoliitossa, erillissuhteessa tai yksineläjänä. Näitä tietoja voidaan verrata osaksi Tilastokeskuksen tuottamiin tilastoihin. Erityistä tässä tulosten tarkastelussa on se, että parisuhteiden koko tarkasteluun voidaan ottaa tasavertaisesti mukaan myös erillissuhteet, joista ei muutoin ole olemassa mitään varsinaisia tilastoja. Parisuh-teissa tapahtuneista muutoksista muodostuu tässä sen ansiosta monipuolisempi kokonaiskuva kuin tilastojen avulla.

Tässä luvussa tavoitteena on esittää pieni kartoitus siitä, kuinka suomalaiset parisuhteet ovat muuttuneet 1970-luvun alun jälkeen. Näiden suhteiden koettuihin laatu- ja onnellisuustekijöihin paneudutaan seuraavassa luvussa.

Avoliittoja on tässä tutkimuksessa voitu seurata kattavasti kullakin neljällä tutkimuskerralla. Niistä on myös käytettävissä hyvät tilastot. Avoliitto sen sijaan oli kovin tuore asia vielä 1970-luvun alussa ja yleistyi varsinaisesti vasta myöhemmin. Avoliitoista on hyvät tiedot kolmesta myöhemmästä tutkimuksesta (1992, 1999, 2007) samoin kuin erillissuhteista, joista ei ollut valitettavasti vielä lainkaan kysymystä vuoden 1971 tutkimuksessa.

Erillissuhteilla tässä tarkoitetaan aikuisten välisiä jatkuvia tai vakituisia parisuhteita, joissa ei asuta yhdessä. Parisuhteen molemmilla osapuolilla on oma erillinen asuntonsa. Erillissuhteissa voi olla hyvin säännöllinen viikkoaikataulu ja tiivis kanssakäyminen. Tästä on esimerkkinä se, että tuoreimpien tietojen mukaan erillissuhteissa elävillä ihmisillä oli ollut keskimäärin enemmän keskinäisiä yhdyntöjä kuin avioliitoissa tai avoliitoissa eläneillä (Kontula 2008).

Parisuhteiden solminta

Vastaajat ilmoittivat siviilisäädyn tutkimushetkellä jonkun seuraavista vaihtoehdoista:

- avioitunut (yhdessä tai erikseen asuen)
- eronnut
- leski
- naimaton

Naimattomuus ei tarkoita edes useimmiten sitä, että ihmisellä ei olisi parisuhdetta. Naimattomista miehistä kolmasosa ja naisista melkein puolet oli avoliitossa. Molempien sukupuolten naimattomista noin joka neljäs eli erillissuhteessa. Vailla vakituista kumppania oli naimattomista miehistä 40 prosenttia ja naisista 33 prosenttia.

Avoliitosta eronneista miehistä vajaa puolet ja eronneista naisista vähän yli puolet oli tutkimushetkellä yksineläjiä. Eronneista vajaa viidesosa oli solminut avoliiton ja erillissuhteessa eli noin 40 prosenttia miehistä ja noin 30 prosenttia naisista. Eronneet miehet olivat hankkineet noin 10 prosenttiyksikköä eronneita naisia useammin itselleen uuden suhteen.

Leskimiehistä 56 prosenttia ja leskinaisista 71 prosenttia oli tutkimushetkellä yksineläjiä. Leskimiehistä kolmasosa ja leskinaisista neljäsosa eli erillissuhteessa. Lisäksi miehistä noin kymmenesosa ja naisista viitisen prosenttia oli avoliitossa. Leskienkin joukossa miehet olivat naisia aktiivisemmin hakeneet itselleen uuden suhteen. Tämä johtuu osaksi siitä, että leskien ikäluokassa naisia on lukumääräisesti selvästi miehiä enemmän, eli miehillä on ollut enemmän ”valinnanvaraa”.

Eri parisuhdemuotojen suosio vaihtelee jonkin verran myös sen mukaan kuinka monennessa parisuhteessa ihmiset parhaillaan elävät. Tätä voi pitää myös henkilön parisuhdehistorian vaikutuksena hänen nykyiselle elämälleen ja siihen liittyneille parisuhdevalinnoille.

1. Ensimmäisessä parisuhteessaan elävistä miehistä 80 prosenttia ja naisista 75 prosenttia oli avioliitossa, noin 10 prosenttia avoliitossa ja viitisen prosenttia erillisuhteessa. Nuorimmassa sukupolvessa (alle 35-vuotiaat) reilu viidesosa ensimmäisessä suhteessa elävistä oli avoliitossa.
 - Tämä kertoo siitä, että pääosa suomalaisista parisuhteista on pitkäaikaisia avioliittoja ja että avoliitoista päädytään useimmiten myöhemmin avioliittoon. Lisäksi useimmat ovat sitoutuneet uudelleen ensimmäisen parisuhteen päättymisen jälkeen. Yhden suhteen elämässään solmineista vain 5 prosenttia miehistä ja 10 prosenttia naisista oli tutkimushetkellä vailla vakituista suhdetta. Nuorella sukupolvella nämä osuudet olivat molemmilla sukupuolilla noin 5 prosenttia.
2. Toisessa parisuhteessa elävillä avioliittojen osuus oli selvästi pienempi kuin ensimmäisissä suhteissa, molemmilla sukupuolilla noin 50 prosenttia. Avoliitossa toisessa suhteessa olevista eli noin 30 prosenttia ja erillisuhteessa melkein 10 prosenttia. Nuorena sukupolvessa puolet toisissa suhteissaan elävistä oli avoliitossa.
 - Luvut kertovat siitä, että toisessa parisuhteessa ei usein sitouduta yhtä harkitusti ja tiiviisti kuin ensimmäisessä.
3. Kolmannen tai useamman suhteen elämässään solmineista miehistä vajaa puolet ja naisista kolmasosa oli naimisissa. Naiset olivat näissä tapauksissa useammin avoliitossa kuin naimisissa. Miehistä taas reilu viidesosa oli erillisuhteessa. Ainakin neljä parisuhdetta solmineet naiset olivat tutkimushetkellä miehiä useammin (joka neljäs) yksineläjiä. Miehet puolestaan olivat tässä parisuhdevaiheessaan naisia useammin erillisuhteessa.

Erilaisiin parisuhteisiin oli jonkin verran valikoiduttu sen mukaan kuinka nuorina vastaajat olivat kokeneet ensimmäiset seksuaaliset suhteensa. Eri ikäryhmien miehistä ja naisista avoliiton ja erillisuhteen solmineet olivat kokeneet ensimmäisen yhdyntänsä keskimäärin 1 – 2 vuotta nuorempina kuin naimisiin menneet tai yksineläjät. Nämä ihmiset olivat selvästikin asettaneet suhteessaan seksuaaliselle sitoutumiselle ja yhteensopivuudelle enemmän painoa kuin suhteen muodolliselle sitoumukselle ja laillistamiselle. Tämä tulos kertoi myös muita nuorempina seksuaalielämänsä aloittavien muita suuremmasta motiivista ja halukkuudesta solmia parisuhteita.

Avioliitot

Ennen 1960-lukua avioliiton perusteltu päätehtävä ei ollut yleensä sen osapuolten henkilökohtainen etu tai koettu tunnetäyttymys vaan sangen käytännöllinen vaihtosuhde. Se perustui ensi sijassa traditionaaliseen taloudelliseen panokseen (aviomies) ja ajankäyttöön (vaimo) kotitalouden muodostamiseksi ja lasten kasvattamiseksi. (Wydick 2007.)

Kun roolit muuttuivat epäselvemmiksi 1960- ja 1970-luvuilla, nuoret aikuiset saattoivat toimia itsenäisemmin monitaitoisina autonomisina osajina. Naiset saivat aiempaa vahvemman aseman työelämässä ja miehet ryhtyivät entistä halukkaammin ottamaan vastuuta kotitaloustehtävistä. Tämä toi muutoksia parisuhteiden yhteistyölle ja siinä mahdollisesti syntyneille konflikteille. Samalla kun avioliiton traditionaalisten vuorovaikutushyötyjen merkitys hitaasti väheni, jäljelle jäi korostuva tarve kokea henkilökohtaista kumppanuutta ja suhteen tunnetäyttymystä. (Wydick 2007.)

Kun miehet ja naiset tarvitsivat aiempaa vähemmän toistensa erikoistunutta panosta kotitaloudessa, yhteistyö avioliitossa tuli mutkikkaammaksi ja muutti avioliiton instituutiona jonkin verran riskialttiimmaksi ja vähemmän houkuttelevaksi. Tämä lisäsi epäilyksiä siitä voiko aviosuhde tuottaa riittävästi parin keskinäistä harmoniaa. Kun avioliiton riskit lisääntyivät, ja ihmiset kaipasivat jatkuvaa tunnetäyttymystä, parantui avioliiton maine entistä turvallisempaan ja houkuttelevampaan parisuhdemuotona. (Wydick 2007.)

Avioitumiselle on sekä yleisiä että erityisiä motiiveja. Puolisot odottavat yleensä saavansa parisuhteeltaan ja kumppaniltaan erilaisia suoranaisia hyötyjä itselleen. Näitä hyötyjä ovat puolison ilmaisema rakkaus, kiitollisuudentunne, tunnustuksen antaminen, turvallisuus ja materiaaliset palkinnot. Yhdessä näitä palkintoja voi kutsua avioliiton hoivanäköläksi. Avioliitto tarjoaa myös eräänlaiset perusvakuudet ikäviä elämäntapahtumia vastaan. (Stutzer & Frey 2006)

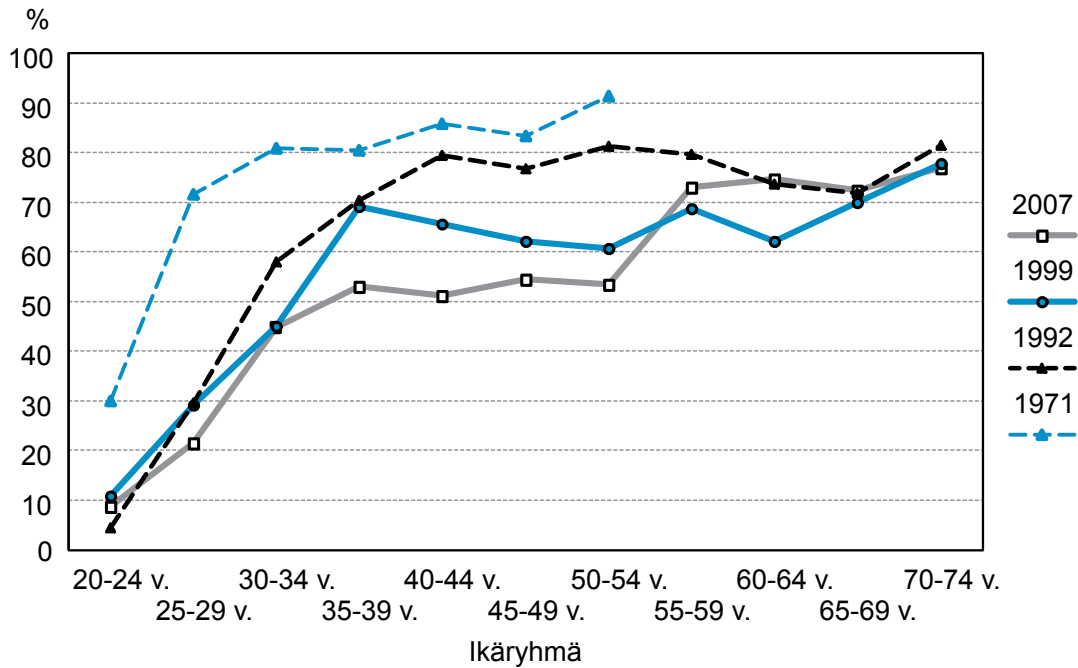
Avioliitot Suomessa

Naimisissa olevien miesten ja naisten osuudet ovat pudonneet 1970-luvun alun jälkeen Suomessa avoliittojen yleistymisen seurauksena hyvin merkittävästi kaikissa ikäryhmissä. Alle 54-vuotiaiden ikäryhmässä naimisissa olleiden osuus väheni vuodesta 1971 vuoteen 2007 miehillä 63 prosentista 41 prosenttiin ja naisilla 69 prosentista 44 prosenttiin. Aikavälillä 1999–2007 naimisissa olevien miesten osuus vielä väheni kahdeksalla ja naisten kolmella prosenttiyksiköllä.

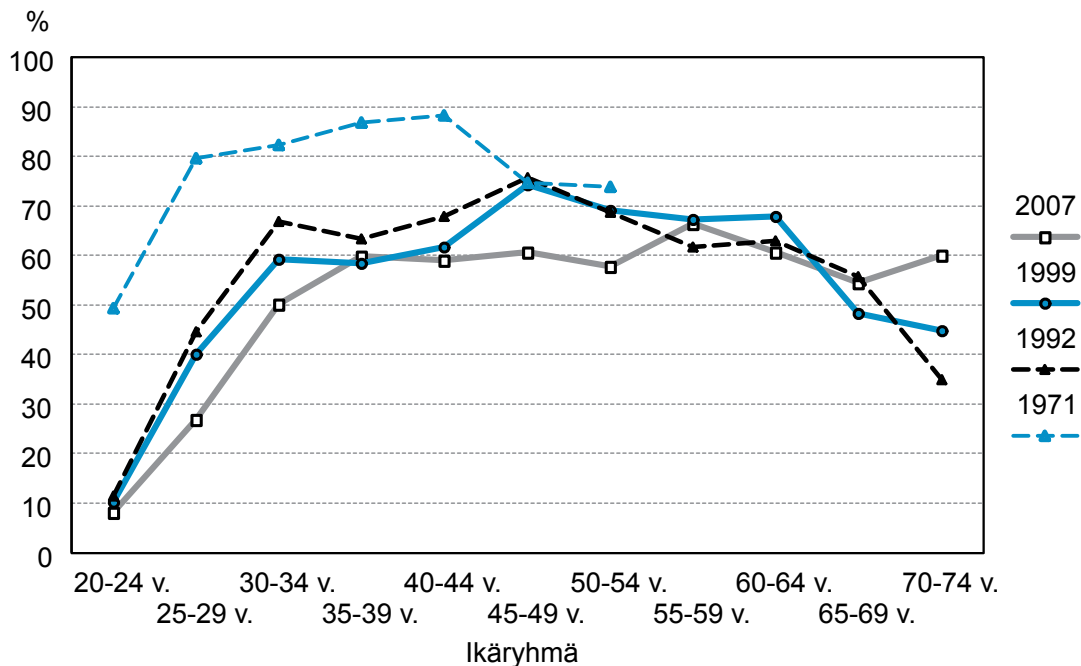
Erityisen voimakkaana tämä muutos näkyi alle 35-vuotiailla vastaajilla: heillä naimisissa olevien osuus vähentyi vuodesta 1971 vuoteen 2007 suorastaan rajusti (miehillä 49 prosentista 24 prosenttiin ja naisilla 60 prosentista 26 prosenttiin).

Tämän ikäisillä olivat naimisissa olevien osuudet 2000-luvulla siten jo puolittuneet 1970-luvun alkuun verrattuna. Tämä on todella voimakas muutos suomalaisen avioliittoinstituution suosiossa. Kyselyn tiedot tämän ikäryhmän vastaajista vuodelta 2007 vastaavat molemmilla sukupuolilla hyvin väestötilastojen lukuja, joilla kuvataan naimisissa olevien osuuksia samana vuonna. (Liitekuvio 1).

Kuvio 1. Naimisissa olevien miesten osuus, %.



Kuvio 2. Naimisissa olevien naisten osuus, %.



Avoliitto on menettänyt myös keski-ikäisten suosiota, vaikka heistä vähän yli puolet olikin vuonna 2007 naimisissa. Muutos oli tässäkin tapauksessa huomattava, sillä naimisissa olevien osuus laski miehillä vuodesta 1971 vuoteen 2007 85 prosentista 53 prosenttiin ja naisilla 83 prosentista 59 prosenttiin. Vielä vuosien 1999 ja 2007 välisenä aikana olivat naimisissa olevien osuudet pudonneet miehillä yhdellätoista ja naisilla kuudella prosenttiyksiköllä. Tämä johtuu osaksi siitä, että vanhimpaan ikäryhmään on siirtynyt lisääntyvässä määrin uutta sukupolvea, jolla on kokemusta muista parisuhteista kuin avioliitoista.

Avoliitot olivat menettäneet suosiotaan varsinkin avoliitoille, mutta myös erillissuhteille (erillissuhteiden suosio kasvoi miehillä vuodesta 1992 vuoteen 2007 neljästä prosentista kahteentoista ja naisilla vastaavasti kahdeksasta prosentista yhteentoista). Yksineläjien osuudet olivat myös kohonneet hieman keski-ikäisillä osin lisääntyneiden avioerojen vuoksi, ja toisaalta siksi, että uuden kumppanin valinnassa oli oltu aiempaa kriittisempiä.

FINSEX -aineiston avulla ei ole voitu tarkastella yli 55-vuotiaiden avioitumisessa 1970-luvun alun jälkeen tapahtuneita muutoksia, sillä vuonna 1971 tutkittavina olivat vain alle 55-vuotiaat. 1990-luvun alun jälkeen tehdyissä kyselyissä avioituneiden osuus oli säilynyt tässä vanhimmassa ikäryhmässä sangen tasaisena. Miehistä kolme neljäsosaa ja naisista noin kaksi kolmasosaa oli ollut kyselytietojen perusteella naimisissa. Kyselyyn vastanneet yli 55-vuotiaat miehet olivat olleet hieman useammin naimisissa kuin samanikäiset miehet väestötilastoissa.

Leskeksi jääminen oli vaikuttanut siihen, että naimisissa olleiden naisten osuudet olivat vähitellen laskeneet 60 ikävuoden jälkeen ja ne olivat olleet pienempiä kuin samanikäisillä miehillä. Naisilla oli ollut selkeästi pulaa samanikäisistä naimakelpoisista miehistä.

Konkreettinen sukupuolten ero väestötilastoissa oli se, että noin 70-vuotiaana naisista oli kuollut vasta kymmenesosa, mutta miehistä jo joka neljäs. 80-ikävuoden vaiheilla naisista oli kuollut noin 30 prosenttia, mutta miehistä jo yli puolet.

Taulukko 1. Miesten parisuhdemuotojen kehitys 1971–2007, %.

Parisuhde	Ikäryhmä	1971	1992	1999	2007
Yksineläjä	20–24 v.	63,7	41,6	38,2	36,3
	25–29 v.	26,0	16,8	26,2	30,1
	30–34 v.	17,0	16,1	15,0	13,5
	35–39 v.	18,3	12,2	5,5	21,0
	40–44 v.	14,1	10,2	9,0	14,6
	45–49 v.	16,7	10,7	13,6	13,1
	50–54 v.	8,5	9,9	16,4	19,8
	55–59 v.	..	13,0	10,4	10,3
	60–64 v.	..	15,8	22,2	8,4
	65–69 v.	..	21,1	16,7	12,5
	70–74 v.	..	5,3	14,8	13,1
Erillissuhde	20–24 v.	..	27,4	34,5	27,5
	25–29 v.	..	17,6	18,5	16,1
	30–34 v.	..	7,3	16,7	16,9
	35–39 v.	..	5,0	12,7	6,0
	40–44 v.	..	1,6	10,4	17,1
	45–49 v.	..	5,4	13,6	14,1
	50–54 v.	..	2,2	13,1	10,9
	55–59 v.	..	7,4	18,8	6,3
	60–64 v.	..	6,6	11,1	12,6
	65–69 v.	..	5,3	10,0	7,5
	70–74v	..	10,5	7,4	8,2
Avoliitto	20–24 v.	6,4	26,5	16,4	27,5
	25–29 v.	2,4	36,0	26,2	32,3
	30–34 v.	2,1	18,5	23,3	24,7
	35–39 v.	1,1	12,5	12,7	20,0
	40–44 v.	0,0	8,7	14,9	17,1
	45–49 v.	0,0	7,1	10,6	18,2
	50–54 v.	0,0	6,6	9,8	15,8
	55–59 v.	..	0,0	2,1	10,3
	60–64 v.	..	3,9	4,4	4,2
	65–69 v.	..	1,8	3,3	7,5
	70–74 v.	..	2,6	0,0	1,6
Avoliitto	20–24 v.	29,9	4,4	10,9	8,8
	25–29 v.	71,7	29,6	29,2	21,5
	30–34 v.	80,9	58,1	45,0	44,9
	35–39 v.	80,6	70,5	69,1	53,0
	40–44 v.	85,9	79,5	65,7	51,2
	45–49 v.	83,3	76,8	62,1	54,5
	50–54 v.	91,5	81,3	60,7	53,5
	55–59 v.	..	79,6	68,8	73,0
	60–64 v.	..	73,7	62,2	74,8
	65–69 v.	..	71,9	70,0	72,5
	70–74 v.	..	81,6	77,8	77,0

Taulukko 2. Naisten parisuhdemuotojen kehitys 1971–2007, %.

Parisuhde	Ikäryhmä	1971	1992	1999	2007
Sinkku	20–24 v.	46,3	27,9	21,6	27,0
	25–29 v.	18,7	13,4	17,2	15,4
	30–34 v.	16,2	8,3	7,9	8,7
	35–39 v.	13,0	14,8	10,1	11,7
	40–44 v.	11,7	12,3	6,2	11,1
	45–49 v.	24,3	9,5	10,0	15,7
	50–54 v.	23,9	12,5	10,6	20,1
	55–59 v.	..	29,4	16,4	15,5
	60–64 v.	..	28,1	19,6	23,7
	65–69 v.	..	39,5	27,9	36,6
	70–74 v.	..	61,9	48,3	30,7
Erillissuhde	20–24 v.	..	28,7	24,7	20,3
	25–29 v.	..	14,3	11,5	15,4
	30–34 v.	..	8,3	13,2	9,4
	35–39 v.	..	4,7	12,4	10,9
	40–44 v.	..	9,8	11,1	8,5
	45–49 v.	..	9,5	8,6	12,9
	50–54 v.	..	9,4	12,8	10,4
	55–59 v.	..	4,4	9,1	10,3
	60–64 v.	..	5,6	8,9	10,4
	65–69 v.	..	3,5	14,0	8,0
	70–74 v.	..	1,6	6,9	6,8
Avoliitto	20–24 v.	4,4	32,0	43,3	44,5
	25–29 v.	1,7	27,7	31,0	42,3
	30–34 v.	1,4	16,5	19,7	31,5
	35–39 v.	0,0	17,2	19,1	17,5
	40–44 v.	0,0	9,8	21,0	21,4
	45–49 v.	0,9	5,3	7,1	10,7
	50–54 v.	2,2	9,4	7,4	11,6
	55–59 v.	..	4,4	7,3	7,7
	60–64 v.	..	3,4	3,6	5,2
	65–69 v.	..	1,2	9,3	0,9
	70–74 v.	..	1,6	0,0	2,3
Avioliitto	20–24 v.	49,3	11,5	10,3	8,1
	25–29 v.	79,6	44,6	40,2	26,9
	30–34 v.	82,4	66,9	59,2	50,3
	35–39 v.	87,0	63,3	58,4	59,9
	40–44 v.	88,3	68,0	61,7	59,0
	45–49 v.	74,8	75,8	74,3	60,7
	50–54 v.	73,9	68,8	69,1	57,9
	55–59 v.	..	61,8	67,3	66,5
	60–64 v.	..	62,9	67,9	60,7
	65–69 v.	..	55,8	48,8	54,5
	70–74 v.	..	34,9	44,8	60,2

Avoliitot

Avoliitossa on kyse yksityisestä sitoutumisesta, joka on juridista sitoutumista eli avioliittoa helpompi purkaa. Avoliitosta puuttuvat myös paljon avioliiton kaltaiset normatiiviset rooli-odotukset. Avoliitto tarjoaa kuitenkin avioliiton tapaan toveruutta, seksiä ja taloudellista tukea. Avoliitossa suurempi vapaus ja lievemmät sitoumukset ja velvollisuudet voivat johtaa jopa suurempaan parisuhdeonneen. Avioituneilla saattaa olla suhteensa varmuudesta johtuen jopa vähemmän halua ilmaista kiintymystään ja avuliaisuuttaan kumppaniaan kohtaan. (Hansen et al. 2007.)

Monet avoliitosta koituvat hyödyt ovat samoja kuin avioliitosta saatavat. Avosuhteen laatu ei ole siten yleensä muodostanut estettä mahdolliselle myöhemmälle avioitumiselle. Avoliitosta on toisaalta vaikeampi erota, koska erosta koituvat kustannukset ovat suuremmat kuin avoliitoissa. Avoliitto voi kehittyä tästä syystä vielä nykyistä vakavammaksi kilpailijaksi avioliitolle. (Willetts 2006.)

Avoliitot ovat olleet kaikkein yleisimpiä Pohjoismaissa, mutta 1990-luvulla ne yleistyivät huomattavasti myös Etelä- ja Itä-Euroopassa. Keskinäiset erot avoliitossa elävien väestöosuuksissa ovat näissä maissa kuitenkin vielä moninkertaiset. Yhdysvalloissakin avoliittolaisten määrä kymmenkertaistui vuosina 1970–2002. Siellä (vasta) joka toisella naisella ja Englannissa 70 prosentilla naisista ensimmäinen liitto oli avioliiton sijaan avoliitto. Ruotsissa tämä luku on ollut jo 90 prosenttia. (Wydick 2007.) Avoliitto on vähitellen yleistynyt avioliiton pitkäaikaiseksi vaihtoehdoksi.

Hansen et al. (2007) ovat koonneet avoliiton suosion kasvun selityksiä:

1. Yleinen liberalisoituminen avioliittolaeissa monissa länsimaissa.
2. Ehkäisy pillereiden käytön laaja leviäminen 1960-luvun puolivälin jälkeen.
3. Laajamittainen abortin hyväksyminen 1970-luvun alun jälkeen.
4. Kasvukehitys naisten palkkatyöansioissa ja palkkatyöhön osallistumisessa.
5. Avoliiton laajamittainen hyväksyminen viimeisinä vuosikymmeninä.

Yhdysvalloissa 10 prosentin lisäys naisten työssäkäyntiosuudessa liittyi 15 prosentin kasvuun avoliittolaisten osuudessa. Abortin mahdollistuminen lisäsi avoliittolaisuutta puolestaan neljällä prosenttiyksiköllä. Ahkera kirkossa kävijöiden väestöosuus rajasi puolestaan eniten avoliittojen osuutta. (Wydick 2007.)

Avoliitossa elävät ihmiset voivat olla hyvin eri vaiheissa parisuhdehistoriaansa. Yhdysvalloissa avoliittolaisia on eroteltu esimerkiksi seuraaviin elämänvaiheisiin: 1. ei koskaan avoliittoa, 2. avoliitto ennen avioliittoa, 3. avoliitto eron jälkeen ja 4. peräkkäiset avoliitot. Avoliittoa koskaan solmimattomilla on ollut usein sangen konservatiivisia avoliittoon ja perheeseen liittyviä arvoja ja normeja.

Avoliitoilla on ollut Pohjoismaissa paljon Yhdysvaltoja vahvempi asema. Myös valikoituminen avoliittoon on ollut erilaista. Norjassa avoliittoon on valikoitunut henkilöitä, jotka ovat harvemmin köyhiä, useammin uskonnollisia ja harvemmin aiemmin avioituneita. He ovat olleet myös muita harvemmin individualisteja ja enemmän sitoutuneita suhteeseensa. (Hansen et al. 2007.)

Iän myötä syyt ja motiivit avoliittojen solmimiselle voivat muuttua. Keski-ikäisinä avoliitossa elävät saavat tälle elämäntavalle ympäristöltään vähemmän sosiaalista tukea kuin nuoret aikuiset. Suhteen mahdollisesti purkautuessa he kokevat myös enemmän pitkäaikaisia käytännön huolia omaisuuden jaosta ja lasten huollosta. Avoliittolaisille voi luoda epävarmuutta se, että lainsäädäntö jättää avoliitot miltei kokonaan huomioimatta. (Hansen et al. 2007.)

Avoliitot Suomessa

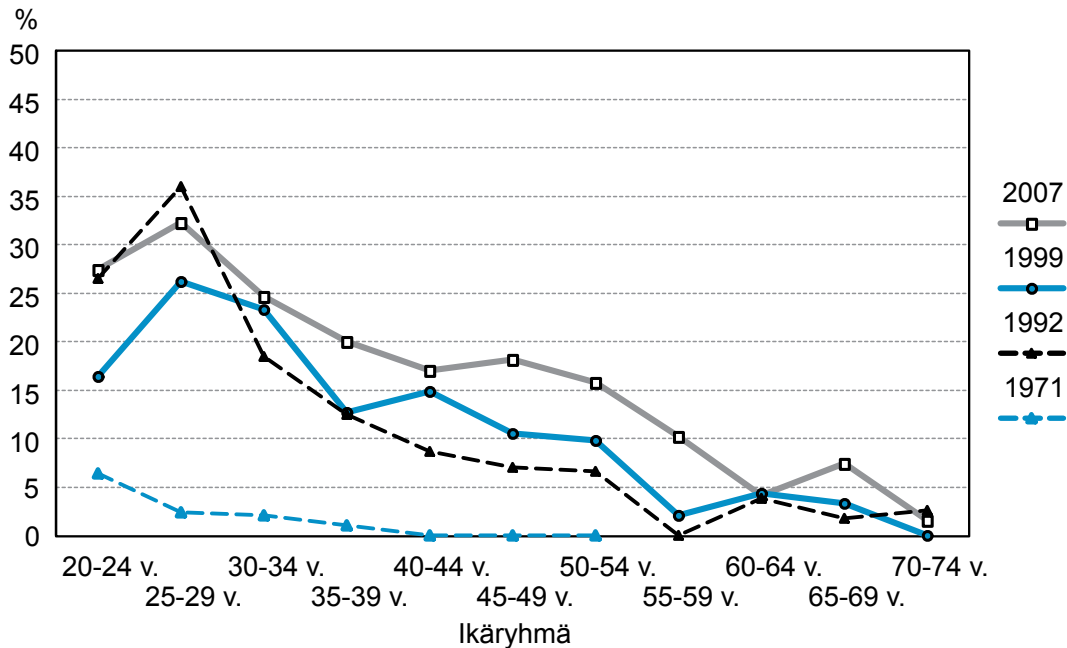
Avoliitot alkoivat yleistyä Suomessa varsinaisesti vasta 1970-luvun alun jälkeen. Aluksi avoliitot olivat käytännössä usein lyhyehkö yhdessä asumisen vaihe ennen avioitumista, ne olivat eräänlaisia koeavoliittoja. Vähitellen avoliitoista tuli kuitenkin yleisempi ja pitkäaikaisempi yhteiselämän vaihtoehto ja useasti myös eräänlainen periaatteellinen kannanotto vanhanaikaisena pidettyä avoliittoinstituutiota vastaan. Avoliitto ei jäänyt 1970-luvun radikalismiin esiin nostamaksi ohimeneväksi muoti-ilmioiksi, vaan siitä tuli yksi parisuhteen keskeinen muoto.

Suurinta avoliittojen suosio on ollut nuorilla ihmisillä, jotka eivät ole vielä avioituneet. Naimisiin meneminen ilman sitä edeltänyttä avoliittoa on käynyt nykypäivänä suorastaan harvinaiseksi. Alle 30-vuotiaista miehistä noin 30 prosenttia eli vuonna 2007 avoliitossa sekä tilastojen että kyselyn tulosten mukaan. Tätä vanhemmilla miehillä avoliittojen suosio putosi vähitellen avoliiton tullessa iän myötä selvästi avoliittoa suosittumaksi. Miesten vastaukset avoliitoista sopivat kaikissa ikävaiheissa hyvin yhteen tilastojen kertomaan kuvaan avoliittojen yleisyydestä (Liitekuvio 2).

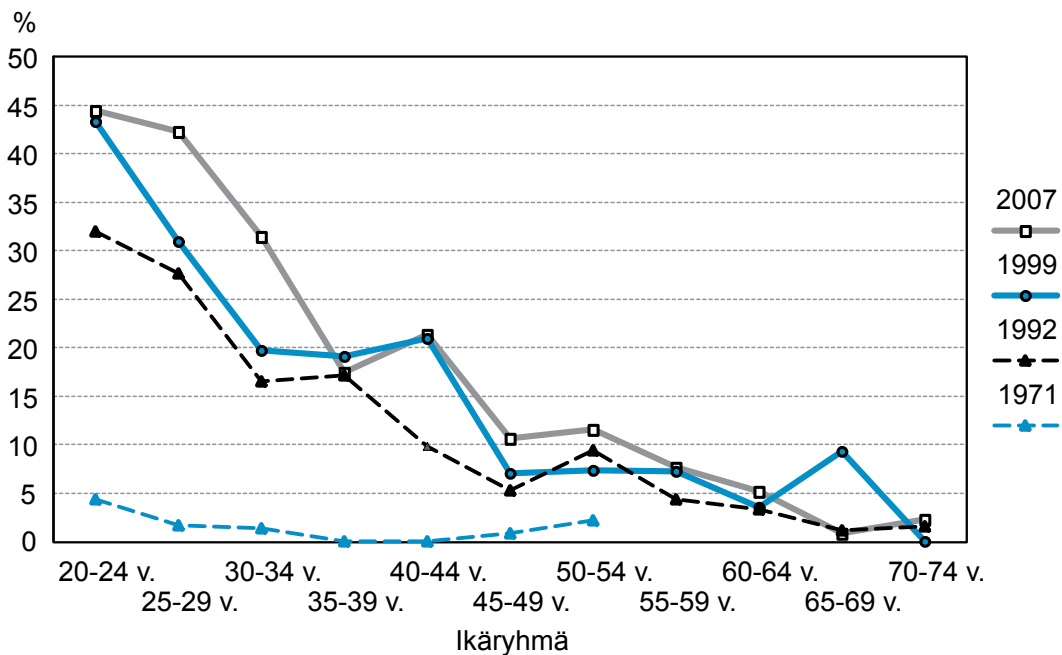
Alle 30-vuotiaista naisista tilastojen mukaan noin kolmasosa ja tämän tutkimuksen kyselyn tulosten perusteella noin reilut 40 prosenttia oli elänyt vuonna 2007 avoliitossa. Alle 35-vuotiaana avoliitossa eläneiden naisten osuus kohosi kyselyiden perusteella merkittävästi vielä 1990-luvun alunkin jälkeen. Tämä johtui osaksi kyselyn nuorten naisvastaajien valikoitumisesta avoliittolaisiin mutta myös samaan aikaan nousseesta keskimääräisestä ensimmäisen avoliiton solmimisiästä, joka oli vuonna 2007 naisilla lähes 30 vuotta ja miehillä noin 32 vuotta.

Avoliitot olivat yleistyneet myös keski-ikäisillä ja sitä vähän vanhemmilla miehillä ja naisilla. Keski-ikäisistä noin viidesosa eli vuonna 2007 avoliitossa ja eläkeikäisistäkin avoliitossa oli muutama prosentti. Avoliittojen osuudet nousevat

Kuvio 3. Avoliitossa olevien miesten osuus, %.



Kuvio 4. Avoliitossa olevien naisten osuus, %.



tulevaisuudessa vielä siinä vaiheessa, kun nuoruudessaan avoliittoihin tottunut sukupolvi tulee eläkeikään. Avoliitoista on tullut aiempaa suosittumia osaksi sen vuoksi, että monet solmivat avoliiton avio- tai avoliittonsa purkautumisen jälkeen. Kun erot ovat lisääntyneet, ovat avoliitot yleistyneet.

Tilastokeskuksen perhetilastojen perusteella avopariperheiden lukumäärä nousi vuoden 1970 25 900:sta vuoden 2005 293 400:ta. Samalla avopari-

osuus kaikista parisuhdeperheistä nousi 2,6 prosentista 23,6 prosenttiin. Tästä yksi käytännön vaikutus oli se, että 2000-luvun alussa jo yli puolet naisten synnyttämistä ensimmäisistä lapsista syntyi avioliiton ulkopuolella, useimmiten avoliitossa.

Norjassa on joka neljäs parisuhde ollut 2000-luvulla avoliitto ja alle 30-vuotiailla se on, kuten Suomessakin, avioliittoa yleisempi parisuhdemuoto. Avoliiton solmintaan ei ole vaikuttanut siellä koulutus tai sosioekonominen status. Ennen avioitumista avoliitossa on elänyt yhdeksän kymmenestä. Norjassa oli kaikista avoliitoista kolme neljästä kestänyt vuoden 2001 tilastojen mukaan vähintään kaksi vuotta ja reilu viidesosa yli 10 vuotta. Avoliitot eivät ole olleet läheskään niin lyhytaikaisia kuin Yhdysvalloissa, missä noin puolet avoliitoista päättyi niiden ensimmäisen vuoden aikana joko avioliittoon tai eroon. Norjassakin riski avoliiton purkautumiseen on ollut kuitenkin neljä kertaa suurempi kuin riski avioliiton purkautumiseen. (Hansen et al. 2007.)

Yhdysvalloissa avoliitto on ollut yhä useammin eräänlainen siirtymävaihe avioliittoon. Siellä avoliitot ovat purkautuneet herkemmin kuin Suomessa. Tämä on mitä ilmeisimmin johtunut ihmisten erilaisesta valikoitumisesta avoliittoihin. Avio- ja avosuhteiden pysyvyyden eroja Yhdysvalloissa kuvaa se, että kyselytutkimuksena tehdyn neljän vuoden seurannan jälkeen ensimmäiselle kyselykerralla naimisissa olleista tutkituista 87 % oli edelleen naimisissa saman henkilön kanssa. Ensimmäisen kyselyn aikana avoliitossa olleista asui vastaavasti edelleen yhdessä saman henkilön kanssa neljän vuoden kuluttua enää vain 21 %. (Willets 2006.) Identiteettiteoreetikkojen mukaan sosiaalisen roolin menettämisestä aiheutuvat kustannukset ovat avoliitossa korkeammat. Tästä syystä ero on avoliittolaisille helpompi. (Marcussen 2005.)

Erillissuhteet

Parisuhteisiin liittyvä tutkimus on keskittynyt aiemmin suurimmalta osaltaan avioliittoihin, mutta avoliittojen yleistyttyä on varsinkin Yhdysvalloissa pyritty selvittämään miten ihmiset valikoituvat avo- ja avioliittoihin ja onko niiden laadussa ja onnellisuudessa eroja. Erillään asuvien, mutta vakituudessa suhteessa elävien, pariskuntien suhteita ei ole sen sijaan eronneita lukuun ottamatta paljon tutkittu. Aihepiirin tutkimus on kohdistunut lähinnä teini-ikäisten nuorten väliin seurustelusuhteisiin, joissa nuoret asuvat vielä vanhempiansa luona. Kaikki erillään asuvien aikuisten vakituisiin parisuhteisiin liittyvä tieto siis täydentää aiempaa tutkimuskirjallisuutta.

Parisuhteiden solminta ja parisuhdemuodot muuttuvat erityisen nopeasti alle 30-vuotiailla. Suhteet vakiintuvat vakituudesta seurustelusta (asutaan yleensä van-

hempien kodeissa) erillissuhteiksi (asutaan omissa asunnoissa), sitten vähitellen avoliitoiksi ja osa pareista menee jo tässä elämänvaiheessa naimisiin. Läheskään kaikki eivät kuitenkaan kulje vielä näiden kaikkien suhdemuotojen kautta.

Vakituinen seurustelu -> Erillissuhde -> Avoliitto -> Avioliitto

Nämä erilaiset suhteet, myös erillissuhteet, ovat nuorille ihmisille elämän merkittäviä käännekohtia. Ne antavat kaivattua fyysistä läheisyyttä ja tarjoavat itsestä nautimisen prosessissa sosiaalista tukea.

Erillissuhteista on FINSEX -tutkimuksen aineistoissa tietoa vasta 1990-luvulta alkaen. Sen jälkeen erillissuhteissa oli elänyt alle 25-vuotiaista joka neljäs. 25–29-vuotiaista erillissuhteisia oli ollut 15 prosenttia ja sitä vanhemmista naisista ja miehistä noin 10 prosenttia. Erillissuhteita on solmittu nuorimpia lukuun ottamatta sangen tasaisesti eri ikäryhmissä. Nuorimmissa ikäryhmissä erillissuhteet olivat usein avoliittoa edeltävä yhteiselämän vaihe. Tämä koskee varsinkin seurustelevia opiskelijoita, jotka muuttavat toiselle paikkakunnalle pieniin asuntoihin ja solmivat avoliiton sitten kun löytävät yhteiselämään soveltuvan riittävän suuren asunnon.

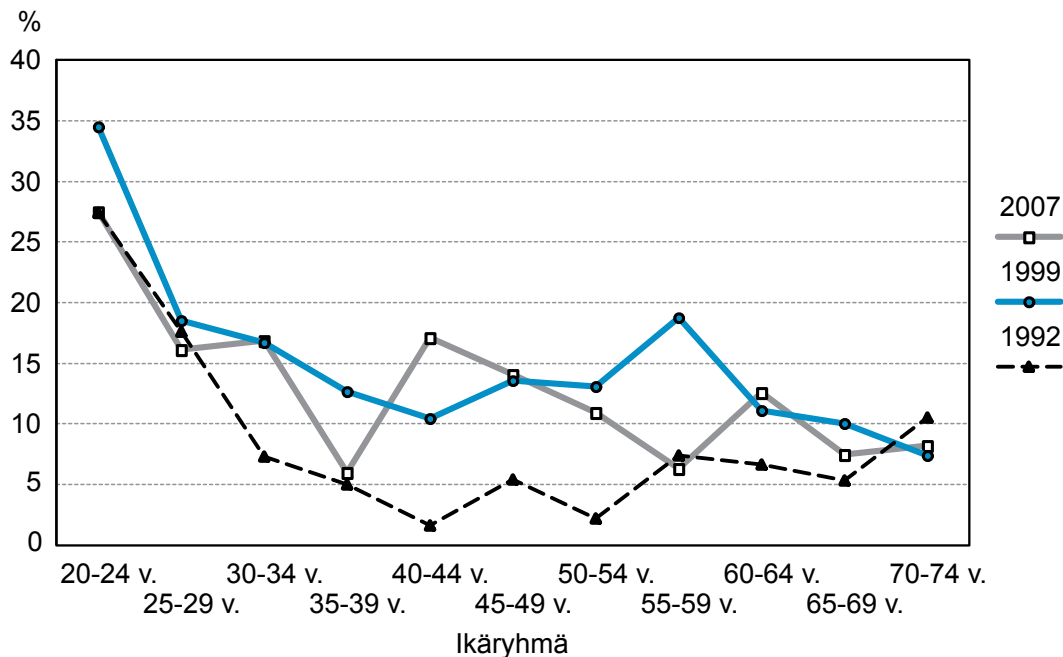
Erillissuhteet olivat 1990-luvun alun jälkeen jonkin verran yleistyneet, mutta muutokset yleisyydessä eivät ole olleet järin suuria. 2000-luvulla erillissuhteiden suosio säilyi 1990-lukuun verrattuna suunnilleen ennallaan (Liitetaulukko 1).

Erillissuhteet olivat useimmiten kahden vapaan ihmisen välisiä parisuhteita, mutta pieni osa näistä suhteista oli sellaisia, joissa kumppani oli ennestään varattu. Erillissuhteissa vuonna 2007 eläneistä oli noin viidellä prosentilla viimeisin kumppani ollut jonkun toisen vakituinen kumppani. Tämän erillissuhteen toiselle osapuolelle kyseessä oli erillissuhteen lisäksi myös rinnakkaissuhde. Tämä luku sopii yhteen sen tiedon kanssa, että nykyisen parisuhteensa aikana rinnakkaissuhteesta kertoneista miehistä kuusi prosenttia ja naisista neljä prosenttia ilmoitti ylläpitäneensä tämän parisuhteensa aikana pitkäaikaisempaa tai vakiintuneempaa rinnakkaissuhdetta.

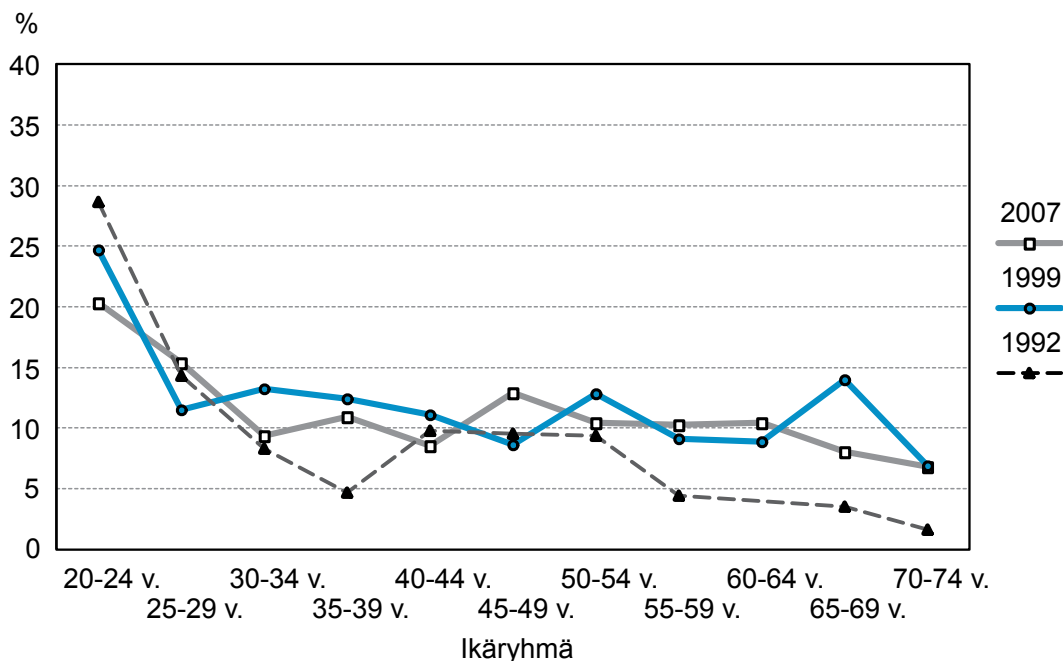
Erillissuhteiden parisuhdeidentiteetti on usein epäselvempi kuin muissa parisuhteissa. Tässä asiaa saattoi tarkastella vain katsomalla sitä, miten erillissuhteissa eläneet olivat nimenneet viimeisimmän yhdyntäkumppaninsa. Naisista neljä viidestä ja miehistä kaksi kolmasosaa kertoi olleensa viimeksi yhdynnässä oman puolisonsa tai vakituisen kumppaninsa kanssa. He olivat myös ilmoittaneet elävänsä vakituudessa suhteessa. Ainakin nämä suhteet olivat siis identiteetiltään vahvoja erillissuhteita.

Edellisiin lukuihin on lisättävä edellä mainittujen varattujen kumppanien lisäksi ne kumppanit, jotka oli nimetty viimeisellä yhdyntäkerralla vapaiksi henkilöiksi (miehet 25 % ja naiset 15 %). On vaikea päätellä sitä johtuiko vapaiden henkilöiden näin laaja maininta tässä yhteydessä siitä, että erillissuhteisten

Kuvio 5. Erillissuhteessa olevien miesten osuus, %.



Kuvio 6. Erillissuhteessa olevien naisten osuus, %.



kumppani-identiteetti oli merkittävässä määrin epäselvä (tällaisista suhteista ei ole edes paljoa julkisuudessa puhuttu), vai siitä, että nämä henkilöt olisivat olleet viime yhdynnässään uskottomia vakitukselle (erillissuhde-) kumppanilleen jonkun vapailla markkinoilla olevan henkilön kanssa.

Erillissuhteiden merkitys ja tavoitteet vaihtelevat joka tapauksessa eri elinvaiheissa. Ranskalaistutkimuksessa (Régnier-Loilier et al. 2009) erillissuhteiset

jaettiin neljään ryhmään: 1. alle 25-vuotiaisiin Lapsettomiin nuoriin aikuisiin, 2. Perheen ulkopuolisiin 25–54-vuotiaisiin (joista kolmella neljästä ei ollut lapsia), 3. 25–54-vuotiaisiin Yksinhuoltajiin (miltei puolet heistä eronneita) ja 4. yli 55-vuotiaisiin Senioreihin (heistä 70 prosentilla oli lapsia).

Puolet ranskalaisista erillissuhteisista tapasi toisiaan vähintään kolme kertaa viikossa, mutta osa ei tavannut edes yhtä kertaa viikossa. Nuorista aikuisista suuri enemmistö suunnitteli muuttamista yhteen. Sille oli kuitenkin erilaisia käytännön esteitä. Näille nuorille ihmisille erillissuhde oli tavallaan avoliiton esiaste. Seniori-ryhmässä sen sijaan erillään asuminen oli useimmille toivottu tila ja noin kaksi kolmasosaa heistä ei aikonut muuttaa yhteen ainakaan seuraavien kolmen vuoden aikana. Leskistä kolme neljäsosaa eli omasta toiveestaan erillään uudesta vakituisesta kumppanistaan.

Perheen ulkopuolisista (keski-ikä erillissuhteiset) kolme neljästä suunnitteli yhteen muuttamista kolmen seuraavan vuoden aikana. Heillekin erillissuhde merkitsi siis paljolti avoliiton esivaihetta. Yksinhuoltajista puolestaan joka toinen eli erillään kumppanistaan omasta toiveestaan. Joka kymmenes yksinhuoltaja halusi elää lapsensa takia eri asunnossa kuin vakituinen kumppaninsa. Nämä ranskalaisten suunnitelmat yhteen muuttamisesta vastasivat yleisyydeltään suunnilleen yhdysvaltalaisstudkimusta, jossa erillissuhteissa eläneistä ihmisistä 57 prosenttia suunnitteli menevänsä myöhemmin naimisiin kumppaninsa kanssa (Kamp Dush & Amato 2005).

Erillissuhteiden lisäksi alan tutkimuskirjallisuudessa puhutaan myös etäsuhteista. Näissä suhteissa suhteen osapuolet elävät melko kaukana toisistaan ja tapaamisia on vain silloin tällöin. Etäisyys voi lisätä riskiä suhteen päättymiseen, koska etäsuhteessa koetaan väistämättä yksinäisyyden tunteita ja houkutuksia jonkun toisen suhteen solmintaan. Toisaalta etäsuhteessa on myös etuja, jotka sen osapuolet menettävät muuttaessaan mahdollisesti (taas) yhteen. Yhteen muuttamista voi kutsua suhteen käännekohdaksi.

Vaikka yhteen muuttaminen on yleensä toivottu ja positiivinen kokemus, ei kaikki siihen liittyvä ole välttämättä myönteistä. Yhdessä eläminen edellyttää aina sopeutumista uusiin olosuhteisiin. Lisäksi etäsuhteisiin, ja erillissuhteisiinkin, kohdistuu erilaisia sosiaalisia odotuksia, joista voi tulla itseään toteuttavia ennusteita. Erillään asuvien ihmisten suhteiden kestävyys ei yleisesti uskota. Mitä kauempana he asuvat toisistaan, sitä helpommin suhteen voidaan olettaa päättyvän eroon.

Yhdysvalloissa on tehty tutkimus (Stafford et al. 2006) etäsuhteissa eläneistä opiskelijoista, joiden asumisetäisyys esti päivittäiset tapaamiset. Näistä suhteista puolet päättyi erillään asumisen aikana. Kun erillään asuneet parit muuttivat yhteen, kolmasosa näistä suhteista purkautui jo kolmen kuukauden aikana. Vaikka parisuhde ja yhdessä asuminen jatkui, monet kokivat menettäneensä erilaisia etäsuhteeseen sisältyneitä etuja.

Yhteen muuttamisen jälkeen kumppanista saatettiin havaita uusia asioita, jotka olivat sekä positiivisia että kielteisiä. Yhteen muuttamisen positiivisina asioina ihmiset saivat lisää tietoa kumppanistaan, suhteesta sekä heistä itsestään kumppanina. Monet panivat merkille, että kumppani oli muuttunut jollakin tavalla erillään asumisen aikana.

Etäsuhteeseen liittyy etuja, jotka tuottavat ja ylläpitävät suhteesta romanttisia mielikuvia. Näihin kuului edellä mainitussa tutkimuksessa tunne siitä, että suhde oli entistä kestävämpi, että tapaamiset olivat laadukkaita ja nauttiminen suhteen tuoreudesta sekä toisen kaipaamisesta. Tavatessaan kumppanit saattoivat keskittyä käytännöllisten asioiden sijasta vain toisiinsa ja nauttia ”hengailusta” yhdessä. Monet uskoivat erossa olemisen vahvistavan suhdettaan.

Erillään asuminen ja siihen liittyvä parin suppeampi vuorovaikutus mahdollistavat sen, että omasta kumppanista voidaan ylläpitää tai palauttaa mieleen erilaisia idealisoituja mielikuvia. Tätä voi ruokkia myös se, että etäkumppanit esittelevät itsestään toiselle vain valikoivia piirteitä tapaamistensa yhteydessä.

Erillissuhteissa ja etäsuhteissa haastava parisuhdekysymys on itsemääräämisen (autonomian) ja liittymisen välinen tasapaino. Yhteen muuttaminen lisää riippuvuutta toisesta. Monet kokevat menettävänsä autonomiansa yhteen muuton jälkeen. Siinä vaiheessa eroon päätyneet henkilöt kertovat kaivanneensa aiempaa suhteellista riippumattomuuttaan. Muita ongelmia ovat olleet oman ja yhteisen ajankäytön koordinointi toista(kin) tyydyttävällä tavalla ja mahdolliset lisääntyneet konfliktit ja mustasukkaisuuden tunteet. Ihminen saavuttaa parisuhdetta solmiessaan aina jotakin toivomaansa ja kaipaamaansa, mutta samalla hän joutuu luopumaan joistakin ehkä tärkeiksikin koetuista asioista ja tavoista.

Suhteen kesto eri parisuhdemuodoissa

Parisuhteen kesto vaikuttaa epäilemättä siihen, kuinka onnelliseksi suhde koetaan. Siksi tässä on syytä tehdä lyhyt yhteenveto siitä kuinka pitkään erilaiset parisuhteet olivat tyypillisesti kestäneet tutkimusaineiston eri ikäryhmissä. Nämä tiedot voivat auttaa tulkitsemaan joitakin eri parisuhdetyypeissä ja eri ikäryhmissä todettavia eroja onnellisuudessa.

Parisuhteet ovat ymmärrettävästi kestäneet keskimäärin pidempään vanhemmissa ikäryhmissä, koska niihin kuuluvilla on ollut enemmän aikaa viettää vuosia kumppaninsa kanssa. Vaikka monet ovatkin jossain vaiheessa elämäänsä eronneet, on silti suuri osa parisuhteista jatkunut vanhemmissa ikäryhmissä yhtäjaksoisena jo vuosikymmeniä.

Nuorilla alle 25-vuotiailla parisuhteet olivat kestäneet yleensä keskimäärin vasta pari kolme vuotta. Suhteet olivat tämän ikäisillä suunnilleen yhtä tuoreita

tai lyhytkestoisia parisuhdetyypistä riippumatta. Avoliitot olivat nuorten aikuis-
ten selvästi suosituin parisuhdemuoto, mutta myös erillissuhteet – tai tässä iässä
vakituinen seurustelu – olivat sangen yleisiä.

Taulukko 3. Keskimääräinen erilaisten parisuhteiden kesto aika kolmessa
ikäryhmässä (vuosia).

Sukupuoli	Ikäryhmä	Avoliitto	Avoliitto	Erillissuhde
Mies	18–24 v.	2,4	3,0	1,6
	25–34 v.	7,2	5,4	2,9
	35–44 v.	14,7	8,2	6,1
	45–54 v.	23,3	10,7	7,5
	55–64 v.	32,5	10,9	12,7
	65–74 v.	41,3	22,4	10,5
Nainen	18–24 v.	2,7	3,3	1,9
	25–34 v.	8,1	5,4	4,1
	35–44 v.	16,3	8,6	5,1
	45–54 v.	25,2	10,7	7,2
	55–64 v.	34,7	13,1	10,1
	65–74 v.	43,4	18,6	14,4

Vähän alle 30-vuotiailla avioliitot olivat nousseet suosiossa lähes avoliittojen
rinnalle. Vähän päälle 30-vuotiailla avioliitot olivatkin jo kaksi kertaa yleisempiä
kuin avoliitot. Tässä ikävaiheessa parisuhteet olivat kestäneet tavallisesti keski-
määrin vasta muutaman vuoden (avioliitossa kahdella kolmasosalla miehistä ja
joka toisella naisella suhteen kesto oli kuitenkin jo vähintään kuusi vuotta). Noin
joka toinen erillissuhde oli kestänyt vasta korkeintaan kaksi vuotta.

40 ikävuoden kahta puolen avioliitot olivat jo kolme kertaa yleisempiä kuin
avoliitot ja erillissuhteet yhteensä. Ne olivat kestäneet keskimäärin jo noin 15
vuotta. Avoliitoista noin 40 prosenttia oli jatkunut yli 10 vuotta. Erillissuhteet
olivat kestäneet tämän ikäisillä keskimäärin vasta reilut viisi vuotta, noin joka
viidennellä niiden kesto aika oli kuitenkin yli 10 vuotta. Myös erillissuhteet voivat
olla joissakin tapauksissa hyvin pitkäkestoisia.

Noin 50 vuoden iässä avioliittoja oli ollut kaikista parisuhteista jo noin nel-
jä viidestä. Niiden tyypillinen kesto aika oli ollut nyt noin 25 vuotta. Vähän yli
50-vuotiailla joka toisella avioliitto oli kestänyt jo vähintään 30 vuotta. Avoliitot
ja erillissuhteetkin olivat kestäneet tämän ikäisillä keskimäärin noin 10 vuotta.
Viidesosa avoliitoista oli pituudeltaan jo yli 20 vuotta ja joka neljäs erillissuhde
yli 10 vuotta.

Noin 60-vuotiailla ja sitä vanhemmilla avioliitto oli vielä vähän suositumpi
parisuhteen muoto kuin tätä nuoremmilla. Avioliittojen keskimääräinen kesto
oli yleensä yli 30 vuotta ja se alkoi monilla lähennellä jo 40 vuotta. 70-vuotiailla

avioliitot olivat kestäneet yleensä yli 40 vuotta. Ne olivat selvästi pitkäaikaisempia kuin avoliitot ja erillissuhteet, jotka nekin olivat kuitenkin kestäneet tyypillisesti 15 – 20 vuotta. Monet parit eivät olleet löytäneet syytä avioitua pitkänkään yhdessäolon ja erilaisten yhteisten kokemusten jälkeen. Lyhytaikaisemmat suhteet olivat näissä vanhimmissa ikäryhmissä useimmiten erillissuhteita.

Parisuhteen ”kolmas pyörä”: lapset

Suurin osa ihmisistä solmii parisuhteen saadakseen olla yhdessä, ja useimmiten myös voidakseen asua yhdessä sen kumppanin kanssa, johon heidän valintansa on kohdistunut. Mahdollista yhteisten lasten hankintaa pohditaan tavallisesti vasta myöhemmin. Osa hakee kuitenkin itselleen kumppania mielessään nimenomaan perheen pikainen perustaminen biologisen kellon käynnistyttyä kyseisessä ikävaiheessa vahvana. Tällöin lasten hankinnassa ei aikailla. Kun suhteita solmitaan myöhemmällä iällä, on ainakin jommallakummalla yleensä jo lapsi tai lapsia jostakin aiemmasta parisuhteesta.

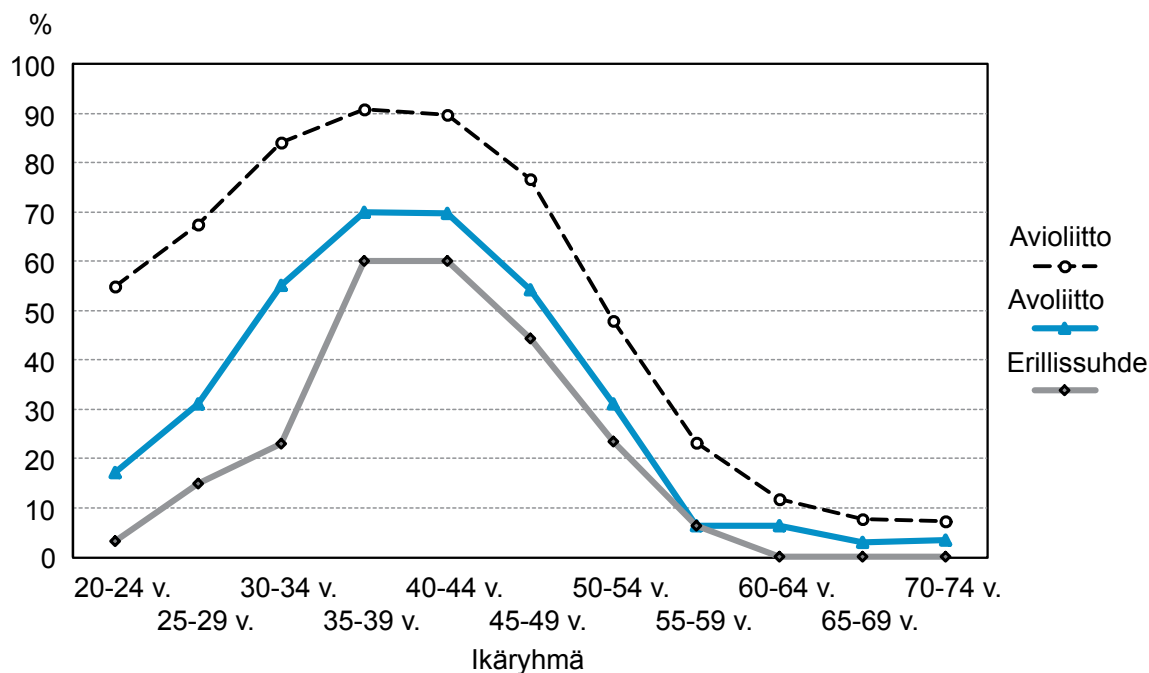
Lasten hankinta ja heidän kanssaan eläminen muuttaa parisuhteen luonnetta ja käytännön elämää hyvin paljon. Tämä voi heijastua eri tavoin suhteen laatuun ja sen onnellisuuteen. Lapsi tai lapset (kuten kaikki muutkin ulkopuoliset) muodostavat parisuhteiden erityisestä parinäkökulmasta aina parisuhteen kolmannen pyörän. Lasten vaikutukseen parisuhteen onnelle palataan tässä raportissa myöhemmin.

Ihmisten motivaatio hankkia lapsia ja ajoittaa se itselle sopivalla tavalla vaihtelee suuresti sen mukaan millaiseen parisuhteeseen he ovat sitoutuneet. Avioliitto poikkeaa avoliitoista ja erillissuhteista merkittävästi siinä, että sen aikana lasten hankintaan ryhdytään käytännössä huomattavasti muita parisuhteita rivakammin. Avoliittoihin verrattuna lapsia hankitaan avioliitoissa keskimäärin jopa kymmenen vuotta nuorempina.

Vuoden 2007 tilastojen mukaan vähän yli puolet 20–24 –vuotiaana naimisissa olleista naisista oli jo hankkinut ainakin yhden lapsen. Avoliittolaiset olivat yltäneet vastaavaan vasta 30–34-vuotiaana. 40 ikävuoden kahta puolen lapsettomia aviopareja oli enää 10 prosenttia. Samanikäisistä avoliittolaisista lapsettomia oli yhä 30 prosenttia.

Noin 40 vuoden ikävaiheessa parisuhteessa olleilla lasten kanssa elävien osuudet olivat korkeimmillaan. Kyselyn tulosten perusteella myös erillissuhteessa eläneistä tämän ikäisistä naisista 60 prosenttia eli yhdessä lapsen tai lasten kanssa. He olivat siis yksinhuoltajia, joilla oli parisuhde miehen kanssa, jonka kanssa he eivät asuneet yhdessä. Näiden suhteiden yleisyys on ymmärrettävä seuraus siitä,

Kuvio 7. Lasten kanssa asuvat naiset 2007. Avio- ja avoliitto (väestötilastot) ja erillissuhde (kysely), %.



että vähän yli 40 vuoden iässä naisista yhtä suuri osa (14 %) oli yksinhuoltajia kuin mitä heitä eli siinä ikävaiheessa avoliitossa.

Avoliitossa tai erillissuhteessa elävät eivät yleensä hanki lapsia alle 30-vuotiaana. He keskittyvät tässä elämänvaiheessa nauttimaan parisuhteestaan kahden kesken. 30 ikävuoden jälkeen puolet avoliittolaisistakin oli jo hankkinut lapsen. Erillissuhteissa lasten hankinta on lykätty yleensä vielä tätäkin myöhempään elämänvaiheeseen.

Lapsiperhevaihe oli yleensä ohitse 50 vuotta täyttäneillä avoliittolaisilla ja erillissuhteisilla. Noin puolet avoliitossa olevista eli vielä tässä iässä lapsen tai lasten kanssa. 55 vuotta täyttäneillä oli sen sijaan yleensä suhdemuodosta riippumatta taas kahdenkeskinen parisuhde. Jos kyse oli pitkäaikaisesta suhteesta, merkitsi tämä ikävaihe tavallaan elämän käännekohtaa ja paluuta nuoruuden kaltaiseen kahdenkeskiseen parisuhteeseen.

Erona nuoruuteen on se, että tässä ikävaiheessa ihmisillä on yleensä paremmat taloudelliset mahdollisuudet harrastaa yhdessä mieluisaksi koettuja asioita, kuten matkustelua. Parisuhdeonnan tavoittamiseen on siis jo ennen eläkeikää hyviä eväitä. Jotkut tosin ottavat tässä iässä vielä kaiken irti työurastaan ennen sen päättymistä. Silloin kumppanille ja suhteelle ei ehkä riitä paljoa aikaa.

Suomalaisten ihannesuhteet

Ihmiset pyrkivät toteuttamaan parisuhteissaan toiveitaan ja unelmiaan. Näihin kuuluu myös se, millaisen parisuhteen kukin mieluiten solmisi, jos siihen olisi mahdollisuus. Tässä tutkimuksessa suomalaisille annettiin mahdollisuus valita heidän elämäänsä parhaiten sopiva parisuhde-elämäntyyli. Se tarkoitti käytännössä valintaa erityyppisten parisuhteiden välillä tai sitten elämistä kokonaan ilman parisuhdetta. Tätä kysymystä ei esitetty vastaajille vielä vuonna 1971.

Vastaajat saattoivat valita omaksi ihanteekseen uskollisen tai uskottoman (muita suhteita liiton aikana) avio- tai avoliiton, erillissuhteen, useamman samanaikaisen vakituisen suhteen, ajoittaiset tilapäissuhteet tai pidättäytymisen kaikenlaisista suhteista ja seksuaalikokemuksista. Epävarmoille oli varattu lisäksi mahdollisuus valita vaihtoehto: ei osaa sanoa.

Reilut kaksi kolmasosaa sekä miehistä että naisista valitsi itselleen parhaaksi elämäntavaksi asumisen kumppanin kanssa uskollisessa avioliitossa tai avoliitossa, naiset valitsivat tämän ihanteen hieman miehiä useammin. Tällaisten suhteiden suosio kasvoi hieman 2000-luvulla 1990-lukuun verrattuna.

Nuorten miesten ja naisten joukossa uskollinen avoliitto ja avioliitto olivat keskenään yhtä suosittuja. Keski-ikäisillä ja sitä vanhemmilla vastaajilla uskollinen avoliitto oli sen sijaan huomattavasti avoliittoa suositumpi ihanteellisena parisuhdemuotona. Keski-ikäisiä miehiä lukuun ottamatta sen suosio oli säilynyt 2000-luvulla yhtä suurena kuin 1990-luvulla. Keski-ikäisillä miehillä uskollisten avoliittojen suosio oli kasvanut 2000-luvulla enemmän kuin kaksinkertaiseksi 1990-lukuun verrattuna ja samalla myös suositummaksi kuin mitä se oli samankäisillä naisilla. Tämä oli yksi ilmentymä miesten naisia suuremmista toiveista solmia hieman vähemmän sitovia ja epämuodollisempia parisuhteita.

Naiset suosivat miehiä useammin erillissuhteita. Joka seitsemäs nainen, mutta miehistä harvempi kuin joka kymmenes olisi elänyt mieluiten erillissuhteessa. Nuoret miehet ja naiset pitivät erillissuhteita yhtä mieluisina, mutta sitä vanhemmat naiset suosivat vastaavanikäisiä miehiä useammin erillissuhteita. Nuorilla naisilla erillissuhteet olivat hieman menettäneet suosiotaan 2000-luvulla, mutta yli 55-vuotiailla naisilla näiden suhteiden suosio oli kasvanut. Erillissuhteiden suosio näytti säilyneen keskimäärin reilussa kymmenessä prosentissa, vaikka maailma oli muutoin muuttunut ympärillä. Ihanteiden lisäksi oli erillissuhde valittu varmasti usein myös erilaisista käytännöllisistä syistä. Esimerkiksi sopivan yhteisen asunnon löytäminen voi olla vaikeaa tai sitten pari työskentelee eri paikkakunnilla.

Taulukossa 4 puhutaan myös sitoutumattomista suhteista. Näihin suhteisiin sisältyvät liitekuvioissa 3 ja 4 esitetyt toiveet useista samanaikaisista suhteista sekä ne suhteellisen harvat henkilöt, jotka eivät halunneet lainkaan seksuaalisuhteita. Useat samanaikaiset suhteet tarkoittavat sitä, että henkilö halusi muita suhteita

Taulukko 4. Parhaimpina itselleen elämänsä nykyvaiheessa pitämänsä elämäntyyli (parisuhdemuoto), %.

Sukupuoli ja ikäryhmä	Parisuhdeihanne	1992	1999	2007
Mies				
18–34 v.	Sitoutumaton	24,2	19,0	14,8
	Erillissuhde	12,5	15,2	13,9
	Avoliitto	31,9	32,9	35,7
	Avoliitto	31,3	32,9	35,7
35–54 v.	Sitoutumaton	23,8	18,7	15,2
	Erillissuhde	3,6	5,9	6,5
	Avoliitto	9,7	11,2	25,8
	Avoliitto	62,8	64,2	52,5
55–74 v.	Sitoutumaton	16,8	13,8	17,2
	Erillissuhde	5,2	11,2	8,2
	Avoliitto	8,4	13,8	9,9
	Avoliitto	69,7	61,2	64,7
Nainen				
18–34 v.	Sitoutumaton	6,4	5,2	7,0
	Erillissuhde	15,8	21,9	13,5
	Avoliitto	33,3	33,5	35,7
	Avoliitto	44,4	39,4	43,8
35–54 v.	Sitoutumaton	4,5	9,7	6,1
	Erillissuhde	13,6	12,4	13,7
	Avoliitto	12,9	15,7	16,8
	Avoliitto	69,0	62,2	63,4
55–74 v.	Sitoutumaton	2,5	9,1	4,7
	Erillissuhde	14,2	14,4	17,3
	Avoliitto	6,8	8,3	7,9
	Avoliitto	76,5	68,2	70,2

avio- tai avoliittonsa aikana tai sitten hän halusi vain tilapäisiä kumppaneita tai useampia samanaikaisia vakituisia kumppaneita. Oleellista tässä sitoutumattomuudessa oli se, että nämä henkilöt pitivät itselleen ihanteena mahdollisuutta ylläpitää seksuaalisuhdetta vähintään kahden ihmisen kanssa samanaikaisesti. Näillä ihmisillä oli siis tiedostettu viehtymys rinnakkaisuuteisiin tai suoranaiseen moniavioisuuteen (polygamiaan).

Sitoutumattomat suhteet olivat miesten toive tai ihanne liki kolme kertaa naisia yleisemmin. Joka seitsemäs mies, mutta vain joka kahdeskymmenes nainen,

eläisi mieluiten rinnakkaissuhteista elämää. Tällaista elämää toivovien nuorten ja keski-ikäisten miesten osuudet olivat kuitenkin pudonneet liki 40 prosentilla 1990-luvun alusta 2000-luvulle. Tätä vanhemmilla miehillä ja naisilla vähemmän sitovien suhteiden suosio oli sen sijaan säilynyt suunnilleen ennallaan tai jopa vähän lisääntynyt 1990-luvun alun jälkeen.

Miesten ja naisten erilaiset suhdetoiveet voivat aiheuttaa kiistoja vakiintuneissa parisuhteissa. Tilannetta on näiltä osin kuitenkin helpottanut sitoutumattomuutta kaipaavien miesten osuuden merkittävä pieneneminen. Lisäksi tässä esitetyistä toiveista useampiin suhteisiin ei useimmiten varmaankaan kerrota mitään omalle vakitukselle kumppanille.

Melko harvat ihmiset pitivät itselleen parhaana elämäntyylinä pidättäytyä elämänsä siinä vaiheessa kaikista suhteista ja sukupuolikokemuksista. Eri-ikäisillä miehillä tämä osuus oli noin kaksi prosenttia. Se oli samaa luokkaa myös nuorilla ja keski-ikäisillä naisilla. Poikkeuksen muodostivat yli 55-vuotiaat naiset, joista joka kymmenes olisi jättänyt siinä kohtaa elämänsä kaikenlaiset suhteet väliin. Näin ajattelevien iäkkäämpien naisten osuus oli kuitenkin pudonnut merkittävästi 1990-luvun alkuun verrattuna, jolloin vielä joka neljäs tämän ikäryhmän naisista olisi mieluiten elänyt elämänsä vailla mitään seksuaalista suhdetta. Tämä muutos kertoo erityisesti leskiksi jäävien ikääntyvien naisten seksuaalisen mielenkiinnon lisääntymisestä miehiä kohtaan. Tämä tarkoittaa parisuhdemarkkinoiden vilkastumista jatkossa eläkeikäisten joukossa.

Missä määrin parisuhdeihanteita on käytännössä toteutettu?

Näillä parisuhdeihanteilla on ollut luonnollisesti vaikutuksensa siihen, millaiseen parisuhteeseen itse kukin on käytännössä ryhtynyt tai päätenyt. Uskollista avio- tai avoliittoa halunneista miehistä ja naisista reilut 80 prosenttia oli elänyt tällaisessa toiveidensa mukaisessa parisuhteessa. Heidän toiveensa ja toteutunut suhde olivat siis tasapainossa. Tällaiset suhteet muodostivat itse asiassa suomalaisten parisuhteiden selvän ja kovan ytimen, joka oli säilynyt vahvana 1990-luvulta 2000-luvulle. Ihmiset ovat kaivanneet vakiintuneita ja uskollisia parisuhteita ja sellaisissa he myös ovat eläneet.

Erillissuhdetta toivoneista miehistä ja naisista suunnilleen joka toinen oli tutkimusta tehtäessä yksineläjä. Erillissuhdetta toivoneista siihen oli päätenyt käytännössä noin 40 prosenttia. Näissä tapauksissa heidän ihanteensa ja elämänsä vastasivat hyvin toisiaan. Erillissuhdetta ihanteena pitävistä oli melko harva sitoutunut naimisiin tai avoliittoon. Yksineläjien suuren osuuden perusteella ei toivotunlaisten erillissuhteiden solminta ollut erillissuhdetta kaivanneille mitenkään helppoa.

Sitoutumattomuutta tai useita samanaikaisia suhteita toivoneista miehistä puolet ja naisista kolmasosa oli naimisissa. Tämä lisäksi useita suhteita toivoneista miehistä ja naisista joka kymmenes oli avoliitossa ja lisäksi miehistä joka viides ja naisista joka kymmenes eli erillissuhteessa. Näillä ihmisillä oli toiveidensa perusteella suuri todennäköisyys solmia rinnakkaissuhteita tai olla kumppanilleen uskottomia. Miehet olivat naisia useammin onnistuneet yhdistämään vakituisen parisuhteen ja toiveet muista suhteista. Useampia suhteita kaivanneista naisista miltei puolet oli tutkimushetkellä yksineläjiä mutta vastaavista miehistä vain joka neljäs. Naisilla toiveet useammista suhteista näyttävät käytännössä johtaneen aika usein yksin elämiseen.

Mitään seksuaalisuhdetta kaipaamattomista miehistä ja naisista noin kolme neljästä oli toteuttanut tämän toiveensa ja eli tutkimushetkellä yksin ilman parisuhdetta. Vailla suhdemielenkiintoa olevista miehistä ja naisista joka viides oli kuitenkin päätenyt naimisiin. Heillä ei mennyt tämän riippumattomuus-toiveensa perusteella kovinkaan hyvin nykyisessä suhteessaan, koska he olisivat siis eläneet mieluummin yksin.

Suhdeihanteestaan epätietoisista naisista puolet ja miehistä kolmasosa eli ilman kumppania. Suhdemieltymyksissään epävarmoista miehistä kolmasosa ja naisista joka neljäs oli naimisissa ja joka kymmenes molemmista sukupuolista lisäksi avoliitossa. Nämä ihmiset olivat ilmeisesti solmineet nämä suhteensa ilman vahvaa tunnetta siitä, että nämä parisuhteet vastaisivat heidän tarpeisiinsa.

Uskollisuuden suhteen vastaajien omat ihanteet ja käytäntö eivät aina menneet yhteen. Uskollista avio- tai avoliittoa itselleen parhaana pitäneistä miehistä joka viides oli ollut jossakin vaiheessa kumppanilleen uskon ja viimeisen vuoden aikana uskottomuutta oli ollut vielä kolmella prosentilla. Naisilla vastaavat luvut olivat joka kymmenes ja kaksi prosenttia. Näiden ihmisten elämässä oli tullut vastaan tilanteita, joiden seurauksena he olivat poikenneet ihanteistaan.

Useampia suhteita itselleen ihanteena pitäneillä miehillä ja naisilla nämä rinnakkaissuhteiden tai uskottomuuden osuudet olivat vielä paljon edellä mainittua korkeammat. Samanaikaisia suhteita toivoneista, ja avio- tai avoliitossa eläneistä miehistä, neljä viidesosaa oli solminut nykyisen suhteensa aikana tilapäisen ja joka viides pitkäaikaisemmän rinnakkaissuhteen. Viimeisen vuodenkin aikana tällainen suhde oli ollut noin 40 prosentilla miehistä. Samanaikaisia suhteita toivoneilla naisilla vastaavat luvut olivat suunnilleen samat. Näillä miehillä ja naisilla heidän suhdeihanteensa ja suhdekäytäntö olivat toteutuneet melko pitkälle. Usein se oli tapahtunut varmaankin vastoin heidän vakituisen kumppaninsa halua ja toiveita.

Rakkaus parisuhteissa

Parisuhteen laatuun ja siinä koettuun onneen vaikuttaa keskeisesti koettu rakkaus, varsinkin molemminpuolisena tunnettu. Tässä tutkimuksessa suomalaisilta kysyttiin kullakin neljällä kerralla, oliko vastaajalla sillä hetkellä olemassa mies tai nainen, jota hän todella rakasti – ja lisäksi oliko olemassa joku mies tai nainen, joka todella rakasti häntä itseään. Kyse on siis tunteesta ja henkilökohtaisesta kokemuksesta eikä varmasta faktasta.

Omat tunteet oli todennäköisesti melko helppoa määrittää, mutta toisen rakkautta on usein jouduttu arvioimaan. Sanallisten rakkaudentunnustusten ja –vahvistusten mahdollisesti puuttuessa arvioinnit on täytynyt tehdä välillisten havaintojen ja kokemusten perusteella. Ne liittyvät silloin usein yleisempään kokemukseen oman parisuhteen laadusta. Joskus voi olla vaikeaa erottaa toisistaan tunne toisen itseen kohdistamasta rakkaudesta ja tunne muuten hyvin toimivasta parisuhteesta. Jos suhteella menee sen sijaan yleisemmin huonosti, voi johtopäätöksenä olla se, että kumppani ei enää rakasta itseä.

Tutkimuskysymysten perusteella ei voi väittää aivan varmasti onko raportoitussa tunnetussa tai saadussa rakkaudessa ollut kyse sen hetkisestä parisuhdekumppanista vai jostakusta muusta. Tutkimuksen muiden tietojen perusteella voidaan kuitenkin väittää, että vain ani harvoin kerrottu rakkaus on kohdistunut johonkuhun muuhun kuin omaan vakituiseen parisuhdekumppaniin. Tähän viittaa muun muassa se, että melko harvoilla oli ollut viimeisimmän parisuhteensa aikana toista vakituiseina jatkunutta rinnakkaista suhdetta.

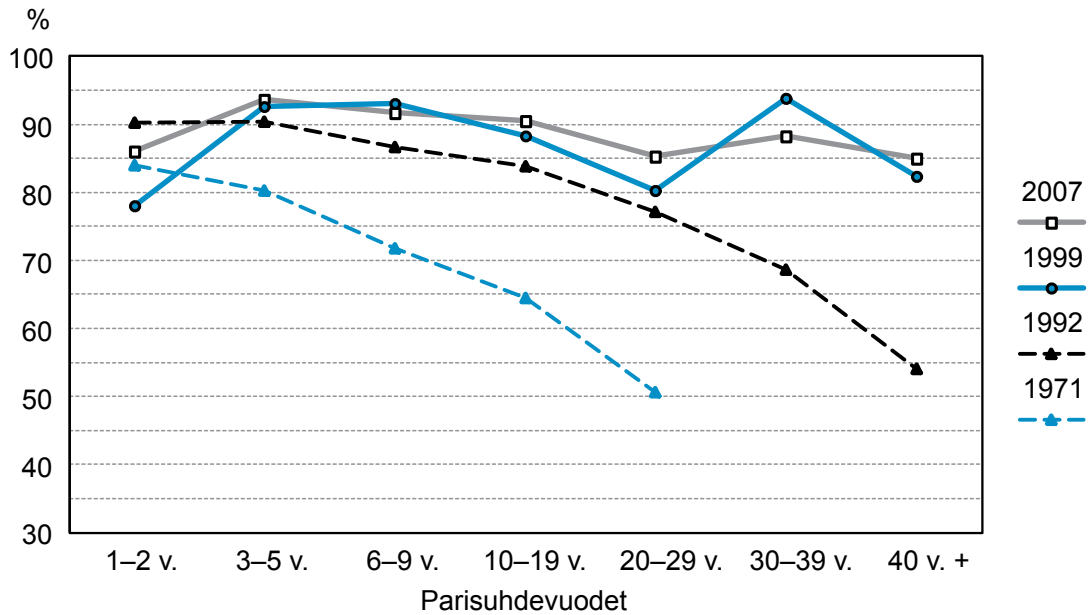
Kaksi rakkautta käsiteltyttä kysymystä yhdistettiin yhdeksi parisuhteen laadun mittariksi selvittämällä kuinka moni tutkimuksen vastaajista oli kokenut molemminpuolista rakkautta. Tällainen suhde oli epäilemättä tunne-elämältään laadukas. Molemminpuolisen rakkauden lisäksi oli mahdollista määrittää suhteet, joissa oli koettu yksipuolista rakkautta. Vastaaja tunsikin silloin rakastavansa, mutta jäävänsä ilman vastarakkautta tai sitten hän ei itse rakastanut, mutta koki kuitenkin saavansa kumppaniltaan rakkautta.

Tunne molemminpuolisesta rakkaudesta oli ollut hyvin yleinen suomalaisissa parisuhteissa.

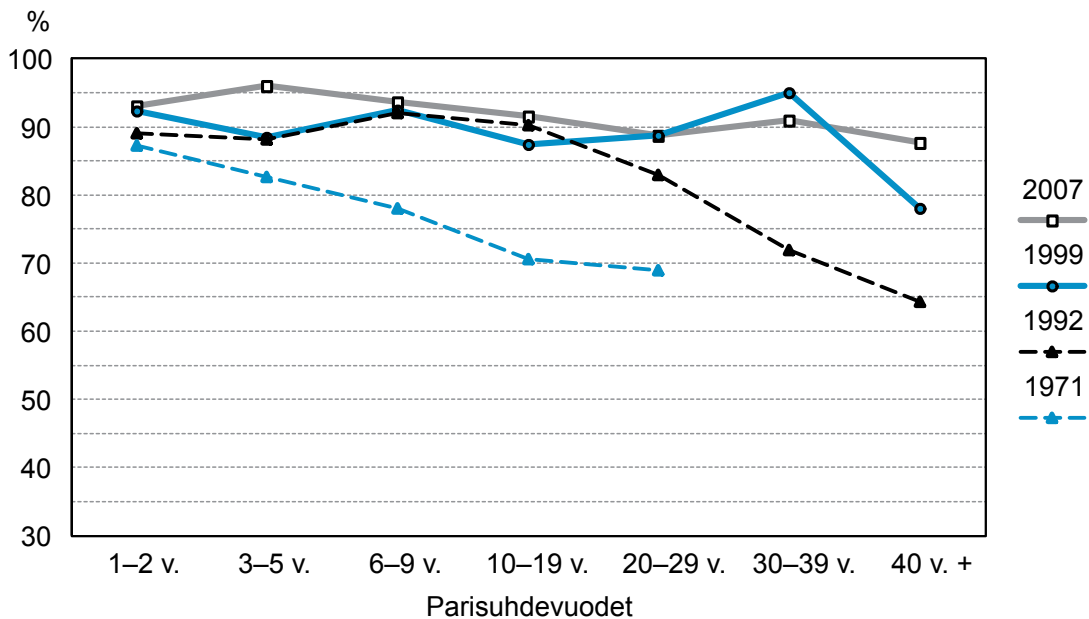
Naimisissa ja avoliitossa olleista vastaajista sitä oli kokenut 2000-luvulla reilut 90 prosenttia, naiset vielä hieman miehiä useammin. Suomalaisten parisuhteiden tunne-elämällä meni tämän perusteella hyvin. Ilman rakkautta ihmiset olivat asuneet suhteellisen harvoin yhdessä.

Heistäkin, jotka eivät tunteneet molemminpuolista rakkautta, noin puolet kertoi suhteessaan olevan yksipuolista rakkautta. Tämä kertoo siitä, että rakkaudesta on tullut hyvin määrävä kriteeri sille, että päätetään solmia parisuhde. Toisaalta suhdetta jatketaan yleensä vain niin kauan kuin rakkautta koetaan riittävän. Rakkaus on suhteen perusta ja onnellisuuden välttämätön ehto.

Kuvio 8. Molemminpuolinen rakkaus miesten parisuhteissa, %.



Kuvio 9. Molemminpuolinen rakkaus naisten parisuhteissa, %.



Avioliittolain uudistumisen myötä avioero tuli Suomessa helpommaksi 1980-luvun lopulla ja sen myötä avioeroluvut nousivat aiempaa korkeammalle tasolle. Epäilemättä huonoista liitoista erottiin sen jälkeen aiempaa helpommin ja useammin. Tutkimustietojen perusteella tämä vähensi tuntuvasti niiden liittojen osuutta, joissa ei tunnettu molemminpuolista rakkautta.

Vielä 1970-luvun alussa noin 20–30 prosenttia avioliitoista oli sellaisia, joissa ei ollut yhteistä rakkautta. Tämä näkyi vanhimmassa sukupolvessa vielä 1990-lu-

vun alun tutkimuksessa (Liitetaulukko 2). Tähän sukupolveen kuuluneet avioparit eivät useinkaan eronneet, vaikka rakkaus olisi ollut loppu. 1990-luvulta lähtien tilanne muuttui selvästi. Rakkautta on pidetty sen jälkeen parisuhteen solmimisen ehtona ja suhde on useimmiten päätetty, jos rakkaus on suhteesta kaikonnut.

Nuorena avoliiton tai avioliiton solmivista miehistä ja naisista miltei kaikki rakastivat toisiaan vielä muutaman vuoden kuluttua. Rakkautta tunsivat lisäksi noin 90 prosenttia vielä yhteisten vuosikymmenten jälkeenkin. Ihmiset ovat yleensä oppineet vaalimaan suhteitaan aiempaa paremmin ja luopumaan niistä ajoissa, jos niiden toimivuudelle ei ole ollut riittävästi edellytyksiä. Tämä on näkynyt siinä, että rakkaus on säilynyt hyvin vuosikymmeniäkin kestäneissä suhteissa.

Parisuhteet muuttuvat ja erilaisia ongelmia ilmenee, mutta suhteen peruspilari – rakkaus – voi oikein hyvin. 2000-luvulla rakkaudella on mennyt paremmin kuin koskaan sitä ennen. Tutkimustulosten perusteella rakkaus hiipui vielä 1990-luvun alussa merkittäväällä tavalla useita vuosikymmeniä kestäneissä parisuhteissa.

Erillissuhteissa oli koettu harvemmin yhteistä rakkautta kuin mitä sitä kokivat yhdessä asuvat parit, mutta molemminpuolista rakkautta oli ollut erillissuhteisakin keskimäärin kolmella neljästä. Erillissuhteetkin näyttivät perustuvan useammin rakkaudelle kuin parin pelkälle keskinäiselle seksuaaliselle vetovoimalle. Seksuaalista vetovoimaakin riittää, sillä erillissuhteissa on harrastettu yhdyntöjä keskimäärin useammin kuin avio- ja avoliitoissa. Vaikka yhteistä aikaa on yleisesti muita pareja vähemmän, sitä on ollut kuitenkin käytettävissä rakastelulle enemmän kuin mitä sitä on ollut yhdessä asuvilla pareilla. Erillissuhteissa motiivi seksuaaliseen aktiivisuuteen on ollut suurempi.

Parisuhteiden onnellisuus

Elämänlaadun ja onnellisuuden keskeisiin selittäjiin kuuluu yksilöillä heidän intiimin parisuhteensa laatu. Parisuhteen laadun lisäksi vaikuttaa parisuhteessa elävien elämänlaadun eroihin myös heidän valikoitumisensa parisuhteisiin. Valikoitumisen näkökulmasta houkuttelevia kumppaneita ovat ihmiset, joilla on hyvä itsetunto ja hyvä subjektiivinen hyvinvointi. Heillä on tästä syystä suurempi todennäköisyys solmia sitoutuneita suhteita ja myös siirtyä tällaisesta suhteesta toiseen. Toisaalta elämäänsä tyytymättömät ihmiset voivat olla motivoituneita hakemaan itselleen sitoutunutta suhdetta tavoitteenaan lisätä koettua hyvinvointiaan. (Kamp Dush & Amato 2005.)

Suomalaiset parisuhteet ovat tyypillisesti **melko onnellisia**. Hieman yli puolet miehistä ja naisista antoi tässä tutkimuksessa (vastaajia tähän kysymykseen eri vuosina yhteensä 6 397) tällaisen arvion sen hetkisen parisuhteensa onnellisuudesta. Noin 30 prosenttia vastaajista piti parisuhdettaan hyvin **onnellisena**. Joka seitsemäs oli sitä mieltä, että heidän suhteensa **ei ole sen paremmin onnellinen kuin onnetonkaan**. **Melko onnettomaksi** parisuhteensa arvioi kaksi prosenttia sekä miehistä että naisista ja **hyvin onnettomaksi** vain puoli prosenttia vastaajista.

Tunne oman parisuhteen varsinaisesta onnettomuudesta koski siten suhteellisen harvoja miehiä ja naisia. Onni puuttui toisaalta joka viidennestä parisuhteesta. Nämä tiedot poikkeavat kovasti niistä puheenvuoroista, joissa suomalaisten parisuhteiden tilaa on arvioitu huolestuneena erolukujen ja perheneuvonnasta kertyneiden ongelma-kokemusten perusteella. Onnettomat eroavat muita useammin samoin kuin hakeutuvat useammin erilaisiin neuvontapalveluihin.

Melko onnelliset dominoivat parisuhteita lukuun ottamatta nuoria naisia, joista hieman useammat olivat valinneet lomakkeelta vaihtoehdon ”hyvin onnellinen” vaihtoehdon ”melko onnellinen” sijasta (Taulukko 5). Myös nuorissa miehissä oli hyvin onnellisia miltei yhtä paljon kuin melko onnellisia. Keski-ikäisten ja sitä vanhempien joukossa melko onnellisia oli sen sijaan 2–3 kertaa useammin kuin hyvin onnellisia. Nämä erot johtuvat hyvin onnellisten osuuden vähittäisestä laskusta iän ja parisuhteen vuosien lisääntymisen myötä. Iän myötä nousi myös niiden vastaajien osuus, joiden mielestä heidän parisuhteensa ei ollut onnellinen. Tätä mieltä oli nuorimmasta ikäryhmästä vajaa kymmenesosa ja vanhimmasta ikäryhmästä vähintään viidesosa. Ikä ja pitkä suhde ei tunnu kuitenkaan tuottavan kovin dramaattisia eroja parisuhteiden onnellisuudelle.

Yleisestä tyytyväisyydestä parisuhteisiin kertoi myös Väestöliiton tutkimus (Paajanen 2003), jossa avioliitossa olleista miehistä ja naisista yli 80 prosenttia piti avioliittoaan hyvänä, koki puolisonsa kunnioittavan ja arvostavan itseään ja uskoi olevansa onnellisesti naimisissa puolisonsa kanssa vielä kymmenen vuoden kuluttuakin. Melkein yhtä monet ilmoittivat tekevänsä kaikkensa, jotta heidän avioliittonsa kestäisi. Tämä kertoo suomalaisten avioliittojen rakentuvan lujalle pohjalle.

Suomalaisten parisuhdeonnen yleisyys on tullut esille myös muissa tutkimuksissa. Pankarinkankaan (2009) tutkimista uudelleen avioituneista leskistä miltei kaikki pitivät solmimaansa uutta liittoa vähintään melko onnellisena ja kolme viidestä piti sitä jopa erittäin onnellisena. Neljä viidesosaa ei ollut koskaan katunut uudelleen avioitumistaan ja yhdeksän kymmenestä ei ollut koskaan harkinnut liittonsa purkamista. Neljäsosassa liitoista ei oltu riideltä lainkaan ja viidesosassa liitoista ei käyty koskaan toinen toistensa hermoille. Koska kyse oli uusista liitoista, antavat nämä luvut tavallistakin ruusuisemman kuvan suomalaisesta parisuhdeonnesta.

Parisuhdeonnen muutosta voidaan verrata tässä tutkimuksessa kaikilla neljällä tutkimuskerralla vain avioliittojen osalta. Parisuhteiden onni oli säilynyt eri tutkimuskertoja verrattaessa sangen samantasoisena. Ainoa merkittävä muutos oli avio-onnen merkittävä kasvu kaikissa ikäryhmissä 1970-luvun alun jälkeen. Avioliitot olivat olleet kiistämättä onnellisempia 1990- ja 2000-luvuilla kuin 1970-luvulla. Tätä eroa selittänee se, että 1970-luvulla monet huonosti yhteensopivat ja riitaiset parit sinnittelivät yhdessä, koska eroaminen oli silloin paitsi juridisista myös sosiaalisista syistä paljon hankalampaa kuin 1990-luvulla ja sen jälkeen. Avioliitossa eläviksi ovat sen jälkeen aiempaa useammin valikoituneet ne parit, jotka ovat olleet kumppaniinsa ja liittoonsa ainakin kohtuullisen tyytyväisiä.

Suomalaisten parisuhdeonni on kehittynyt eri tavalla ja eri suuntaankin kuin Yhdysvalloissa. Siellä on tehty aiheesta väestökysely vuosittain 1972–1996 (viimeinen raportoitu vuosi), jonka tulosten perusteella avioliitossaan hyvin onnellisten osuus oli laskenut tänä aikana kuudella prosenttiyksiköllä (Waite

Taulukko 5. Parisuhdeonni nykyisessä parisuhteessa, %.

Sukupuoli ja ikäryhmä	Parisuhdeonni	Naimisissa	Avoliitto	Erillissuhde
Mies				
18–34 v.	Hyvin onnellinen	42,7	41,2	33,9
	Melko onnellinen	46,5	52,2	49,7
	Ei onnellinen	9,9	5,2	11,3
	Onneton	0,9	1,4	5,1
	<i>Yhteensä (N)</i>	<i>100,0 (232)</i>	<i>100,0 (211)</i>	<i>100,0 (177)</i>
35–54 v.	Hyvin onnellinen	30,7	31,2	14,9
	Melko onnellinen	55,2	47,8	51,8
	Ei onnellinen	11,7	18,1	29,9
	Onneton	2,4	2,9	3,4
	<i>Yhteensä (N)</i>	<i>100,0 (700)</i>	<i>100,0 (138)</i>	<i>100,0 (87)</i>
55–74 v.	Hyvin onnellinen	23,4	17,6	10,8
	Melko onnellinen	55,0	58,9	55,4
	Ei onnellinen	19,3	14,7	33,8
	Onneton	2,3	8,8	0,0
	<i>Yhteensä (N)</i>	<i>100,0 (560)</i>	<i>100,0 (34)</i>	<i>100,0 (65)</i>
Nainen				
18–34 v.	Hyvin onnellinen	50,6	48,4	42,9
	Melko onnellinen	43,8	43,8	43,4
	Ei onnellinen	4,5	5,6	10,0
	Onneton	1,1	2,2	3,7
	<i>Yhteensä (N)</i>	<i>100,0 (352)</i>	<i>100,0 (356)</i>	<i>100,0 (219)</i>
35–54 v.	Hyvin onnellinen	28,2	28,9	15,9
	Melko onnellinen	55,7	50,9	60,6
	Ei onnellinen	13,5	17,9	19,7
	Onneton	2,6	2,3	3,8
	<i>Yhteensä (N)</i>	<i>100,0 (832)</i>	<i>100,0 (173)</i>	<i>100,0 (132)</i>
55–74 v.	Hyvin onnellinen	23,4	25,0	13,9
	Melko onnellinen	55,6	42,5	54,1
	Ei onnellinen	18,7	25,0	27,8
	Onneton	2,3	7,5	4,2
	<i>Yhteensä (N)</i>	<i>100,0 (563)</i>	<i>100,0 (40)</i>	<i>100,0 (72)</i>

2000). Näin oli tapahtunut huolimatta siitä, että myös Yhdysvalloissa avioeron saaminen tuli sekä juridisesti että sosiaalisesti helpommaksi 1970-luvulta alkaen. Parisuhteiden onnellisuuden muutoksia ei voi siten selittää pelkästään näihin suhteisiin valikoitumisen perusteella.

Yhdysvalloissa onnellisuuden muutoksille – ja varsinkin sen vähenemiselle – on haettu selityksiä siitä, että ainakin naisilla tyytymättömyyttä ovat saattaneet aiheuttaa lisääntyneet tasa-arvon odotukset, koska nämä odotukset ovat täyttyneet vain harvoin. Naimisissa olleiden naisten onnellisuuden väheneminen olikin merkittävintä palkkatyössä olleilla nuorilla naisilla. Avioliitto voi olla onnellisuusmielessä muita vähemmän palkitseva naisille, jotka ovat lasten hoivavaiheessa. Tässä tilanteessa lapsiluvun yleisen laskun tulisi lisätä onnellisuutta, koska se vähentää lasten hoitamiseen liittyviä velvollisuuksia. (Lee & Bulanda 2005.)

Onnellisuuserot avioliitoissa ja avoliitoissa

Erityisesti Yhdysvalloissa on toistuvasti vertailtu avioliittojen ja avoliittojen onnellisuutta. Avoliitot ovat olleet siellä kuumempi keskustelunaihe kuin Suomessa. Yhdysvaltalaiset tutkimukset ovat useassa tapauksessa osoittaneet, että avioliitoissa elävät ovat olleet onnellisempia kuin avoliitoissa eläneet. Näitä havaittuja onnellisuuden eroja on pyritty selittämään näiden kahden liittomuodon erilaisilla ominaisuuksilla. Tämän lisäksi on selvitetty sitä valikoituvatko ihmiset eri tavoin avio- ja avoliittoihin.

Avioliittojen ja avoliittojen onnellisuuden vertailuissa on tavallisesti lueteltu monia avioliiton vahvuuksia avoliittoon verrattuna. Avioliiton perusvahvuutena on pidetty sen virallisuutta. Kun parisuhde virallistetaan avioliittosopimuksella ja julkisella uskollisuuden lupauksella, niin sekä pari itse että heidän läheisensä odottavat suhteen olevan lujalla pohjalla ja pitkäkestoinen. Tämä vahvistaa sitoutumista kumppaniin ja lisää motiivia investoida kaikki mahdollinen panos suhteeseen. Yhteiset investoinnit ja niitä suojaava lainsäädäntö sitovat pareja vahvemmin yhteen. (Hansen et al. 2007.)

Avioliiton etuina avoliittoihin verrattuna on pidetty myös positiivisia odotuksia: sosiaalisia odotuksia, odotuksia suhteen pitkäkestoisuudesta sekä näistä koituvaa turvallisuutta. Nämä odotukset ovat seurausta aviosopimuksesta. Yksi perustava lähtökohtaero avoliiton ja avioliiton välillä on ollut se, että avioliitto on useammin vahvistanut sen osapuolten itsekontrollia ja suurempaa epäitsekkyyttä kumppania kohtaan. (Marcussen 2005.)

Avoliitot ovat sen sijaan saaneet osakseen varsinkin Yhdysvalloissa monenlaisia kritiikkiä. Se on sisältänyt asioita, joiden on uskottu johtavan vähäisempään pa-

risuhdeonneen. Avoliitossa on väitetty olevan avioliittoon verrattuna esimerkiksi enemmän erimielisyyksiä, vähemmän kokemuksia tasapuolisuudesta, enemmän onnettomuuden tunteita, vähemmän kumppaneiden välistä vuorovaikutusta ja enemmän seksuaalista uskottomuutta. Näiden eroavaisuuksien taustalla on väitetty olevan avoliittolaisten huonommat kyvyt rakentaa parisuhteita ja kommunikoida kumppaniensa kanssa. Henkilöt, jotka aloittavat parisuhteensa avoliitolla, siirtäisivät siten nämä kielteiset ominaisuutensa myöhemmin solmimaansa avioliittoon. (Wydick 2007.)

Yksi avoliittoihin kohdistetun kritiikin aihe on ollut se, että koska avoliitot ovat vähemmän muodollisia kuin avioliitot, olisi niiden merkitys parisuhteena vähemmän selvä sen osapuolille ja muille ihmisille. Tämä epäselvyys voisi hankaloittaa avopuolisoiden toinen toisiltaan saamaa tunnetukea. Avioliittoihin verrattuna avoliittolaisten on Yhdysvalloissa todettu tuntevan vähemmän vastuuta kumppanistaan, pitävän henkilökohtaista vapauttaan tärkeämpänä ja viettävän useammin vapaa-aikaansa erillään kumppanistaan. Tämän seurauksena avoliittolaiset ovat saaneet vähemmän sosiaalista tukea kumppaniltaan. (Marcussen 2005.)

Seuraavassa tehdään katsaus siihen mitä avioliittojen ja avoliittojen onnellisuudesta on todettavissa tässä tutkimuksessa suomalaisaineiston perusteella. Vertailuun ei voida sisällyttää vuoden 1971 tuloksia, koska avoliittojen osuudet ja lukumäärät olivat silloin vielä liian pienet aikavertailujen tekemiseen.

Miesten ja naisten omien onnellisuusarvioiden perusteella avioliittojen ja avoliittojen onnellisuudessa ei ole ollut Suomessa paljoakaan eroa, ja mahdolliset erot ovat lisäksi yhä vähentyneet. Nuoret naiset ovat olleet hiukan muita onnellisempia avioliitoissaan, mutta nuorilla miehillä asia on ollut hiukan päinvastoin. Keski-ikäiset miehet ja naiset ovat puolestaan olleet täsmälleen yhtä onnellisia avioliitoissaan ja avoliitoissaan.

Ainoa varsinainen ero oli se, että avoliitossa olevat vanhimman ikäryhmän naiset kokivat parisuhteensa merkittävästi harvemmin onnellisiksi kuin naimisisäsa olevat samanikäiset naiset. Avoliitossa elävistä tämän ikäryhmän naisista jopa joka kolmas ei pitänyt suhdettaan onnellisena. Miehilläkin tuloksissa näkyi tässä ikäryhmässä vastaavaa eroa, mutta paljon lievempänä kuin naisilla. Koska avoliitot eivät ole tämän ikäisillä kovin yleisiä, voivat nämä erot johtua merkittävässä määrin ihmisten erityisestä valikoitumisesta avoliittoihin tässä elämänvaiheessa. Tällä sukupolvella ei ole myöskään paljoa kokemusta avoliitoissa elämisestä omasta nuoruudestaan.

Avoliittojen ja avoliittojen onnellisuus tarkentui vielä jonkin verran, kun parisuhdeonnea verrattiin eri kymmenvuotisikäryhmissä (Liitekuviot 5 ja 6). Nuorten ihmisten parisuhteet olivat muita onnellisempia ja naiset kokivat vanhimpia ikäryhmiä lukuun ottamatta omat suhteensa jonkin verran onnellisemmiksi kuin miehet. Alle 40-vuotiaat naiset kokivat kussakin ikäryhmässä avioliittonsa hiukan onnellisemmiksi kuin avoliittonsa, mutta samanikäisille miehille avoliitto

Taulukko 6. Parisuhdeonnen pistemäärä avioliitoissa ja avoliitoissa eri-ikäisillä miehillä ja naisilla.

Sukupuoli ja ikäryhmä	Parisuhde	1992	1999	2007
Mies				
18–34 v.	Avoliitto	4,25	4,27	4,45
	Avoliitto	4,23	4,33	4,47
35–54 v.	Avoliitto	4,18	4,02	4,14
	Avoliitto	3,98	4,00	4,15
55–74 v.	Avoliitto	4,09	3,92	3,96
	Avoliitto	3,88
Nainen				
18–34 v.	Avoliitto	4,40	4,53	4,41
	Avoliitto	4,41	4,36	4,37
35–54 v.	Avoliitto	4,14	3,99	4,10
	Avoliitto	4,13	3,91	4,11
55–74 v.	Avoliitto	3,97	3,88	4,06
	Avoliitto	3,64

oli antanut onnea vähän useammin. Tätä vanhemmissa ikäryhmissä avioliittojen ja avoliittojen vertailu oli melko mahdotonta, koska avoliittoja oli liian vähän kunnollisten vertailujen tekemiseen.

Erojen katoaminen avioliittojen ja avoliittojen onnellisuudessa on paljolti seurausta avoliittojen vahvasta yleistymisestä Pohjoismaissa. Sen seurauksena ihmiset eivät enää suuremmin valikoidu näihin parisuhdemuotoihin. Tämä on todettu myös Norjassa (Hansen et al. 2007), jossa avoliiton yhteydet ihmisten koettuun hyvinvointiin olivat samat kuin avioliitoissa. Parisuhde- ja koettu hyvinvointi oli alempi vain niillä avoliittolaisilla, jotka eivät olleet koskaan avioituneet.

Norjassa aiemmin naimisissa olleiden avoliittolaisten hyvinvoinnin taso oli sama kuin naimisissa olevilla. Aiempaa avoliittoa kokemattomat avoliittolaiset (naimattomat) arvioivat sen sijaan subjektiivisesti parisuhteensa ja elämänsä jonkin verran vähemmän tyydyttäväksi kuin parhaillaan naimisissa olleet tai aiemmin avioliiton kokeneet. (Hansen et al. 2007). Parisuhdemuodon lisäksi myös parisuhdehistorialla voi siten olla yhteytensä ja vaikutuksensa parisuhteen osapuolten onnellisuuden kokemuksille.

Esimerkkinä yhdysvaltalaistuloksista siellä on haettu eroja avio- ja avoliittojen välille myös mielenterveysasioissa. Naimisissa olevilla todettiin vähemmän depressiivisyyttä kuin avoliittolaisilla, vaikka heidän erilaiset resurssinsa otettiin huomioon. Erilaisten selviytymisresurssien (coping) huomioonottaminen pienensi depressiivisyyden erot kuitenkin merkitsemättömiksi. Avoliittolaisten

itsetunto ei ollut sen alempi kuin naimisissa olevilla. Naimisissa olevat poikkesivat avoliittolaisista kuitenkin siinä, että heillä oli parempi itsehallinta ja he kokivat saavansa enemmän tukea kumppaniltaan. (Marcussen 2005.)

Yhdysvalloistakin on kantautunut poikkeavia tuloksia. Willettsin (2006) tutkimuksessa ei havaittu eroa parisuhteen laadussa avoliitossa ja avioliitossa olleiden välillä. Avoliittojen laatu oli yhtä hyvä, vaikka vastaajilla olisi ollut kokemusta aiemmasta avoliitosta. Eroja ei ollut myöskään suhteessa koettujen konfliktien määrässä ja tasa-arvoon liittyvissä näkemyksissä. Yhteisten lasten suurempi lukumäärä vähensi avoliittolaisten tyytyväisyyttä suhteeseen useammin kuin avioliitoissa. Niillä avoliittolaisilla, joilla ei ollut tutkimushetkellä suunnitelmia avioitua, suhteen laatu ja onnellisuus oli huonompi. Tämä on voinut pienentää motivaatiota avioitumiseen.

Vaikka kirjallisuudessa on haettu useimmiten perusteluja siihen, miksi avioliiton tulisi tuottaa useammin onnea kuin avioliiton, ei suomalaistulosten perusteella mitään oleellista eroa tässä onnessa ole. Tämän mahdollisen eron katoaminen selittyy sillä, että Suomessa ihmiset eivät valikoidu millään erityisellä tavalla näihin kahteen liittomuotoon. Useimmilla ihmisillä on molemmista kokemusta elämänsä eri vaiheista. Lisäksi avoliitosta on tullut Suomessa niin arkipäiväinen ja sosiaalisesti hyväksytty asia, että avioliitossa elävien ei tarvitse enää tuntea itseään millään tavalla erilaisiksi tai poikkeaviksi.

Onnellisuus erillissuhteissa ja yksineläjillä

Parisuhteiden onnellisuuden lisäksi on tutkittu toistuvasti hyvinvointi- ja terveyseroja parisuhteissa elävillä ja yksinasuvilla. Näissä tutkimuksissa on saatu pääsääntöisesti tuloksia, jotka osoittavat, että parisuhteissa elävillä menee elämässä monin tavoin paremmin kuin yksineläjillä. Osa todetuista eroista voi johtua ihmisten erilaisesta valikoitumisesta parisuhteisiin ja yksin elämiseen.

Saksalaistutkimuksessa (Schmitt 2007) naimisissa olevat ihmiset raportoivat yksin asuviin verrattuna enemmän koettua hyvinvointia, parempaa mielenterveyttä, suurempaa tyytyväisyyttä elämään ja suurempaa sosiaalista integraatiota. Fyysisen terveyden osalta naimisissa olevat ihmiset olivat terveempiä, polttivat harvemmin, heillä oli vähemmän paino-ongelmia, he harrastivat enemmän liikuntaa, heillä oli useammin terveyttä edistäviä elämäntapoja ja heillä oli vähemmän sairaalapäiviä ja myös alempi kuolleisuus. Tyydyttävä parisuhde on toiminut puskurina stressin ja kielteisten psyykkisten ja fyysisten terveysvaikutusten välillä.

Monissa tutkimuksissa on pyritty vertailemaan yksilöiden hyvinvointia vielä edellistä useammassa suhdemuodoissa. Yhdysvaltalaistutkimuksessa subjektiivisen hyvinvoinnin taso oli korkein avioliitoissa ja väheni sitten molemmilla

sukupuolilla ikään kuin portaittain: avoliitto, vakituinen suhde (erillisuhde), useampi samanaikainen suhde ja ei lainkaan suhdetta (yksineläjä). Suurempi suhteeseen sitoutumisen aste ennusti siten hyvinvoinnin kasvua (Kamp Dush & Amato 2005).

Tässä tutkimuksessa on ollut mahdollista selvittää avio- ja avoliitoissa koetun parisuhdeonnen lisäksi parisuhdeonnea erillissuhteissa. Asumismuodoltaan erillissuhteessa olevat rinnastuvat tavallaan yksineläjiin. Yksineläjätkin voitiin ottaa mukaan onnellisuuden vertailuun, kun parisuhdeonnen sijasta tarkasteltiin eroja elämässä yleisemmin koetun onnen määrässä.

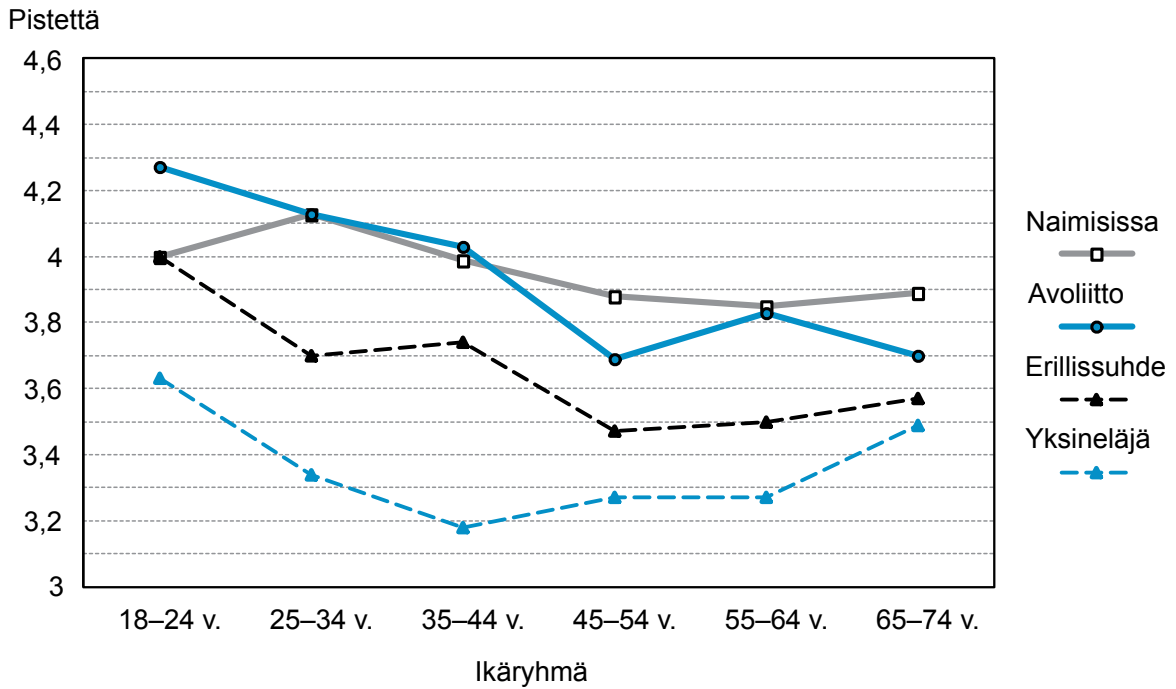
Noin 20-vuotiaiden ikäryhmässä erillissuhteet ovat kilpailleet parhaiten parisuhteiden onnellisuudessa muiden parisuhteiden kanssa (Liitekuviot 7 ja 8). Kaikissa ikäryhmissä sekä miehet että naiset ovat kokeneet erillissuhteissa kuitenkin vähemmän parisuhdeonnea. Tämä ei koske eläkeikäisiä naisia, joilla erillissuhteissa eläneiden onni ei ole poikennut muissa suhteissa koetusta onnesta. Onnen erot eivät ole siinä suhteessa suuria, että erillissuhteetkin on koettu keskimäärin melko onnellisiksi. Miesten ja naisten merkittävin ero kohdentuu 25–44-vuotiaisiin, jossa ikäryhmässä erillissuhteissa olevat miehet olivat merkittävästi vähemmän onnellisia parisuhteissa. Sukupuolieron taustalla saattaa olla tämän ikäisillä se tosiasia, että aika monet näistä naisista olivat yksinhuoltajia. Näiden naisten parisuhteestaan tekemiin arvioihin ovat voineet vaikuttaa enemmän kuin miehillä heidän kanssaan asuvat lapset.

Elämässä koettua yleistä onnellisuutta oli tutkimushetkellä siis mahdollista verrata eri parisuhteiden lisäksi myös yksineläjillä. Sekä mies- että naisvastaajista avio- ja avoliitossa elävät olivat elämässään keskenään suunnilleen yhtä onnellisia. He myös olivat kiistatta onnellisempia kuin erillissuhteessa eläneet ja yksineläjät. Molemmilla sukupuolilla onnellisuus laski iän myötä vähitellen noin 50 ikävuoteen asti ja vakiintui sitä vanhemmilla tälle tasolle. Avio- ja avoliitoissa elävät miehet ja naiset kokivat kaikissa ikäryhmissä suhdemuodostaan riippumatta elämässään yhtä paljon onnea.

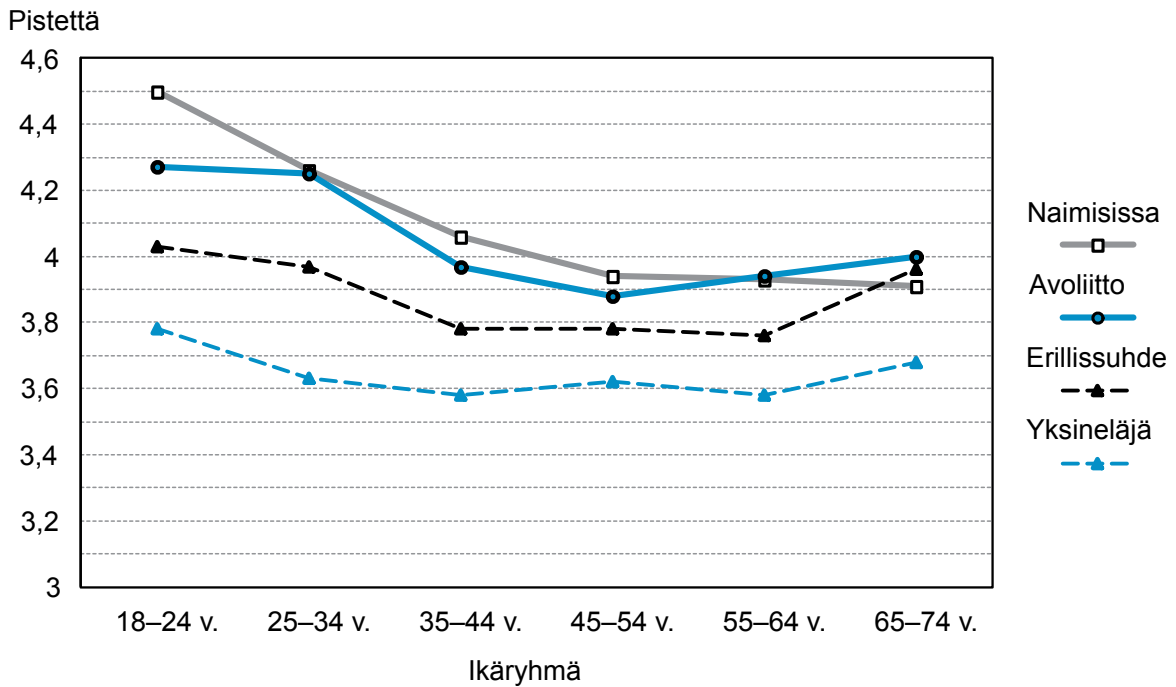
Yksineläjät olivat kaikissa ikäryhmissä merkittävästi muita harvemmin elämässään onnellisia ja yksineläjämiehet vielä selvästi vähemmän onnellisia kuin yksin elävät naiset. Miesten vaikuttaa olevan selvästi naisia vaikeampaa sopeutua yksin elämiseen, varsinkin keski-ikäisenä. Myös erillissuhteissa naiset olivat kokeneet elämänsä onnellisemmaksi kuin miehet. Tämä onnellisuuden sukupuoli-ero oli erityisen huomattava yli 50-vuotiailla. Miesten on ollut eittämättä naisia vaikeampaa saada erillissuhteesta itselleen sellaista onnea ja tukea jota he ovat siltä kaivanneet.

Avioituneilla naisilla elämänonni oli säilynyt nuorten ja keski-ikäisten ikäryhmissä samana 1990-luvun alun jälkeen. Erillissuhteiden onni oli sen sijaan merkittävästi pudonnut 2000-luvulla. Miehillä avoliittojen onni oli parantunut naisista poiketen sekä nuorilla että keski-ikäisillä 2000-luvulla. Erillissuhteiden

Kuvio 10. Miesten elämän onnellisuuden keskiarvo eri parisuhteissa.



Kuvio 11. Naisten elämän onnellisuuden keskiarvo eri parisuhteissa.



onni oli lisääntynyt keski-ikäisillä, mutta vähentynyt sekä nuorilla että varsinkin vanhimmassa ikäryhmässä. Tuloksen luotettavuutta lisää se, että molemmat sukupuolet antoivat keskimäärin samantasoisen arvion erillissuhteistaan. Erillissuhteisiin kohdistuu vanhimmassa ikäryhmässä selvästi lisääntyvässä määrin odotuksia, joita tämä suhde ei ole onnistunut kovin hyvin täyttämään.

Yhdysvalloissa havaittiin 1980-luvulla, että onnellisuusero yksineläjien ja naimisissa olleiden välillä supistui 1970-luvun alkuun verrattuna. Tämä liittyi siihen, että naimattomien miesten onnellisuus kasvoi ja naimisissa olleiden naisten onnellisuus laski. Tämän jälkeen sinkkumiesten onnellisuus ei ole kasvanut, mutta naimisissa olleet miehet ovat olleet aiempaa onnellisempia. Naisten onnellisuus putosi Yhdysvalloissa hieman 30 vuoden aikana (toisin kuin Suomessa) heidän siviilisäädystään riippumatta. Sekä päätoiminen ansiotyö että lasten läsnäolo kotitaloudessa liittyivät kielteisesti naisten onnellisuuteen. (Lee & Bulanda 2005.)

Avoliittolaiset ovat olleet naimattomien keskuudessa merkittävästi onnellisempia kuin yksineläjät. Nämä tulokset eivät ole kuitenkaan välttämättä päteviä kovin erilaisissa kulttuureissa. Yksilökeskeisissä yhteiskunnissa, kuten länsimaissa, yhdessä asuvat ihmiset ovat raportoineet suuremmasta tyytyväisyydestä elämään kuin yksineläjät. Kollektivistisissa, yhteisökeskeisissä yhteiskunnissa yksineläjät ovat sen sijaan olleet muita tyytyväisempiä. (Stutzer & Frey 2006.) Kulttuurin luoma liiallinen paine joko itsenäiseen elämään erillään muista tai sitten tiukasti säädeltyyn jäsenyyteen laajassa perheyhteisössä voivat nakertaa koettua tyytyväisyyttä yhtä paljon. Onnen kannalta Kultainen keskitie löytyy tältä välillä.

Suomessa yksineläjät ovat selvästi vähemmän onnellisia elämässään kuin parisuhteissa elävät ihmiset. Kaikkein vähiten onnea on yksin elävillä keski-ikäisillä miehillä. Yksi syy tähän onnen puutteeseen on heidän puutteellinen sosiaalinen tukensa. Tämä muodostaa Suomelle suuren sosiaalipoliittisen haasteen.

Uskollisuus parisuhdeonnen perustana

Parisuhteen laadun ja onnellisuuden tärkeänä kriteerinä on luottamus kumppania ja hänen uskollisuuttaan kohtaan. Jos kumppaniin ei voi luottaa, ei suhteen onnelle ole useimmissa tapauksissa juurikaan edellytyksiä. Väestöliiton aiemmassa perhebarometrissa (Paajanen 2003) vahva luottamus puolisoon kaikissa asioissa kohosi selvällä erolla parisuhteen kaikkein tärkeimmäksi tekijäksi sekä avioliitossa olleilla että siitä eronneilla. Lähelle sitä kohosi tärkeydeltään vain molemminpuolinen arvostus ja kunnioitus.

Kumppanin tai puolison seksuaalisesta uskollisuudesta on tullut 1970-luvulta lähtien yhä tärkeämpi asia Suomessa (Kontula 2008). Lisäksi suomalaiset

osoittautuivat usean Euroopan maan vertailussa uskollisuusasenteiltaan kaikkein tiukimmiksi tai vaativaisimmiksi. Uskollisuus on tullut kaikkein voimakkaimmin nuorimman naissukupolven kriteeriksi hyvälle suhteelle ja erityiseksi todisteeksi kumppanin rakkaudesta.

Suomalaiset parisuhteet muuttuivat 2000-luvulla entistä uskollisempaan suuntaan. Avioliitoissa ja avoliitoissa entistä harvemmat miehet ja naiset raportoivat solmineensa tämän suhteensa aikana rinnakkaissuhteita tai olleensa viimeisen vuoden aikana kumppanilleen uskottomia. Erillissuhteisiin näytti sen sijaan valikoituneen aiempaa useammin sellaisia miehiä ja naisia, joilla oli ollut taipumusta uskottomuuteen. Tällä on voinut olla vaikutusta siihen, että näitä suhteita ei ole koettu avio- ja avoliittoihin verrattuna yhtä onnellisiksi.

Ihmiset olivat solmineet elämässään entistä enemmän peräkkäisiä suhteita. Peräkkäinen monogamia on yleistymässä nuoren sukupolven tyypilliseksi parisuhdemalliksi. Suhteet ovat olleet sangen uskollisia mutta entistä lyhyempiä. Jos yksi suhde ei ole tuottanut toivottua tunne- ja seksuaalista tyydytystä, niitä on siirrytty hakemaan seuraavasta suhteesta. Kun ihmiset ovat olleet yhä tasa-arvoisempia ja omillaan toimeen tulevia, kumpikaan osapuoli ei ole yleensä voinut pakottaa tai kiristää toista jäämään epätydyttävään suhteeseen esimerkiksi toimeentulosityistä.

Miesten uskottomuus oli ollut monissa tapauksissa sekä heidän elämänsä että nykyisen suhteensa aikana noin kaksi kertaa yleisempää kuin naisilla. Nykyisen avioliittonsa aikana oli ollut uskoton miltei 30 prosenttia miehistä ja 15 prosenttia naisista. Viimeisen vuoden aikana uskottomuutta on ollut erilaisissa parisuhteissa miehistä noin 10 prosentilla ja naisista noin viidellä prosentilla. Tätä sukupuolieroa selittää osaksi se, että miehet olivat ryhtyneet näihin rinnakkais-suhteisiin naisia useammin jonkun vapaan henkilön kanssa (jolle kyseessä ei siis ollut rinnakkaissuhde), mutta naiset miehiä useammin jonkun varatun henkilön kanssa (jolle tämä suhde oli siis myös rinnakkaissuhde).

Lisäksi vastausten rehellisytydessä voi olla toivomisen varaa. Vaikka ihmiset ovat vastanneet lomakkeen kysymyksiin yksin, ovat he saattaneet pelätä, että juuri uskottomuus voisi tulla heidän kumppaninsa tietoon. Naisilla tämä huoli salaisen suhteen paljastumisesta on voinut olla vielä suurempi kuin miehillä. Tähän viittaa tutkimuksesta toiseen todettu kehitys sukupuolten raportoimien sukupuolikumppanien lukumäärissä.

Uskottomuutta on esiintynyt jonkin verran sekä sangen tuoreissa että jo pitkään kestäneissä parisuhteissa. Saattaa tuntua yllättävältä, että uskottomuutta on ollut eniten kaikkein tuoreimmissa parisuhteissa. Tämä kertonee siitä, että osa miehistä ja naisista on jatkanut jonkin aikaa ikään kuin varmuuden vuoksi jotakin aiempaa suhdettaan uuden parisuhteensa solmimisen jälkeen. Siihen on ollut mahdollista palata siinä tapauksessa, että uusi suhde ei ole täyttänyt siihen asetettuja toiveita ja odotuksia.

Uskottomuus voi aiheuttaa monenlaista mielipahaa ja heikentää paljastuksessaan parisuhteen onnellisuutta tai johtaa jopa suhteen päättymiseen. Tässä tutkimuksessa avioliittonsa aikana muuhun suhteeseen ryhtyneistä miehistä ja naisista, joiden uskottomuus oli paljastunut heidän kumppanilleen, miehistä 8 prosenttia ja naisista 5 prosenttia kertoi, että heidän puolisonsa olisi halunnut heistä eron tämän vuoksi (mutta ei kuitenkaan eronnut). Muista puolisoista noin puolet oli ollut uskottomuuden paljastuttua mustasukkainen. Yllättävän monet, reilu kolmasosa, molempien sukupuolten puolisoista oli hyväksynyt tämän toisen suhteen. Tämä tulos voi selittyä osin sillä, että puolisoille oli paljastunut kaiken kaikkiaan vain noin joka neljäs heidän kumppaninsa rinnakkaissuhde. Paljastuneiden suhteiden joukossa korostuivat varmasti ne suhteet, jotka vastaajat olivat tienneet puolisoitensa hyväksyvän.

Uskollisuus ja parisuhdeonni kuuluvat selvästi yhteen. Tässä tutkimuksessa uskollisena nykyisessä suhteessaan säilyneiden miesten ja naisten keskimääräinen parisuhdeonni ylitti melko onnellisen (4,2 pistettä) pistemäärän, kun taas pitkäaikaisempia rinnakkaissuhteita solmineista keskimäärin joka toinen ei ollut parisuhteessaan onnellinen (3,5 pistettä). Tilapäisen suhteen ainakin joskus solmineilla sijoittui parisuhdeonni tähän välimaastoon (miehet 3,9 pistettä ja naiset 3,7 pistettä).

Nämä erot onnellisuudessa ovat merkittäviä ja voivat kertoa suhteen laatuun liittyvästä motiivista solmia muita suhteita. Usein tämä motiivi on seksuaalinen. Rinnakkaissuhteita solmineet miehet ja naiset olivat kaivanneet merkittävästi muita useammin lisää yhdyntöjä nykyisessä parisuhteessaan.

Uskollisuusodotuksiin liittyy kiristynyt kamppailu hyvistä parisuhde- ja seksuaalikumppaneista. Molempien sukupuolten on täytynyt panostaa enemmän toiveidensa mukaisen kumppanin löytämiseen. Myös parisuhteissaan ovat monet ihmiset vakavasti miettineet, olisiko ruoho aidan takana todellakin vihreämpää ja onni sen myötä suloisempaa.

Parisuhde ja yksinäisyys

Parisuhde ei aina suojele ihmisiä yksinäisyyden tunteilta. Näiden tunteiden esiinnousu kertoo osaksi parisuhdeonnen puutteellisuudesta. Osaksi kyse on siitä, että parin osapuolet joutuvat olemaan tavallista enemmän erossa toisistaan joko pysyvemmän erillään asumisen (erillissuhteet) tai esimerkiksi työtehtäviinsä sisältyvän runsaamman matkustamisen vuoksi. Myös tunne-elämältään ja vuorovaikutukseltaan epätyytyttävämmäksi muuttunut suhde voi aiheuttaa merkittävässä määrin yksinäisyyden tunteita. Vaikka toinen on lähellä, ihminen voi tuntea itsensä henkisesti yksinäiseksi.

Taulukko 7. Kuinka yksinäiseksi tuntee oman elämäntilanteessa juuri tutkimushetkellä; eri parisuhdetilanteessa elävät miehet ja naiset, %.

Sukupuoli ja ikäryhmä	Yksinäisyys	Naimisissa	Avoliitto	Erillissuhde	Yksineläjä
Mies					
18–34 v.	Ei lainkaan	84,3	85,9	69,8	32,3
	Vähän yksinäinen	11,5	12,7	24,7	43,4
	Ainakin melko yksinäinen	4,2	1,4	5,5	24,3
	<i>Yhteensä</i> (N)	<i>100,0</i> (236)	<i>100,0</i> (213)	<i>100,0</i> (182)	<i>100,0</i> (251)
35–54 v.	Ei lainkaan	80,8	75,0	52,7	16,6
	Vähän yksinäinen	15,7	21,4	30,8	39,3
	Ainakin melko yksinäinen	3,5	3,6	16,5	44,1
	<i>Yhteensä</i> (N)	<i>100,0</i> (720)	<i>100,0</i> (140)	<i>100,0</i> (91)	<i>100,0</i> (145)
55–74 v.	Ei lainkaan	75,1	69,4	50,0	21,0
	Vähän yksinäinen	21,6	16,7	37,9	51,0
	Ainakin melko yksinäinen	3,3	13,9	12,1	28,0
	<i>Yhteensä</i> (N)	<i>100,0</i> (574)	<i>100,0</i> (36)	<i>100,0</i> (66)	<i>100,0</i> (100)
Nainen					
18–34 v.	Ei lainkaan	78,2	74,0	66,2	32,4
	Vähän yksinäinen	17,9	23,2	27,6	49,0
	Ainakin melko yksinäinen	3,9	2,8	6,2	18,6
	<i>Yhteensä</i> (N)	<i>100,0</i> (357)	<i>100,0</i> (357)	<i>100,0</i> (225)	<i>100,0</i> (241)
35–54 v.	Ei lainkaan	73,8	76,3	54,6	34,7
	Vähän yksinäinen	21,4	17,5	35,2	45,9
	Ainakin melko yksinäinen	4,8	6,2	10,2	19,4
	<i>Yhteensä</i> (N)	<i>100,0</i> (851)	<i>100,0</i> (177)	<i>100,0</i> (128)	<i>100,0</i> (170)
55–74 v.	Ei lainkaan	75,5	75,6	59,5	41,1
	Vähän yksinäinen	18,8	22,0	29,7	40,1
	Ainakin melko yksinäinen	5,7	2,4	10,8	18,8
	<i>Yhteensä</i> (N)	<i>100,0</i> (574)	<i>100,0</i> (41)	<i>100,0</i> (74)	<i>100,0</i> (292)

Tässä tutkimuksessa rakkaudettomissa suhteissa eläneistä miehistä kolme neljäsosaa ja naisista kaksi kolmasosaa tunsivat itsensä ainakin vähän yksinäiseksi ja miehistä kolmasosa ja naisista viidesosa ainakin melko yksinäiseksi. Toisaalta myös molemminpuolisissa rakkaussuhteissa eläneistä miehistä ja naisista joka viides koki itsensä vähän yksinäiseksi.

Avio- ja avoliitoissa elävistä eri-ikäisistä miehistä ja naisista joko noin viidesosa tai neljäsosa oli tuntenut itsensä elämässään ainakin vähän yksinäiseksi, nuoret miehet naisia harvemmin. Melko suuri yksinäisyys kosketti vain noin viittä prosenttia eri-ikäisistä miehistä ja naisista. Eniten yksinäisyyttä oli avoliitossa eläneillä vanhimman ikäryhmän miehillä.

Erillissuhteissa eläneillä oli huomattavasti enemmän yksinäisyyden tunteita kuin avio- ja avoliitoissa. Nuoremmista noin kolmasosa ja keski-ikäisistä ja sitä vanhemmista melkein joka toinen oli tuntenut ainakin vähän yksinäisyyttä. Reilu kymmenesosa tunsivat itsensä ainakin melko yksinäiseksi. Säännöllisetkään tapaamiset vakituisen kumppanin kanssa eivät siten pystyneet ehkäisemään yksinäisyyttä, silloin jos pari ei asunut yhdessä.

Yksineläjillä yksinäisyyden tunteet olivat kovin ymmärrettävästi vielä selvästi yleisempiä kuin erillissuhteen solmineilla. Yksineläjämiehistä vain noin viidesosa, ja vastaavista naisista noin kolmasosa ei tuntenut itseään lainkaan yksinäiseksi. Melko suurta yksinäisyyttä tunsivat noin viidesosa. Poikkeuksena olivat keski-ikäiset yksineläjämiehet, joista jopa joka toinen tunsivat itsensä melko yksinäiseksi. Yksin eläminen tuntuu olleen miehille erityisen hankalaa keski-ikässä. Heidän kohdallaan voi puhua monessa tapauksessa suoranaisesta sosiaalisesta syrjäytymisestä.

Onnen yleinen kasautuminen

Parisuhdeonni on vain yksi yleisemmän onnen tai onnen puutteen ilmentymä ihmisten elämässä. Erilaisilla onnellisuuteen liittyvillä asioilla on voimakas taipumus kasautua yhteen. Erilaiset onnellisuutta ja tai onnettomuutta tuottavat asiat näyttävät olevan ominaisia tai suorastaan kohtalonomaisia tietyille ihmisille ja pareille.

Muutoin onnelliset tai onnekkaat ihmiset tuntuvat löytävän usein itselleen myös sellaisen kumppanin ja suhteen, joka tukee ja vielä lisääkin heidän onneaan. Yksi merkittävä syy tälle on näiden ihmisten vahva itsetunto, joka mahdollistaa onnistuneemman parinvalinnan ja avoimemman vuorovaikutuksen oman kumppanin kanssa.

Onnen ja sen puutteen kasautumista tarkastellaan seuraavassa parisuhdeonnen lisäksi yleisen elämänonnen, yleisen seksuaalisen tyytyväisyyden ja koetun oman elämäntilanteen yksinäisyyden avulla. Nämä asiat korreloivat yhtä vahvasti

parisuhdeonneen sekä miehillä että naisilla. Myös seksuaaliasioista keskustelun helppous oman kumppanin kanssa ja tyytyväisyys koskettelun ja fyysisen läheisyyden määrään kumppanin kanssa korreloivat molemmilla sukupuolilla hyvin vahvasti parisuhdeonneen kanssa.

Parisuhdeonneen vahvimmat korrelaatiot tutkimuksen muihin laadullisiin mittareihin:

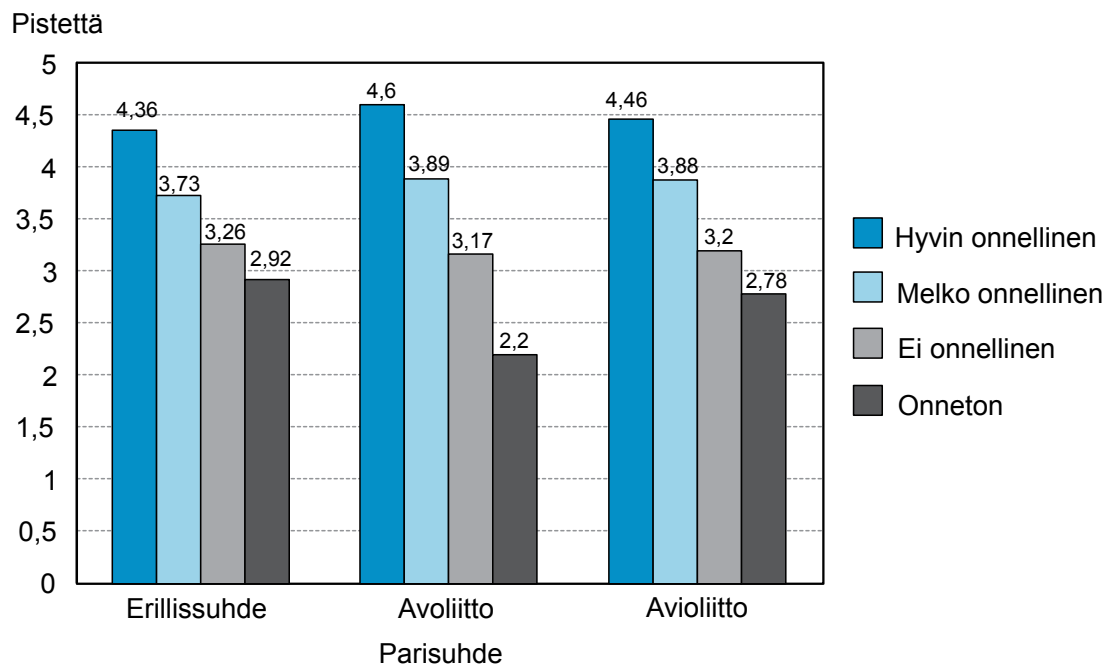
– Kuinka onnellista elämä on juuri nyt	.63
– Kuinka yksinäistä elämä on juuri nyt	.39
– Kuinka helppoa tai vaikeaa on sukupuoliasioista keskustelu oman kumppanin kanssa	.41
– Onko suhteessa sopivasti vai liian vähän koskettelua ja fyysistä läheisyyttä	.43
– Kuinka tyydyttävä on oma sukupuolielämä kokonaisuutena arvioituna	.47

Tutkimuksen kannalta keskeistä oli se, kuinka suuri osa suomalaisista tunsi itsensä onnelliseksi: 1. nykyisessä parisuhteessaan ja 2. koko elämässään tutkimuksen tekohetkellä. Näiden kokemuksellisten tunteiden välinen yhteys oli erittäin vahva. Miehistä 66 prosenttia ja naisista 70 prosenttia vastasi näihin kahteen kysymykseen täsmälleen yhtä ”onnellisesti”. He olivat esimerkiksi melko onnellisia parisuhteessaan sekä melko onnellisia elämässään. Tämä olikin tyypillisin onnellisuuden kokemus molemmilla sukupuolilla. Noin 40 prosenttia kaikista miehistä ja naisista oli melko onnellinen sekä parisuhteessaan että koko elämässään.

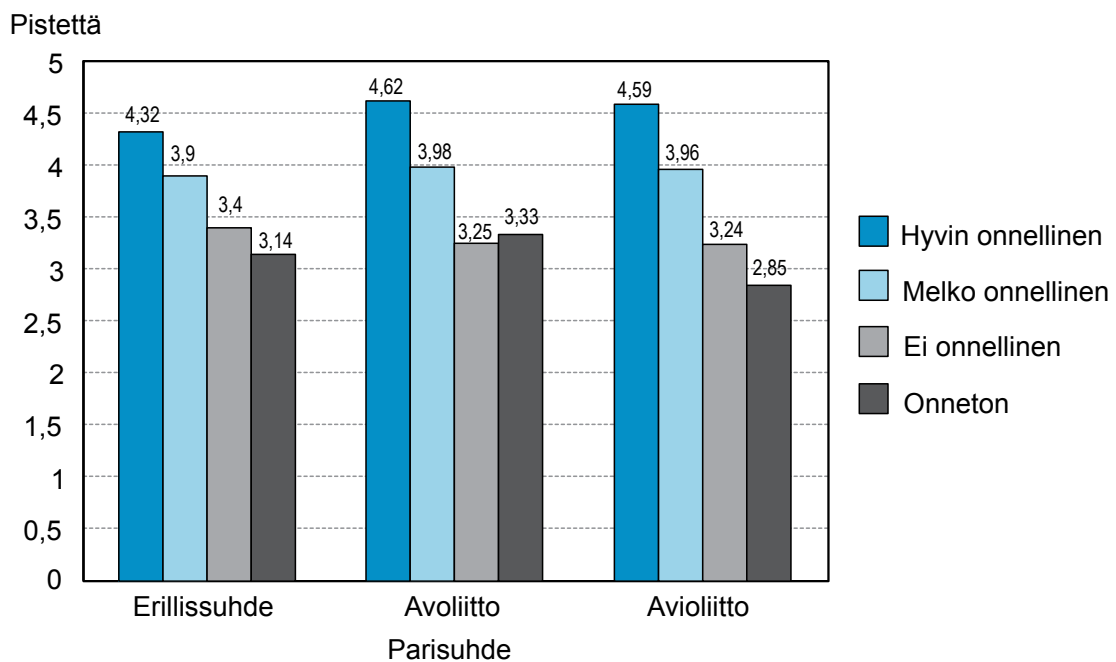
Ne vastaajat, jotka eivät pitäneet parisuhdettaan ja elämäänsä samanveroisesti onnellisina, arvioivat parisuhteensa onnelliseksi kaksi kertaa useammin kuin arvioivat elämänsä. Näissä tapauksissa hyvä parisuhde oli epäilemättä auttanut näitä ihmisiä selviämään paremmin elämässään kohtaamistaan erilaisista ongelmista. Vain vajaa 10 prosenttia kaikista miehistä ja naisista kuului siihen ryhmään, joiden vastausten perusteella heillä meni elämässään yleisesti ottaen ainakin jonkin verran paremmin kuin heidän nykyisessä parisuhteessaan. Heillä oli eittämättä joitakin ongelmia tai ainakin täyttymättömiä toiveita parisuhteessaan.

Kuvioissa 12 ja 13 esitetään kuinka miesten ja naisten onnellisuus vaihteli heidän elämässään keskiarvopisteinä sen mukaan, miten onnellisia he olivat sen hetkessä parisuhteessaan. Näiden kahden onnen välinen yhteys oli hyvin voimakas. Parisuhteessaan hyvin onnelliset olivat olleet selvästi muita onnellisempia koko elämässään ja heidän keskimääräinen pistemääränsä noin 4,5 (maksimiarvo on 5) tarkoittaa sitä, että suurin osa näistä ihmisistä oli hyvin onnellisia myös elämässään yleisemmin. Tämä tulos päti yhtä hyvin avioliitoissa, avoliitoissa ja erillissuhteissa. Parisuhdeonne näyttää siis takaavan onnea koko elämässä parisuhdemuodosta riippumatta.

Kuvio 12. Elämän onnen keskiarvo miehillä parisuhdeonnan mukaisissa osaryhmissä.



Kuvio 13. Elämän onnen keskiarvo naisilla parisuhdeonnan mukaisissa osaryhmissä.



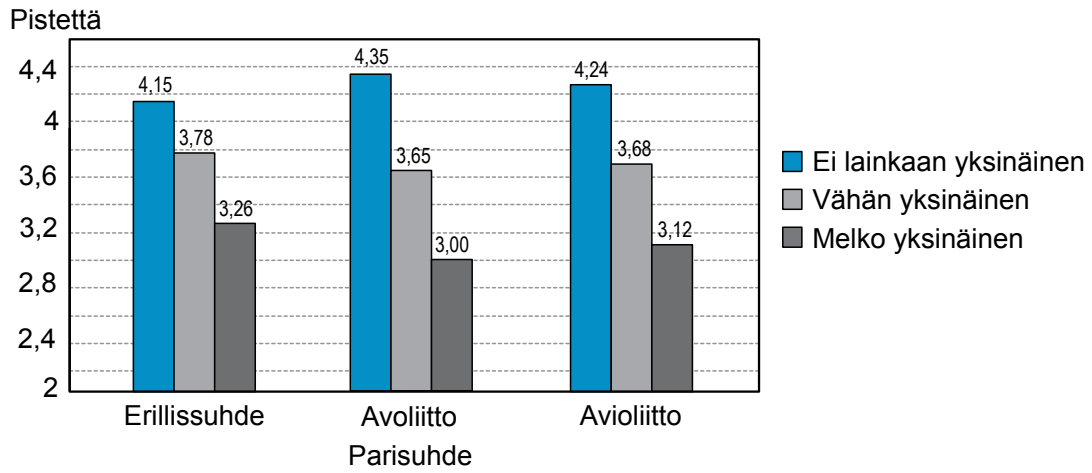
Niissä tapauksissa, joissa vastaajat eivät olleet kokeneet parisuhdettaan onnelliseksi, myös muulla onnella meni omassa elämässä yleensä aika huonosti. Kolmosen luokkaa olevat elämän onnen keskiarvopisteet tarkoittavat sitä, että nämä ihmiset eivät ole tavallisesti onnellisia elämässään muutoinkaan. Onnea on siis vaikea saavuttaa, jos ei ole parisuhdetta, joka tukisi sen rakentamisessa.

Parisuhdeonnan vaikuttaa myös se tunteeo ihminen mahdollisesti itsensä yksinäiseksi parisuhteestaan huolimatta. Tässäkin tapauksessa miehistä ja naisista noin 40 prosenttia vastasi näihin kysymyksiin samalla tavalla. Useimmin tämä tarkoitti sitä, että vastaaja koki nykyisen parisuhteensa hyvin onnelliseksi ja samalla hän ei tuntenut lainkaan yksinäisyyttä (yksinäisyys on tässä eräänlainen läheisyyden vastakohta).

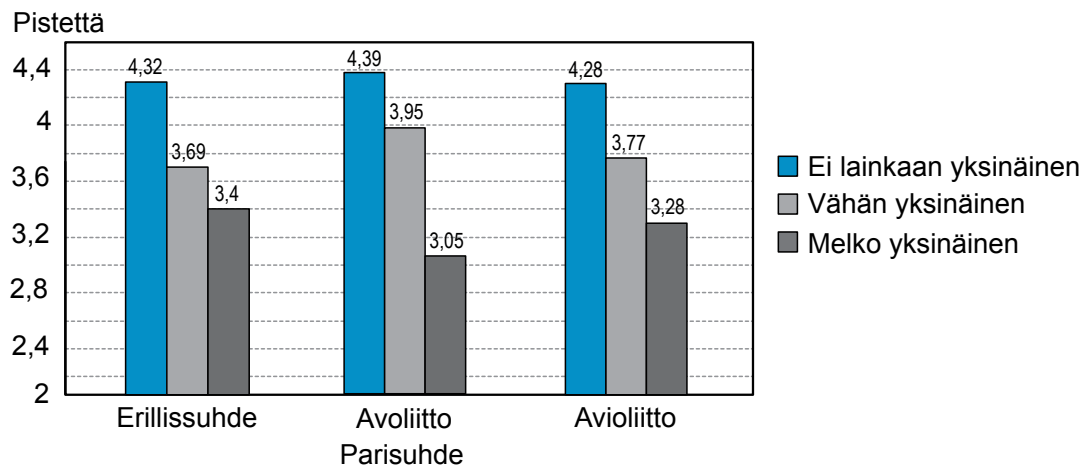
Lopuista vastaajista miltei kaikki kokivat, että heidän parisuhdeonnensa ei ollut aivan samaa tasoa kuin mitä heidän yksinäisyyden tunteensa puuttumisen tai lievyyden osalta olisi voinut odottaa. Tämä johtui merkittävältä osin siitä, että vain noin joka neljäs parisuhteessa elänyt vastaaja oli kokenut yksinäisyyttä enemmän tai vähemmän tämän suhteensa aikana. Se että ihminen ei ollut tuntenut itseään lainkaan yksinäiseksi, ei taannut useimmille vielä sitä, että hän olisi tuntenut parisuhteensa onnelliseksi.

Tämä yhteys tarkentuu kuvioissa 14 ja 15. Parisuhdeonnan ja yksinäisyyden tunteen välillä oli voimakas yhteys. Erityisen harvoin olivat kokeneet parisuhteessaan onnea melko yksinäisiksi itsensä tunteneet miehet ja naiset. He olivat olleet kovin harvoin onnellisia suhteessaan. Merkille pantavaa on, että vaikka yksinäisyyden puute liittyi vahvasti parisuhdeonnan, ei se silti taannut sellaista avio-onnen tasoa, kuin vaikkapa kumppanin kanssa koettu seksuaalinen tyytyväisyys. Yksinäisyyden tunteen puuttuminen on eräänlainen parisuhdeonnan ennakkoehto, mutta se ei vielä takaa onnea. Onni syntyy vasta toimivassa ja tyydyttävässä vuorovaikutuksessa oman parin kanssa.

Kuvio 14. Parisuhdeonni yksinäisyyden tunteiden mukaan miehillä.



Kuvio 15. Parisuhdeonni yksinäisyyden tunteiden mukaan naisilla.



Mikä selittää parisuhdeonnea?

5

Parisuhde- ja avio-onnelle on haettu aiemmissa tutkimuksissa selityksiä erilaisista teorioista ja monista yksittäisistä syistä. Tähän lukuun on koottu esimerkkejä aihepiirin aiemmasta tutkimuksesta ja kirjallisuudesta sekä testattu muutamien selitysten soveltuvuutta suomalaisiin parisuhteisiin tässä tutkimuksessa käytävissä olevan aineiston avulla.

Valitsevatko onnelliset ja itsetuntoiset muita useammin parisuhteen?

Yhdeksi perusselitykseksi parisuhteissa elävien suuremmalle onnellisuudelle on tarjottu sitä, että onnellisilla olisi suurempi alttius hakeutua parisuhteeseen ja että heillä olisi myös muita suurempi todennäköisyys tulla valituksi jonkun puolisoksi. Tällöin parisuhteissa elävien muita suurempi onni elämässä johtuisi siitä, että parisuhteisiin yksinkertaisesti valikoidutaan. Monet todetut hyvät asiat esimerkiksi naimisissa olevien elämässä yksineläjiin verrattuna voisivat siis selittyä tällä.

Saksalaisessa pitkäaikaisessa seurantatutkimuksessa todettiin, että onnellisilla yksineläjillä oli muita suurempi todennäköisyys avioitua (sosioekonomiset taustatekijät vakioitiin) varsinkin nuorina (20-vuotiaina, mutta ei enää 30-vuotiaina) ja sitten taas uudelleen myöhemmin elämässä (yli 30-vuotiaina, jossa ikävaiheessa vain onnellisimmat sinkut avioituivat). Onnellisen oli siis helpompi valita ja tulla valituksi. Tämän lisäksi suhteestaan eroavien havaittiin olleen muita

vähemmän onnellisina jo sinkkuina ja avioliittonsa alkuvuosina. (Stutzer & Frey 2006.) Onnettomien voi olla vaikeampi rakentaa onneen johtavaa parisuhdetta.

Onnellisuuden perusteella valikoitumisen lisäksi on mahdollista, että ihmiset valikoituvat parisuhteisiin luonteenpiirteidensä perusteella. Elämäänsä tyytymättömien ja sisäänpäin kääntyneiden (introverttien) ihmisten on vaikeampaa löytää itselleen kumppani. Parisuhteen kannalta suositumpana ja mukavampana pidetään ulospäin suuntautuneita, luottavaisia ja hyväsydämissä ihmisiä.

Parisuhteita solmittaessa tapahtuu myös muunlaista positiivisten asioiden ja yhteiskunnallisen aseman mukaista valikoitumista. Saksalaistutkimuksessa avioituneilla oli muita parempi taloudellinen tilanne ja fyysinen ja psyykinen terveys (muun muassa vähemmän päihteiden käyttöä ja masennusta) ja he elivät pidempään. Avioituneiden lapset myös menestyivät muita paremmin. (Stutzer & Frey 2006.)

Onnellisuuserojen taustalla voivat olla parisuhteeseen valikoituvien ihmisten erot heidän luonteenpiirteidensä lisäksi myös heidän itsetunnonsa. Kun parinvalintaan liittyviä kriteereitä tai ihannekumppanin ominaisuuksia on tutkittu, ovat varsinkin naiset usein korostaneet haluavansa itselleen varmaotteisen ja itsetuntoisen kumppanin. Hyvällä itsetunnolla varustettujen ihmisten voi olla muita helpompi rakentaa ja ylläpitää onnellista parisuhdetta.

Tässä tutkimuksessa ei ollut mahdollisuutta testata miten ihmiset ovat mahdollisesti valikoituneet parisuhteeseensa sitä edeltäneen onnellisuutensa perusteella. Ihmisten hyvä sosiaalinen itsetunto voi kuitenkin kertoa jotakin siitä, että kyseisillä ihmisillä on ollut heidän itsetuntoaan positiivisella tavalla muovanneita aiempia kokemuksia elämässään.

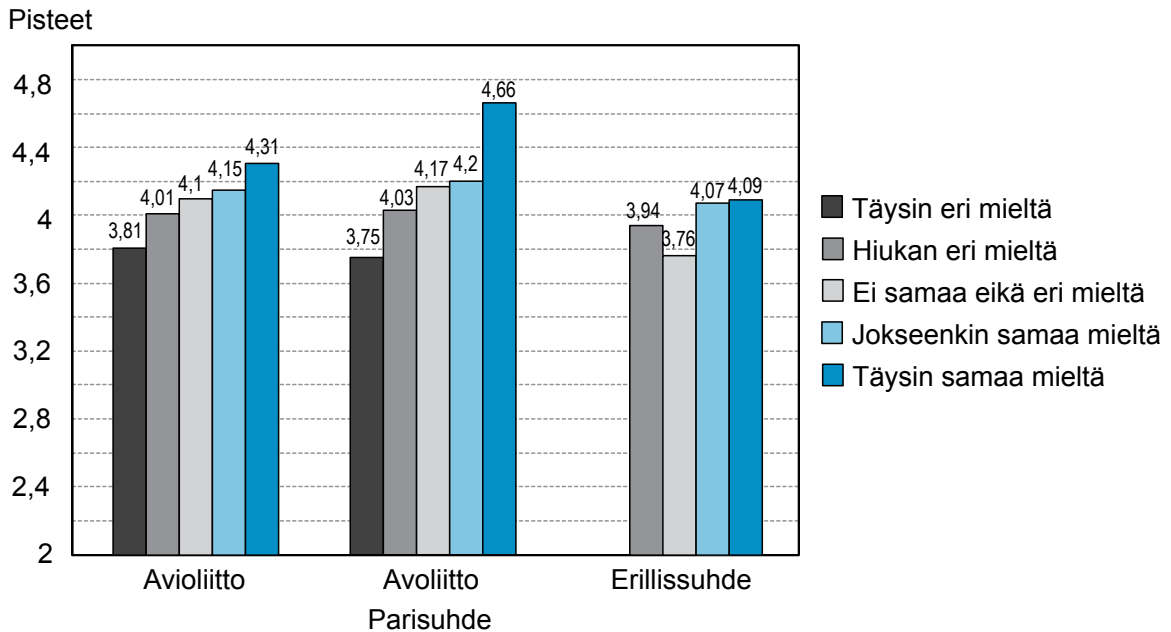
Sosiaalista itsetuntoa oli mahdollista testata kysymällä samanmielisyyttä tai erimielisyyttä (viisiportainen asteikko) seksuaalimaiheisiin väittämiin, joiden mukaan vastaaja on:

- seksuaaliasioissa varsin taitava
- sukupuolisesti aktiivinen
- sukupuolisesti puoleensavetävä

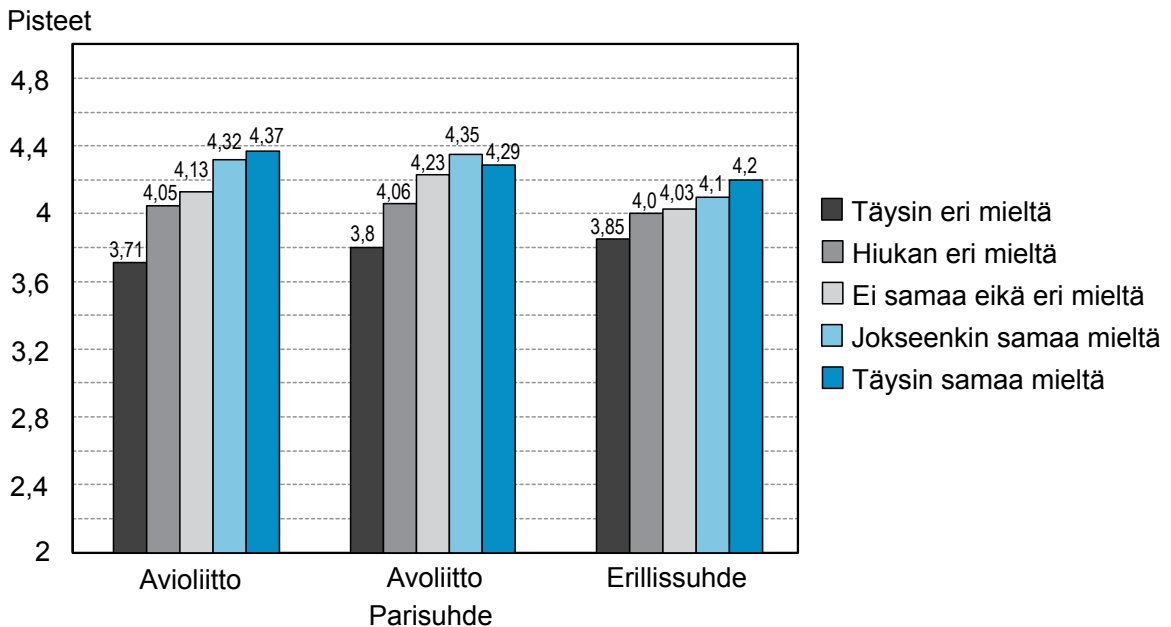
Näillä seksuaalista itsetuntoa mittaavilla asioilla oli yllättävänkin vahva yhteys vastaajien nykyisten parisuhteiden onnellisuuteen. Esimerkiksi yhteys parisuhdeonnan ja seksuaalisen taitavuuden välillä oli sekä miehillä että naisilla avio- ja avoliitoissa vahva (Kuviot 16 ja 17). Kaikkein vahvin tämä yhteys oli avoliitossa olleilla miehillä.

Tässä on mahdotonta arvioida kuinka usein hyvä seksuaalinen itsetunto on mahdollisesti johtanut onnelliseen parisuhde-elämään, ja kuinka usein onnellisessa parisuhteessa kumppanilta saatu hyvä tai suorastaan ylistävä palaute on toiminut hyvän seksuaalisen itsetunnon keskeisenä rakennusaineena. Käytännössä tämä yhteys toimii varmasti molempiin suuntiin. Tämä on yksi hyvä esimerkki

Kuvio 16. Parisuhdeonnan keskiarvo miehillä väittämän mukaan ”Olen seksuaaliasioissa varsin taitava”.



Kuvio 17. Parisuhdeonnan keskiarvo naisilla väittämän mukaan ”Olen seksuaaliasioissa varsin taitava”.



onnellisuuden kasautumisesta. Se kertoo myös eriarvoisuudesta onnen edessä. Itsetuntoisten ihmisten on helpompi kokea onnea.

Yhteydet oman parisuhteen onnellisuudesta siihen kuinka seksuaalisesti puoleensavetäväksi ja seksuaalisesti aktiiviseksi henkilö itsensä oli kokenut, olivat suunnilleen yhtä vahvoja kuin oli yhteys seksuaalisen taitavuuden ja onnellisuuden välillä. Varsinkin naisilla käsitys omasta seksuaalisesta aktiivisuudestaan oli kaikissa suhdemuodoissa merkittävästi yhteydessä heidän parisuhdeonneensa. Seksuaalinen aktiivisuus on ilmeisen tärkeä kriteeri tai indikaattori parisuhteen toimimisesta. Naiset olivat varmasti tyytyväisiä myös itseensä silloin, jos heidän parisuhteensa oli seksuaalisesti aktiivinen. Suurempi seksuaalinen aktiivisuus kertoo myönteisistä tunteista ja rakkaudesta kumppania kohtaan.

Jos naisista ja miehistä tuntui vahvasti siltä, että he eivät olleet seksuaalisesti aktiivisia, olivat heidän parisuhteensa harvoin onnellisia. Onni ei näytä asuneen lähes seksittömässä suhteessa. Naimisissa olleiden miesten (toisin kuin avoliitoissa ja erillissuhteissa) onni ei ollut paljoa yhteydessä heidän käsitykseensä omasta seksuaalisesta aktiivisuudestaan. Miehet arvioivat suhteensa laatua näissä tapauksissa enemmän kumppaninsa aktiivisuuden perusteella.

Onnen kasautumiseen kuului tutkimuksessa myös positiivinen käsitys omasta sukupuolisesta tai seksuaalisesta puoleensavetävyydestä. Naisilla yhteys oman seksuaalisen puoleensavetävyyden ja parisuhdeonnen välillä oli miltei täsmälleen yhtä vahva kuin yhteys seksuaalisen taitavuuden ja onnen välillä. Naisilla seksuaalinen taitavuus ja puoleensavetävyys olivatkin lähellä toisiaan olevia asioita tai tunteita (korrelaatio .57). Onnelliset naiset ovat panostaneet muita enemmän ulkonäköönsä ja vuovaikutukseensa kumppaninsa kanssa.

Miehillä yhteys parisuhdeonnen ja seksuaalisen puoleensavetävyyden välillä oli voimakkain erillissuhteissa. Erillissuhteet ovat eri parisuhteista eniten seksuaalisuuden varassa ja siksi miesten kumppaniltaan saama myönteinen palaute viehättävyydestä oli ollut erityisen merkityksellistä, kun he olivat arvioineet omaa suhdettaan. Kaikkein voimakkain tämä yhteys oli miehillä, jotka yhtyivät arviossaan täysin käsitykseen omasta puoleensavetävyydestään. Miehillä yhdistelmä avioliitto ja positiivinen palaute puolisoilta näytti optimaaliselta heidän parisuhdeonnensa kannalta.

Geneettiset erot ja niihin liittyvät luonne-erot onnea selittämässä

Avio-onnen alkuperää tutkittaessa yksi keskeinen kiistanaihe on ollut jo pitkään se, missä määrin onni voisi olla yksilön pysyvämpi, ellei peräti perinnöllinen ominaisuus. Jos näin olisi, sosiaaliset seikat eivät vaikuttaisi onneen niin vahvasti kuin

usein on ajateltu. Tässä ajattelussa palataan tavallaan niihin persoonallisuusselityksiin, jotka olivat suosiossa jo 1930-luvulla. Tässä alaluvussa esitettäviä ajatuksia ja tuloksia ei ollut valitettavasti mahdollista testata suomalaisella aineistolla.

Perimän tai myös evoluution merkitystä parisuhdeonnelle tärkeänä pitävät tutkijat tukeutuvat usein niin sanottuun taipumus (setpoint) teoriaan. Sen keskeisenä ajatuksena ja samalla todellisuuteen liittyvänä väitteenä on, että ihminen sopeutuu nopeasti uusiin olosuhteisiin. Sen vuoksi välittömällä sosiaalisilla olosuhteilla, kuten avioliitolla, ei olisi ihmisen onneen ja onnen vaihteluun kuin korkeintaan lyhytaikainen vaikutus. (Zimmermann & Easterlin 2006.)

Taipumus-teorian keskeiset lähtökohdat, osatekijät ja väittämät ovat (Kohler, Behrman & Skytthe 2005):

- henkilökohtaiset tragediat, sairaudet ja onnekkaita tapahtumat voivat vaikuttaa onnellisuuden tasoon, mutta nämä vaikutukset eivät kestä pitkään
- parisuhteiden solmimalla tai lasten hankimalla pitäisi olla teorian mukaan vain ohimeneviä vaikutuksia onnellisuudelle
- teoria ennustaa, että merkittävän osuuden hyvinvoinnin vaihtelusta selittävät sosiaaliset ja biologiset kyvyt, jotka eivät ole havaittavissa sosiaalitieteiden aineistoissa
- Minnesotassa 1980-luvulla tehdyssä kaksostutkimuksessa jopa 50 % onnellisuuden vaihtelusta selittyi geneettisillä tekijöillä

Onnellisuuteen ovat vaikuttaneet tanskalaisen kaksostutkimuksen mukaan yllättävän vähän sellaiset asiat kuin tulot, koulutus ja ammatti. Sen sijaan onni näyttäisi riippuvan merkittävästi enemmän ominaisuuksista ja kyvyistä, joita ovat pysyvät persoonallisuuden ominaisuudet, geneettiset taipumukset ja perheen ja lapsuuden tausta. Analyysien ja niiden tulkintojen yhtenä ongelmana on ollut se, että normaalisti havaitsemattomissa olevat kyvyt, kuten geneettiset taipumukset, vaikuttavat mahdollisesti sekä yksilöiden subjektiiviseen hyvinvointiin että sitä selittäviin asioihin. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Samassa tanskalaisutkimuksessa parisuhteessa olleilla miehillä ja naisilla oli huomattavasti korkeampi onnellisuuden taso kuin heillä, joilla ei ollut parisuhdetta. Miehillä tämä ero oli suurempi kuin naisilla. Siihen ei vaikuttanut se kuinka monta suhdetta ihmisillä oli ollut aikaisemmin. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Taipumus-teorian mukaan yksilön subjektiivinen hyvinvointi asettuu luontaisesti tietyn taipumuksen edellyttämälle tasolle. Tätä taipumusta säätelevät geneettiset ja persoonallisuustekijät. Merkittävät elämänmuutokset ja tapahtumat voivat ainoastaan poikkeuttaa yksilön tilapäisesti tältä tasolta.

Taipumus-teoriassa onnellisuuden erojen taustalla väitetään olevan keskeisesti erot eri ihmisten persoonallisuudessa. Persoonallisuuden piirteet on määritelty sellaisiksi johdonmukaisiksi tavoiksi ajatella, tuntea ja toimia, jotka

erottavat ihmisiä toisistaan. Ne asettavat ja määrittävät puitteet tietynlaiselle ihmisten väliselle vuorovaikutukselle. Esimerkiksi persoonallisuuden piirteensä ilmenevä ahdistus lisää todennäköisyyttä kielteisille vuorovaikutustavoille kuten vaikkapa sille, että henkilö huutaa kumppanilleen tai kritisoi häntä. Nämä tavat puolestaan vaikuttavat parisuhteen tyytyväisyydestä tehtyihin arvioihin. (Donnellan et al. 2007.)

Romanttiseen parisuhteeseensa ovat tyytyväisimmät persoonallisuudeltaan sellaiset ihmiset, jotka ovat onnellisia, sosiaalisia ja joilla on hyvä itsensä hallinta. He eivät tavanmukaisesti koe vihaa, pelkoa ja vihamielisyyttä. Heillä on myös tyyppillisesti kumppani, joka on tyytyväinen parisuhteeseensa. (Donnellan et al. 2007.)

On esitetty väitteitä, että ihmiset sopeutuvat nopeasti ja jopa täydellisesti avioliittoon, ja että aviokumppanit palautuvat liittonsa aikana melko pian sille onnellisuuden tasolle, jonka sanelevat heidän persoonallisuuden piirteensä ja geneettinen perimänsä. Jos tämä teoria olisi oikeassa, niin yksilön hyvinvointia voisi parantaa kovin vähän julkisella hyvinvointipolitiikalla tai yksilön henkilökohtaisilla valinnoilla ja teoilla. (Zimmermann & Easterlin 2006.)

Jotkut taipumus-teorian kannattajat pyrkivät vähätteleämään tai jopa mitätöimään jopa sosiaalisen tuen merkitystä yksilöiden onnellisuudelle. Heidän mukaansa tutkimuksissa todetut positiiviset yhteydet naimisissa olleiden ihmisten subjektiiviselle hyvinvoinnille johtuvat ihmisten valikoitumisesta avioliittoon tietyissä poikkileikkaustilanteissa. Ihmiset valikoituisivat tässä tapauksessa avioliittoihin onnellisuuden kannalta suotuisten luonteenpiirteidensä mukaisesti ja lisäksi melko vastikään avioituneiden henkilöiden onnellisuutta selittäisi suhteen alkuvaiheen ”kuherruskuukausi” vaikutus. (Zimmermann & Easterlin 2006.)

Zimmermannin ja Easterlingin (2006) Saksassa tekemässä tutkimuksessa pyrittiin selvittämään isolla aineistolla kuinka hyvin taipumus-teoria sopii saataviin tuloksiin. Kun avioituneiden tyytyväisyyttä elämään verrattiin aikaan ennen näiden suhteiden solmimista, avoliittovaiheessa, heti avioitumisen jälkeen ja muutaman vuoden liiton jälkeen, niin tyytyväisyys elämään osoittautui olevan suurimmillaan juuri ennen avioliiton solmintaa ja jatkuen siitä edelleen aikaan noin 1,5 vuotta avioitumisesta (niin sanottu kuherruskuukausi-vaikutus).

Tutkimuksen merkittävin tulos oli se, että tutkittujen naimisissa olleiden tyytyväisyys elämään asettui ja myös jäi merkittävästi korkeammalle tasolle kuin se oli ennen parisuhteen solmintaa. Ihmiset eivät siten sopeutuneet avioliittoonsa niin määräävästi, kuin mitä taipumus-teoria on esittänyt. Lisäksi tyytyväisyys elämään oli asettunut samalle tasolle avoliitoissa ja avioliitoissa parin vuoden sopeutumisvaiheen jälkeen. Oleellinen asia elämäntyytyväisyyden lisääntymisessä oli ollut löytää yhteensopiva kumppani. Muodostuneen suhteen virallistaminen avioliitoksi ei enää lisännyt tyytyväisyyttä elämään pidemmällä aikavälillä. (Zimmermann & Easterlin 2006.)

Samassa tutkimuksessa avioliitossa elävät olivat valikoituneet muihin vastaa-jiin verrattuna sosioekonomisen asemansa puolesta (he olivat nuorempia, paremmin koulutettuja, terveempiä, useammin palkkatyössä, uskonnollisempia). Nämä riittivät selittämään heidän tyytyväisyytensä korkeamman lähtötason. Kun tämä valikoituminen oli huomioitu vakioimalla tulokset tilastollisesti, eivät persoonallisuuteen liittyvät tekijät enää selittäneet naimisissa olleiden perustyytyväisyyttä elämään. (Zimmermann & Easterlin 2006.) Tämä on hyvin haasteellinen tulos koko taipumus-teorian kannalta.

Eronneiden vastaajien ryhmä poikkesi samassa tutkimuksessa avioliitossa elämäänsä jatkaneista siten, että heillä oli alempi sosioekonominen status ja heidän tyytyväisyytensä elämään oli ollut lähtökohtaisesti merkittävästi alemmalla tasolla kuin avioliittoa jatkaneilla. Eronneet olivat valikoituneet tutkimuksen perusteella sellaisten persoonallisuuden piirteiden mukaisesti, jotka tuottivat heille vähemmän tyytyväisyyttä elämässä. (Zimmermann & Easterlin 2006.)

Tanskalaisessa kaksostutkimuksessa 25–45-vuotiaiden miesten suurempaa subjektiivista hyvinvointia selittivät geneettiset taipumukset, jotka liittyivät suurempaan kumppanimäärään, suurempaan todennäköisyyteen olla parhailaan parisuhteessa ja suurempaan lasten lukumäärään. Samanikäisillä naisilla esiin nousevat hyvinvointia selittävät tekijät olivat muutoin samanlaisia, mutta kumppaneiden lukumäärän sijasta hyvinvointia edisti varmuus parisuhteen vakiintuneisuudesta. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Samassa tutkimuksessa aviollisen tyytyväisyyden todettiin vähenevän lapsen syntymän jälkeen aina siihen asti kun hän tuli teini-ikään, mutta nousevan sen jälkeen sille tasolle, jolla se oli ennen lapsen hankintaa. Omilla lapsilla oli suurempi myönteinen vaikutus tyytyväisyyteen kuin adoptiolapsilla. Lapsiluvun noustessa vähintään kolmeen lapseen oli jokaisella syntyvällä lapsella suurin kielteinen vaikutus tyytyväisyyteen avioliitossa. Alle 20-vuotiaana hankitut lapset vaikuttivat vahvan kielteisesti (39 prosentilla) naisten koettuun hyvinvointiin, mutta eivät miesten hyvinvointiin. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Naisista ensimmäisen lapsen, yhtä hyvin tytön tai pojan, syntymä lisäsi 36 prosentille tunnetta subjektiivisesta hyvinvoinnista. Tämän jälkeiset seuraavat lapset sen sijaan vähensivät 13 prosentilla naisten hyvinvointia. Neljänteen lapseen mennessä ensimmäisen lapsen positiivinen vaikutus oli kokonaan hävinnyt (vakiointimallissa kaikki lisälapset vähensivät hyvinvoinnin tunnetta). Miehistä ensimmäinen poika lisäsi hyvinvoinnin tunnetta 29 prosentilla, mutta tyttö vain 17 prosentilla. Poika lisäsi avioliiton vakautta ja sai miehet tekemään pidempiä työpäiviä perheensä hyväksi. Seuraavien lasten hankinta ei enää vaikuttanut miesten hyvinvointiin. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.) Avioeron todennäköisyys oli kuitenkin suurempi jos ensimmäinen lapsi oli tyttö verrattuna siihen jos se oli poika.

Vastaajien motiivit ensimmäisen lapsen hankintaan liittyivät perheen statukseen, rooliodotuksiin ja palkitseviin tunteisiin vanhemmille, kun taas toisen lapsen hankintamotiivit liittyivät vahvasti seuran hankkimiseen ensimmäiselle lapselle. Subjektiiivinen hyvinvointi ei näyttänyt motivoivan lisälapsien hankintaan ensimmäisen lapsen jälkeen. Ihmiset näyttivät yleisesti yliarvioivan tärkeiden elämänmuutosten vaikutusten kestoa tunne-elämänsä tulevalle hyvinvoinnille. Onnellisuuden lisääntymisen odotus toisen lapsen ansiosta tuotti yleensä pettymyksen. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Tämän tanskalaistutkimuksen tulokset voi tulkita niin, että naiset ryhtyvät suhteisiin pyrkimyksenään ryhtyä hankkimaan lapsia, jotka sitten lisääisivät heidän subjektiivista hyvinvointiaan. Miehet toisaalta hankkivat lapsia voidakseen jäädä suhteisiin, jotka vaikuttavat heidän onnellisuuteensa. Lapset eivät kuitenkaan edistä miesten koettua hyvinvointia. Lapsipuolen kanssa eläminen jopa vähensi miesten hyvinvointia. Uusperheet olivat tässä suhteessa ongelmallisia miehille, mutta eivät naisille. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Naisilla näytti olevan vahva motiivi hankkia ensimmäinen lapsi ja se tuotti heille koettua hyvinvointia. Naiset olivat halukkaita hankkimaan yhden lapsen, vaikka siitä olisi koitunut heille merkittäviä kustannuksia. Ensimmäinen lapsi näyttää täyttävän elintärkeän osan naisten elämän täyttymyksestä riippumatta siitä elävätkö he parisuhteessa. Seuraavien lasten hankintamotiivit voivat olla vaatimattomammat johtuen lapsesta koituvista erilaisista kustannuksista ja eduista. Halu useamman lapsen hankintaan voi siksi vastata vahvasti muuttuvia sosioekonomisia olosuhteita, perhepolitiikkaa, sosiaalisia normeja tai kuvitteellisiä konteksteja. (Kohler, Behrman & Skytthe 2005.)

Lasten syntymän vaikutuksiin suomalaisten hyvinvoinnille ja parisuhdeonnelle palataan vähän myöhemmin tässä samassa luvussa. Tähän oli poimittu tutkimuskirjallisuudesta ne tulokset, jotka liittyivät taipumus-teorian testaamiseen kaksostutkimuksilla.

Tässä alaluvussa kuvatut tulokset kertoivat sängen vakuuttavasti siitä, että henkilökohtaisella kyvykkyydellä ja sen taustalla vaikuttavilla geneettisillä eroilla on ollut kaksostutkimusten perusteella paljonkin merkitystä parisuhdeonnella. Toisaalta nämä asiat eivät mitätöi välittömien sosiaalisten suhteiden, erityisesti parisuhteen, merkitystä onnellisuudelle elämässä. Parisuhde voi tuottaa pysyvemmän positiivisen vaikutuksen onnelle kuin vain ohimenevän henkisen humaltumisen kuherruskuukaudesta. Onnellisuuteen voi onneksi itse vaikuttaa yhdessä oman kumppanin kanssa.

Parin osapuolten samankaltaisuus

Kaikkein useimmin parisuhteen onnistumiselle on haettu selityksiä suhteen osapuolten samanlaisuudesta ja toisiaan täydentävyydestä. Suurin osa tutkimuksista on päätynyt siihen, että samankaltaisuus on tärkeämpää onnellisen suhteen kannalta kuin täydentävyys (Lutz-Zois et al. 2006). Onnen taustalla olisi siis onnistunut kumppanin valintataipumus.

Ihmisillä on sekä tietoisia että tiedostamattomia pyrkimyksiä ja taipumuksia valita itselleen tietynlainen parisuhdekumppani. Sosiologit korostavat näitä valintoja tutkiessaan homogamiaa, eli sitä että ihmiset avioituvat tyypillisesti henkilön kanssa, joka muistuttaa heitä itseään. Tällaisen ihmisen kanssa on helpompi saavuttaa yksimielisyys parisuhteeseen liittyvistä yhteisistä tavoitteista ja näin suurempi parisuhdeonni.

Sosiaalisen aseman samankaltaisuus

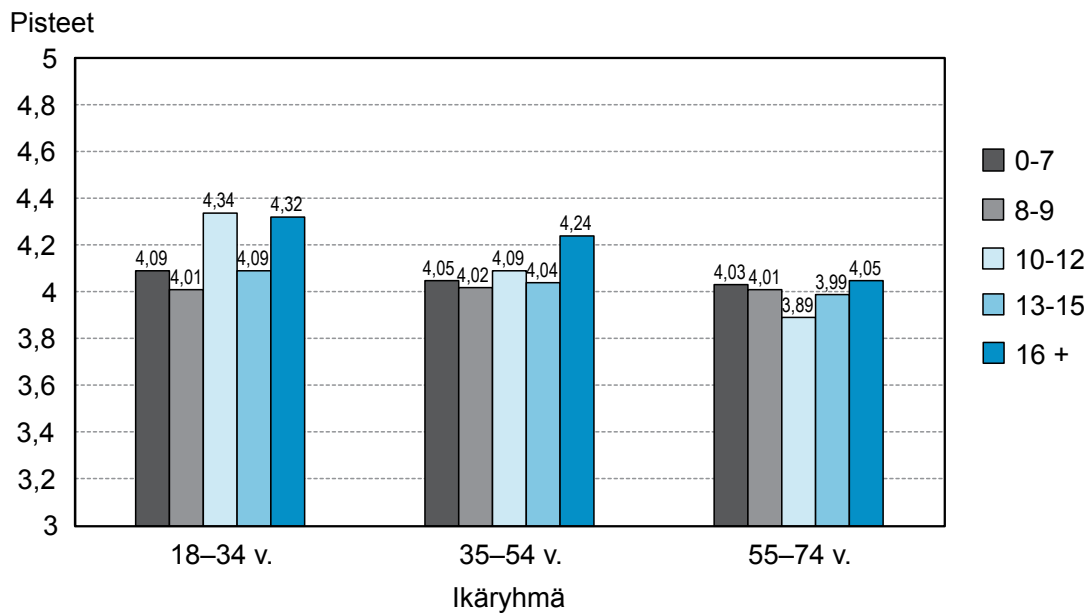
Samankaltaisuudessa on ensivaiheessa kyse ihmisten sosiaalisen aseman (statusten) samankaltaisuudesta. Statukseen kuuluvat tulot, ammatti ja koulutus. Koulutuserot ovat yksi tärkeä osoitus statuseroista, joiden on oletettu vaikuttavan parisuhdetyytyväisyyteen. Statusten epätasapainoteoriassa on oletettu, että jos vaimon status on korkeampi kuin aviomiehellä, on avioliiton laatu ja yleinen onnellisuus huonompi.

Saksalaistutkimus vahvisti sen, että puoliset, joilla oli pienet koulutuserot, olivat muita tyytyväisempiä avioliittoonsa. Puolisoiden suurilla koulutuseroilla oli puolestaan kielteinen yhteys heidän tyytyväisyyteensä elämään. (Stutzer & Frey 2006.) Yhdysvaltalaistutkimuksessa puoliset erilaiset statukset liittyivät puolestaan vain lievästi avioliiton laatuun tai sen yleiseen onnellisuuteen. Tämä tulos päti myös vastaajiin, joilla oli muita traditionaalisimmat sukupuolinäkemykset. (Gong 2007.)

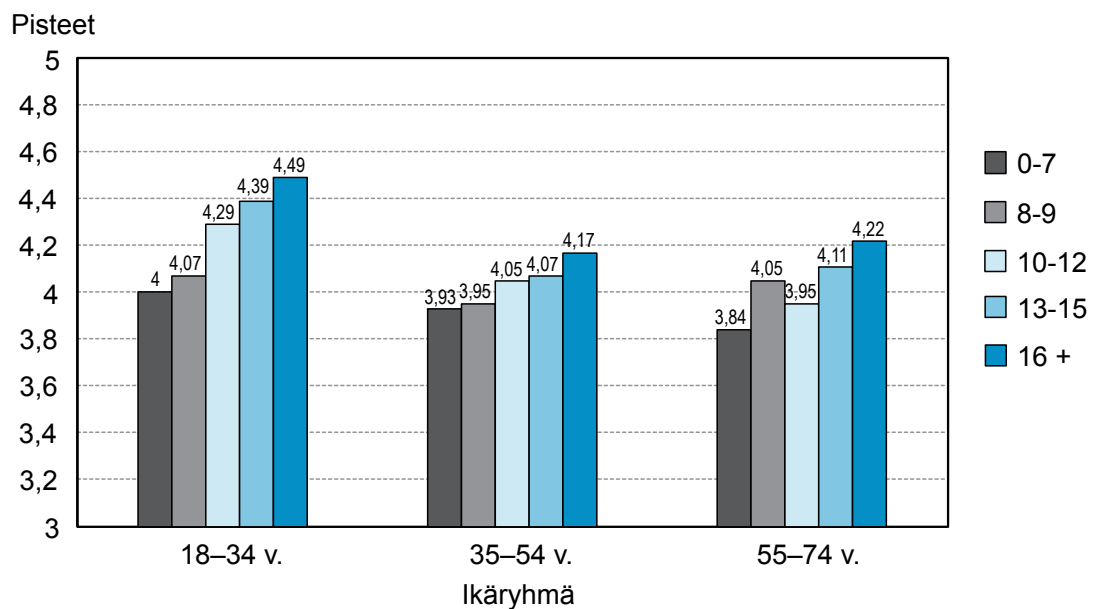
Tässä tutkimuksessa suomalaisten koulutuseroja on kysytty tiedustelemalla kuinka monta vuotta vastaaja oli yhteensä käynyt koulua tai opiskellut. Tämän tiedon yhteyttä miesten ja naisten parisuhdeonneen täytyy tarkastella erilaisin kriteerein eri-ikäisillä, sillä koulutustaso on lisääntynyt niin paljon nuoressa sukupolvessa, että koulutusvuodet eivät ole eri-ikäisillä enää yhteismitallisia. Koulutusvuosien yhteyttä parisuhdeonneen voi kuitenkin selvittää.

Miehillä koulutustasolla oli Suomessa vain lievä positiivinen yhteys parisuhdeonneen parhaiten (akateemisesti) koulutetuilla nuorilla ja keski-ikäisillä. Naisilla sen sijaan parempi koulutus liittyi parisuhteen onnellisuuteen hieman systemaattisemmin ja nuorilla kaikkein vahvimmin. Tässä on vaikea päätellä varmuudella ja vähän konkreettisemmin mikä on ollut koulutuksen tuottama etu nuorten

Kuvio 18. Parisuhdeonnan keskiarvo koulutusvuosien mukaan naimisissa olevilla miehillä.



Kuvio 19. Parisuhdeonnan keskiarvo koulutusvuosien mukaan naimisissa olevilla naisilla eri ikäryhmissä.



naisten parisuhdeonnelle. Se saattaa liittyä taipumukseen valita kumppani juuri samankaltaisuuden perusteella eli paremmin koulutetuista. Jos puolisoilla on sama koulutustaso, on hänen kanssaan helpompi löytää yhteisiä mielenkiinnon kohteita, samankaltaisia arvoja ja yhteisiä keskustelunaiheita.

Nuorista naisista ja myös miehistä avioliittoon olivat valikoituneet ensimmäisinä vähiten koulutetut. Paremmin koulutetutkin olivat solmineet yhtä ahkerasti parisuhteita, mutta he olivat tehneet sen aluksi avoliitoissa ja erillissuhteissa. Pidentyneet opinnot olivat johtaneet avioitumisen lykkäämiseen. Keski-iässä avioitumisen koulutuserot olivat hävinneet lukuun ottamatta parhaiten koulutettuja naisia, jotka olivat muita harvemmin avioituneet. Vanhimman ikäryhmän naisista puolestaan muita paremmin koulutetuilla oli selkeästi muita naisia useammin aviopuoliso. Tämä johtunee heidän ja heidän kumppaneidensa muita terveellisemmistä elämäntavoista, jonka ansiosta paremmin koulutetut naiset olivat jääneet leskeksi keskimäärin muita naisia vanhempina.

Statuksen merkityksen tutkimista onnellisuuden kannalta hankaloittaa se, että vaimot ja aviomiehet eivät ehkä arvioi vain omaa yksilöllistä taloudellista tilannettaan ja psyykkistä hyvinvointiaan, vaan he ottavat huomioon myös puolisonsa tilanteen ainakin avioliitossaan. Esimerkiksi tuloja saatetaan arvioida ensisijaisesti puolisoitten yhteenlaskettujen tulojen perusteella. Statusten epätasapaino ei ole siten parisuhteiden tasolla yhtä merkittävä asia kuin mitä se on yksilöille. (Gong 2007.)

Arvojen samankaltaisuus

Tärkeä puolison valintaperuste ja onnellisuuden edellytys on arvojen samankaltaisuus. Hollantilaistutkimuksessa puoliset olivat sangen samanlaisia kaikilta arvoiltaan, muissakin kuin perinteisissä perhearvoissa. Vuosien myötä puolisoitten arvoero säilyi yhtä suurena perinteisissä perhearvoissa, itsemääräämisoikeudessa ja sosiaalisessa kriittisyydessä, mutta arvoero suureni hedonistisiksi (omaa nautintoa tavoittelevissa) tulkituissa näkemyksissä. (Roest et al. 2006.)

Eri arvotyypeistä **traditionaaliset perhearvot** liittyvät avioitumisen ja lasten hankinnan arvostamiseen, **itsemääräämisoikeus** edistää itsenäisyyden ja omista päätöksistä ja teoista vastuullisuuden arvostamista, **sosiaalinen kriittisyys** taloudellisten ja poliittisten erojen painottamista ja **hedonismi** nautinnon tavoittelun arvostamista omassa elämässä. (Roest et al. 2006.)

Eryteisesti sosiaalisessa kriittisyydessä ja hedonistisissa näkemyksissä vaimot olivat onnistuneet vaikuttamaan miestensä arvoihin (miesten arvot lähenivät naisten arvoja), mutta miehet eivät olleet pystyneet tai yrittäneet vaikuttaa samalla tavalla vaimojensa arvoihin. Vaimojen vaikutus miehen arvioihin näkyi erityisesti parisuhteissa, joissa puoliset olivat samalla sosiaalisella tasolla (koulutus ja uskonto) ja joissa aviollinen tyytyväisyys oli suurempi. (Roest et al. 2006.)

Kumppanivalinta-teorian mukaan arvoiltaan samanlainen kumppani koetaan viehättäväksi, koska hänen kauttaan omat näkemykset saavat hyväksynnän ja eräänlaisen vahvistuksen. Tällainen vuorovaikutus on nautinnollisempaa. Puolisoiden välinen arvojen samanlaisuus on funktionaalista (toiminnan kannalta järkevää), koska se tukee heidän ajatteluaan ja käyttäytymistään, molemminpuolista ymmärrystä ja keskinäistä yhteenkuuluvuuttaan. (Roest et al. 2006.)

Psykologisessa vahvistamis-tunne mallissa oletetaan, että asenteiden samankaltaisuus johtaa keskinäiseen vetovoimaan, koska omien asenteiden vahvistus ja hyväksyminen tyydyttää perustarvetta tehdä maailmasta oikeanlainen arvio. Tällaisen vahvistuksen saaminen kumppanilta tuottaa positiivisia tunteita ja luo perustan omille tunteille tätä henkilöä kohtaan. (Lutz-Zois et al. 2006.)

Samankaltaisuus voi olla perustekijä romanttisessa viehättymisessä, kun sitä tarkastellaan laajemmissa merkityssysteemeissä. Ihmiset arvottavat eri tavalla tiettyjä samankaltaisuuden alueita, koska ne ovat erilaisin tavoin yhteydessä heidän abstraktisiin tapoihinsa tarkastella ja jäsentää maailmaa. Henkilö voi esimerkiksi pitää enemmän arvossa samanlaisuutta avoimuudessa kuin samanlaisuutta muissa keskeisissä persoonallisuuden piirteissä. (Lutz-Zois et al. 2006.)

Yhdysvaltalaisessa yliopisto-opiskelijoita koskeneessa tutkimuksessa todettiin, että yhteiset intressit ja yhteiset uskonnolliset arvot ennustivat parisuhde-tyytyväisyyttä niissä tapauksissa, joissa parisuhteen osapuolet pitivät keskinäistä samanlaisuutta näissä ominaisuuksissa tärkeänä. Ihmiset eroavat toisistaan siinä kuinka tärkeiksi he arvottavat tiettyyn aiheeseen liittyvät asenteet. Esimerkiksi lastenkasvatukseen liittyvät asiat saatetaan kokea tärkeiksi, mutta taloudelliset asiat vähemmän tärkeiksi. (Lutz-Zois et al. 2006.)

Suomalaisten arvot ja onnellisuus

Tässä tutkimuksessa ei ollut valitettavasti mahdollisuutta testata suomalaisten parisuhdekumppaneiden omaksumien arvojen samankaltaisuuden tai erilaisuuden yhteyksiä parisuhdeonneen. Tutkimuksessa ei kysytty tietoja tai näkemyksiä kumppanin arvoista tai parin mahdollisista yksimielisyyksistä arvojen suhteen.

Tutkimuksessa kysyttyjen useiden arvokysymysten perusteella vastaajat voitiin kuitenkin jakaa liberaaleihin ja konservatiiveihin sekä arvoiltaan näiden kahden välimuotoon. Tämän jaottelun avulla saattoi havaita, että konservatiivit hakeutuivat molemmilla sukupuolilla jonkin verran muita aktiivisemmin avioliittoihin. Liberaalit puolestaan hakeutuivat konservatiiveja useammin nuorina avoliittoihin ja keski-ikäisinä erillissuhteisiin.

Vastaajien arvojen liberaalisuudella tai konservatiivisuudella ei ollut naisten vastausten perusteella eri parisuhdemuodoissa juurikaan yhteyttä siihen kuinka onnelliseksi he kokivat parisuhteensa. Ainoa pieni poikkeus olivat nuoret erillis-

suhteessa eläneet naiset, joiden joukossa arvoiltaan konservatiiviset olivat parisuhteessaan jonkin verran liberaaleja onnellisempia. Nuorten ja keski-ikäisten naimisissa ja avoliitossa olleiden miesten joukossa arvoiltaan konservatiivit olivat parisuhteessaan jonkin verran onnellisempia kuin liberaalit. Miesten erillissuhteissa vastaavaa eroa ei ollut.

Perhearvot kytkeytyvät läheisesti uskonnolliseen arvomaailmaan ja siksi oli syytä tarkistaa myös se, oliko uskonnon tärkeänä pitämällä yhteytensä parisuhteiden onnellisuuteen. Tutkimukseen sisältyi kullakin kertaa kysymys siitä, kuinka tärkeäksi vastaaja oli katsonut uskonnon omassa elämässään.

Uskonnon arvostamisella ei ollut mitään yhteyttä miesten onnellisuuteen heidän avoliitoissaan ja erillissuhteissaan. Naimisissa olleet miehet sen sijaan olivat keskimäärin jonkin verran onnellisempia sitä mukaa mitä tärkeämpänä he pitivät uskontoa. Suhteellisesti voimakkain tämä yhteys oli vanhimmassa ikäryhmässä, kun taas nuorilla naimisissa olevilla miehillä uskonnollisuudella ei ollut juuri mitään yhteyttä heidän parisuhdeonneensa.

Naisillakaan uskonnollisuuden ja parisuhdeonnen välillä ei ollut käytännöllisesti katsoen mitään yhteyttä avoliitoissa ja erillissuhteissa. Naimisissa olleista naisista vain uskontoa hyvin tärkeänä pitävät olivat jonkin verran muita onnellisempia liitossaan. Nämä naiset olivat todennäköisesti valinneet itselleen arvoiltaan samankaltaisen miehen kuin he itse. Tämä oli taannut heille muita enemmän onnea avioliitossa.

Ajankäytön ja elintapojen samankaltaisuus

Alkuperäisten 1960-luvulla tehtyjen samankaltaisuus-tutkimusten jälkeen on haettu useita erilaisia samankaltaisuuden osatekijöitä, joilla olisi merkitystä parisuhdetyytyväisyydelle. Tutkimukset ovat löytäneet tukea samanlaisten (vapaa-ajan) aktiviteettien ja mielenkiinnon kohteiden yhteydestä parisuhdetyytyväisyyteen. Muita samankaltaisuuden onnea edistäviä osatekijöitä ovat olleet persoonallisuuden piirteet ja uskonnolliset käsitykset. (Lutz-Zois et al. 2006.)

Tyytyväisiä pareja on erottanut tyytymättömistä:

- kiintymystyyli,
- mukautuvat suhdeuskemukset,
- keskeiset persoonallisuuden piirteet,
- tehokas kommunikaatio,
- ongelmien ratkaisuun liittyvä vuorovaikutus sekä
- suhdetta ylläpitävien aktiviteettien toistuvuus.

Yhdysvaltalaisen tutkimuksen mukaan tuoreet parit olivat samankaltaisimpia vapaa-ajan viettotavoissaan ja kotitalouteen liittyvissä velvollisuuksissaan. Tämän

lisäksi samankaltaisuutta löytyi ruokavalinnoissa, luottamuksessa, pakonomaisuudessa ja sosiaalisessa sovinnaisuudessa (konformisuudessa). Puolisoiden väliltä on löydetty samankaltaisuutta myös alttiudelle kokea psyykkisiä häiriöitä, kuten tunnehäiriöitä ja epäsosiaalisuutta. Parien yhteensopivuuden merkitystä korostavat teoreetikot ovat väittäneet, että hyvin erilaiset puolisot ovat todellisessa riskissä kokea avio-ongelmia. (Homish & Leonard 2007.)

Yksi parisuhdeonneen vaikuttava asia on taloudellinen tasa-arvo puolisoitten välillä. Oletuksena on ollut, että vaimon työssäkäynti lisää hänen ansioitaan suhteessa aviomieheen ja lisää sitä kautta tasa-arvoisuutta ja tasaisempaa vallanjakoa perheessä. Tällä kaikella tulisi olla myönteinen vaikutuksensa aviosuhteen laatuun. (Gong 2007.)

Parit, joilla on samanlaisia näkemyksiä kotitöiden jaosta, ovat raportoineet vähemmän konflikteja ja negatiivisuutta parisuhteessaan. Suurempaa aviollista tyytyväisyyttä ovat raportoineet myös parit, jotka ovat olleet samalla tasolla koulutukseltaan, terveydeltään ja viehättävyydeltään. Parien samankaltaisuus on ilmennyt kestävässä liitossa myös konservatiivisuudessa, epäluuloisuudessa, fobioissa, päihteiden käytössä, tupakoinnissa ja ajattelun konkreettisuudessa. (Homish & Leonard 2007.)

Yhdysvaltalaisstudiossa eroavaisuudet puolisoitten juomistavoissa ennustivat aviollisen tyytyväisyyden vähenemistä ajan mittaan. Tämän tuloksen taustalla voi olla se syy, että eri tavalla juovilla puolisoilla saattaa olla yleisemmin erilaiset arvot ja odotukset sopivasta käyttäytymisestä avioliitossa. Tällaiset puolisot saattavat myös viettää vähemmän aikaa yhdessä. Kun aikaa vietetään enemmän erillään, niin tyytyväisyys avioliittoa kohtaan vähenee. (Homish & Leonard 2007)

Tässä tutkimuksessa oli mahdollista testata suomalaisten vastaajien päihdetapojen yhteyttä heidän parisuhteensa onnellisuuteen. Vastaajat jaettiin kolmeen ryhmään, jossa päihderyhmäksi määriteltiin se, jossa henkilö joi itsensä humalaan ainakin kaksi kertaa kuukaudessa ja lisäksi hän myös tupakoi (tähän joukkoon kuului 11 % miehistä ja 4 % naisista). Päihteettömäksi ryhmäksi määriteltiin se vastaajien ryhmä, joka ei ilmoituksensa mukaan juonut koskaan itseään humalaan (tähän ryhmään kuului 23 % miehistä ja 47 % naisista). Lopuista vastaajista muodostui näiden kahden väliryhmä.

Vastaajien päihdetavoilla ei yleensä ollut kovinkaan suuria yhteyksiä heidän onnellisuuteensa parisuhteessa. Naimisissa olevista miehistä ja naisista päihderyhmään kuuluvat olivat jonkin verran muita vähemmän onnellisia parisuhteissaan. Päihteettömien ja keskiryhmän välillä ei ollut eroa.

Avoliitossa eläneistä vähän muita onnellisempia olivat päihdetavoiltaan keskiryhmään kuuluneet. Ajoittainen alkoholinkäyttö humalaan asti liittyi siis onnellisiin avoliittoihin. Erillissuhteissa olleilla naisilla ei ollut mitään heidän päihdetapoihinsa liittyvää eroa parisuhteen onnellisuudessa. Erillissuhteissa

olleista miehistä sen sijaan selkeästi muita onnettomampia suhteessaan olivat päihderyhmään kuuluneet miehet. Tämä tulos selittää paljolti sitä miksi erillis-suhteessa elävät miehet olivat tässä tutkimuksessa vähemmän onnellisia muihin parisuhderyhmiin verrattuna.

Kumppanien samankaltaisuus on sinänsä varmasti positiivinen lähtökohta parisuhdeonnen tavoittamiselle ja säilyttämiselle. Hyvin koulutetut naiset vaikuttavat onnistuvan tässä suhteessa muita paremmin kumppaninsa valinnassa samoin kuin parisuhteen säilyttämisessä vielä vanhemmalla iällä. Hyvä koulutus tuottaa myös miehille sen edun, että heidän ei useinkaan tarvitse elää yksin. Arvoista tai alkoholin käyttötavoista suomalaisten onnellisuus ei sen sijaan vaikuta olevan yleensä paljoakaan kiinni. Arkinen vuorovaikutus on onnen kannalta paljon tätä tärkeämpää.

Taloudelliset tekijät ja onni

Taloudellisten tekijöiden ei ole todettu liittyvän eri tutkimuksissa kovinkaan paljoa parisuhteiden onnellisuuteen. Taloudellisen asiat ovat esimerkiksi harvoin selittäneet avioeroihin johtaneista syistä enempää kuin viitisen prosenttia. (Dean et al. 2007.)

Materialismin vaikutus

Tämä yleinen, talousasioiden kannalta sangen vaatimaton, lähtökohta ja tulos voi peittää alleen sen, että taloudelliset asiat voivat olla avio-onnen kannalta merkittäviä tietyn luonteisille tai varsinkin materiaalisia arvoja muita tärkeämpinä pitävillä ihmisillä. Materialistisilla ihmisillä on todettu olevan taipumus olla muita tyytymättömämpiä elämäänsä yleensä samoin kuin tyytymättömiä parisuhteeseensa ja ystäviinsä. (Dean et al. 2007.)

Materialistiset ihmiset tarvitsevat omaisuutta ollakseen tyytyväisiä elämäntilanteeseensa. He tavoittelevat siksi onnellisuutta hankkimalla ja käyttämällä erilaista omaisuutta. Materialistisilla ihmisillä on taipumusta arvioida muidenkin ihmisten menestystä elämässä määrällisesti ja laadullisesti näiden hallussa olevan materiaalsen omaisuuden ja rahavarojen perusteella. Materialistiset ihmiset kohdistavat ajatuksensa ja toimintansa omaisuusasioihin sen sijaan, että he tavoittelisivat henkilökohtaisia suhteita, sosiaalisia kokemuksia tai älyllistä kehittymistä. Heillä on todettu muita heikompi itsetunto ja heidän itsetuntonsa on ollut muita useammin riippuvainen ulkoisista saavutuksista. (Dean et al. 2007.)

Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa todettiin, että vaimojen materialismi vaikutti kielteisesti heidän aviomiestensä aviolliseen tyytyväisyyteen. Aviomiehet olivat sitä tyytymättömämpiä parisuhteeseensa mitä materialistisempi vaimo heillä oli. Vaimojen materialismilla oli kolme kertaa suurempi yhteys aviomiesten aviolliseen tyytyväisyyteensä kuin mitä aviomiesten omalla materialismilla oli heidän itsensä tyytyväisyyteen. Vaimojen materialismilla oli jopa viisi kertaa suurempi vaikutus heidän aviomiestensä tyytyväisyyteen kuin mitä miesten materialismilla oli vaikutusta heidän vaimojensa tyytyväisyyteen. (Dean et al. 2007.)

Aviomiesten ja vaimojen suurempi materialismi liittyi useammin parisuhdeessa koettuihin taloudellisiin ongelmiin, jotka taas olivat yhteydessä merkittävästi supistuneeseen aviolliseen tyytyväisyyteen molemmilla sukupuolilla. Vaimon materialismi liittyi merkittävästi aviomiehen käsitykseen parisuhteen taloudellisista ongelmista, mutta miehen materialismi ei ollut yhteydessä vaimon käsitykseen parisuhteen taloudellisista ongelmista. Materialismilla oli vahvempi yhteys parin käsitykseen talousongelmistaan kuin oli perheen tulotasolla. Rahaongelman sijaan voidaan usein puhua parin taloudellisesta asenneongelmasta. (Dean et al. 2007.)

Koska avioliittoa on pidetty erityisesti Yhdysvalloissa naisten taloudellisena astinlautana, materiaalisella menestyksellä voi olla siellä suurempi merkitys naisten kuin miesten arvioille parisuhteestaan. Taloudellisten ongelmien ilmetessä naiset saattavat herkemmin kohdistaa siitä syntyviä kielteisiä tunteita kumppanilleen. He katsovat ongelmiansa lankeavan heidän miehensä ratkaistavaksi. (Dean et al. 2007.)

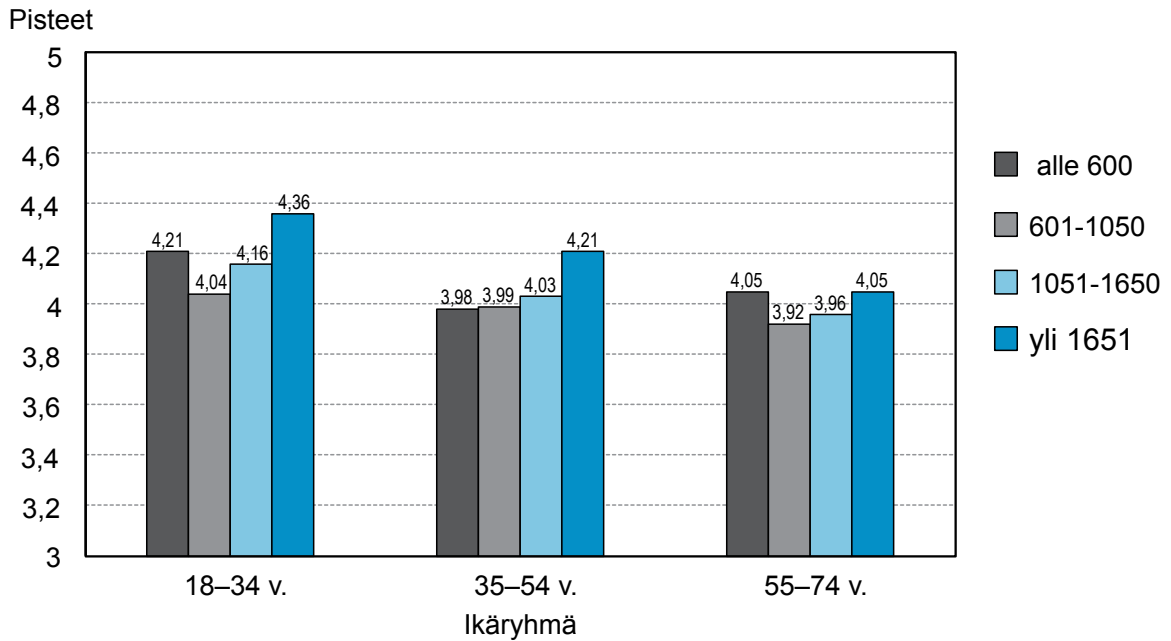
Suomalaisten tulot ja parisuhdeonni

Tässä tutkimuksessa oli mahdollista testata taloudellisten tekijöiden yhteyttä suomalaisten parisuhdeonneen tarkastamalla, oliko vastaajien ilmoittamilla henkilökohtaisilla nettotuloilla yhteyttä heidän parisuhdeonneensa. Tutkimuksen vastaajat saattoivat raportoida nettotulonsa valitsemalla heille sopivan tuloluokan kymmenestä valmiista vaihtoehdosta. 10 vaihtoehtoa on yhdistetty seuraavassa asioiden yksinkertaistamiseksi ja tulosten tiivistämiseksi neljäksi tuloluokaksi (Kuviot 20 ja 21).

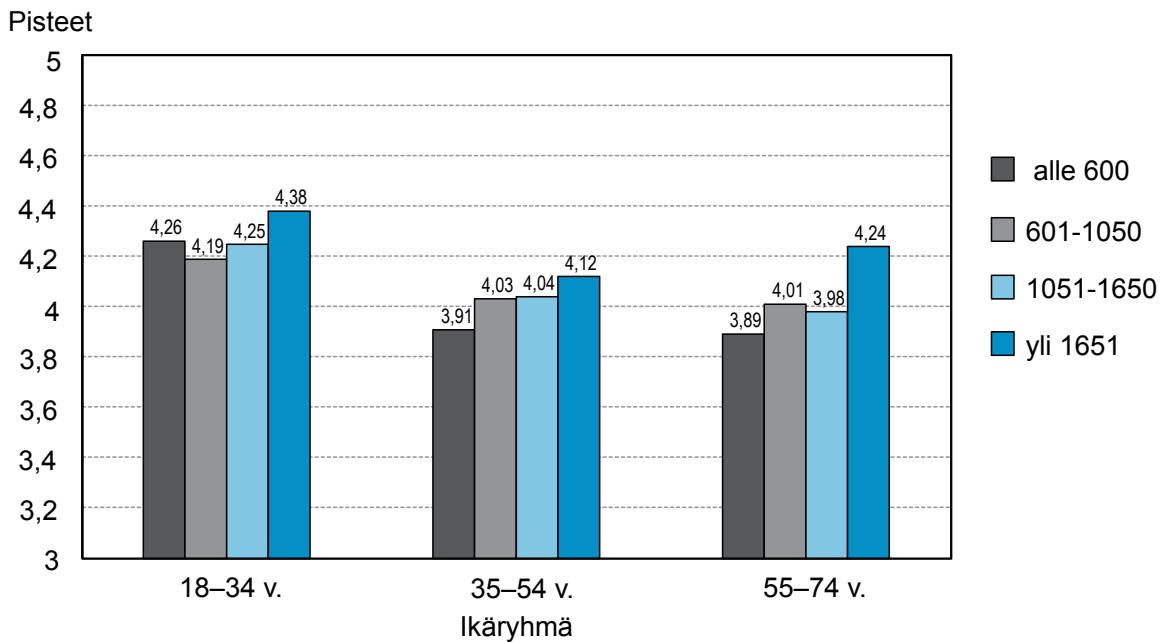
Päätulos oli, että Suomessakaan ei henkilöiden tuloilla näytä olleen juuri mitään yhteyttä heidän parisuhteensa onnellisuuteen. Lievästi tulokset kertovat siitä, että isotuloisimmat olivat hieman onnellisempia parisuhteissaan kuin muut. Tätäkin pientä eroa voivat selittää muut tämän ryhmän valikoitumiseen liittyvät asiat. Rahalla ei siis saa välttämättä rakkautta näidenkään tietojen perusteella.

Parisuhteisiin sinänsä kyllä valikoidutaan vahvastikin tulotason perusteella. Tästä kertoo erityisen selvästi se, että alle 600 euron nettotuloluokan miehistä

Kuvio 20. Parisuhdeonnen keskiarvo nettotulojen mukaan naimisissa olevilla miehillä.



Kuvio 21. Parisuhdeonnen keskiarvo nettotulojen mukaan naimisissa olevilla naisilla eri ikäryhmissä.



puolet ja naisistakin kolmasosa oli tutkimushetkellä yksineläjänä. Vastaavasti ylimmässä tuloluokassa (yli 1650 euroa) nämä osuudet olivat miehillä 9 prosenttia ja naisilla 16 prosenttia. Miehillä naimisissa olevien osuus kasvoi erittäin vahvasti heidän tulojensa lisääntyessä. Varsinkin parempituloiset miehet (nykyään osaksi myös vastaavat naiset) tulivat joko huomattavasti muita useammin valituiksi parisuhteeseen tai sitten he pääsivät muita useammin tekemään itse näitä valintoja. Heidän solmimansa parisuhteet eivät vaikuttaneet kuitenkaan sen onnellisemmilta kuin vähemmän varakkaiden liitot.

Ongelmana kulutusluotot

Taloudelliset asiat ja niiden herättämät tunteet liittyvät usein parisuhteen aikana otettuihin lainoihin ja muihin luottoihin. Näistä merkittävimiksi parisuhdeonnan kannalta ovat osoittautuneet kulutusluotot.

Amerikkalaistutkimuksessa kulutusluotot (eivät sen sijaan asunto- ja opintolainat) ennustivat tuoreiden avioparien aviollisen tyytyväisyyden muutoksia. Tuloksia selittivät osaksi muutokset siinä, miten kumppanit kokivat saavuttaneensa avioliittoon liittyneet odotuksensa, kuten toiveet yhteisen ajan käytöstä. Kulutusluottojen lisääntyminen vähensi parin yhdessä vietettyä aikaa, lisäsi kinas-telua raha-asioista samoin kuin tunnetta epäoikeudenmukaisesta rahankäytöstä avioliitossa. Nämä velkaantumisen vaikutukset liittyivät parin yhdessä avioliittoa kohtaa koetun tyytyväisyyden vähenemiseen. (Dew 2008.)

Velat ja niiden maksaminen ennustivat, että tällaisissa parisuhteissa käytettiin enemmän aikaa töiden tekemiseen, että kumppanin kanssa käytettiin vähemmän aikaa ja että parilla oli enemmän riitoja raha-asioista. Nämä muutokset johtivat aviollisen tyytyväisyyden laskuun. (Dew 2008.)

Erityisistä taloudellisista vaikeuksista, kuten suoranaisesta köyhyydestä tai vakavammista velkaongelmista koituu eittämättä kielteisiä vaikutuksia parisuh-teiden hyvinvoinnille ja sitä kautta myös onnellisuudelle (Kontula ym. 1998). Jos sen sijaan parisuhteen tai perheen perustoimeentulo on kunnossa, ei lisätuloilla ole enää oleellista vaikutusta onnellisuuteen. Tämä on todettu muun muassa kak-sostutkimuksissa. On siis löydetty todisteita sille vanhalle väitteelle, että rahalla ei saa rakkautta – eikä myöskään onnea. Parisuhteen onnen avaimia kannattaa etsiä mieluummin muualta kuin lisämammonan tavoittelusta.

Lapsen odotuksen ja syntymän vaikutus parisuhdeonneen

Lapsen syntymä voi aiheuttaa suuriakin tilapäisiä muutoksia parisuhteen laatuun riippuen siitä kuinka kyvykkäitä sen osapuolet ovat sopeutumaan uusiin haasteisiin. Kyse on parin siirtymisestä uuteen elämänvaiheeseen, jossa miehen ja naisen roolit ja tehtävät parisuhteessa väistämättä muuttuvat. Osalle tämä merkitsee parisuhdeonnen kasvua, mutta monille pareille se on heidän suhteensa kannalta kriisin paikka – ja joskus jopa laukaiseva tekijä erolle.

Yhdysvaltalaistutkimuksessa (Bradbury 2008) todettiin, että verrattaessa parisuhteiden tyytyväisyyttä raskausaikana ja vuosi synnytyksen jälkeen, parien tyytyväisyys oli pudonnut ja oli synnytyksen jälkeen alemmalla tasolla kuin vastaavan pituisissa suhteissa eläneillä lapsettomilla pariskunnilla. Suurin aviotyytyväisyyden pudotus ajoittui aikaan noin vuosi lapsen syntymästä. Osaksi kyse oli parisuhteiden valikoitumisesta, sillä avioliiton ensimmäisten viiden vuoden aikana lapsen hankkineet parit olivat olleet suhteensa alussa muita tyytyväisempiä suhteeseensa. Jos lapsi oli syntynyt suunnittelemattomana, oli avio-onnen pudotus suurempi kuin muilla pareilla. Näissä tapauksissa pari ei ollut kunnolla varautunut tähän elämänmuutokseen.

Tutkimuksista on saatu näyttöä sille, että puoliset pitävät lapsen syntymän jälkeen aviosuhdettaan vähemmän tärkeänä ja uhraavat sille vähemmän aikaa ja energiaa (Claxton & Perry-Jenkins 2008). Kun vanhemman rooli tulee aiempaa tärkeämmäksi ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen, kumppanin ja rakastajan roolit menettävät tärkeyttään. Myös puolisoitten toisistaan riippumattomat vapaa-ajan harrastukset ja puolisoitten yhteiset harrastukset ilman lapsen läsnäoloa supistuvat lapsen syntymän jälkeen. Uudet vanhemmat käyttävät vapaa-ajan aktiviteettien ja huvitusten sijasta enemmän aikaa välineellisiin tehtäviin (kuten lapsen kylvettämiseen ja ruokintaan). Yhteiset vapaa-ajan aktiviteetit voivat tässäkin elämänvaiheessa edistää puolisoitten välistä kommunikaatiota, vuorovaikutusta ja yhteenkuuluvuutta.

Hollantilaistutkimuksen (Kluwer & Johnson 2007) mukaan raskaudenaikaiset konfliktit parisuhteessa ennustivat myöhempää heikompaa onnellisuutta parisuhteessa vanhemmuuden aikana. Parisuhteen murheet saivat useimmiten alkunsa jo raskauden aikana sen sijaan että ne olisivat ilmaantuneet vasta myöhemmän vanhemmuuden aikana. Tulosten perusteella siirtyminen vanhemmuuteen pahensi parisuhdeongelmia, joita oli ilmennyt jo raskauden aikana. Ne, joilla oli raskauden aikana eniten konflikteja ja huonoin parisuhteen laatu, kärsivät myöhemmin myös eniten siirtymästään vanhemmuuteen.

Suhteen laatu ennen lastenhankintaa ennustaa muutonkin parisuhdeonneen lastenhankinnan jälkeen. Enemmän yhteistä vapaa-aikaa miehensä kanssa ennen synnytystä Yhdysvalloissa viettäneet vaimot raportoivat suuremmasta aviorak-

kaudesta ja vähemmistä konflikteista vuoden seuranta-ajan jälkeen. Myös miehet tunsivat näissä tapauksissa enemmän rakkautta puolisoaan kohtaan. Aviomiesten runsaampi puolisoista erillinen vapaa-ajan käyttö ennen synnytystä ennusti puolestaan toistuvampia konflikteja vuotta myöhemmin tehdyissä haastatteluissa. (Claxton & Perry-Jenkins 2008.)

Yhdysvalloissa on seurattu avioliittojen laadun muutoksia myös kahdeksan vuoden paneeliasetelmassa (Umberson ym. 2005). Yleisenä trendinä oli, että avioliittoon liittyvät positiiviset kokemukset vähenivät yleisesti seurannassa ja kielteiset taas lisääntyivät. Seurannan alussa aikuisen lapsen kanssa asuneiden aviosuhteen laatu oli muita huonompi. Aviosuhteen kesto aika ei sen sijaan tehnyt eroa avioliiton laadulle. Seurannan aikana aviosuhde heikkeni avioliitoissa, joissa hankittiin lapsia. Lastenhankinta oli stressaavaa aviopuolisoille. Pitkään kestäneissä avioliitoissa kotona asuva aikuinen lapsi ei sen sijaan enää vaikuttanut aviosuhteen laatuun. Lapsi saattoi olla tässä vaiheessa jo sosiaalinen resurssi, josta oli puolisoille taloudellista tai muuta apua.

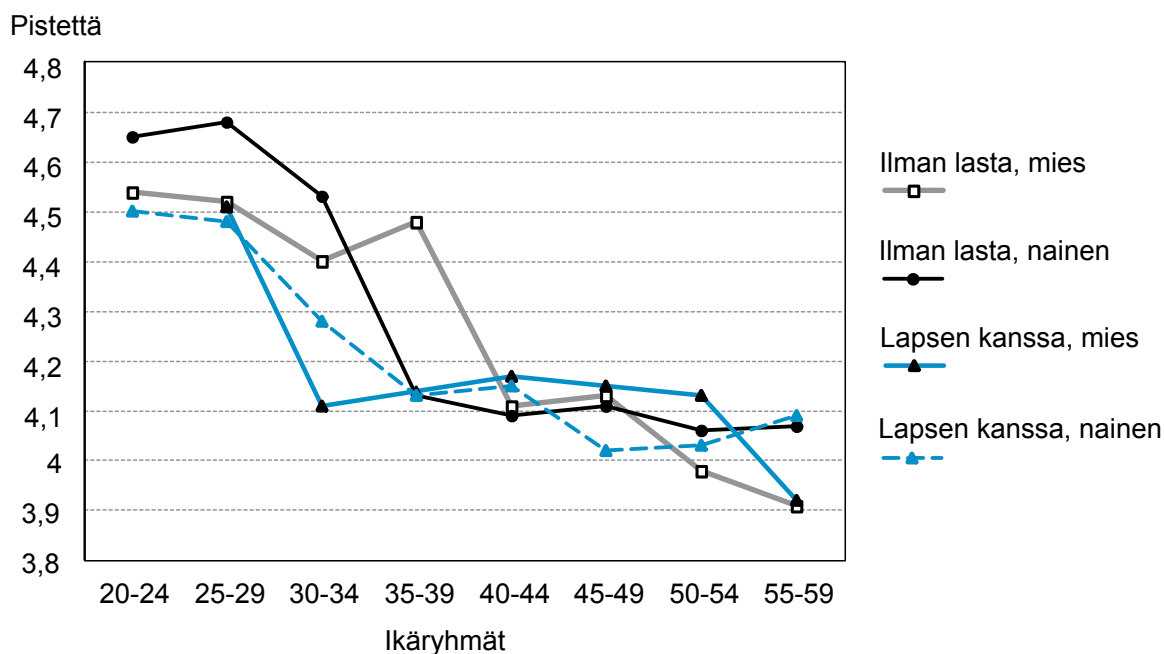
Lastenhankinnan yhteydet onnellisuuteen Suomessa

Suomalaistutkimuksessa (Salmela-Aro et al. 2006) raskauden alkuvaiheessa suhteeseensa vähiten tyytyväiset tulivat edellisistä kansainvälisistä tuloksista poiketen tyytyväisemmiksi raskauden kestäessä ja lapsen synnyttyä. Lapsi tarjosi uuden yhteisen ”projektin”: parin toiminnan yhteisen päämäärän ja uuden parisuhdeidentiteetin. Raskauden alussa parisuhdeeseensa muita tyytyväisemmät puolestaan tulivat lapsen synnyttyä aiempaa tyytymättömämmiksi. He olivat aikaisemmin kohdistaneet toisilleen paljon aikaa ja huomiota, mutta raskauden ja lapsen syntymän myötä heidän huomionsa kiinnittyi lisääntyvässä määrin raskauteen ja lapseen. Tämä saattoi vähentää puolison huomioonottamista ja sitä kautta vähentää aviollista tyytyväisyyttä.

Tämän tutkimuksen tulokset parisuhdeonnan ja lasten hankinnan välisestä yhteydestä olivat pääsääntöisesti samansuuntaisia kuin edellä esitellyissä kansainvälisissä tutkimuksissa. Keskeisin tulos oli, että lapsen tai lasten kanssa eläminen näytti olevan yhteydessä parisuhdeonneen kuitenkin erityisemmin vain tietyissä nuorten aikuisten elämänvaiheissa.

Ilman lasta elävät olivat muita onnellisempia parisuhteessaan. Naisilla tämä tarkoitti alle 35-vuoden ikää ja miehillä ikävaihetta 30–39 vuotta (alle 25-vuotiaita isiä oli liian vähän, jotta miesten tätä ikäryhmää voisi kunnolla verrata ilman lasta eläviin miehiin). Yli 40-vuotiailla miehillä ja naisilla lasten kanssa elämisellä tai ilman lapsia elämisellä ei sen sijaan ollut (enää) mitään yhteyttä heidän parisuhdeonneensa.

Kuvio 22. Parisuhdeonni ilman lapsia ja lasten kanssa asuvilla naimisissa elävillä.



Tämä tulos on epäilemättä selitettävissä sillä, että nuoret avo- ja avioparit olivat varautuneet panostamaan parisuhteeseensa ja he halusivat jakaa keskenään mahdollisimman paljon parisuhteen kannalta yhteistä laatu-aikaa. Lasten hankintaa oli lykätty ja onnea oli haettu intiimeistä hetkistä, yhdessäolosta ja yhteisistä harrastuksista.

Parisuhdeonni oli ollut suurimmillaan alle 30-vuotiaana ja naiset olivat olleet tällöin miehiä onnellisempia. Lapsen tulo tässä elämänvaiheessa voi katkaista parin kannalta tiiviin kahdenkeskisen yhdessäolon tavallaan liian nopeasti. Uusi perhevaihe vaatii sen osapuolilta oman sopeutumisaikansa. Miehillä lastenhankinta näyttää pudottavan parisuhdeonnen jo 30-vuotiaana samalle tasolle kuin se on (vielä) yli 40-vuotiailla miehillä.

Yli 40-vuotiailla ihmisillä perhe-elämä on useimmiten itsestäänselvyys, eikä eläminen lapsen kanssa ole enää vaikuttanut paljoa arvioihin omasta onnellisuudesta ja yhteiselämästä kumppanin kanssa. Huomattavaa on kuitenkin se, että tässä ikävaiheessa myös lapsettomien parien onnellisuus on merkittävästi alemmalla tasolla kuin mitä se on tätä nuoremmilla lapsettomilla. Erityisen onnellinen tai intohimoinen parisuhdevaihe on tässä iässä useimmiten mennyt ohitse.

Tarkemmassa lapsiluvun ja iän mukaisessa erittelyssä alle 30-vuotiaana yhden lapsen hankkineiden miesten joukossa parisuhteessaan hyvin onnellisten osuus oli noin 20 prosenttiyksikköä alhaisempi kuin lapsettomissa parisuhteissa eläneillä miehillä. Yhtä suuri onnellisuusero oli 30-vuotiailla miehillä, joilla oli joko kolme lasta tai jotka olivat siinä vaiheessa vielä lapsettomia. Yli 35-vuotiaiden miesten parisuhdeonnossa ei sen sijaan ollut enää eroa sen mukaan oliko heillä lapsia tai

kuinka monta näitä lapsia oli. Tästä ikävaiheesta eteenpäin miehet selvästi kokivat lapset luonnolliseksi osaksi parisuhdetta ja perhettä, eikä lasten kanssa eläminen enää suuremmin vähentänyt miesten parisuhdeonnea.

Naisilla tulos oli toisenlainen kuin miehillä, sillä alle 30-vuotiailla tai sitä vanhemmillakaan naisilla yhden tai useamman lapsen hankinta ei näyttänyt tekevän suurta eroa sen suhteen kuinka onnellisiksi he kokivat parisuhteensa. Vain yli 45-vuotiaat naiset olivat jonkin verran muita naisia vähemmän onnellisia parisuhteessaan silloin, jos heillä oli vähintään kolme lasta, joiden kanssa he vielä asuivat. Nämä naiset ilmeisesti kaipaivat tässä kohden elämää jo enemmän yhteistä, kahdenkeskistä aikaa kumppaninsa kanssa.

Nämä tutkimushavainnot tarkentuivat ja vahvistuivat edelleen verrattaessa parisuhdeonnea lapsen tai lasten kanssa tai ilman lasta asuvilla eri ikävaiheissa ja eri parisuhdemuodoissa (Liitekuviot 9 ja 10). Alle 35-vuotiaat lapsettomat naiset olivat erityisen onnellisia parisuhteessaan. Avo- ja avioliitoissa miestenkin lapsettomuus liittyi tässä ikävaiheessa suurempaan parisuhdeonneen, mutta ero lapsettomien ja lapsia hankkineiden välillä oli pienempi kuin vastaavilla naisilla.

Kiinnostava sukupuoliero paikantui siihen, että alle 35-vuotiaiden erillissuhteissa lapsi tai lapset näyttivät kasvattavan naisten parisuhdeonnea, mutta vähensivät erityisen paljon miesten parisuhdeonnea. Kun erillissuhteissa eletään eri osoitteissa, on naisille eläminen lapsen tai lasten kanssa ilmeisesti tuonut kaivattua elämänsisältöä (myös noin 40-vuotiaille naisille). Miesten kannalta ei naisilta ollut ilmeisesti enää liennyt tarpeeksi heidän kaipaamaansa aikaa ja huomiota. Parin yhdessä viettämä aika oli jäänyt miehen kannalta liian vähäiseksi, jotta suhde olisi tuntunut yhtä tyydyttävältä kuin aikaisemmin.

Vielä noin 40-vuotiaana miesten parisuhdeonni oli parempi, jos parilla ei ollut lapsia, mutta noin 50-vuotiaana tämä tilanne muuttui. Lasten onnea tuova merkitys näkyi miehillä jo erillissuhteissa eläneillä yli 35-vuotiailla. Tämä havainto päti myös noin 40-vuotiaiden miesten avioliittoihin. Vähiten parisuhdeonnea oli erillissuhteissa ilman lapsia elävillä yli 35-vuotiailla miehillä.

Yli 35-vuotiaana naimisissa olevien naisten parisuhdeonneen ei näyttänyt vaikuttaneen se, oliko heillä lapsia vai ei. Heidän onnensa oli pudonnut suunnilleen sille tasolle kuin se oli jo alle 35-vuotiailla lasten kanssa elävillä ja avioliitossa olevilla naisilla. Noin 40-vuotiaana avioliitossa elävillä lapsettomilla naisilla parisuhdeonni näytti kukoistavan jälleen lähes sitä nuorempien naisten malliin. Päälle 50-vuotiailla naisilla parionni sitten hiipui, vaikka he olisivatkin eläneet ilman lapsia.

Muutokset lapsen syntymän jälkeisessä onnellisuudessa liittyivät usein seksuaalisiin asioihin. Suomalaistutkimuksessa (Witting et al. 2008) parin seksuaalinen halu ja tyytyväisyys saavuttivat aiemman tasonsa yleensä noin vuosi synnytyksen jälkeen, mutta yhdyntämäärät olivat silloin edelleen alhaisempia kuin ennen raskautta.

Naiset raportoivat sangen yleisesti halunsa puutteesta, vaginan kuivuudesta, yhdyntäkivuista ja vaikeuksista saada orgasmia synnytyksen jälkeen. Kysymys ei ollut yleensä kuitenkaan mistään varsinaisesta seksuaalisesta toimintahäiriöstä. Myös kumppanin seksuaalinen mielenkiinto saattoi vähentyä. Jos pariskunnilla oli alle 4-vuotiaita lapsia, heillä oli muita harvemmin yhdyntöjä. Jos lapset olivat jo yli 5-vuotiaita, oli yhdyntöjä jo enemmän. Positiivinen havainto oli, että moni-synnyttäjillä oli vähemmän orgasmiongelmia kuin lapsettomilla.

Lapsen (tai lasten) odotuksen ja synnytyksen jälkeisten olosuhteiden vaikutuksista parisuhdeonneen on saatu kokonaisuutena hieman erilaisia tuloksia riippuen tutkimusten asetelmista, aineistoista ja kohdemaasta. Suomessa onnellisimpia ovat olleet parisuhteessaan lapsettomat nuoret naiset, mutta toisaalta naisille lapsen synnyttäminen on tuonut ainakin lyhytaikaisesti enemmän onnea kuin miehille. Miesten on ollut naisia vaikeampi sopeutua uuteen perhetilanteeseen. Kun synnytyksestä on kulunut vuosi tai lapsia on hankittu useampia, ovat parisuhdeonni ja tyytyväisyys tyypillisesti pudonneet. Huolenpito lapsista vie väistämättä aikaa ja vähentää parin kahdenkeskistä niin sanottua laatu-aikaa ja myös mahdollisuutta harrastaa yhdessä kodin ulkopuolisia asioita. Tähän tilanteeseen on kyllä yleensä vähitellen sopeuduttu varsin hyvin, varsinkin silloin, kun muutkin ikätoverit viettävät aika samanlaista perhekeskeistä elämää.

Seksuaalinen onni parisuhdeonnan rakentajana

Seksuaalinen aktiivisuus voi olla parisuhteessa sekä suhteen elinvoiman lähde että toistuva suhdekonfliktien aiheuttaja. Monet pitävät seksiä suhteen intiimisyyden olennaisena elementtinä, avaintekijänä itsensä toteuttamisessa ja ratkaisevan tärkeänä asiana suhteen pysyvyydelle ja onnelle.

Seksin on ylistetty olevan kulttuurisesti rakkauden ja parisuhteen voimallinen ilmentymä ja symboli. Toisaalta seksi on voitu ymmärtää myös pelkäksi fyysiseksi aktiksi, joka toteutetaan yhteiskunnallisen säätelyvallan ulkopuolella. Sellaisenaan seksi voidaan kuitenkin nähdä ja kokea spontaanina ja aitona osoituksena henkilön todellisista tunteista kumppaniaan kohtaan.

Aiemmat tutkimukset (Elliott & Umberson 2008) ovat tarjonneet todisteita siitä, että aviollisella seksillä voi olla tärkeä asema parisuhteessa tehtävässä emotionaaliosuudessa. Puolisot voivat toteuttaa emotionaalista työtä seksin avulla pyrkimyksenään saada puoliso tuntemaan itsensä ja parisuhteen hyväksi. Kysymys on molempien osapuolten halujen ja toiveiden toimeenpanosta.

Seksuaalinen intimitetti liittyy hyvin läheisesti tähän parisuhteeseen tehtävään tunnetyöhön. Se tarjoaa sen osapuolille toinen toisensa kannustusta, tunnustusta, tukea antavan kuulijan, empatiaa ja kiintymystä. Tällainen tunnetyö on ratkaise-

van tärkeää perhe- ja aviosuhteiden säilyttämisen ja laadun kannalta. Liian usein tätä emotionaalista työtä tutkittaessa on sivuutettu parisuhteen seksuaalinen intimitteetti.

Suomalaisten seksuaalinen onni

Tämä tutkimus sisältää paljon tietoa suomalaisten seksuaalielämästä. Vastaajia pyydettiin arvioimaan kullakin neljällä tutkimuskerralla muun muassa sitä, kuinka tyydyttävänä tai epätydyttävänä he pitivät sukupuolielämänsä kokonaisuutena arvioituna. Silloin kun vastaaja eli parisuhteessa, arvio koski pääsääntöisesti kokemusta siitä kuinka hyvin nykyinen parisuhde ja kumppani vastasivat heidän seksuaalisia odotuksiaan.

Parisuhteiden seksuaalielämä oli ollut siinä mielessä melko onnellista, että noin neljä viidesosaa eri parisuhteissa eläneistä miehistä ja naisista arvioi vuonna 2007 seksuaalielämänsä kokonaisuudessaan ainakin melko tyydyttäväksi. Tyytyväisimpiä olivat erillissuhteissa eläneet miehet, joista 87 prosenttia arvosti seksuaalielämänsä melko tyydyttäväksi. Alhaisin tyytyväisten osuus oli naimisissa olevilla naisilla: 77 prosenttia. Noin kymmenesosa miehistä ja naisista ei pitänyt seksuaalielämänsä sen paremmin tyydyttävänä kuin epätydyttävänäkään.

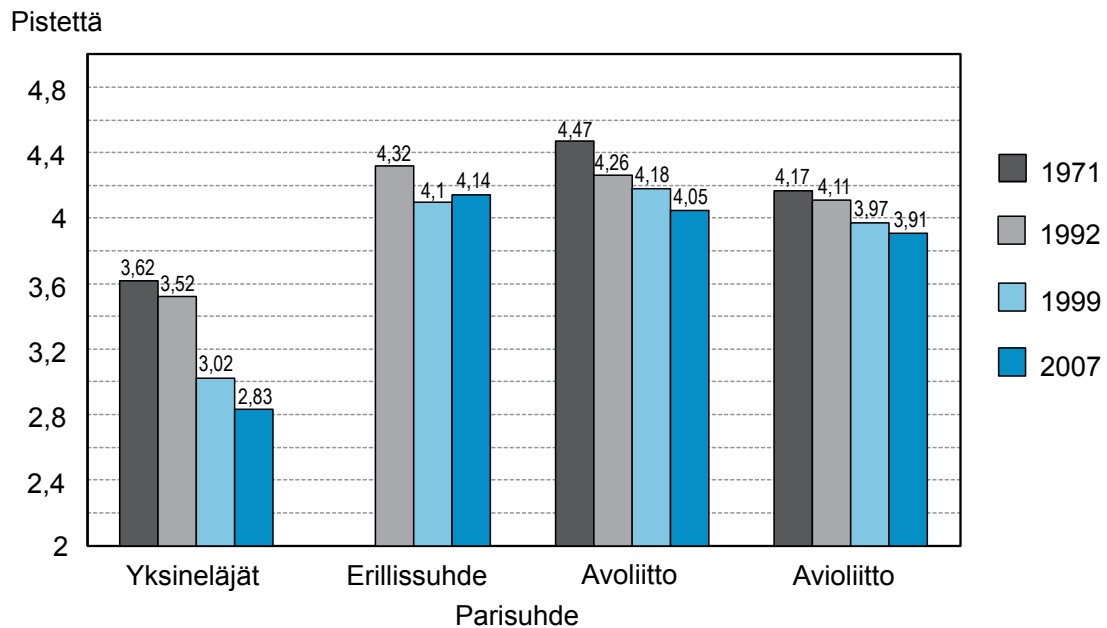
Epätydyttäväksi seksuaalielämänsä koki eri parisuhteissa vain 7–9 prosenttia miehistä ja naisista. Poikkeuksena olivat erillissuhteessa eläneet miehet, joista seksuaalielämänsä koki epätydyttäväksi vain kaksi prosenttia. Vaikka erillissuhteiset miehet eivät edellä tehdyissä analyyseissä olleet parisuhteessaan erityisen onnellisia, olivat he kuitenkin antaneet muita paremman kokonaisarvion seksuaalielämästään. Tämä johtunee heidän muita suuremmista yhdyntämääristään.

Parisuhteiden seksuaalielämässä ja sen tuottamassa onnessa on paljonkin parantamisen varaa sen perusteella, että hyvin tyydyttäväksi oman seksuaalielämänsä arvioi eri parisuhteissa eläneistä miehistä ja naisista vain noin 30 prosenttia. Tästä luvusta poikkesivat vielä naimisissa olevat miehet, joista hyvin tyydyttäväksi seksuaalielämänsä tunsu vain vajaa neljäsosa.

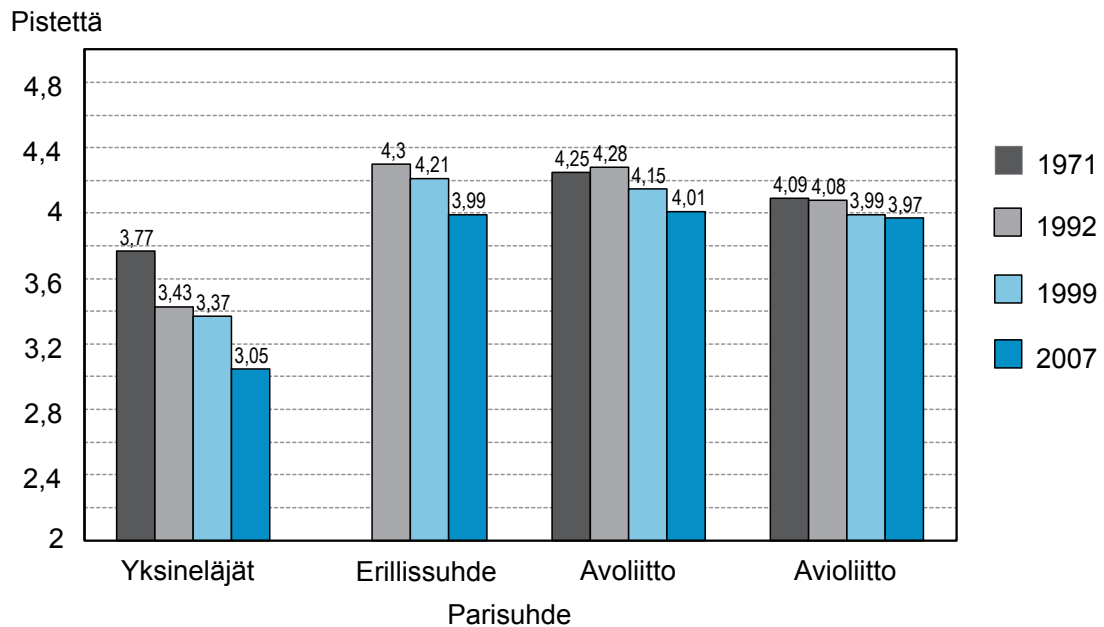
Puhuttelevaa tässä seksuaalisessa onnessa on se, että sekä miesten että naisten tyytyväisyys omaan seksuaalielämänsä oli laskenut melko tasaisesti tutkimuskerrasta toiseen (Kuvio 23 ja 24). Tämä seksuaalielämän heikkeneminen oli koskenut kaikkia parisuhdemuotoja samoin kuin yksineläjiä.

Yksineläjillä tyytyväisyys omaan seksuaalielämään oli laskenut suhteessa kaikkein eniten. Tämä tulos on vahvassa ristiriidassa siihen villin ja vapaan seksielämän mielikuvaan, joka sinkkujen elämästä on varsinkin televisiosarjoissa annettu. Ilman vakituista kumppania seksuaalista tyytyväisyyttä on miltei mahdotonta tavoittaa.

Kuvio 23. Miesten oman sukupuolielämän kokonaistyydyttävyyksi eri parisuhdemuodoissa.



Kuvio 24. Naisten oman sukupuolielämän kokonaistyydyttävyyksi eri parisuhdemuodoissa.



Osaltaan sekä yksineläjien että parisuhteessa elävien vähentynyt tyytyväisyys on varmasti liittynyt heidän kasvaneisiin odotuksiinsa ja toiveisiinsa, joita he eivät ole onnistuneet täyttämään. Lisäksi suomalaisten yhdyntämäärät vähenivät 2000-luvulla (Kontula 2008). Tämä oli vähentänyt tyytyväisyyttä omaa seksuaalielämää kohtaan. Ilman tätä seksuaalisen aktiivisuuden muutosta suomalaisten parisuhteet olisivat nykyään onnellisempia kuin mitä ne nyt ovat.

Yhdyntäaktiivisuus ja onni

Parisuhdeonnan yhteys seksuaaliseen aktiivisuuteen konkretisoituu kuvioissa, (Liitekuviot 11 ja 12), joissa esitetään kuinka montaa yhdyntää eri parisuhteissa eläneillä miehillä ja naisilla oli ollut sen mukaisesti kuinka onnellisena he olivat pitäneet parisuhdettaan. Miehillä tiedot puuttuvat parisuhteessaan onnettomilta avoliittolaisilta ja erillissuhteisilta siksi, että heidän lukumääränsä oli näissä ryhmissä liian pieni kunnollisen vertailun tekemiseksi.

Sekä miehet että naiset olivat merkittävästi useammin yhdynnässä kumppaninsa kanssa, jos he tunsivat parisuhteensa hyvin onnelliseksi. Naisilla yhdyntämäärien erot olivat jopa 3–4 -kertaisia avoliitoissa ja erillissuhteissa elävillä parisuhteessaan onnellisimpien ja onnettomimpien välillä. Avioliitoissakin ero oli kaksinkertainen. Miehilläkin erot yhdyntämäärissä olivat kaksinkertaiset avoliitoissa ja erillissuhteissa. Avioliitoissa miesten yhdyntämäärät vaihtelivat onnellisuuden mukaan keskimäärin neljästä seitsemään kertaan kuukaudessa. Parisuhdeonnan yksi merkittävä ilmentymä on siis kiistatta aktiivi seksielämä kumppanin kanssa.

Yhdyntämäärien vertailu toi esille sen, että eniten yhdyntöjä harrastetaan hyvin onnellisissa erillissuhteissa. Näissä tapauksissa yhdyntöjä oli ollut molempien sukupuolten vastausten perusteella keskimäärin joka kolmas päivä, kun taas naisten vastausten mukaan onnettomissa parisuhteissa oli ollut yhdyntä keskimäärin joka kymmenes päivä. Kiinnostavaa on se, että erillään asuvilla oli ollut enemmän aikaa ja kiihkoa keskinäisessä suhteessaan verrattuna yhdessä asuviin pareihin. Osaksi tämä johtuu näiden suhteiden tuoreudesta avioliittoihin verrattuna. Muihin suhteisiin verrattuna erillissuhteet ovat luonteeltaan seksuaalisimpia. Yhteisestä ajasta käytetään paljon muita suhteita suurempi osuus juuri seksin harrastamiseen.

Kovin paljoa eivät ole jääneet seksuaaliselta aktiviteetiltään erillissuhteista jälkeen suhteessaan hyvin onnelliset avoliittolaiset. Heilläkin tähän tulokseen vaikuttaa suhteen keskimäärin lyhyempi kesto verrattuna avioliittoihin. On kuitenkin pantava merkille, että avoliittolaisten yhdynät eivät ole juuri naimisissa olevia aktiivisempia, jos heidän suhteensa ei ole hyvin onnellinen. Aktiivinen seksielämä siis vähintäänkin vahvasti edesauttaa suuremman parisuhdeonnan kehittymistä.

Seksuaalisen onnen ja parisuhdeonnan yhdistyminen ei ole seurausta suoraan mistään valikoitumisesta, sillä miesten ja naisten yhdyntöjen aloitusiällä ei ollut eri parisuhdemuodoissa juuri mitään yhteyttä siihen kuinka onnelliseksi ihmiset kokivat parisuhteensa. Yhteys kumoutui tässä siihen, että osa seksuaaliselämänsä varhain aloittaneista oli erityisen onnellinen löydettyään itselleen kumppanin, joka oli yhtä vahvasti motivoitunut intohimoiseen suhteeseen. Osa varhain aloittaneista oli taas erityisen onnettomia, koska heidän kumppaninsa ei vastannut heidän intohimoisiin odotuksiinsa.

Muun seksuaalisen vuorovaikutuksen merkitys parisuhdeonneen

Parisuhteen osapuolilla voi ilmetä vakaviakin konflikteja heidän pyrkiessään sovittamaan yhteen henkilökohtaisia ja oppimia käsityksiä seksin asemasta ja merkityksestä avioliitossa ja puolisoitten välisessä suhteessa. Miehen voi olla esimerkiksi joskus vaikeata tuntea lapsia hoivaava äiti samalla kertaa seksuaalisena ja haluttavana. Myös seksiin liittyvistä asioista keskustelun helppous tai vaikeus voi heijastua merkittävästikin parisuhdeonneen.

Jos pareilla ei ollut ollut mitään vaikeuksia puhua seksiasioista kumppaninsa kanssa, olivat heistä miltei kaikki olleet ainakin melko onnellisia parisuhteessaan. Jos seksistä keskustelu oli sen sijaan ollut melko vaikeata, niin joka toinen ei ollut kokenut parisuhdettaan onnelliseksi. Kyky keskustella seksuaaliasioista oman kumppanin kanssa on siis yksi merkittävä osoitin, jonka avulla voi arvioida koko parisuhteen laatua.

Keskustelun sujuvuuden lisäksi myös fyysisen läheisyyden määrä ilmensi vahvasti sitä, kuinka onnelliseksi parisuhde tunnettiin. Jos vastaajat arvioivat koskettelun ja fyysisen läheisyyden parisuhteessaan sopivaksi, he olivat huomattavasti onnellisempia parisuhteessaan verrattuna siihen että koskettelua ja läheisyyttä oli ollut heidän mielestään liian vähän. Fyysinen läheisyys liittyi yhtä vahvana miesten ja naisten parisuhdeonneen. Fyysinen läheisyys ja koskettelu vaikuttivat tämän perusteella olleen yhtä tärkeitä naisille kuin miehillekin. Onnettomimpia olivat läheisyyden puutteesta kärsivät erillissuhteissa eläneet miehet ja naiset. Erillissuhteissa fyysisen läheisyyden vähäisyys voi ennustaa vakavasti koko suhteen mahdollista päättymistä.

Mitä pidempään suhde oli kestänyt, sitä voimakkaammin koskettelun vähäisyys liittyi parisuhdeonnan vähenemiseen. Sekä miehillä että naisilla yli 20 vuotta kestäneet avioliitot ja jo yli 5 vuotta kestäneet avoliitot olivat melko onnettomia, jos niissä ei koettu riittävästi fyysistä läheisyyttä. Hyvin onnellisia olivat puolestaan vasta muutaman vuoden kestäneet avioliitot ja avoliitot, jos niissä koettiin riittävästi koskettelua ja fyysistä läheisyyttä.

Yksi parisuhteiden seksuaali-aiheisiin keskusteluihin ja onnellisuuteen merkittävästi vaikuttava ongelma on kumppaneiden seksuaalisen halun erilaisuus. Haastetta suomalaisiin parisuhteisiin toi Suomessa 2000-luvulla se, että kaikissa parisuhdemuodoissa naiset kokivat aiempaa useammin toistavaa oman seksuaalisen halunsa puutetta ja se oli heillä lisäksi noin neljä kertaa yleisempää kuin miehillä (Kontula 2008). On selvää, että tämä halukkuuden ero aiheuttaa paljon erilaisia neuvotteluja ja järjestelyjä puolisoitten välillä, jotta tilanteelle löydetään toimivia ja molempia tyydyttäviä kompromisseja. Asia voi saada välillä jopa kaupankäynnin sävyjä (Elliott & Umberson 2008).

Kun tutkimuksen vastaajien raportoimaa oman kumppaninsa halukkuuden puutteen esiintyvyyttä verrattiin heidän parisuhteensa onnellisuuteen (kuviot 25 ja 26), oli näiden välinen yhteys merkittävä. Se oli lisäksi naisilla yhtä vahva kuin miehillä. Vaikka naisilla olikin halun puutetta useammin kuin miehillä, oli miesten halu naisten onnen kannalta silti yhtä merkittävä asia kuin naisten halu miehille. Erillissuhteissa kumppanin halu vaikutti olleen onnellisuuden kannalta jopa merkittävämpi asia naisille kuin miehille. Molemminpuolinen seksuaalinen halukkuus saattaa olla erillissuhteissa koko suhdetta kannatteleva asia, ja siihen liittyvät ongelmat voivat uhata koko suhdetta.

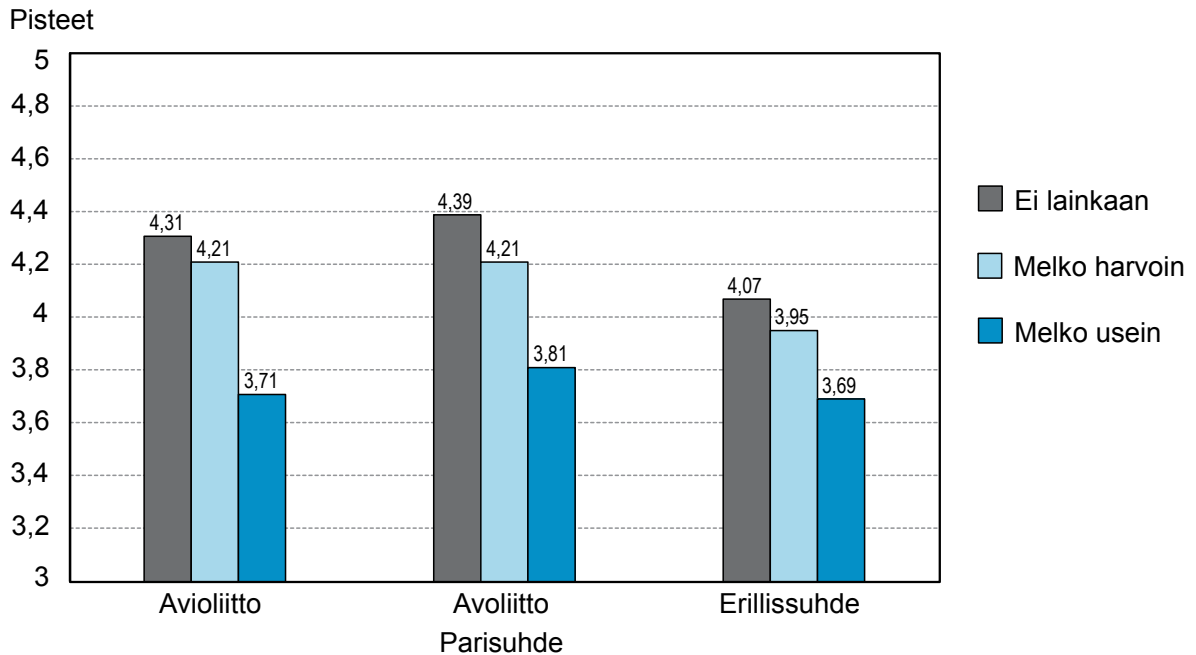
Seksuaalielämän tyydyttävyyden ja parisuhdeonni

Kokonaisarvio oman sukupuolielämän tyydyttävyydestä liittyi vahvasti koetun parisuhdeonnen määrään. Tässä tapauksessa sekä miehistä että naisista 58 prosenttia vastasi näihin kahteen kysymykseen identtisesti. He kokivat siis parisuhteensa suhteellisesti yhtä onnelliseksi kuin sukupuolielämänsä tyydyttäväksi. Miehistä ja naisista yhtä useat (viidesosa) tunsivat parisuhteensa ainakin jonkin verran onnellisemmaksi kuin seksuaalielämänsä tyydyttäväksi. Nämä olivat usein vanhempia pariskuntia. Toinen vastaava viidesosa tunsu seksuaalielämänsä vähintäänkin vähän tyydyttävämmäksi kuin mitä parisuhteensa onnelliseksi.

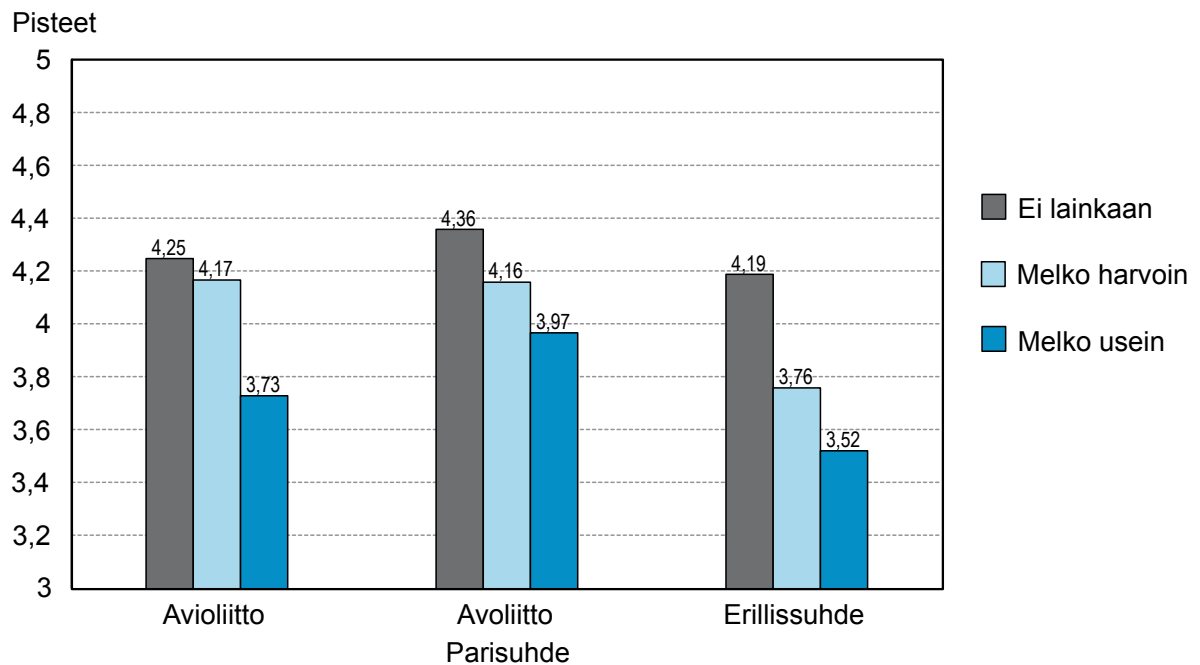
Osa näistä eroista johtuu siitä, että monet ihmiset olivat tyytymättömiä kumppaniinsa seksuaalisesti ja osa taas siitä, että ihmisillä oli seksuaalielämää (esimerkiksi itsetyydytystä) myös muutoin kuin oman kumppaninsa kanssa. Kaikki eivät myöskään ole pitäneet seksuaalielämää tärkeänä parisuhteensa onnen kannalta.

Parisuhdeonnan samoin kuin myös elämän onnen yhteys omaan sukupuolielämään kohdistuvaan tyydyttävyyteen oli yhtä vahvaa erilaisissa parisuhteissa (naimisissa, avoliitto, erillissuhde) elävillä miehillä ja naisilla. Näiden asioiden välinen kasautumistaipumus oli siis yhtä voimakasta parisuhteen muodosta ja sukupuolesta riippumatta. Parisuhteensa ja elämänsä yleisemminkin onnelliseksi kokevilla miehillä ja naisilla oli pääsääntöisesti tyydyttäväksi koettu seksuaalielämä.

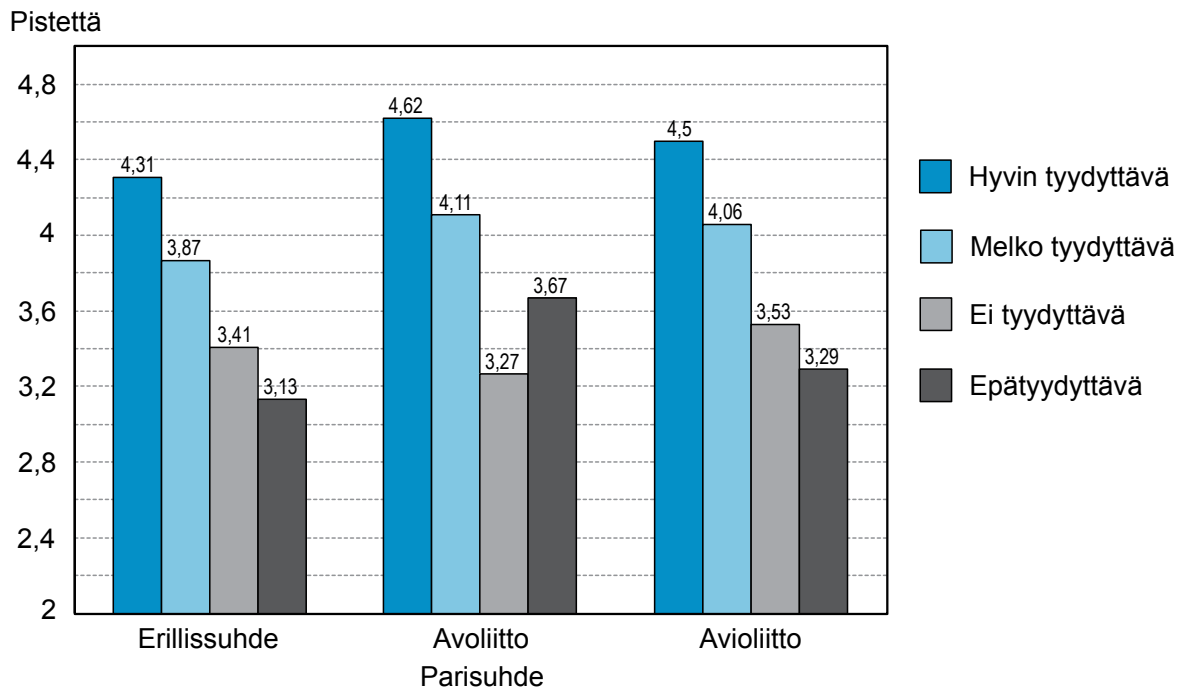
Kuvio 25. Parisuhdeonnan keskiarvo miehillä kumppanin seksuaalisen halun puutteen mukaan.



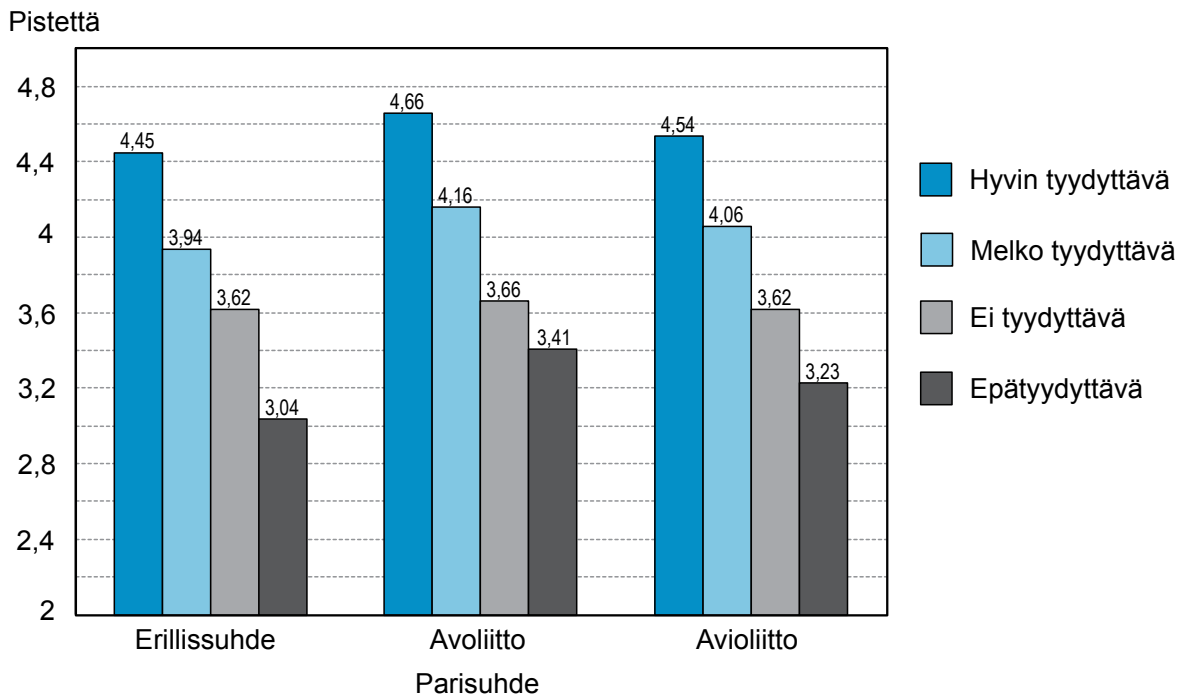
Kuvio 26. Parisuhdeonnan keskiarvo naisilla kumppanin seksuaalisen halun puutteen mukaan.



Kuvio 27. Parisuhdeonnan keskiarvo miehillä seksuaalielämän tyydyttävyyden mukaisissa osaryhmissä.



Kuvio 28. Parisuhdeonnan keskiarvo naisilla seksuaalielämän tyydyttävyyden mukaisissa osaryhmissä.



Kuvioissa 27 ja 28 on eritelty kuinka parisuhdeonnan keskiarvo vaihteli eri parisuhteissa sen mukaan kuinka tyydyttäväksi miehet ja naiset olivat kokeneet oman seksuaalielämänsä. Näiden asioiden välinen yhteys oli hyvin voimakas.

Jopa keskiarvon 4,5 (maksimi 5 pistettä) ylittävät arvot tarkoittavat sitä, että hyvin tyydyttäväksi seksuaalielämänsä kokeneet vastaajat pitivät yleensä myös parisuhdettaan hyvin onnellisena. Tämä yhteys oli yhtä voimakas eri parisuhdemuodoissa ja sekä miehillä että naisilla. Jos omaa seksuaalielämää ei koettu tyydyttäväksi, kertovat kolmosen tasoa olevat keskiarvot siitä, että omaa parisuhdetta ei tällöin tavallisesti koettu lainkaan onnelliseksi.

Tämä kaikki kertoo siitä, että parisuhdeonnea on kovin vaikea saavuttaa ilman hyvin toimivaa seksuaalista suhdetta. Tärkeä havainto on myös se, että toimiva seksuaalisuhde on parisuhdeonnan kannalta naisille yhtä tärkeä kuin miehillekin. Tästä aiheesta on esitetty välillä tästä tuloksesta poikkeavia väitteitä.

Miltei yhtä vahvana oli havaittavissa yhteys yleisen elämänonnen ja seksuaalielämän tyydyttävyyden välillä. Joka toinen mies ja nainen vastasivat näihin arvioihin aivan samalla tavalla. He siis kokivat elämänsä suhteellisesti yhtä onnelliseksi kuin kokivat seksuaalielämänsä tyydyttäväksi. Lopuista miehistä ja naisista suunnilleen yhtä useat pitivät joko elämänsä onnellisempana kuin seksuaalielämänsä tyydyttävänä tai sitten päinvastoin. Miehistä vähän naisia useammat olivat sitä mieltä, että heidän seksuaalielämänsä oli tyydyttävämpää kuin heidän elämänsä onnellista. Miehet vaikuttivat vähän naisia kriittisemmiltä elämänsä yleistä onnellisuutta arvioidessaan.

Yhdysvaltalaisista tutkimusta seksuaalisesta onnesta

Myös Yhdysvalloissa on todettu, että ihmisten seksuaalinen tyytyväisyys liittyy vahvasti yhdyntäaktiivisuuden määrään. Sielläkin yhdyntäaktiivisuus putosi iän myötä enemmän kuin seksuaalinen tyytyväisyys. Seksuaalisen tyytyväisyyden arviointiperusteet muuttuvat tämän tiedon perusteella iän myötä. Sen lisäksi, että seksuaaliseen tyytyväisyyteen vaikuttaa tyytyväisyys parisuhteeseen, vaikuttavat siihen ainakin suhteen seksuaalinen tasa-arvo, seksuaalinen kommunikaatio, suhteesta saatavat palkinnot, suhteen kustannukset sekä suhteen vaihtoehtojen vertailutaso. (Christopher & Sprecher 2009.)

Christopherin ja Sprecherin (2009) kirjallisuuskatsauksen mukaan parisuhteen tyytyväisyyden tärkeä selittäjä on ollut seksuaalinen tyytyväisyys ja muut seksiin liittyvät tunteet. Suhteen laatua edistävät myös rakkaus kumppaniin, erityisesti eroottinen ja intohimoinen rakkaus. Parisuhteen seksuaalisen tyytyväisyyden vähenemisen on todettu liittyneen lisääntyneeseen riskiin erota. Seksuaalinen tyytyväisyys turvaa merkittäväällä tavalla suhteen pysyvyyttä.

Seksuaalisella aktiivisuudella ja tyytyväisyydellä on luonnollisesti yhteytensä siihen kuinka intiimiksi ja läheiseksi parisuhde tunnetaan. Yhdysvaltalaisista opiskelijoista tehdyssä tutkimuksessa (MacNeil & Byers 2005) naisten suurempi seksuaalinen ja ei-seksuaalinen sisimpänsä paljastaminen (mistä he seksuaalisesti pitivät) johti suurempaan parisuhteen tunneintimiteettiin, joka puolestaan johti suurempaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen.

Tätä tulosta selitti se, että naisen avoimuus lisäsi kumppanin ymmärtämystä naista kohtaan ja johti sitä kautta parempaan tasapainoon suhteeseen liittyvien sosiaalisten palkintojen ja kustannusten välillä. Seksuaaliset palkinnot vaikuttivat enemmän parisuhteen tyytyväisyyteen kuin niihin liittyvät kustannukset. Nuoret aikuiset kaikesta päätellen paljastivat toisilleen enemmän sellaista mitä he halusivat. He myös ymmärsivät paremmin kumppanilta saatuja seksuaalisia palkintoja (hyviä kokemuksia) kuin niiden saamiseksi tarvittuja kustannuksiaan.

Miesten naisia suurempi seksuaalinen mielenkiinto on todettu myös Yhdysvalloissa tehdyissä aviopuolisoiden (31 pariskuntaa, eläneet vähintään 7 vuotta yhdessä) henkilökohtaisissa haastatteluissa (Elliott & Umberson 2008). Useimpien haastateltujen mielestä parisuhdesekin ja koko avioliiton hyvyyden mittari oli se, että seksiä oli riittävän usein. Jos seksiä oli vähän, niin aviosuhde kärsi siitä. Haastateltujen syvin toive oli se, että toisen halukkuus olisi spontaania ja aitoa, ei vain yritys miellyttää kumppania.

Kolme haastateltua pariskuntaa neljästä kertoi jostakin seksiin liittyvästä konfliktista, joka kohdistui erityisesti seksuaalisten halujen erilaisuuteen. Useimmiten miehen halu oli suurempi. Tutkituista pareista vain neljä oli sellaisia, joissa naisen halu oli ollut koko liiton ajan suurempi kuin aviopuolisolla. Nämä naiset tunsivat itsensä epänormaaleiksi. Halun puutetta perusteltiin usein elämän kiiressyydellä ja väsymyksellä.

Ratkaistakseen erilaiseen halukkuuteen liittyviä ongelmiaan tai suoranaisia konfliktejaan haastatellut vaimot kertoivat usein tietoisesti pyrkivänsä olemaan enemmän seksuaalisia tai ainakin harrastamaan seksiä useammin. Monet aviomiehet puolestaan kertoivat tietoisesti pyrkivänsä vähentämään seksuaalisia halujaan ja keskittymään enemmän seksin laatuun kuin sen määrään. Seksuaalisessa vuorovaikutuksessa pyrittiin siis eräänlaisiin kompromisseihin, joissa molempien toiveet tulivat huomioiduiksi.

Kaikki ne miehet, joiden vaimot valittivat miehensä vähäisemmästä seksuaalisesta halusta, kertoivat yrittävänsä vastata vaimonsa heitä suurempiin seksuaalisiin haluihin. Näillä miehillä oli vaikeuksia erektionsa kanssa. He kaikki joko käyttivät tai ainakin harkitsivat Viagran käyttöä, jotta onnistuisivat olemaan enemmän vaimonsa mieliksi.

Monet miehet (ja jotkut vaimotkin) kertoivat tekevänsä taloustöitä saadakseen siitä vaihdossa enemmän seksiä. Tämä vaihtosuhde oli monille se tapa, jolla seksistä käytännössä neuvoteltiin. Joidenkin naisten mielestä seksi oli lahja, joka

heidän miehensä tuli työllään ansaita. Jos nainen koki, että seksi ei ollut tärkeää hänelle itselleen, niin heidän puolisonsa tuli ansaita intimitteetti esimerkiksi olemalla aktiivisempia kotitaloustöissä. Monet miehet olivat tiedostaneet tämän puolisonsa odotuksen ja he esimerkiksi laittoivat ruokaa saadakseen useammin seksiä. Tämä strategia johti käytännössä kotitöiden tasaisempaan jakautumiseen. (Elliott & Umberson 2008.)

Tässä alaluvussa esitetyt tutkimustiedot kertovat selvää kieltään siitä, kuinka suuri merkitys toimivalla ja aktiivisella seksuaalisella vuorovaikutuksella on parisuhteiden onnellisuudessa. Seksuaalinen mielenkiinto on useimmiten suhteen alkuvaiheessa se ratkaisevin motivaatiotekijä, jonka perusteella parisuhde yleensä solmitaan. Tämä mielenkiinto on suhteen myöhemmissäkin vaiheissa sitä ylläpitävä voima ja se houkuttaa ihmiset läheisyyteen, joka koetaan nautinnollisena ja palkitsevana. Jos parin seksuaalinen vuorovaikutus ei toimi, on useimmissa tapauksissa suhteen koko läheisyys ”mennyt kortille”. Parisuhteessa läheisyys motivoituu ja toteutuu omaa kumppania kohtaan tunnetun seksuaalisen mielenkiinnon ansiosta.

Vaikka seksistä puhutaan paljon julkisuudessa, ei ammatillisissa piireissä – esimerkiksi perheterapiassa – sen merkitystä ole otettu vielä läheskään sen ansaitsemalla tavalla huomioon. Suhteen seksuaalinen vuorovaikutus on tämän tutkimuksen perusteella kuitenkin ehkä tärkein indikaattori siitä kuinka hyvin suhteella menee ja kuinka onnellinen se on. Onnen avaimet ovat siinä, kun näkee ja tajuaa kuinka seksuaalisesti houkutteleva oma kumppani on.

Tunne parisuhteen oikeudenmukaisuudesta

Yksi tärkeä parisuhdeonnea selittävä tekijä on se, kuinka oikeudenmukaiseksi suhteen osapuolet kokevat parisuhteen omalta kannaltaan. Sosiaalisen vaihdon teoria väittää, että parisuhteen tyytyväisyys nousee ja laskee kumppaneiden vertaillen suhteesta koituneita etuja ja kustannuksia omiin odotuksiinsa. Suhteeseen ollaan tyytyväisiä, kun kustannus/hyöty -arviot tavoittavat tai ylittävät omat odotukset. Jos odotuksia ei saavuteta, seurauksena on parisuhteeseen vähitellen kohdistuva ja yleensä myös ilmaistava tyytymättömyys. (Dew 2008.)

Parisuhdekumppanit odottavat, että suhteeseen liittyvät hyödyt ja kustannukset olisivat heille itselleen suunnilleen samat kuin mitä he kokevat niiden olevan heidän puolisolleen. Jos tilanne ei vaikuta tässä suhteessa tasapainoiselta, seurauksena on helposti tunne siitä, että parisuhde on epäoikeudenmukainen. (Dew 2008.)

Näitä ajatuksia ja oikeudenmukaisuuteen liittyviä onnen ehtoja ei ollut valitettavasti mahdollista testata tässä tutkimuksessa, mutta niistä esitetään

seuraavassa lisää tietoja. Oikeudenmukaisuus-teorian sisällön esittely ja tässä viitekehyksessä saavutetut tulokset perustuvat tämän alaluvun loppuosassa Guerrero et al. (2008) tutkimukseen Yhdysvalloissa. Kantava idea on verrata sitä, kokevatko ihmiset hyötyvänsä suhteestaan enemmän vai vähemmän kuin mitä he itse siihen panostavat.

Oikeudenmukaisuus-teoria kohdistuu parisuhteesta saatavien palkitsevien tekijöiden ja siihen tehtyjen panostusten tasapainon tavoitteluun. Kun parisuhteet eivät ole näiden asioiden suhteen oikeudenmukaisia, kokevat ihmiset itsensä joko suhteesta yli omien panostustensa verran hyötyviksi (ylihyötyjät) tai sitten siitä liian vähän hyötyviksi (alihinötyjät). Tunne liian vähäisestä hyödystä syntyy siitä, jos tuntee itse antaneensa tai panostaneensa suhteeseen enemmän kuin oma puoliso.

Yhdysvalloissa noin puolet avioliitoista on koettu oikeudenmukaisiksi. Näillä ihmisillä on ollut taipumus raportoida hyvää sopeutumista ja tyytyväisyyttä parisuhteeseen. Suhteestaan alihinötyjät ovat raportoineet erityisen paljon tyytyväisyyden puutetta parisuhteessaan. Alihinötyjän asema on vaikuttanut enemmän parisuhdetyytyväisyyteen kuin ylihyötyminen tai oikeudenmukaisuuden tasapaino.

Oikeudenmukaisuus-teorian mukaan oikeudenmukaisissa parisuhteissa elävien ihmisten tulisi olla iloisia ja tyytyväisiä, kun taas epäoikeudenmukaisissa avioliitoissa elävien tulisi olla huolestuneita tai jopa ahdistuneita. He kokevat näitä tunteita sitä enemmän, mitä epäoikeudenmukaisemmaksi suhde koetaan. Alihinötyjät voivat jopa vaatia aggressiivisesti parisuhteeseen muutosta pyrkimyksenään palauttaa sen oikeudenmukaisuus.

Alihinötyjät raportoivat kokevansa enemmän vihaa ja vähemmän parisuhteeseensa liittyvää mielihyvää. Suhteesta ylihyötyvät (aviomiehet ja vaimot) raportoivat puolestaan kokevansa tätä enemmän syyllisyyttä ja vähemmän vihaa. Alihinötyvillä naisilla oli taipumusta myös surullisuuteen ja turhautumiseen, mutta vihalla oli vielä huomattavasti suurempi ali- ja ylihyötyjiä erotteleva merkitys. Vihan ilmaisu sai usein haitallisia tai suorastaan repiviä ja epäsosiaalisia muotoja.

Alihinötyvät aviomiehet hakivat muita harvemmin muilta sosiaalista tukea kokiessaan itsensä surulliseksi. Heidän taipumuksenaan oli usein vetäytyä tai eristäytyä ja kieltäytyä tuen hakemisesta edes omalta kumppanilta. He saattoivat pelätä, että surullisuuden ilmaiseminen johtaisi heidät vielä heikompaan asemaan heidän omassa parisuhteessaan.

Alihinötyjät kokivat kantavansa parisuhteessa puolisoaan suurempaa kuormaa, joten he eivät kokeneet tarvetta kompensoida syyllisyyden tunteitaan pyytämällä puolisoltaan jotakin anteeksi tai lepyttelemällä häntä. Tällainen toiminta lisäisi vain kumppanin suhteesta saamia hyötyjä ilman että se suoranaisesti vähentäisi heidän omia kustannuksiaan ja investointejaan suhteeseen.

Koska ylihyötyjät ovat parisuhteessa paremmassa asemassa, tässä asemassa olevat puoliset saattavat tuntea tarvetta kompensoida ylihyötymisestään koituvia syyllisyyden tunteitaan erilaisella toiminnalla, jolla he pyrkivät sovitteluun tai lepyttelemään puolisoaan. He voivat esimerkiksi antaa hänelle lahjoja tai lausua kohteliaisuuksia. Ylihyötyjän asemassa olevat naiset saattavat pyrkiä välttämään ylikuormittamasta aviomiehiään ongelmillaan. He saattavat sen sijaan hakea ongelmilleen sosiaalista tukea perheeltään ja ystäviltään.

Vaimot olivat olleet parisuhteeseensa tyytyväisimpiä, kun he eivät olleet paljoa alihyötynneet ja he eivät ole juuri olleet vihaisia. He olivat ilmaisseet mahdollista vihaansa parisuhteen eheyttä tukien sen sijaan että olisivat ilmaisseet sitä aggressiivisesti ja toista karttelemalla. He koettivat selvittää mahdollisista surun tunteistaan hakemalla sosiaalista tukea.

Aviomiehet olivat parisuhteessaan tyytyväisimpiä, kun he eivät paljoa alihyötynneet ja heillä oli vähän syyllisyyttä. He välttelivät vihan ilmaisemista aggressiivisesti, he eivät vältelleet kumppaniaan ja he pyrkivät selviämään surun tunteistaan hakemalla sosiaalista tukea ja keskittymällä joihinkin muihin asioihin.

Tulosten perusteella alihyötymisen ja aviollisen tyytyväisyyden yhteys kulki vihan ja aggressiivisen vihan ilmaisun kautta. Alihyöttyvät aviomiehet, jotka ilmaisivat vihaansa aggressiivisesti, osoittautuivat erityisen tyytymättömiksi avioliittoonsa. Vaimoilla tilanne oli muutoin sama, mutta heillä aggressioon liittyi myös heikko tuki parisuhteen eheydelle.

Oikeudenmukaisuus-teoriassa oikeudenmukaisuus liittyy koettuun tyytyväisyyteen, mielenkiinnon kohteeseen liittyvään mielihyvään ja sitoutumiseen. Epäoikeudenmukaisuus puolestaan sitoutuu kielteisiin tunteisiin kuten vihaan, syyllisyyteen ja surullisuuteen. Se millä tavoin ihminen onnistuu tai epäonnistuu ilmaisemaan näitä tunteita voi vaikuttaa avioliitosta saatavaan mielihyvään yhtä paljon tai enemmänkin kuin kielteisten tunteiden kokeminen parisuhteessa. Kyky ilmaista ja kommunikoida kielteisiä tunteita rakentavasti liittyy tutkimusten perusteella parisuhteen tuottamaan mielihyvään ja fyysiseen terveyteen.

Tunne parisuhteen oikeudenmukaisuudesta on varmasti parisuhdeonnen avaintekijöitä, vaikka tätä parisuhteiden erityistä näkökulmaa ei ollutkaan mahdollista testata tässä yhteydessä omalla suomalaisaineistolla. Jos itse tuntee antavansa kumppanilleen vähemmän kuin mitä itse häneltä saa, ovat onnen avaimet tukevasti omissa käsissä. Oma lisäpanostus suhteeseen tuottaa varmasti lisää onnea parisuhteeseen. Jos sen sijaan tuntee itsensä suhteessa alihyöttyjäksi, on syytä keskustella kumppanin kanssa erilaisista ratkaisuvaihtoehdoista asiaan. Avaimet parisuhteen yhteisen onnen lisäämiseen ovat tämän jälkeen kumppanin käsissä.

Kommunikaatio- ja ristiriitojen ratkaisukyvyt onnen avaimina

Ihmisten kyvykkyyttä solmia onnellisuutta tuottavia parisuhteita on arvioitu ja mitattu vaihtelevien teorioiden ja kriteerien avulla. Vielä 1930- ja 1940-luvuilla keskeisinä asioina pidettiin parisuhteen osapuolten henkilökohtaisia ominaisuuksia ja heidän perhetaustansa. Persoonallisuuden piirteiden (kuten temperamentti) ja lapsuuteen ja perhetaustaan liittyvien ominaisuuksien (vanhemman ja lapsen vuorovaikutus, vanhempien avioliitto) ja sosiaalisen statuksen (koulutus) oletettiin määrittävän erityisellä tavalla aviollista kyvykkyyttä. Näiden tekijöiden katsottiin vaikuttavan yhdessä avioliitossa onnistumiseen tai epäonnistumiseen. Näillä tekijöillä onnistuttiin selittämään eri tutkimuksissa 15–50 % mitatuista eroista avioliiton laadussa. (Carroll ym. 2006.)

Tutkimuksissa on välillä vieläkin tarkasteltu kumppaneiden yhteensopivuutta – varsinkin lyhytaikaisissa suhteissa – heidän persoonallisuuden piirteidensä ja sosioekonomisen statuksensa perusteella. Persoonallisuuden piirteet ovat olleet merkittävä yksilön taipumuksiin liittyvä tekijä, joka on vaikuttanut aviolliseen tyytyväisyyteen varsinkin nuorilla pareilla.

Erityisen merkittävä yksittäinen tyytyväisyyteen vaikuttanut persoonallinen tekijä on ollut mahdollinen neuroottisuus. Vahvempi neuroottisuus on yhdistynyt heikompaan aviolliseen tyytyväisyyteen ja huonompaan parisuhteen pysyvyyteen. (Schmitt 2007.) Avioliittoonsa tyytymättömillä oli Yhdysvalloissa kolme kertaa muita useammin depressiivisyyttä ja suurempi riski myös fyysisiin terveysongelmiin, mukaan luettuna sydänsairaudet (Henry et al. 2005).

Parisuhteen laatuun ja onnellisuuteen liittyvän perhetutkimuksen keskiöön nousi 1980- ja 1990-luvuilla edellisten tekijöiden sijasta vuorovaikutusprosessien oletettu keskeinen vaikutus aviosuhteen laadulle. Tärkeäksi teemaksi määritettiin kumppaneiden taitojen tai puuttuvien taitojen arviointi heidän välisessä kommunikaatioprosessissaan. Tuoreimmat tutkimukset avioliiton ihmissuhteista ovat keskittyneet voimakkaasti siihen, miten ihmiset käyttäytyvät aviollisissa konfliktitilanteissaan ja ongelmien ratkaisuun tähänneissä keskusteluissaan. (Carroll ym 2006.) Kyky ratkaista konflikteja on asetettu parisuhteen laadun uudeksi keskeiseksi mittariksi.

Aviollisten konfliktien tutkimus on löytänyt ahdistuneilta aviopareilta enemmän negatiivisuutta, molemminpuolista kielteistä käyttäytymistä sekä jatkuvampaa ja kiihkeämpää kielteistä vuorovaikutusta verrattaessa heitä vähemmän ahdistuneisiin aviopareihin. Näissä tutkimuksissa on haettu erilaisia konfliktityyppejä ja niiden sellaisia ratkaisutapoja, joilla olisi pitkäaikaisia vaikutuksia avioliitolle.

Konfliktimalleissa lähdetään siitä, että ihmisillä on liitoissaan puutteita kommunikaatiotaidoissa. Henkilökohtaisten neuvottelu- ja kommunikaatiokykyjen puuttuminen joko toiselta tai molemmilta puolisoilta oletetaan perussyöksi avi-

olliselle onnettomudelle ja sen odotetaan johtavan lopulta suhteen epäonnistumiseen. Erityisen tärkeitä on kehittää pätevyyttä kommunikaatiokyvyissä, jotka mahdollistavat ongelmien ratkaisun ja konfliktien hallinnan. (Carroll ym 2006.)

Useimmat parisuhdealan ammattilaiset korostavat erityisesti kuuntelutaitoja (aktiivinen kuuntelu, hyväksyminen) ja itseilmaisua (selkeät viestit, ”minä”-viestintä). Monet ovat jopa pelkistäneet puolisoitten kommunikaatiotaidot tai niitä koskeneet arvioinnit vain niihin keskusteluihin, joita on käyty ratkottaessa parisuhteen ongelmia.

Kommunikaatiomalleissa on usein jäänyt syrjään se mahdollisuus, että heikkojen vuorovaikutustaitojen sijasta ahdistuneiden ihmisten haitalliset kommunikaatiotavat voivat motivoitua heidän vahingollisista aikomuksistaan. Kommunikaatio-ongelmat voivat olla seurausta vaikkapa kielteisistä aikomuksista, motiiveista ja tunteista puolisoitten välillä. Ongelmallinen kommunikaatio voi olla enemmänkin oire kuin avio-ongelmien varsinainen syy. (Carroll ym 2006.)

Kommunikaation pätevyyttä (kompetenssia) mitataan usein ongelmanratkaisuun liittyvillä taidoilla, joilla on vähän sovellusala onnellisten pariskuntien jokapäiväisessä elämässä. Sen sijaan avio-onnen arviointiin vaikuttaa se, miten aviomiehet hyväksyvät vaimojensa vaikutusvallan ja keskinäisen vallanjaon parisuhteessa samoin kuin se, miten kumppanit kultivoivat keskinäistä vuorovaikutustaan hyväksymällä toisen erilaisuuden ja pehmentämällä kielteisten tunteidensa ilmaisua. (Carroll ym 2006.)

Pätevyksien kehitysteorian mukaan ihmissuhteiden kehittämisessä tärkeitä ovat pätevyudet identiteetissä, sosiaalisessa eriytymisessä ja kyvyssä käsitellä riippuvuutta elämän eri vaiheissa. Tämä kehitys tapahtuu pääosin perheen piirissä. Siellä kehittyvät sekä käyttökelpoiset (funktionaaliset) että häiritsevät persoonalliset taipumukset. Niiden kehitykseen vaikuttavat myös orgaaniset ja geneettiset tekijät. Sisäisen ja ulkoisen sosiaalisen pätevyyden kulmakiviä ovat kyky rakastaa ja kyky neuvotella. (Carroll ym 2006)

Aviollisen pätevyyden kehitysmalliin (joka sisältää henkilökohtaisen kehityksen, muiden arvostuksen ja kommunikaatio- ja ongelmanratkaisukyvyt) sisältyvät:

- 1) Ihmissuhdekompetenssi (kyvyt)
 - a. Yksilön kyvykkyys neuvotella ja kommunikoida tehokkaasti parisuhteessa – kuten kyky erotella konflikteja, ratkaista ongelmia ja kommunikaatiotaidot (ilmaisuu- ja kuuntelukyky).
- 2) Yksilön sisäiset kompetenssit (liittyvät motiiveihin ja aikomuksiin)
 - a. Yksilön turvallisuus tai kyky rakastaa itseään – kuten käsitys omasta arvosta, kyky säädellä kielteisiä tunteita (depressio, ahdistus, viha) ja tunteita siitä, että liittyminen on turvallista.

- b. Muihin ihmisiin keskittyminen tai kyky rakastaa muita – kuten orientaatio muiden ihmisten tärkeänä pitämiseen: sisältäen hyväntahtoisuuden, sitoutumisen, reiluuden, uhrautumisen, lojaalisuuden, anteliaisuuden, anteeksiannon ja muita vastaavia aviollisia hyveitä.

Kumppaneiden kyvyt kommunikoida tai viestiä keskenään ilmentävät ulkoisesti paljolti heidän rakkauttaan ja toinen toisensa arviointia (ja siihen liittyvää motivaatiota). Kommunikointi ilmentää vain osaksi heidän kykyjään. Kyvyt ovat merkittäviä ainoastaan silloin kun niitä sovelletaan parisuhteessa, jossa oman kumppanin arviointi ja kohtaaminen perustuu rakkauteen. (Carroll ym 2006.)

Ihmisten keskinäinen viestintä ja vuorovaikutus ovat itsestään selvästi parisuhdeonnan avaintekijöitä. Viestintä- ja vuorovaikutustaidot ovat erityisen tärkeitä silloin, kun ratkotaan yhdessä ongelmia tai suoranaisia keskinäisiä konflikteja. Neuvottelutaidoissakin harjoitus voi tehdä mestarin. Jos parisuhteen osapuolilla on aito halu ja aikomus löytää ratkaisuja ongelmille, ovat mahdollisuudet niiden saavuttamiseen hyvät.

Sosiaalinen tuki ja ongelmien ratkaisukyky

Parisuhteen myönteisiä vaikutuksia tyytyväisyyteen ja onneen selitetään tutkimuksissa kaikkein useimmin siitä saatavalla sosiaalisella tuella. Sosiaalinen tuki on sosiaalisista suhteista saatava voimavara. Siihen kuuluu henkinen huolehtiminen ja avun tai arvioinnin vaihtaminen. Sosiaalinen tuki voi koostua tietotuesta, aineellisesta tuesta, arvostuksesta ja henkisestä tuesta. Henkiseen tukeen kuuluu halukkuus auttaa, luottamuksellisuus, empaattisuus, kuunteleminen ja rohkaiseminen. Nämä ovat hyvän parisuhteen keskeisiä ominaisuuksia.

Sosiaalisen tuen oleellinen sisältö parisuhteessa tuli ilmi myös Väestöliiton perhebarometrissa 2003 (Paajanen 2003), jossa parisuhteen merkityksiä kysyttäessä ylivoimaisesti tärkeimmäksi kohosi se, että parisuhteessa voi jakaa ilot ja surut. Jo normaalit päivittäiset keskustelut purkavat pahimpia paineita, joita elämässä joudutaan kohtaamaan. Näistä keskusteluista on saatu hyviä kokemuksia, sillä neljä viidestä oli kokenut puolisonsa ymmärtävän yleensä itsensä tunteita ja kaksi kolmasosaa kertoi usein nauttineensa keskusteluistaan puolisonsa kanssa.

Aiemmassa Väestöliiton julkaisemassa tutkimuksessa (Kontula ym. 1998) selvitettiin valtakunnallisilla seuranta-aineistoilla 1990-luvun taloudellisen laman sosiaalisia ja terveydellisiä haittavaikutuksia. Parisuhteen laatu ja sitä kautta

koettu sosiaalinen tuki osoittautui hyvin merkittäväksi asiaksi niissä parisuhteissa, joissa oli koettu työttömyyttä, taloudellisia huolia ja velkaongelmia. Se näkyi muun muassa siinä, että hyvissä parisuhteissa eläneillä oli kolme kertaa muita harvemmin mielenterveyshäiriöitä. Hyvä parisuhde toimi puskurina psyykkiseen epätoivoon ajautumista vastaan.

Sosiaalinen tuki voi vähentää parisuhteessa tapahtuvaa emotionaalista eristäytymistä varsinkin silloin kun kumppani on stressaantunut. Tuki voi myös ehkäistä depressiota ja sen epäsuotuisia vaikutuksia suhteessa. Kolmanneksi sosiaalinen tuki voi ehkäistä parisuhteessa aktivoituneen konfliktin laajenemista. Tuki voi myös kultivoida suhteen tunneperäistä intiimisyyttä ja läheisyyttä tarjoamalla suhteen osapuolille positiivisia kokemuksia. (Cramer 2006.)

Parin osapuolten kokema toiselta saatu sosiaalinen tuki oli englantilaistutkimuksessa (Cramer 2006) yleensä monipuolista. Ihmiset, jotka kokivat muita useammin, että heille oli tukea saatavilla, olivat myös saaneet sitä useammin ja heillä oli ollut parisuhteessaan vähemmän konflikteja ja kielteistä käyttäytymistä. Eri tuen muodoista huolenpito (tunneperäinen tuki) oli suorassa yhteydessä parisuhteen tyytyväisyyteen. Sekä saadulla tuella että mahdollisuudella sen käyttöön oli vaikutuksensa siihen, kuinka tyytyväinen parisuhteessa elävä vastaaja oli.

Cramerin (2006) tutkimuksessa sekä parempi sosiaalinen tuki parisuhteessa että siinä harvemmin ilmenneet konfliktit liittyivät toisistaan riippumatta positiivisesti suhteen tuottamaan tyytyväisyyteen. Saatu sosiaalinen tuki johti rakentavampiin konflikteihin mikä taas lisäsi tyytyväisyyttä. Sosiaalisen tuen vaikutus parisuhdetyytyväisyyteen välittyi suhteessa koettujen konfliktien kautta. Tyytyväisyys riippui sekä tuen antamisesta että konfliktien rakentavammasta käsittelestä. Koetulla depressiolla ei mahdollisesti ollut tällaista välittävää roolia.

Kyky ratkaista konfliktit ja ongelmat rakentavalla tavalla on ollut tehokas tapa lisätä parisuhteiden tyytyväisyyttä. Tätä kykyä on pyritty edistämään koulutuksella ja pareille tarkoitetulla käyttäytymisterapialla. Toisiaan tukevat kumppanit ovat yleensä onnistuneet käsittelemään erilaisuuttaan rakentavammalla tavalla. Hellyyden ja ystävällisyyden on todettu toimivan parisuhteissa puskurina konflikteja ja negatiivisuutta vastaan. (Cramer 2006.)

Sosiaalinen tuki on erityisen merkittävää silloin, kun parisuhde koetaan hyvin läheiseksi. Parin läheisyyden tai koetun läheisen liittymisen toinen toisiinsa on todettu olevan yhteydessä parisuhteen tyytyväisyyteen. Parisuhteen onnellisuuden kannalta olennaista on kumppaneiden yhteinen positiivinen arvio suhteen läheisyydestä eikä niinkään kummankaan erillinen kokemus läheisyydestä. Yhteinen (positiivinen) käsitys läheisyydestä vahvistuu kumppaneiden välisessä kommunikaatiossa ja vuorovaikutuksessa. Kumppaneiden tyytyväisyyteen vaikuttaa myös se kuinka riippuvaisia he ovat toisistaan. (Cropley & Reid 2008.)

Kumppaneiden käsitykset parisuhteen läheisyydestä ja tyytyväisyydestä sitä kohtaan korreloivat yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa keskenään. Vastaa- jien

tyytyväisyys lisääntyi silloin, jos heidän kumppaninsa raportoi läheisyyden lisääntymisestä. Tyytyväisimpiä parisuhteeseensa olivat ne vastaajat, jotka elivät parisuhteessa, jossa sen molemmat osapuolet arvioivat parisuhteensa hyvin läheiseksi ja sitoutuneeksi. (Cropley & Reid 2008.)

Parisuhteeseen tyytyväiset tekivät muita positiivisempia arvioita kumppaninsa käytöksestä ja myös päinvastoin. Näihin positiivisiin arvioihin kuului kumppanin kielteisen käyttäytymisen tulkitseminen ulkopuolelta aiheutetuksi, ei-tarkoitukselliseksi, ohimeneväksi, ei-yleistettäväksi ja epäitsekääksi. Häntä ei tullut syyttää siitä. Positiivinen käyttäytyminen puolestaan arvioitiin kumppanin sisäiseksi, jatkuvaksi ja yleistettäväksi. Kun kumppani teki positiivisia arvioita toisen käyttäytymisestä, toinen oli tyytyväisempi. Parisuhdetyytyväisyys riippui siis osaltaan siitä millä tavalla kumppani omaa itseä arvioi. (Cropley & Reid 2008.)

Erityisen tärkeitä on kyky positiiviseen kommunikaatioon, konfliktien tehokkaaseen ratkaisuun ja stressaavien elämäntilanteiden tehokkaaseen hallintaan. Sosiaalinen tuki auttaa välttämään tunteisiin perustuvaa vetäytymistä ja eristäytymistä ja jopa depressiivisyyttä stressaavissa elämäntilanteissa. Sosiaalinen tuki ehkäisee konfliktien kiihtymistä ja niiden muuttumista tuhoisaksi käyttäytymiseksi. (Schmitt 2007.)

Sosiaalinen tuki on parisuhteen keskeinen voimavara. Se luo puitteet parisuhdeonnan kehittymiselle. Tämä tuki on erityisen tärkeitä silloin, jos jommallakummalla tai molemmilla on vakavampia ongelmia parisuhteen ulkopuolisessa elämässä. Kumppanilta saatu tuki ja ymmärrys auttaa kestäämään ja jatkamaan eteenpäin. Molemmipuolinen sosiaalinen tuki ilman muuta lisää parisuhteen läheisyyttä, tyytyväisyyttä ja onnellisuutta. Oman rakastetun tukeminen kuuluu luontevana osana parisuhteeseen.

Stressi parisuhdeonnan riskitekijänä

Elinympäristö voi tuottaa parin osapuolille erilaista ahdistusta, joka puolestaan aiheuttaa stressiä. Se heijastuu edelleen kielteisellä tavalla heidän parisuhteeseensa. Stressiä aiheuttavia asioita ja elämänmuutoksia ovat esimerkiksi työhön, taloudellisiin asioihin ja lapsen kuolemaan liittyvä stressi. Stressi heijastuu suhteeseen vähemmän tyydyttävänä vuorovaikutuksena kumppanin kanssa, kielteisempinä arvioina kumppanin toiminnasta ja aviollisena eripurana. (Brock & Lawrence 2008.)

Joillakin stressitekijöillä on täsmällinen tapahtuma-aika, kuten työpaikan menettäminen tai rakkaan ihmisen kuolema. Toisaalta on kroonisia stressin aiheita kuten jatkuvia ongelmia, konflikteja ja uhkia, roolipaineita tai erilaisia sairauksia. (Brock & Lawrence 2008.)

Tutkimuksista on kertynyt lisääntyvässä määrin näyttöä siitä, että krooninen stressi – ja roolipaineet erityisesti – johtavat aviolliseen epäsopuun. Roolistressiä voi synnyttää tietty rooli, esimerkiksi vanhemman rooli ja ammattirooli. Sosiaalisen tuen on todettu toimivan puskurina parisuhteessa ilmenevää stressiä vastaa ja vähentävän sen haitallisia vaikutuksia mielenterveydelle. Stressistä selviämisen avaintekijänä on tarkoituksenmukainen tuki siihen erityiseen ongelmaan, joka aiheuttaa stressiä. (Brock & Lawrence 2008.)

Yhdysvaltalais tutkimuksessa ne aviomiehet, joiden roolipaine kasvoi vahvimmin seurannan kolmen vuoden aikana, kokivat suurimman laskun aviollisessa tyytyväisyydessään verrattuna miehiin, joiden roolipaine ei tänä aikana suuremmin muuttunut. Myös heidän vaimojensa parisuhdetyytyväisyys putosi. Naisilla vastaavaa eroa näiden roolipaine-ryhmien välillä ei todettu. Riittävällä sosiaalisella tuella oli vaimojen stressin hallinnalle miehiä suurempi vaikutus. (Brock & Lawrence 2008.)

Välittymismallin mukaan työhön liittyvä stressi ”valuu” tunneahdistukseksi, huonotuulisuudeksi kotona ja energisyyden menettämiseksi. Näistä aiheutuvat kielteiset tunteet johtavat vetäytymiseen, vähempään aloitteellisuuteen ja jopa vuorovaikutuksen välttelyyn kumppanin kanssa. (Barbee & Cunningham 1995.)

Työstressi valuu kotiin ja tunteiden siirtyminen kumppanilta toiselle osoittaa kuinka työstressi leviää yksittäisiltä työntekijöiltä heidän perheilleen (Yoav & Adital 2007). Stressaantuneen puolison huonotuulisuus näkyy kotona ja vaikuttaa haitallisesti kumppaneiden läheisyyteen parisuhteessa. Kumppanilta saatu empatia on puolestaan hyvä vastalääke tällaisille stressitilanteille. (Brock & Lawrence 2008.)

Psyykkiset oireet suomalaisten parisuhdeonnan uhkana

Tässä tutkimuksessa parisuhdeonnan yhteyksiä stressiin oli mahdollista tutkia 8-osaisen psyykkisiä oireita mittaavan oiremittarin avulla, joka oli toistettu samanlaisena kaikissa neljässä kyselyssä. Kysytyt asiat mittasivat:

- unettomuutta
- päänsärkyä
- jännittyneisyyttä ja ahdistuneisuutta
- yllirasittuneisuutta
- yleistä väsymyksen tai heikkouden tunnetta
- huimausta
- painajaisunia
- käsien vapinaa

Kustakin oireesta kysyttiin erikseen oliko mainittua oiretta esiintynyt usein, joskus tai ei lainkaan. Vaihtoehdoille annettiin pistemäärät yhdestä kolmeen. Kahdeksasta osakysymyksestä koostettiin summamuuttuja, jonka arvo vaihteli vastaajilla maksimissaan kahdeksasta pisteestä 24 pisteeseen. Mitä korkeampi pistemäärä henkilöllä oli, sitä enemmän hän oli kokenut psyykkistä oireilua tai stressiä.

Näiden oireiden kokonaispistemääriä verrataan miehillä ja naisilla eri parisuhdemuodoissa ja eri tutkimuskerroilla kuvioissa 29 ja 30. Eri parisuhteet yhdistäen psyykkiset oireet olivat lisääntyneet miehillä vuoden 1971 9,3 pisteestä vuoden 2007 11,3 pisteeseen (kasvua 22 %) ja naisilla vastaavasti 10,1 pisteestä 12,3 pisteeseen (kasvua myös 22 %).

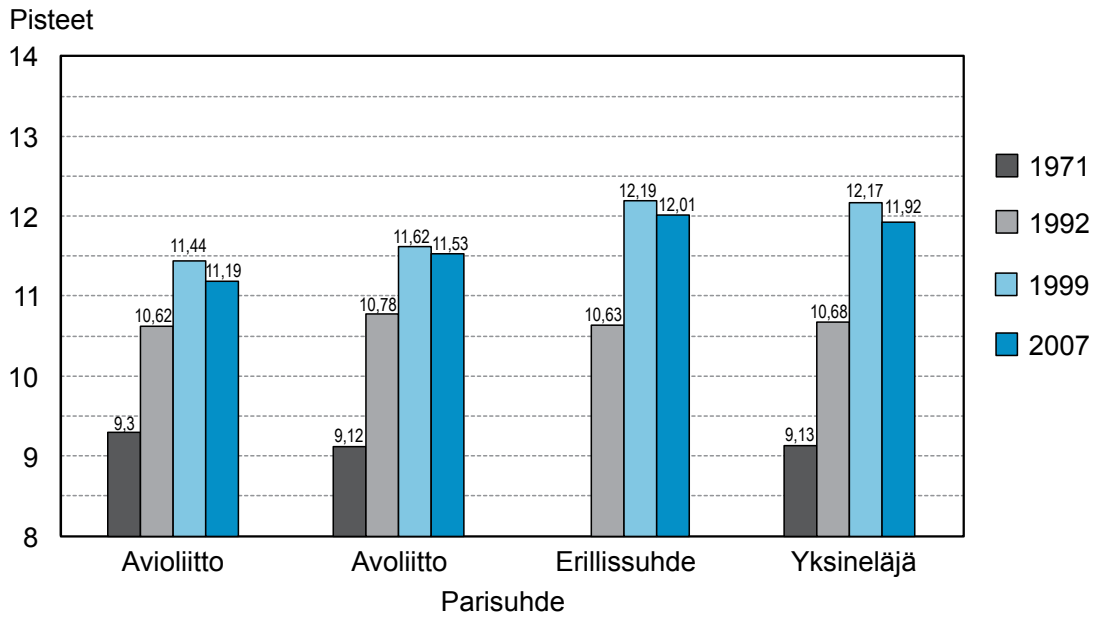
Naisilla vuoden 2007 pistemäärä oli neljästä tutkimuskerrasta korkein eli parisuhteessa eläneillä naisilla oli silloin stressiä enemmän kuin koskaan ennen. Miehillä stressi oli ollut puolestaan vuonna 1999 hieman yleisempää kuin vuonna 2007. Parisuhteissa eläneiden miesten ja naisten elämä oli muuttunut kokonaisuutena 2000-luvulle tultaessa aiempaa stressaavammaksi ja ero oli erityisen suuri 1970-lukuun verrattaessa. Tutkimuksen tietojen perusteella ei voi valitettavasti päätellä mitkä kaikki asiat tätä stressiä olivat aiheuttaneet ja lisänneet.

Naimisissa olleilla naisilla stressitekijät olivat lisääntyneet koko ajan. Yksineläjillä stressitaso oli noussut erityisen paljon 1970-luvulta 1990-luvulle. Naisilla ei ollut suuria eroja yleisissä stressitasoissa eri parisuhdemuodoissa tai yksineläjillä. Miehillä sen sijaan stressiä oli ollut enemmän erillissuhteissa ja yksineläjillä avioliittoihin ja avoliittoihin verrattuna 1990-luvun lopulla ja 2000-luvulla. Miestenkin stressitasot olivat nousseet paljon 1970-luvulta 1990-luvun lopulle. Viimeisessä tutkimuksessa vuonna 2007 ne olivat sen sijaan vähän alemmalla tasolla kuin 1990-luvun lopussa.

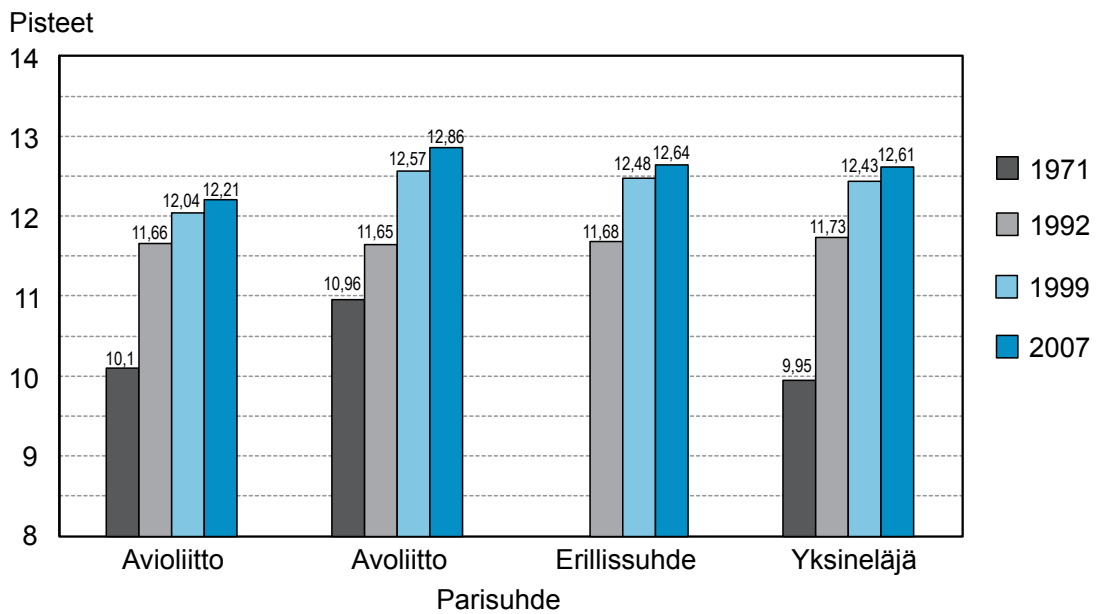
Psyykkisten oireiden esiintyvyydellä oli odotetusti yhteytensä myös parisuhdeonnan (Kuviot 31 ja 32). Eri tutkimusvuosina parisuhdeonni oli ollut sekä miehillä että naisilla keskimäärin sitä parempi mitä vähemmän heillä oli ollut stressiä. Vähän stressiä kokeneilla parisuhdeonni oli parhaimmillaan 2000-luvulla, mutta stressin lisääntyessä (oirepisteet 10–12) miesten parisuhdeonni oli 2000-luvulla aiempaa alhaisemmalla tasolla. Kokonaisuutena stressin ja parisuhdeonnan yhteydet eivät olleet kuitenkaan niin voimakkaita kuin monissa muissa tämän raportin aineistovertailuissa. Stressi kyllä heijastui puolisoitten väliseen vuorovaikutukseen, mutta se ei sinänsä ratkaissut sitä kuinka hyvin tai huonosti parilla meni.

Yhteydet parisuhdeonnan ja psyykkisten oireiden välillä näyttäytyivät hieman vahvempina erillissuhteissa ja avoliitoissa elävillä miehillä silloin, kun oirepistemääriä tarkasteltiin parisuhdeonnan neljässä osaryhmässä (Liitekuviot 13 ja 14). Varsinkin onnettomissa erillissuhteissa olleilla miehillä oli todella huomattavan paljon stressioireita. Korkeita stressipistemääriä saivat myös kaikki onnettomissa

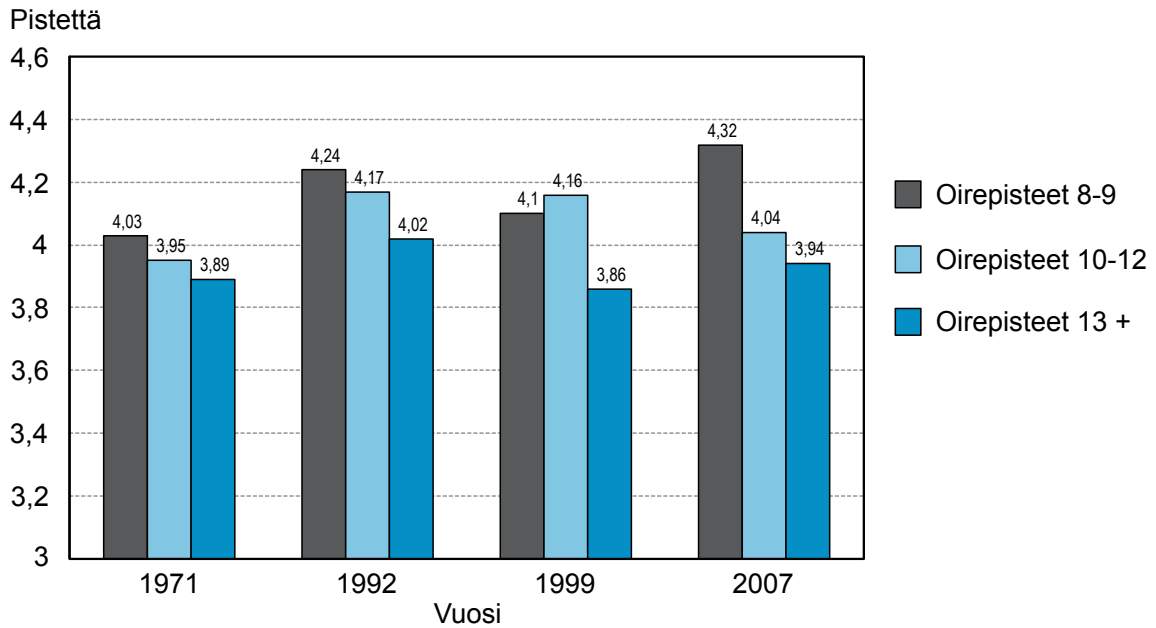
Kuvio 29. Psykkisten oireiden pistemäärä miehillä eri parisuhteissa.



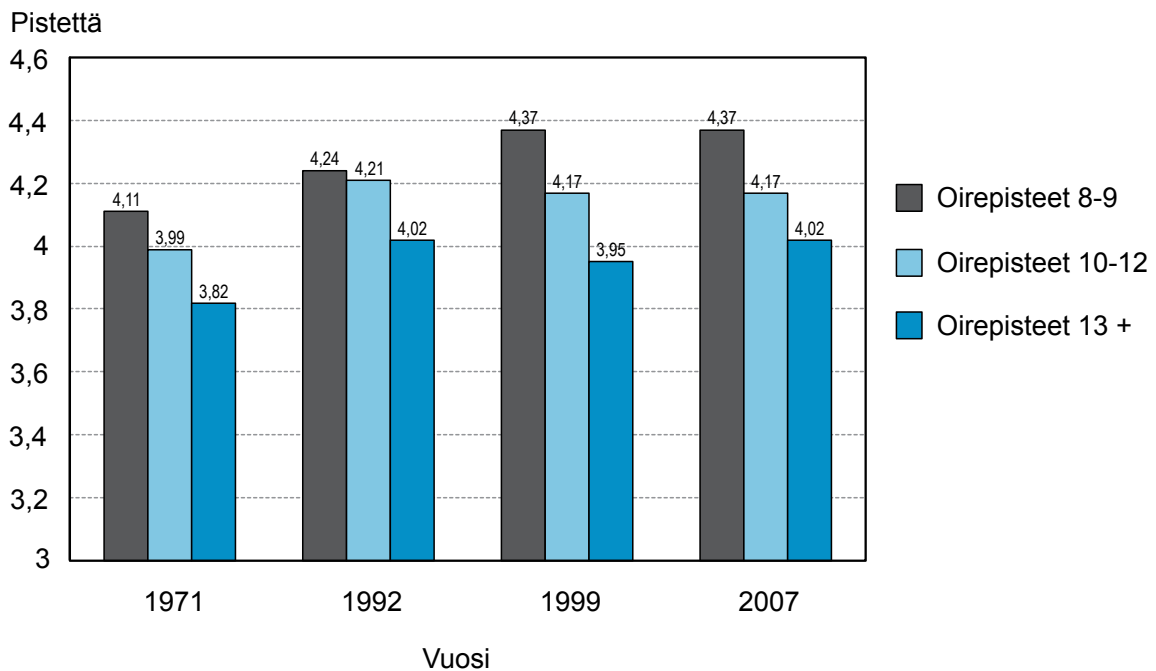
Kuvio 30. Psykkisten oireiden pistemäärä naisilla eri parisuhteissa.



Kuvio 31. Parisuhdeonnan keskiarvo naimisissa olevilla miehillä kolmessa psyykkisten oireiden osaryhmässä.



Kuvio 32. Parisuhdeonnan keskiarvo naimisissa olevilla naisilla kolmessa psyykkisten oireiden osaryhmässä.



liitoissa eläneet naiset ja avioliitossa olleet miehet. Tulokset kertovat siitä, että stressi kasautuu juuri onnettomiin liittoihin ja nämä liitot ovat varmasti myös tärkeä stressin aiheuttaja.

Parisuhdeonnelle osaksi rinnakkainen sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin mittari on mahdollinen yksinäisyyden tunne, myös parisuhteen aikana. Tätä aihetta käsiteltiin jo neljännen luvun lopulla. Tässä vastaajien yksinäisyyden tunteita suhteutetaan vielä heidän kokemiinsa psyykkisiin oireisiin (Liitekuviot 15 ja 16).

Sekä miehillä että naisilla yksinäisyyden tunteet liittyivät vahvasti kohonneisiin stressioirepistemääriin. Yksinäiseksi itsensä tuntevilla ihmisillä oli usein erilaisia paineita elämässä. Onnettomuuden kasautumiseen tämä liittyy lisäksi sen vuoksi, että näillä ihmisillä ei ole selvästi ollut paljoakaan kokemusta kumppanilta saatavasta sosiaalisesta tuesta. Melko yksinäisiksi parisuhteessaan itsensä tuntevilla miehillä ja naisilla oli ollut yhtä paljon stressioireita kuin onnettomaksi parisuhteensa tunteneilla. Yksinäisyyden tunne onkin varmasti keskeinen kriteeri oman parisuhteen onnettomuutta arvioitaessa. Se kertoo epäonnistumisesta jakaa runsaammin vapaa-aikaa ja aktiviteetteja sekä sosiaalista tukea oman kumppanin kanssa.

Stressi ja suhteen ulkopuoliset psyykkiset paineet ovat lisääntyneet suomalaisissa parisuhteissa. Stressaantuneiden ihmisten on muita vaikeampi avautua kumppanilleen ja hakea häneltä kaipaamaansa sosiaalista tukea. Stressaantuneet ihmiset eivät tunne itseään kovin onnellisiksi parisuhteessaan. Jos he eivät saa kumppaniltaan tukea, niin he voivat tuntea itsensä suorastaan ulkopuoliseksi omissa liitoissaan. Sosiaalisen tuen kehittäminen on siksi tehokas väline parisuhdeonnen lisäämiseksi.

Parisuhdetyytyväisyys suhteen kesto vuosien mukaan ja eläkeiässä

Avioliiton solmimismotiivit ja siihen liittyvät kokemukset voivat vaihdella paljonkin nuorena, keski-iässä ja ikäihmisenä. Romanttisten parisuhteiden alkuvaiheissa sopivan sosiaalisen taustan lisäksi tunteiden intensiteetillä ja fyysisellä viehättävyydellä on tärkeä rooli. Tämän jälkeen vuorovaikutustekijät tulevat jatkuvasti tärkeämmiksi.

Aika yleisesti parisuhteiden oletetaan väljähtyvän ja muuttuvan sitä ongelmallisemmiksi mitä enemmän yhteisiä vuosia on kertynyt. Usein puhutaan myös parisuhteiden leipääntymisestä, kun elämä ja rakkaussuhde tuntuvat etenevän samanlaisina, yllätyksettöminä ja suorastaan tylsinä omaa rataansa. Myös eri-

laiset ongelmat ja katkeruuden aiheet saattavat kasautua. Tämä voi näkyä myös seksuaalisen halukkuuden laskuna.

Tässä tutkimuksessa oli mahdollista testata yleistä väittämää suomalaistenkin parisuhdeonnan laskusta yhteisten vuosien lisääntyessä (Kuviot 33 ja 34). Tulokset eivät vahvista kovinkaan voimakkaasti väitettä parisuhteiden laadun yleistä putoamisesta pitkäkestoisemmissä suhteissa – erityisesti kun tarkastellaan miesten vastauksia.

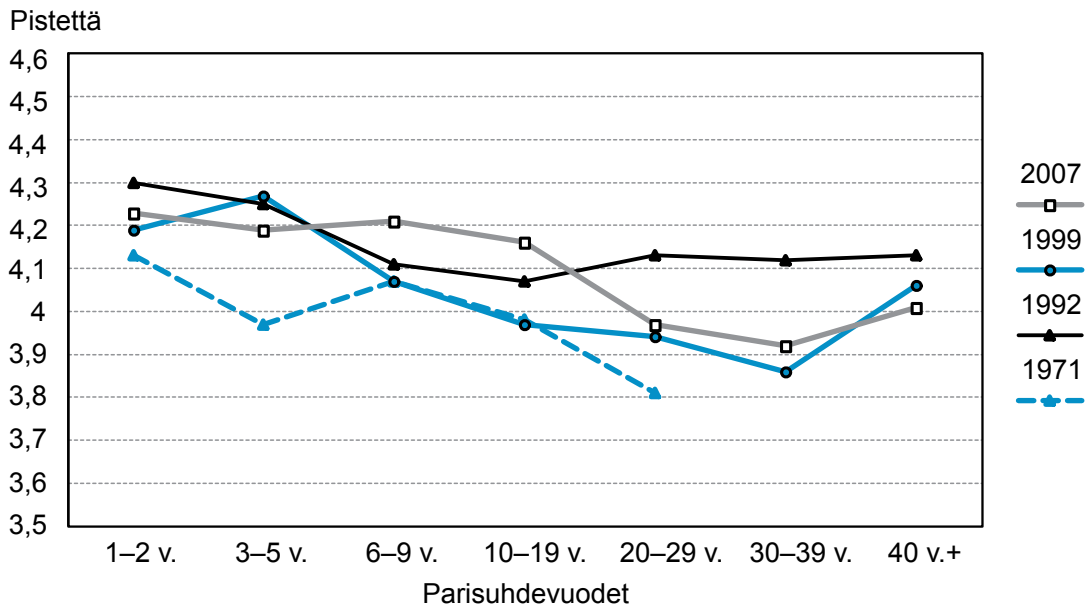
Tuoreimpien tietojen mukaan miesten parisuhdeonni oli säilynyt samalla tasolla parisuhteen 20 ensimmäisen vuoden aikana ja vasta sen jälkeen se oli hieman pudonnut. Pitkissäkin suhteissa miehet kokivat parisuhteensa keskimäärin melko onnellisiksi. Vuoden 1992 vastausten perusteella miesten parisuhdeonni ei ollut pudonnut edes tätä pidempään kestäneissä suhteissa. Miehet kokivat vuonna 2007 suurempaa parisuhdeonnea kuin vuonna 1971 kaikissa eripituisissa suhteissa. Onnellisuuden erot olivat havaittavissa jo aivan tuoreissakin suhteissa. Vuonna 1992 miehet sen sijaan olivat olleet vähintään 20 vuotta kestäneissä suhteissaan onnellisempia kuin vuonna 2007.

Naisten vastausten mukaan parisuhdeonni oli suurinta tuoreimmissa suhteissa ja putosi sen jälkeen vähitellen suhteellisen tasaisesti. Erot naistenkaan parisuhdeonnessa eivät olleet kuitenkaan kovin suuria eripituisissa suhteissa. Parisuhdeonni oli ollut naisillakin 1990- ja 2000-luvuilla jonkin verran korkeammalla tasolla kuin 1970-luvulla suhteen kesto- ja vuosista riippumatta. Näitä onnellisuuseroja ei siten selitä pelkästään onnettomien valikoituminen pois vertailujoukosta mahdollisen eronsa jälkeen.

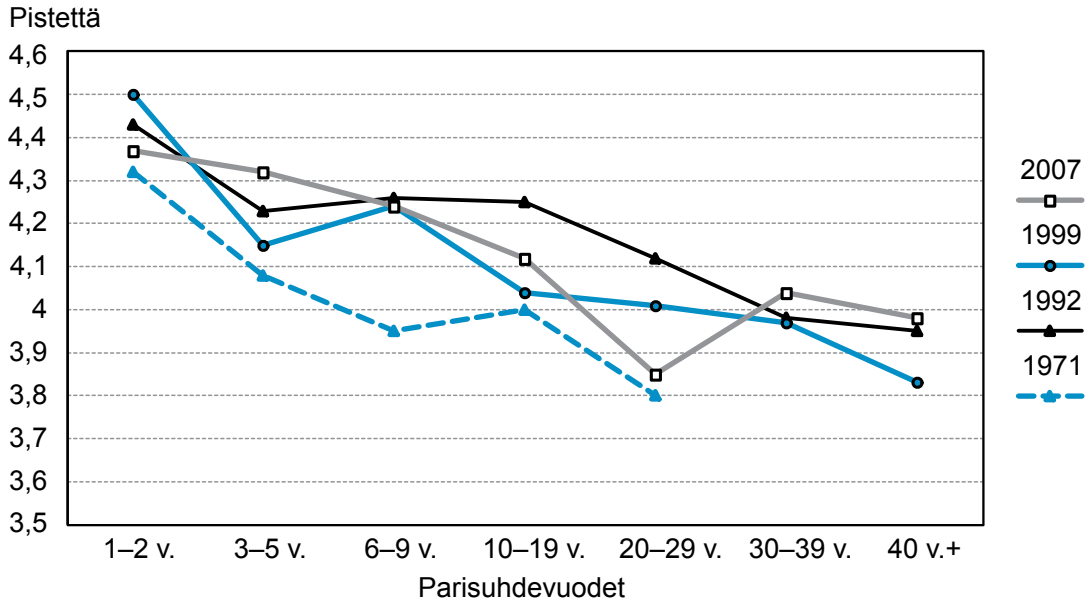
Pitkäaikaisissa suhteissa vuorovaikutustekijät ovat nousseet parisuhdetyytyväisyyden kannalta tärkeämmiksi asioiksi kuin persoonallisuuden piirteet. Saksalaisessa kyselytutkimuksessa (Schmitt 2007) todettiin, että laadukas vuorovaikutus oli erityisen tärkeätä naisten avio-onnen kannalta, kun taas persoonallisuus- ja sosioekonomisilla tekijöillä oli tässä suhteessa melko vähäinen merkitys. Tutkitut olivat pääosin vähintään keskituloisia, joten vaikeiden talousasioiden stressivaikutus ei ehkä päässyt esille. Keski-ikäisillä pareilla persoonallisuustekijät, naisilla varsinkin neuroottisuus, selittivät siinä ikävaiheessa aviollista tyytyväisyyttä mutta eivät enää eläkeiässä.

Keski-ikässä parit kohtaavat usein tilanteen, jossa lapset muuttavat pois kodista. Heidän on hallittava mahdollinen keski-ikäisen kriisi ja vaihdevuosi-ongelmat, heidän täytyy tasapainottaa parisuhteessaan vallanjako ja sen käytännön toteuttaminen, heidän on sopeuduttava muuttuviin fyysisiin ja seksuaalisiin kykyihinsä ja myös ulkonäkönsä muutoksiin. Heidän on kehitettävä myös uuteen tilanteeseen soveltuva parisuhdeidentiteetti ja toimivat uudet vuorovaikutustavat. (Schmitt 2007.)

Kuvio 33. Miesten parisuhdeonnan keskiarvo parisuhteen keston mukaan.



Kuvio 34. Naisten parisuhdeonnan keskiarvo parisuhteen keston mukaan.



Eläkeläisten parisuhdeonni

Pitkäaikaiset suhteet jatkuvat tavallisesti eläkeikään asti. Eläkkeelle jääminen on yksi elämän suurimmista käännekohdista ja se aiheuttaa muutoksia myös sosiaalisissa rooleissa. Tutkimukset ovat kertoneet siitä, että eläkkeelle jäämisen sekä positiivisia että kielteisiä vaikutuksia on liioiteltu varsinkin parisuhde-elämän kannalta. Realistiset odotukset eläkkeelle jäämisestä auttavat parhaiten sopeutumaan uusiin rooleihin. (Fitzpatrick et al. 2005.)

Onnellisessa parisuhteessa elävät odottavat, että eläkeikä mahdollistaisi yhdessäolon lisäämistä varsinkin, jos puoliset voivat jäädä eläkkeelle suunnilleen samoihin aikoihin. Ne pariskunnat, joilla on kireämmät välit, voivat ehkä haluta lykätä eläkkeelle jäämistään. (Fitzpatrick et al. 2005.)

Eläkkeelle jäätyään puolisoitten odotetaan viettävän enemmän aikaansa kodissa, jossa heidän tulisi kehittää sekä aiempia että joitakin uusia yhteisiä aktiviteetteja. Puolisoitten täytyy tukea toisiaan sopeutumaan eläkkeelle jäämisen jälkeisiin roolimutoksiin samoin kuin omaan tai puolison heikkenevään terveydentilaan, jommankumman tunneperäisiin ja fyysisiin sairauksiin ja jopa hoidon tarpeeseen sekä ystävien kuolemantapauksiin. Näiden merkittävien muutosten vaikutuksia parisuhdetyytyväisyyteen on tutkittu toistaiseksi kovin vähän.

Tässä tutkimuksessa oli mahdollista verrata naimisissa olleiden suomalaisten miesten ja naisten parisuhdeonnea eläkkeellä olleilla ja palkkatyössä vielä olevilla. Eläkkeellä olleiden miesten parisuhdetyytyväisyys oli vähän alempi kuin kokopäiväisessä palkkatyössä olleilla miehillä, mutta mitään selvää pudotusta eläkkeelle jääminen ei heidän parisuhdeonnelleen aiheuttanut. Eläkeläismiehet olivat keskimäärin melko onnellisia avioliitossaan.

Eläkkeellä olleiden naisten vertailutulokset muihin naisiin olivat hyvin samanlaiset kuin miehillä, vaikkakin parisuhdeonnen taso oli heillä hieman miehiä alhaisempi. Eläkkeelle jääminen ei näyttänyt paljoa vähentävän parisuhdeonnea. Avioliitossa tai erillissuhteissa parisuhdeonni oli eläkeiässä merkittävästi alemmalla tasolla kuin mitä se oli naimisissa olleilla. Näistä parisuhteista ei ole kaikista päätellen saatu yhtä paljon tukea ja turvallisuuden tunteita kuin mitä on saatu perinteisestä avioliitosta. Kyseessä on myös sukupolvi, jonka arvoissa juuri avioliitto on yhä hyvin keskeisellä sijalla.

Lukuisissa tutkimuksissa on ikäihmisillä osoitettu olevan yhteys vapaa-ajan aktiivisuuden ja elämään tyytyväisyyden välillä. Yhdysvaltalaisen tutkimuksen mukaan erikseen tai yhdessä vietetty aika ei käytännössä suuremmin muuttunut aviomiehen eläkkeelle jäämisen jälkeen. Miesten panostus kotitaloustöihin lisääntyi, mutta työnjako säilyi muutoin sangen traditionaalisena. Tällä ei näyttänyt olleen haitallisia vaikutuksia aviolliseen tyytyväisyyteen. (Fitzpatrick et al. 2005.)

Vaikka vanhoilla pariskunnilla voi olla suhteeseen liittyviä erimielisyyksiä ja erilaisia pettymyksen aiheita, on heidän parisuhteissaan todettu vähemmän

ahdistuneisuutta, vähemmän konflikteja ja vähemmän pyrkimyksiä toisen muuttamiseksi. Yleisimmät ongelmia aiheuttavat aihealueet ovat olleet keskinäinen kommunikointi, erilaisiin huvituksiin osallistuminen ja raha-asiat. (Henry et al. 2005.)

Ikääntyvät naiset ovat toivoneet puolisoltaan parannusta kodin siisteyteen ja enemmän aloitteellisuutta keskusteluihin, sukulaisten tapaamiseen, kotitöissä auttamiseen, ajankäyttöön lasten kanssa ja tunteiden aktiivisempaa ilmaisemista. Vanhempien miesten toiveet ovat sen sijaan rajoittuneet paljolti vain heidän ystäviensä aktiivisempaan tapaamiseen. (Henry et al. 2005.)

Yhdysvalloissa (Henry et al. 2005) ikääntyvien suurimmat parisuhdehaasteet ovat olleet vapaa-ajan käyttö, intimiteetti ja raha-asiat. Kamppailu vapaa-ajan käytöstä johtui siitä sopeutumisvaikeudesta, jota lisääntynyt vapaa-aika tuotti. Raha-asiat nousivat esille siksi, että tulot putosivat samalla kun ikääntyvien odotettiin auttavan taloudellisesti lapsiaan ja lastenlapsia. Ongelmia tuottivat myös sukupolvien väliset suhteet, terveys ja kotitalouden asiat. Koetut terveysongelmat nostivat näiden jälkimmäisten asioiden merkitystä ikääntyvien parisuhteissa.

Miehet valittivat enemmän raha-asioista ja naiset enemmän henkilökohtaisista tavoista ja terveysasioista. Kotitalouteen, vapaa-ajanviettoon ja terveysasioihin liittyvät ristiriidat erottivat toisistaan onnellisia ja onnettomia iäkkäämpiä parisuntia. Ongelmia ja haasteita voi koitua myös toisen tai molempien puolisoitten ja lähipiirin siteistä aiempaan puolisoon.

Tutkimuksen yksi positiivinen tulos oli se, että yhteisten vuosien tai iän karttuminen ei yleensä vähennä paljoakaan parisuhteessa koettua onnea. Elämä on erilaista kuin nuorena, mutta onnen kriteerit suhteutetaan niihin mahdollisuuksiin, joita elämä siinä kohtaa tarjoilee. Vuorovaikutus kumppanin kanssa on hioutunutta ja molemmat tietävät mitä asioita toinen kaipaa ja arvostaa. Kun lapset muuttavat pois kotoa, jää yhteistä aikaakin enemmän. Parisuhteessa voi koittaa eläkeiässä uusi kevät. Suurin onnen riski ovat mahdolliset fyysisen toimintakyvyn rajoitteet ja erilaiset sairaudet. Niiden kanssa selviämässä on kumppanilta saatava tuki erityisen tärkeätä.

6

Parisuhde-erot onnen vastakohtana

Parisuhdeonnen vastakohtana voidaan pitää sellaisia parisuhteita, jotka johtavat eroon tai joissa eroamista ainakin pohditaan vakavasti. Eroamiseen tai vähintäänkin sen harkitsemiseen liittyvät tekijät ja tapahtumat määrittävät parisuhdeonnan kannalta kielteisiä ja epätoivottuja asioita. Ne antavat vihjeitä siitä millaisia karikoita parisuhteessa tulisi erityisesti välttää yhteiseen onneen pyrittäessä.

Pyrkimys eron välttämiseen

Parisuhhteessa jatkamisen motiivit vaihtelevat eri ihmisillä. Jotkut jatkavat liitossaan, koska he arvostavat siitä itselleen koituvia palkitsevia asioita ja toivovat näiden palkintojen jatkuvan. Toiset taas pysyvät parisuhhteessaan, koska heistä tuntuu, että he eivät voi eri syistä jättää sitä. He ajattelevat, että suhteen päättämisen erilaiset seuraukset olisivat heille liian kovat kestettäväksi. Nämä ihmiset eivät siis jatka suhteessaan siksi, että se tuottaisi heille enää erityistä onnea tai tyydytystä. He pelkäävät sen sijaan sitä onnettomuutta, jonka suhteen päättäminen voisi heille aiheuttaa. (Frye et al. 2008.)

Sitoutumista ja aikomusta pysyä parisuhhteessa on selitetty paitsi parisuhhteessa koetulla tyytyväisyydellä myös niillä esteillä tai rajoituksilla, joita ihminen kokee ajatellessaan suhteesta lähtemistä. Nämä vaikuttavat myös heidän käyttäytymiseensä parisuhhteessa. Puolisot, jotka tuntevat itsensä kyvyttömiksi lähteä suhteesta, ovat vähemmän omistautuneita parisuhteelleen. He kuitenkin välttävät riskeeraamasta sellaisilla asioilla, jotka voisivat uhata suhteen jatkamista.

Kun ihmisestä vaikuttaa siltä, että omalla kumppanilla voisi olla joitakin syitä lähteä suhteesta, hän saattaa tuntea itsensä vahvemmin syyntakeiseksi omasta käyttäytymisestään. Hän tietää, että kielteinen käyttäytyminen voisi karkottaa kumppanin pois suhteesta. Jos ihminen sen sijaan on siinä käsityksessä, että hänen kumppaninsa olisi vaikea lähteä suhteesta, hän saattaa tuntea itsensä vapaammaksi ilmaisemaan harmin tai kaunan aiheita ja tunteita. Hän voi käyttäytyä muutoinkin kielteisesti tietäessään, että hänen kumppaninsa ei todennäköisesti lähte suhteesta riippumatta siitä kuinka hän käyttäytyy kumppaniaan kohtaan.

Yhdysvaltalaisstudiosuhteissa ne vaimot, jotka kokivat itsellään olevan erilaisia rajoituksia tai esteitä lähteä suhteesta, käyttäytyivät merkittävästi muita vaimoja vähemmän kielteisesti aviomiestänsä kohtaan, varsinkin jos mies tuntui sangen vapaalta lähtemään suhteesta. Kielteistä käyttäytymistä vältettiin tilanteissa, joissa se olisi voinut ajaa aviomiehen pois suhteesta. (Frye et al. 2008.)

Sosiaalisen vaihdon teoria parisuhde-eroja selittämässä

Eroon johtavia syitä on usein jäsennetty ja määritelty sosiaalisen vaihdon teorian avulla. Sosiaalisen vaihdon teoria esittää, että parisuhteesta lähtemiseen liittyviksi koettujen rajoitusten (kuten vaihtoehtojen puute ja suuret investoinnit suhteeseen) tulisi motivoida kumppaneita toimimaan siten, että he eivät menettäisi suhdettaan. Tähän pyritään useammin välttämällä kielteistä käytöstä kuin käyttäytymällä aiempaa positiivisemmin. (Frye et al. 2008.)

Sosiaalisen vaihdon-teoriaan liittyvässä Levingerin (1976) eroteoriassa on kolme pääkomponenttia: vetovoimat, esteet ja vaihtoehdot. Suhteen vetovoima on verrannollinen siitä koettaviin palkintoihin vähennettynä siitä koituvilla kustannuksilla. Palkintoihin kuuluvat suhteen positiiviset aspektit, kuten rakkaus, seksi, kumppanuus, tunnetuki ja jokapäiväinen apu. Kustannuksiin taas kuuluvat taloudellisten- ja aikapanostusten lisäksi erilaiset suhteen kielteiset asiat, varsinkin kumppanin sanallinen ja fyysinen aggressiivisuus.

Avioeroa hautovien ihmisten täytyy ylittää joukko eroamiseen liittyviä esteitä. Esteisiin kuuluvat esimerkiksi moraaliset ja uskonnolliset arvot, huoli eroon sisältyvästä sosiaalisesta stigmasta, lainsäädäntöön liittyvät esteet ja taloudellinen riippuvuus omasta puolisoista (Amato & Hohmann-Marriott 2007).

Suhdevaihtoehtojen olemassaolo voi kaivaa maata avioliiton pysyvyyden alta. Vastaavasti näiden vaihtoehtojen puute voi vahvistaa liiton pysyvyyttä. Ihmiset, jotka ovat sangen onnellisia suhteessaan, voivat kokea houkutusta jättää puolisonsa, jos he uskovat toisenlaisen suhteen tuovan heille enemmän palkintoja. Onnettomassa liitossa elävät voivat puolestaan pysyttäytyä yhdessä puolisonsa kanssa,

jos he uskovat, että heidän avioliitollaan ei ole käyttökelpoista vaihtoehtoa. Jotkut voivat kuitenkin arvioida yksin elämisen houkuttelevammaksi vaihtoehdoksi kuin jatkamisen epätyytyttävässä liitossa. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.)

Sosiaalisen vaihdon-teorian yksi keskeinen käsite on vaihtoehtojen vertailutaso. Jos jommallakummalla puolisoilla on vaatimattomat odotukset kumppania ja parisuhdetta kohtaan, hän voi olla onnellinen. Toisaalta puoliso, jolla on korkeat odotukset, voi olla samoissa parisuhdeolosuhteissa onneton. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.)

Henkilökohtainen sitoutuminen parisuhteeseen perustuu niihin palkintoihin, joita kumppanit vastaanottavat suhteistaan. Moraalinen sitoutuminen taas perustuu velvollisuuden tunteille ja moraalille uskomuksille siitä, että henkilön täytyy pysyvästi solmimassaan suhteessa huolimatta siinä esiintyvistä ongelmista. Rakenteellinen sitoutuminen perustuu puolestaan pakotteille tai toisin ilmaistuna, suhteen jättämisen esteiden olemassaololle ja hyvien kumppanivaihtoehtojen puuttumiselle. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.)

Onnettomatkin puoliset voivat pysyä sitoutuneina avioliittoonsa, koska siitä lähtemiselle on esteitä (muun muassa he eivät halua luopua asunnostaan tai kokevat huolta lastensa hyvinvoinnista) tai koska ketään vaihtoehtoista ja samalla käyttökelpoista muuta kumppania ei ole näköpiirissä. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.) Varsinkin ne kumppanit, joilla ei ole tiedossa vaihtoehtoa nykyiselle suhteelle ja kumppanilleen, eivät kovinkaan todennäköisesti lähde suhteestaan, vaikka heidän puolisonsa käyttäytyisikin heitä kohtaan jopa aggressiivisesti.

Ihmisten odotukset parisuhdetta kohtaan ovat nykyisin lisääntyneet. Niiden odotetaan aiempaa useammin tarjoavan syvää rakkautta ja muuta tunnetta tyytymystä. Monet myös odottavat avioliiton tarjoavan apuvälineen henkilökohtaiselle kasvulle ja itsensä toteuttamiselle. Nykypäivän vaimot myös odottavat aiempaa useammin tasa-arvoisuutta ja tasapuolisuutta avioliitoissaan. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.)

Yleinen asenneilmasto muuttui suotuisammaksi avioeroille erityisesti 1960-luvulta 1990-luvulle. ”Pyhän” avioliiton purkamattomuutta ylläpitäneiden uskonnollisten arvojen sitovuus ja vaikutus heikkeni. Samaan aikaan puolisoitten taloudellinen riippuvuus toisistaan väheni ja avioero tuli lainsäädännöllisesti helpommaksi. Yhdessä nämä muutokset tekivät avioliitosta lähdön aiempaa helpommaksi. Tämän seurauksena vapailla parisuhdemarkkinoilla on ollut viime aikoina lisääntyvässä määrin aiemmin sitoutuneissa suhteissa eläneitä ihmisiä. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.) He ovat jo aiemmin harjaantuneet parisuhde-elämään.

Jotkut ihmiset saattavat olla suhteellisen tyytyväisiä suhteessaan, mutta harkitsevat eroa, koska eivät ole kovasti sitoutuneita elämäniäkaisen parisuhteen ideaan. Heillä voi olla parisuhdetta kohtaan suuria odotuksia, he eivät ehkä näe suuria esteitä suhteestaan lähtemiselle ja he uskovat että heille on tarjolla käyt-

tökelpoisia vaihtoehtoja nykyiselle kumppanilleen. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.) Suhteeseensa tyytyväiset puoliset käyttävät vähemmän aikaa suhteelleen vaihtoehtoisten kumppaneiden ja erilaisten suhteiden houkuttavuuden arviointiin (Frye et al. 2008).

Parisuhde-eron riskitekijät

Erilaiset ongelmat ja erimielisyydet voivat olla parisuhteen arkipäivää. Niillä on vaikutuksensa parisuhteen laatuun ja onnellisuuteen, mutta niiden ei tarvitse johtaa eron harkintaan tai sen toteutukseen. Väestöliiton aiemmassa tutkimuksessa (Paajanen 2003) ristiriitoja koitui useimmin kotiöiden teosta, rahan käytöstä, lasten kasvatuksesta, vapaa-ajan käytöstä ja yhdessä vietetyn ajan käytöstä. Ristiriidat liittyvät siten useimmiten käytännössä siihen mihin aktiviteetteihin puoliset käyttävät aikansa ja kuinka paljon puoliso otetaan tässä ajankäytössä huomioon. Nämä ristiriidat kehittyvät harvoin niin vakaviksi, että ne olisivat todellinen riskitekijä erolle. Vain alle kymmentä prosenttia näistä ristiriidoista ei ollut pystytty sopimaan.

Samassa tutkimuksessa eronneet muistelivat ristiriitojaan puolisonsa kanssa ennen eroaan. Yleisimmät ristiriitojen aiheet olivat olleet puutteet puolisoiden välisissä keskusteluissa ja läheisyyden ja tunteiden ilmaisemisessa. Tällainen fyysinen ja henkinen etäytyminen toinen toisistaan voi siis aloittaa eron johtavan prosessin. Muita tällaisia riskejä olivat rahan käyttöön liittyvät ongelmat ja naisten kannalta puolisoiden erilaiset arvot ja elämäntyyli samoin kuin vapaa-ajankäyttöön liittyneet erimielisyydet. Nämä kertovat puolisoiden puutteellisesta liittoutumisesta pariksi. Nämä ristiriidat olivat olleet niin vakavia, että yli kolmasosaa niistä ei ollut pystytty ratkaisemaan.

Edellisiä harvinaisempia olivat olleet Paajasen (2003) tutkimilla eron kokeneilla henkilöillä mustasukkaisuuden synnyttämät ristiriidat puolisonsa kanssa. Niitä oli ennen eroaan kokenut kuitenkin jopa viikoittain joka viides mies ja nainen. Voimakas mustasukkaisuus voi muodostua suureksi riskiksi eroon ajautumiselle. Jopa viikoittaista ristiriitaa oli aiheutunut puolison kanssa myös seksiin liittyneistä asioista kolmasosalle eronneista naisista ja neljäsosalle eronneista miehistä. Joka toisessa eroon liittyneessä suhteessa oli koettu jossakin vaiheessa uskottomuutta. Uskottomuutta ei ollut suhteessa usein prosessoitu, mutta sen kokeminen oli voinut heijastua merkittäväällä tavalla kokemukseen toisen luotettavuudesta ja parin keskinäisestä fyysisestä ja henkisestä läheisyydestä.

Yhdysvalloissa uusista avioliitoista tehdyssä seurantatutkimuksessa 20 % ensimmäisistä avioliitoista ja 23 % toisista avioliitoista päättyi eroon viidenteen seurantavuoteen mennessä.

Monilla pariskunnilla eron alkusysäyksenä oli aviovaimon heikentynyt aviollinen tyytyväisyys ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Vanhempiansa eron kokeneet miehet ja naiset voivat pitää eroa normaalina asiana ja toimivana keinona löytää nykyistä suurempi onni jonkun vaihtoehtoisen kumppanin kanssa (Amato & Hohmann-Marriott 2007).

Yhdysvaltalaisstudiumissa (Amato & Hohmann-Marriott 2007) avioeron riskitekijöiksi osoittautuivat nuorena avioituminen, avoliitto ennen avioitumista, omien vanhempien avioero, lapsipuolten asuminen samassa taloudessa, liberaalit perheasenteet sekä näkemys, että ero on sinänsä hyväksyttävissä. Monesti eroavalla oli myös tiedossa toinen vaihtoehtoinen kumppani eron jälkeen. Tästä kertoi eroavien muita yleisempi uskottomuus ja uuden suhteen aloittaminen sangen nopeasti eron jälkeen.

Yhdysvaltalaisen seurantalutkimuksen (Dean et al. 2007) mukaan uskottomuus oli tärkein avioerojen selittäjä. Muut tärkeät selittäjät olivat päihteiden käyttö, rahojen tuhlaaminen typerästi ja kiusalliset tavat. Eroon päättyvissä suhteissa puolisoit olivat olleet enemmän erilaisia tunnollisuudessa, avioliittoon liittyvissä haitallisissa uskomuksissa, sitoutumisen arvostamisessa ja avioliitossa pysymisen motiiveissa (Homish & Leonard 2007). Eroamisen riski kasvaa yleisesti niissä parisuhteissa, joissa motiivi jatkaa suhdetta rakentavaa ja sitä ylläpitävää käyttäytymistä heikkenee (Frye et al. 2008).

Tutkimuksen mukaan parisuhteissa, joissa meni keskimääräistä paremmin, suhteen laatu ei ollut itse asiassa eropäätöksen keskeisin tekijä (Amato & Hohmann-Marriott 2007). Suhteellisen onnellisissa avioliitoissa eron esteet ja vaihtoehtojen olemassaolo saattoivat ratkaista sen, jatkuiko avioliitto vai päättyikö se. Riskitekijöitä olivat eron vähäiset esteet ja vaihtoehtojen olemassaolo. Vain vähän kurjiksi koetuissa – mutta silti eron johtaneissa – suhteissa kolmessa tapauksessa neljästä ainakin toisella puolisoilla oli jo menossa toinen suhde aviosuhteen päättyessä.

Uskottomuudella oli samassa tutkimuksessa erilainen rooli erotapauksissa riippuen siitä, oliko aviosuhde koettu huonoksi tai jopa ahdistavaksi tai sitten ei. Huonoissa suhteissa elävät ihmiset saattoivat hakea vaihtoehtoisia kumppaneita, koska he saivat vähän tunnetukea puolisoiltaan. Uskottomuus oli näissä tapauksissa läheisesti kytköksissä parisuhteen laadun kanssa. Paremmiksi koetuissa parisuhteissa uskottomuus saattoi puolestaan olla se tekijä, joka aiheutti muutoin vakiintuneen suhteen melko nopean purkautumisen. Toinen puolisoista tunsu itsensä petetyksi ja toinen puoliso puolestaan tunsu tunnevetoa uuteen kumppaniin.

Liiton jatkumiseen ja purkautumiseen vaikuttavia asioita on tarkasteltava Kurdekin (2005) mukaan kolmella tasolla:

1. Kumppani yksilönä
Tällä tarkoitetaan niitä kumppanin henkilökohtaisia ominaisuuksia, jotka kukin kumppani tuo parisuhteeseen samoin kuin tapoja, jolla kumppani käsittelee suhteeseen liittyvää informaatiota.
2. Kumppaneiden vuorovaikutus
Tällä tarkoitetaan sitä, kuinka kumppanit käyttäytyvät toisiaan kohtaan.
3. Sosiaaliset voimat
Tällä viitataan siihen, että parisuhde toteutuu rinnan muiden sosiaalisten (pari)suhteiden kanssa.

Parisuhteesta saatavan tyydytyksen selvittämisen kannalta neljä asiakokonaisuutta ovat Kurdekin mielestä merkittäviä:

- Kumppaneiden yksilöllisiä eroja mittaavat asiat, jotka liittyvät suhteen vakiintumiseen ja siinä jaksamiseen ja jotka vaikuttavat siihen missä määrin kumppanit sopeutuvat avioliiton esille nostamiin haasteisiin.
- Parisuhteesta tehtävät spesifiset arviot, jotka ilmentävät uskomuksia ja asenteita joko itsestä tai puoliosasta liitossa. Näitä ovat varsinkin puoliosoon kohdistuva rakkaus, puoliososta pitäminen, sitoutumisen perusmotiivit ja käsitykset luottamuksen asteesta liitossa.
- Puolisoiden vuorovaikutusta edustavat asiat, jotka kertovat mitä puoliosoiden välillä tapahtuu avioliitossa. Näihin kuuluu se kuinka usein puoliosot ovat yhtä mieltä tärkeistä asioista, tunnekiintymystä tai seksuaalista halua osoittavien aktiviteettien useus ja yleensä yhteisten aktiviteettien toistuvuus.
- Sosiaalisia voimia edustavat sosiaalista tukea mittaavat asiat, joissa otetaan huomioon se, että pariskunta toimii sosiaalisessa kontekstissa johon kuuluvat perheenjäsenet ja ystävät ja että nämä sosiaaliset kontekstit vaikuttavat parisuhteiden pysyvyyteen. Yksi merkittävä tekijä on kuinka tyytyväisiä ollaan saatuun sosiaaliseen tukeen.

Kurdekin (2005) tutkimuksessa vaimoilla oli avioliiton neljän ensimmäisen vuoden aikana enemmän psykologista ahdistusta kuin aviomiehillä, mutta vaimot tekivät avioliitosta positiivisempia arvioita ja kokivat vuorovaikutuksen kumppaninsa kanssa positiivisemmin. Avioliiton alkuun verrattuna vaimojen arviot avioliitostaan ja sen laadusta kuitenkin laskivat neljän ensimmäisen vuoden aikana enemmän kuin aviomiehillä.

Aviosuhteeseen liittyvän tyytyväisyyden laskuun vaikutti samassa tutkimuksessa runsaampi koettu psykologinen kärsimys, huonommat arviot avioliitosta,

aviopuolisoiden passiivisempi vuorovaikutus ja suurempi tyytymättömyys saatuun sosiaaliseen tukeen. Molemmilla sukupuolilla oman puolison itselle aiheuttama psykologinen kärsimys korreloi aviollisen tyytyväisyyden kanssa. Muissa tutkimuksissa näiden samojen asioiden on todettu olleen yhteydessä suurempaan eroamisen riskiin. Miehillä sosiaalisen tuen puute on ollut ratkaisevampi asia eroamisen kannalta kuin naisilla.

Verrattaessa 10 vuoden seurannassa (Johnson et al. 2005) mitkä parit pysyivät yhdessä ja mitkä erosivat, ja mitkä parit olivat suhteessaan tyytyväisiä ja tyytymättömiä, stressihormonien tasot erottelivat näitä ihmisiä merkittävästi toisistaan. Yhdessä pysyneillä, mutta tyytymättömillä pareilla, oli ollut vuorovaikutuksen kannalta kielteistä käyttäytymistä jo suhteen alkuvaiheessa. Huonot vuorovaikutustaidot uhkasivat tuottaa aviollista tyytymättömyyttä. Tietyt positiiviset tunteet, kuten huumori ja kiintymys, olivat ominaisia yhdessä pysyneille ja tyytyväisille pareille. Viha ja halveksunta puolestaan tuottivat parisuhteille ahdistusta ja eroamisen riskin.

Huonot kommunikaatiotaidot kasvattavat eroamisen riskiä. Sanallisessa kommunikaatiossa voidaan tarkastella erikseen puolisoitten taitoja ja kykyjä ja niihin liitettyjä tunteita. Taidot ilmenevät lähinnä puolisoitten sanallisten viestien sisällöissä, kun taas tunteet ilmenevät ei-verbaalisina vihjeinä, ilmeinä, asentoina ja kehonkielen vihjeinä. (Johnson et al. 2005.)

Kielteisten ongelmaratkaisukeinojen vahingollisia vaikutuksia lieventävät huumori, kiintymys sekä mielenkiinto ja innokkuus. Esimerkiksi kriittisellä kommentilla on hyvin erilainen vaikutus, jos keskusteluun sisältyy myös huumoria ja aitoa kiintymystä. (Johnson et al. 2005.)

Silloin, kun parit asennoituvat keskusteluun kumppaninsa kanssa mukavana tilanteena päästä toista lähemmäs, työstää suhdetta yhdessä ja suunnitella tulevaisuutta, vuorovaikutus etenee aivan eri tavalla kuin jos keskustelut koetaan tilanteena, jolloin heidän on puolustettava itseään kumppanin kohtuuttomilta vaatimuksilta, pyrkiä vaikuttamaan kumppaniin tai välttämään puhumasta asioista, jotka voivat tuottaa suhteelle epämukavaa jännitystä. (Johnson et al. 2005.)

On tutkimusnäyttöä siitä, että parisuhteen alussa havaittavat käyttäytymistavat välittävät parisuhteeseen sukupolvien välisiä parisuhdehäiriöitä. Tämä viittaa siihen, että niitä käytöstapoja, joilla on juurensa lapsuuden perheessä, on vaikeampi muuttaa kuin niitä, joissa on kyse yksinkertaisista taitojen puutteista tai työssä tai koulussa syntyvän päivittäisen stressin heijastusvaikutuksista suhteelle. (Johnson et al. 2005.)

Onnettoman suhteen ja eroamisen vaikutuksia hyvinvoinnille

Pitkäaikaisilla keskimääräistä huonommaksi koetuilla suhteilla on ollut merkittäviä kielteisiä vaikutuksia yleiselle hyvinvoinnille. Tavallista onnettomampaan avioliittoon jääminen liittyi 12 vuoden seuranta-asetelmassa Yhdysvalloissa merkittävästi vähempään onnellisuuteen ja vähempään tyytyväisyyteen elämää kohtaan, samoin kuin heikompaan itsetuntoon ja heikompaan yleiseen terveydentilaan sekä kohonneeseen psyykkiseen hätään verrattuna muunlaisiin aviosuhteisiin (Hawkins & Booth 2005).

Samasta tutkimuksesta löytyi myös näyttöä, että jääminen onnettomaan avioliittoon oli haitallisempaa kuin eroaminen, sillä huonossa suhteessa elävät olivat vähemmän onnellisia kuin eronneet ja uudelleen avioituneet. Huonossa parisuhteessa elävät olivat myös tyytymättömämpiä, heillä on alempi itsetunto ja heikompi terveys kuin eronneilla yksineläjillä. He eivät voineet missään suhteessa paremmin kuin eronneet.

Suomessa 1990-luvun laman vaikutusten seurannassa (Kontula ym. 1998) huonossa parisuhteessa eläneillä ihmisillä (joita oli noin 600 000) oli kolme kertaa useammin mielenterveyshäiriö kuin hyvässä parisuhteessa eläneillä. Jos huonoon parisuhteeseen yhdistyi velkaongelmia, oli joka toisella mielenterveyshäiriö. Huonossa parisuhteessa eläneistä velkaisista 10 prosenttia oli ajatellut jopa itsemurhan tekemistä. Huonossa parisuhteessa itsemurha-ajatukset olivat kolme kertaa yleisempiä kuin hyvässä parisuhteessa.

Onnettomassa aviosuhteessa eläminen vähensi yhdysvaltalais tutkimuksessa tyytyväisyyttä elämään sitäkin kautta, että tällainen suhde vahingoitti suhteita perheeseen ja ystäviin ja aiheutti myös ongelmia tyytyväisyydessä omaan uraan. Onnettomasti avioituneiden itsetunto saattoi lisäksi jatkuvasti heiketä liiton jatkumisen myötä ainakin osaksi siksi, että kyseinen henkilö oivalsi, että hän ei ollut onnistunut solmimaan ja ylläpitämään onnellista suhdetta. Osa tästä itsetuntovaajeesta saattoi johtua valikoitumisesta. Onnettomasti avioituneet eivät ehkä arvioi itseään kovin positiivisesti aviomarkkinoilla tai he voivat olla loukussa huonoissa liitoissaan heikon itsetuntonsa vuoksi. (Hawkins & Booth 2005.)

Onnettomassa avioliitossa olevat eivät ole saaneet elämäänsä tarkoituspuolisena olemisesta eivätkä he ole vastaanottaneet kovin paljoa tukea kumppaneiltaan. Aviosuhteessa onnettomilla oli yleensä myös heikko yleisarvio omasta onnellisuudestaan. Itsetunto oli voinut kärsiä siitä, että henkilö ei ollut onnistunut solmimaan ja ylläpitämään onnistunutta suhdetta. (Hawkins & Booth 2005.)

Avioliiton onnettomuus ei ole kuitenkaan välttämättä pysyvää. Yhdysvaltalaisessa laajassa tutkimuksessa todettiin, että ensimmäisellä tutkimuskerralla avioliittonsa onnettomaksi kokeneista ihmisistä jopa kaksi kolmasosaa koki aviosuhteensa onnelliseksi viisi vuotta myöhemmin (Waite et al. 2002).

Eron jälkeen uudelleen avioituvat olivat Hawkinsin ja Boothin (2005) tutkimuksessa onnellisempia kuin onnettomassa avioliitossa eläneet, mutta vähemmän onnellisia kuin onnellisessa avioliitossa jo aiemmin eläneet. Eron jälkeen yksin eläneet raportoivat, että he olivat aiempaa tyytyväisempiä elämäänsä, heidän itsetuntonsa oli vankempi ja heidän yleinen terveydentilansa oli parempi. Epätyydyttävän aviosuhteen purkaminen saattoi poistaa merkittävän stressin aiheuttajan omasta elämästä. Eron jälkeen yksin elävillä saattoi olla enemmän itsenäisyyttä ja itseluottamusta kuin uudelleen avioituvilla. Uudelleen avioituvat saattoivat valikoitua sellaisten persoonallisuuden piirteiden mukaan, jotka vaikuttivat kielteisesti heidän aviosuhteensa laatuun.

Eronneilla oli samassa tutkimuksessa alhaisempi hyvinvointi kuin naimisissa olevilla, he olivat vähemmän onnellisia, heillä oli huonompi itsetunto ja myös muita enemmän psyykkisiä huolia. Kielteiset seuraukset johtuivat pääosin eroon liittyvistä stressitekijöistä, joita olivat varsinkin vieraantumisen tunteet, psyykkisen tuen menetys, taloudellisen tilanteen vaikeutuminen ja mahdollinen jatkuva konflikti entisen puolison kanssa.

Monet raportoivat eron jälkeen onnellisuutensa lisääntyneen, tyytyväisyytensä elämää kohtaan kasvaneen ja itsetuntonsa parantuneen. Itsensä irrottaminen epätyytyttävästä ja lamaannuttavasta avioliitosta eroprosessin avulla saattoi johtaa siihen, että kroonisesti avioliitossaan onnettomat ihmiset kokivat hyvinvointinsa paremmaksi. (Hawkins & Booth 2005.) Eroa on sen vuoksi pidetty usein toisena mahdollisuutena onnellisuuteen.

Myös uudelleen avioitumisen on todettu usein kehittävän merkittävästi tai ainakin lisäävän yksilön psyykkistä hyvinvointia. Onnistuminen uuden puolison löytämisessä voi lisätä itseluottamusta ja itsearvostusta. Monet eivät tosin ole olleet toisessa avioliitossaan sen onnellisempia kuin ensimmäisessäkään. Eroaminen on voinut johtaa sellaisiin menetyksiin sosiaalisessa suhteessa, psyykkisessä tuessa, itsetunnossa, elämän jäsennyksessä ja taloudellisissa eduissa, joita uusi avioliittokaan ei ole pystynyt elvyttämään. (Hawkins & Booth 2005.)

Avioeron vaikutuksia elämälle ja onnellisuudelle

Avioerolla on ainakin kolme erityyppistä vaikutusta yksilön hyvinvoinnille. Niistä ensimmäistä kutsutaan usein kriisivaikutukseksi. Itse ero voi olla hyvin järkyttävä ja tunteellinen kokemus ja se voi sinänsä johtaa hyvinvoinnin heikkenemiseen. Tämä kriisi on yleensä väliaikainen. Toiseksi ero tarkoittaa sosiaalista tukea antaneen parisuhteen päättymistä ja tämän resurssin menettämistä. Resurssien väheneminen voi heikentää terveyttä ja sillä saattaa olla pitkäaikaisvaikutuksia, jos henkilö ei ryhdy elämään yhdessä uuden kumppanin kanssa. Kolmanneksi

ero voi merkitä vapautusta avio-ongelmista. Jos avio-ongelmista on koitunut kielteisiä terveysvaikutuksia, ongelmallisen aviosuhteen päättymisen merkitsee jonkinlaista pysyvämpää vapautumista niistä. (Kalmijn & Monden 2006.)

Näillä kolmella asialla on myös keskinäinen vaikutusyhteys. Niille ihmisille, jotka ovat hyvässä parisuhteessa, ero merkitsee kriisiä ja resurssin menetystä ja niistä koituvaa hyvinvoinnin laskua. Huonossa parisuhteessa eläneille erosta koituu sen sijaan sekä kielteisiä että myönteisiä vaikutuksia. He kokevat kriisin ja menetyksen mutta myös helpotusta. Jos helpotuksen vaikutus on pieni, on kokonaisvaikutus hyvinvoinnille kielteinen. Jos helpotuksen merkitys on suuri, voi hyvinvointi parantua verrattuna aiempaan. (Kalmijn & Monden 2006.)

Eriytyisen huonoissa avioliitoissa eläneet ihmiset raportoivat yhdysvaltalais-tutkimuksessa onnellisuuden lisääntymisestä avioeron seurauksena, kun taas vain vähäisessä määrin kurjiksi koetuissa avioliitoissa eläneet ihmiset raportoivat onnellisuutensa vähentyneen eronsa seurauksena (Amato & Hohmann-Marriott 2007). Eron päämotiiveina olivat näissä tapauksissa tyypillisesti suhteen huono laatu ja suhteen osapuolten heikko sitoutuminen avioliittoon.

Eron vaikutus hyvinvointiin on pienempi silloin kun parisuhteen laatu on huono. Ihmiset, jotka eivät ole kovin tiukasti sitoutuneet perhearvoihin, kokevat vähemmän ahdistusta erotessaan. Uudelleen avioituminen voi kompensoida eron kielteiset vaikutukset hyvinvoinnille erityisesti jos aiempi liitto oli hyvä ja siitä eroaminen aiheutti runsaammin onnettomuutta (Kalmijn & Monden 2006).

Kurjiksi koetuista avioliitoista eronneet tutkittavat ovat kertoneet avioliitossaan olleen erityisen vähän onnellisuutta ja puolisoitten välistä vuorovaikutusta sekä erityisen paljon konflikteja, väkivaltaa ja suhteen huomattavaa epävakaisuutta. Tällaisista avioliitoista eronneet kokivat onnellisuutensa lisääntyvän eron jälkeen, kun taas tätä paremmiksi koetuista avioliitoista eronneet kokivat onnellisuutensa vähentyneen eron seurauksena. (Amato & Hohmann-Marriott 2007.)

Jos henkilö eroaa huonosta parisuhteesta, on avioero enemmänkin ratkaisu kuin ongelma. Vaikka ero onkin yleisesti kielteinen kokemus lapsille, tekee se usein psykologisessa mielessä hyvää parisuhteessa eläneille aikuisille. (Kalmijn & Monden 2006.) Kumppaneiden ”pakottaminen” elämään yhdessä silloin, kun heillä on halu erota, voi sisältää riskejä, jos heidän motivaatiotaan suhteen suojelemiseksi ei onnistuta lisäämään (Frye et al. 2008).

Uuvuttavissa tai ahdistavissa avioliitoissa eläneet puoliset tunsivat Amaton ja Hohmann-Marriottin (2007) tutkimuksessa suhteensa onnettomiksi, heillä oli harvoin positiiviseksi koettuja aktiviteetteja puolisoitensa kanssa, heillä oli toistuvia riitoja kumppaninsa kanssa erilaisista asioista, suuri riski kokea väkivaltaisuutta ja he arvioivat suhteensa epävakaisiksi. Tällaiset riskisuhteet olivat taipuvaisia johtamaan konflikteihin, kasautuviin ongelmiin ja yleiseen onnettomuuteen. Riskitekijöiden esiintyminen johti yhä heikompaan sitoutumiseen suhteeseen. Kaikkein onnettomimmat puoliset löysivät keinoja suhteensa

päättämiseksi, vaikka sille olikin olemassa erilaisia esteitä, ja vaikka heillä ei ollut parisuhteelleen vaihtoehtoa.

Huonosta avioliitosta eronneilla on todettu 2–4 vuotta eron jälkeen vähemmän ahdistusoireita kuin ennen eroa, mutta ongelmattomista tai vähemmän ongelmallisista avioliitoista eronneilla oli enemmän ahdistusta kuin avioliiton aikana (Wheaton 1990). Harmonisesta avioliitosta eronneilla oli vuoden kuluttua erosta puolestaan enemmän nivel tulehduksia ja verenpainetta kuin onnettomista avioliitoista eronneilla. (Kalmijn & Monden 2006).

Sosiaalisessa elämässään vain parisuhteeseensa rajoittuneet miehet reagoivat aggressiivisemmin vaimonsa aloitteeseen avioerosta. Miesten on ollut naisia vaikeampaa piilottaa kielteisiä tunteitaan silloin, kun he ovat kokeneet vaimon lähtemisen todelliseksi riskiksi. Miehillä on toisaalta todettu naisia useammin taipumusta uhrautua parisuhteessaan kumppaninsa vuoksi.

Aiemmissä tutkimuksissa on todettu, että ero lisää enemmän naisten kuin miesten depressiota, kun taas avioituminen vähentää enemmän miesten kuin naisten alkoholin käyttöä. Onnettomasta avioliitosta eroamisen on todettu olleen naisille suurempi helpotus kuin miehille. Naiset myös ”karkaavat” miehiä useammin huonosta parisuhteesta ja ovat useammin aloitteellisia avioerossa. (Kalmijn & Monden 2006.)

Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa (Kalmijn & Monden 2006) todettiin, että ero aiheutti naisille enemmän depression oireita kuin miehille. Huonosta suhteesta erottaessa depressiota oli vähemmän kuin hyvästä suhteesta erottaessa. Depressio kuitenkin lisääntyi molemmissa tapauksissa eron jälkeen. Jos avioliitossa oli ollut runsaammin sanallista ja fyysistä aggressiota, niin erosta koitui suurempia kielteisiä hyvinvointivaikutuksia. Tämä viittaa siihen, että konflikti voi jatkua eron jälkeen erityisesti jos lapset tai muut asiat pitävät puolisoita edelleen tiiviissä kanssakäymisessä. Riitaiset avioliitot jatkuvat usein riidoilla myös eron jälkeen. Ne kumoavat sitä kautta erosta muutoin koituvan helpotuksen tunteen. Riidat voivat eron seurauksena hetkellisesti jopa paheta.

Tämän raportin tavoitteena on ollut lisätä ymmärrystä siitä, mikä yleensä tekee parisuhteet onnellisiksi ja toisaalta mitkä asiat vaikuttavat tämän onnen joskus suureenkin vaihteluun erilaisten parisuhteiden välillä ja niiden eri vaiheissa. Kirjallisuushakujen perusteella onni osoittautui olleen yllättävän harvoin erityisenä näkökulmana, kun parisuhteita on aiemmin pohdittu ja tutkittu. Onnettomuus on ollut monista erilaisista syistä paljon mediaseksikkäämpi aihe. Tasaisesta onnesta ei ole kertynyt muille paljoa kerrottavaa ja siitä ei ole saanut otsikoita aikaiseksi. Yksilöille ja pareille tällainen muiden silmissä ”tylsä” onni voi olla kuitenkin koko elämän tärkein asia. Siksi siitä kovin monet niin kovasti haaveilevat.

Onni voi olla pysyvämpi olotila tai ohikiitävä hetki riippuen siitä millä sitä arvioidaan tai mitataan. Kun sitä arvioidaan tunteiden tai joidenkin yksittäisten kokemusten avulla, voi onnen tunne olla kovin lyhytaikaista ja vaihtelevaa. Jos onnea sen sijaan mitataan palkitsevalla elämännäköillä tai merkitykselliseksi koetulla elämällä, voi onni olla jatkuvasti elämää kuorruttava ja sitä voimaannuttava kokemus.

Erityisenä onnena varsinkin julkisessa keskustelussa on pidetty hyvän kumppanin löytämistä ja fyysistä, yhdessäoloon uppoutunutta läheisyyttä rakastetun kanssa. EU-vertailussa Suomi on noussut kärkeen sekä onnellisuudessa että tyytyväisyydessä elämään. Parisuhteen lisäksi perhe ja ystävyys-suhteet ovat olleet suomalaisten onnen ja tyytyväisyyden perustekijöitä. Sokerina pohjalla on antoisa seksuaalisuhde oman kumppanin kanssa.

Tässä raportissa parisuhdeonnen avaimia ja esteitä on haettu alan aiemmasta kansainvälisestä tutkimuskirjallisuudesta ja tekemällä analyysjä Suomen koko 18–74-vuotiasta väestöä edustavista FINSEX -kyselyistä. Kyselyt on tehty vuosina 1971, 1992, 1999 ja 2007. Parisuhteiden onnea ja sen selittäjiä oli mahdollista

tarkastella erikseen erillissuhteissa, avoliitoissa ja avioliitoissa. Erillissuhteista kertynyt tieto on kansainvälisestikin aivan uutta.

Onnen määrä ja kasautuminen tietyille ihmisille

Parisuhdeonnea on tarkasteltu tässä raportissa Suomen tulosten osalta sen perusteella kuinka onnelliseksi tai onnettomaksi vastaajat olivat onnensa arvioineet viisiportaisella asteikolla. Tämän lisäksi on selvitetty muun muassa yleistä elämänonnea, seksuaalielämän tyydyttävyyttä, yksinäisyyttä ja vuorovaikutusta parisuhdekumppanin kanssa.

Suomalainen parisuhde on ihmisten raportoinnin perusteella sangen onnellinen. Vähintään melko onnelliseksi oli ilmoittanut parisuhteensa 83 prosenttia miehistä ja 84 % naisista. Hyvin onnellisissa parisuhteissa eli 30 prosenttia miehistä ja 33 prosenttia naisista. Hyvin onnellisia oli enemmän nuorten kuin keski-ikäisten ja sitä vanhempien vastaajien joukossa. 1970-lukuun verrattuna parisuhteet olivat merkittävästi onnellisempia 1990-luvulla ja 2000-luvulla. Tämä johtune siitä, että onnettomien parisuhteiden osuus on vähentynyt Suomessa merkittävästi avioerojen lukumäärän ja niiden osuudenkin kasvettua tuntuvasti 1980-luvun lopulta alkaen. 1970-luvulla onnettomien avioliittojen kulisseeja sen sijaan pidettiin vielä sinnikkäästi pystyssä.

Suoranaisesti onnettomia parisuhteessaan oli julkiseen keskusteluun verrattuna yllättävän harva, vain vajaa kolme prosenttia molemmista sukupuolista. Tässä saattaa olla ainakin osaksi kyse niin sanotusta onnellisuusmuurista. Oma onnettomuutta voi olla vaikea myöntää edes itselle. Vastaajista kuitenkin 15 prosenttia ei pitänyt parisuhdettaan sen paremmin onnellisena kuin onnettomanakaan. Näitä suhteita voisi luonnehtia, että niissä oli joitakin pieniä vaikeuksia. Yhteensä noin viidesosa suomalaisista parisuhteista ei siten ollut onnellisia.

Avio- ja avoliitoissa elävistä reilu viidesosa oli tuntenut suhteestaan huolimatta itsensä ainakin vähän yksinäiseksi. Erillissuhteissa olleista yksinäisyyttä koki peräti melkein joka toinen. Yksinäisyyden tunteen puuttuminen oli parisuhdeonnen eräänlainen ennakkoehto, mutta se ei vielä taannut onnea. Selvästi muita yksinäisimmiksi kokivat itsensä keski-ikäiset yksineläjämiehet. Heiltä puuttuu sosiaalinen tuki, joka olisi hyvin tärkeitä vaikeuksien kohdatessa.

Parisuhteiden onnessa ei ollut suuria eroja eri parisuhdemuodoissa. Avioliittojen ja avoliittojen onni poikkesi toisistaan merkittävämmiin vain vanhimmilla naisilla, jotka olivat muita harvemmin onnellisia avoliitoissaan. Avioliitot olivat hieman onnellisempia kuin avoliitot. Nuoria naisia lukuun ottamatta erillissuhteet oli koettu jonkin verran avo- ja avioliittoja vähemmän onnellisiksi. Erillissuhteiden onni oli lisäksi vähän heikentynyt 2000-luvulla. Yksineläjät olivat kaikissa

ikäryhmissä merkittävästi muita vähemmän onnellisia ja yksineläjämiehet kaikkein vähiten onnellisia. Tämä on se väestöryhmä, joka on suurimmassa riskissä sosiaaliseen syrjäytymiseen.

Yksi avoimia kysymyksiä tutkimuksen kannalta on se tuoko yhdessäolo onnellisuutta vai onko onnellisuus jollakin tavalla yhteydessä sitoutumiseen? Tutkimuksen perusteella sitoutuminen pelkän yhteenkuuluvuuden sijasta luo perustan pitkäaikaiselle yhteistyölle ja onnellisuudelle perhesuhteissa. Ehkä vastoin ennako-odotuksia yhteiset vuodet eivät yleensä paljoa parisuhteiden onnea vähennä.

Hyvät asiat kasautuivat sekä miehillä että naisilla hyvinkin vahvasti samoille henkilöille. Parisuhteessaan onnelliset olivat yleensä onnellisia koko elämässään, heillä oli hyvä vuorovaikutus kumppaninsa kanssa, he eivät kokeneet yksinäisyyttä ja he arvioivat seksuaalielämänsä ainakin tyydyttäväksi. Suomalaiset olivat tyyppillisesti melko onnellisia sekä parisuhteessaan että elämässään yleensä. Hyvin onnellinen sekä parisuhteessaan että elämässään yleensä oli vajaa viidesosa kaikista miehistä ja naisista. Onnellisuudessa löytyy siten vielä paljonkin parannettavaa.

Jos parisuhdeonni ja elämänonni eivät olleet samalla viivalla, oli parisuhdeonni ollut useammin puskurina elämänonnessa koettuja puutteita vastaan. Jos vastaajat eivät sen sijaan kokeneet parisuhdettaan onnelliseksi, niin myös muussa elämässä meni usein huonosti. Onnea on ollut vaikeata saavuttaa ilman hyvää parisuhdetta.

Kuinka onnen ja varsinkin parisuhteen onnen voi sitten käytännössä saavuttaa? Tässä raportissa on käyty edellä läpi moninaisia tietoja ja näkökulmia tästä aiheesta aiemman tutkimuskirjallisuuden ja tässä raportissa käytetyn tutkimusaineiston avulla. Tähän raportin loppuun on vielä koottu synteesiä näistä tiedoista. Toivottavasti ne tarjoavat käyttökelpoisia avaimia oman parisuhdeonnen löytämiseen, säilyttämiseen ja jopa kehittämiseenkin.

Kumppanin valinta onnen avaimena

Parisuhdeonnen saavuttamisen ydinasia on onnistunut kumppanin valinta. Tähän valintaan vaikuttavat lukuisat asiat, joista monet ovat ihmiselle itsellekin tiedostamattomia. Ihmisten voi olla siksi vaikeata perustella toisille, miksi heidän valintansa on kohdistunut juuri tiettyyn henkilöön. Kumppanin valintaan vaikuttavat myös monenlaiset sattumatkin ja erityisesti se, missä sosiaalisessa yhteisössä tai joukossa ihminen itse liikkuu ja on aktiivinen. Kumppani valitaan yleensä niiden henkilöiden joukossa, joiden kanssa henkilö on aktiivisemmin ja säännöllisemmin tekemisissä.

Kumppanin valinnan osalta parisuhteen onnistumiselle on haettu useimmin selityksiä suhteen osapuolten samankaltaisuudesta ja toisiaan täydentävyydestä – tätä voi nimittää myös onnistuneeksi kumppanin valintataipumukseksi. Kun ihminen solmii parisuhteen henkilön kanssa, joka muistuttaa häntä itseään, on toista helpompi ymmärtää ja parisuhteeseen liittyvistä asioista on helpompi saavuttaa yksimielisyys.

Psykologisessa vahvistamis-tunne mallissa oletetaan, että asenteiden samankaltaisuus johtaa parisuhteessa keskinäiseen vetovoimaan. Tärkeänä kumppanin valintaperusteena on parisuhteen osapuolten arvojen samankaltaisuus. Kumppanin valinta-teorian mukaan arvoiltaan samanlaiset kumppanit koetaan viehättäväksi, koska heidän kauttaan omat näkemykset saavat sosiaalisen vahvistuksen ja hyväksynnän. Omien asenteiden hyväksynnälle saatu vahvistus kumppanilta tuottaa positiivisia tunteita ja luo perustan omille tunteille tätä henkilöä kohtaan. Tämä johtaa parisuhteessa nautinnollisempaan ja palkitsevampaan vuorovaikutukseen.

Tässä tutkimuksessa ei ollut valitettavasti tilaisuutta vertailla parin osapuolten arvoja keskenään ja heidän arvojensa mahdollisen samankaltaisuuden yhteyttä onnellisuuteen. Vastaajien omien arvojen liberaalisuudella tai konservatiivisuudella ei ollut naisten vastausten perusteella juurikaan yhteyttä eri parisuhteissa siihen, kuinka onnellisiksi he kokivat parisuhteensa. Naimisissa olevat miehet olivat jonkin verran onnellisempia, jos he pitivät uskontoa keskimääräistä tärkeämpänä. Naisilla sama havainto koski vain kaikkein tärkeimpänä uskontoa pitäviä. Onnellisella kodilla ja uskonnollisuudella oli siten jonkin verran yhteyttä keskenään.

Naisten sosiaalinen asema ei ole vaikuttanut paljoakaan siihen, tulevatko he valituksi parisuhdekumppaniksi. Miehet sen sijaan valikoituvat parisuhteisiin vahvasti sosiaalisen asemansa ja tulotason perusteella. Naimisissa olevien miesten osuus kasvaa vahvasti sitä myöten mitä enemmän heillä on tuloja. Varakkaammilla miehillä on siis muita miehiä paremmat lähtökohdat nauttia parisuhteeseen liittyvistä sosiaalisista eduista. Taloudellisten tekijöiden sinänsä ei ole muussa mielessä osoitettu liittyvän paljoakaan parisuhteiden onnellisuuteen. Vastaajan tulotasolla ei ollut juuri mitään yhteyttä heidän parisuhteensa onnellisuuteen. Lisäksi tutkimukset ovat muuallakin osoittaneet, että avioliiton positiivisten hyvinvointivaikutusten kannalta taloudellisilla asioilla ei ole kovinkaan suurta merkitystä (esim. Kamp Dush & Amato 2005).

Taloudellisilla asioilla voi olla yhtymäkohta niillä ihmisillä, jotka arvostavat taloudellisia saavutuksia poikkeuksellisen paljon. Taloudellisten asioiden on todettu olevan yhteydessä onnellisuuteen niillä ihmisillä, jotka pitävät materiaalisia arvoja erityisen tärkeinä. Jos parin osapuolet arvostavat taloudellisia asioita eri tavalla, voi tämä tuottaa ongelmia. Vaimojen materialismin on todettu vaikuttavan kielteisesti heidän miestensä aviolliseen tyytyväisyyteen.

Yksi kumppanin valinnan tärkeä ominaisuus on hänen luotettavuutensa ja uskollisuutensa. Parisuhdeonnan kannalta luottamus kumppania ja hänen uskollisuuttaan kohtaan on hyvin tärkeitä. Kumppanin luotettavuudesta on tullut yhä tärkeämpi asia suomalaisissa parisuhteissa. Uskollisuutta odotetaan nykyään enemmän kuin koskaan 1970-luvun alun jälkeen ja vielä merkittävästi enemmän kuin monissa muissa Euroopan maissa. Suomalaiset ovat olleet 2000-luvulla myös käytökseltään uskollisempia avioliitoissa ja avoliitoissa kuin mitä vielä 1990-luvulla. Uskollisuus on ollut erityisen tärkeitä nuorille naisille. Uskottomuutta on ollut eniten erillisuhteissa. Rakastajaan tai rakastajattareen ovat turvautuneet useimmin ihmiset, joiden oma parisuhde ei ole ollut erityisen onnellinen ja joiden seksuaalisiin odotuksiin oma puoliso ei ole kovin hyvin vastannut.

Yksi parisuhteille useimmin ongelmia tuottava puolison elintapa on varmasti kumppanin liiallinen alkoholinkäyttö. Yksittäisten parien osalta alkoholi on heidän suhteessaan varmasti usein ongelmallisessa roolissa. Tämän raportin aineistossa päihteiden käyttötavoilla ei ollut yleisellä tasolla kuitenkaan paljoakaan yhteyttä siihen, kuinka onnelliseksi vastaajat olivat kokeneet oman parisuhteensa. Ajoittainen alkoholin humalakäyttö liittyi jopa keskimääräistä onnellisempiin avioliittoihin. Tämä on esimerkki siitä, että suhteen yksittäisen ominaisuuden perusteella ei pidä tehdä kovin hätäisiä oletuksia parisuhteen onnellisuudesta.

Persoonallisuuksien yhteensopivuus

Ihmisen eräänlaista perusonnellisuutta on selitetty niin sanotulla taipumusteorialla. Sen ydinajatuksena on se, että geneettiset taipumukset tuottaisivat yksilöille erityisiä persoonallisuuden ominaisuuksia, jotka sitten mahdollistaisivat tai hankaloittaisivat onnen kokemista. Onnen vaihtelua selittäisivät tämän kaksostutkimuksissa usein sovelletun teoreettisen viitekehyksen mukaan perinnöllisesti määräytyvät biologiset ja sosiaaliset kyvyt.

Jos tämä teoria pitäisi paikkansa, olisi sosiaalisella ympäristöllä – parisuhde mukaan lukien – perheen ja lapsuuden taustaa lukuun ottamatta vähän merkitystä onnellisuuden kannalta. Onni sen sijaan asettuisi teorian ennustamalla tavalla luontaisesti tietyn taipumuksen edellyttämälle tasolle, jota säätelevät geneettiset taipumukset ja pysyvät persoonallisuuden ominaisuudet. Ja edelleen: johtuen nopeasta sopeutumisesta uuteen ympäristöön sosiaalisilla olosuhteilla olisi onnen vain lyhytaikainen vaikutus. Esimerkiksi kuherruskuukauden jälkeen onni palautuisi sille tasolle kuin mitä se oli ennen parisuhteen solmintaa.

Vaikka tälle sosiaalisen hyvinvoinnin edistämisen kannalta aika pessimistiselle väitteelle ja teorialle onkin löydetty kaksostutkimuksissa vahvistusta, ei yksilön onni ole kuitenkaan ollut onneksi noin ennalta määrättyä. Saksassa tehdyssä

kaksostutkimuksessa tyytyväisyys elämään oli kylläkin suurimmillaan juuri ennen avioliiton solmintaa ja edelleen 1,5 vuotta sen solminnan jälkeen. Vastoin taipumusteorian väitettä tyytyväisyys elämään jäi naimisissa olleilla kuitenkin merkittävästi korkeammalle tasolle kuin mitä se oli ollut ennen parisuhteen solmintaa. Uuteen sosiaaliseen tilanteeseen, parisuhteeseen, ei ollut siis onnellisuuden suhteen täysin sopeuduttu. Avioliitto tuotti tutkituille pysyvästi aiempaa korkeamman onnellisuuden tason.

Parisuhdeonnen saavuttamisen suhteen on epäilemättä eduksi, että ihmisellä on pätevyyttä ja kyvykkyyttä onnen etsinnässä. Pätevyyksien kehitysteorian mukaan parisuhteen kehittymisessä tärkeitä tekijöitä ovat pätevyudet identiteetissä, sosiaalisessa eriytymisessä ja kyvyssä käsitellä riippuvuutta elämän eri vaiheissa. Sisäisen ja ulkoisen sosiaalisen pätevyyden kulmakiviä ovat kyky rakastaa ja kyky neuvotella. Tässä ovat hyvän rakastajan tunnusmerkit.

Onnellisten valikoituminen parisuhteisiin

Yksi tutkimusten esille tuomista väittämistä on se, että itsetuntoiset ja onnelliset ihmiset tulisivat useammin valituiksi parisuhteisiin. Tämä valintataipumus selittäisi osan eroista parisuhteissa ja yksin elävien onnellisuudessa. Itsetuntoiset, ulospäin suuntautuneet, luottavaiset ja hyväsydämiset ihmiset ovatkin tulleet tutkimusten perusteella useammin valituiksi ja he ovat päässeet myös itse valitsemaan. Heidän onnellisuuttaan selittävät onnistuneen parisuhteen lisäksi heidän sosiaalisesti hyvät lähtökohtansa ja erilaisten hyvien asioiden kasautuminen. Tällaisesta onnen kasautumisesta kertoo sekin, että parisuhteessaan erityisen onnelliset ovat olleet muita onnellisempia jo sinkkuina ja aviosuhteen alkuvuosina. Onni voi olla näissä tapauksissa parisuhteen lisäksi yksilön pysyvämpi ominaisuus tai voimavara.

Yksi tämän tutkimuksen suomalaistuloksista oli se, että seksuaalisesti itsensä taitaviksi ja seksuaalisesti itsensä puoleensavetäviksi ja aktiivisiksi tunteneet olivat merkittävästi muita onnellisempia parisuhteessaan. Seksuaalinen aktiivisuus kertoo välillisesti myönteisistä tunteista ja rakkaudesta kumppania kohtaan sekä kumppanilta saadusta hyvästä seksuaalisesta palautteesta. Onnelliset naiset selvästikin panostavat muita enemmän ulkonäköönsä ja vuorovaikutukseensa kumppaninsa kanssa. Jos ihmiset eivät sen sijaan pitäneet itseään seksuaalisesti aktiivineina, heidän parisuhteensa oli harvoin onnellinen. Näistä suhteista puuttui kovin usein läheisydentunne.

Joillekin muille ihmisille kasautuu heidän onnensa kannalta valitettavasti kovin hankalia asioita. Eroon päätyneet ovat olleet elämäänsä merkittävästi tyytymättömämpiä jo ennen avioliittoaan eli he ovat valikoituneet sellaisten

persoonallisuuden piirteiden mukaan, jotka ovat tuottaneet heille vähemmän tyytyväisyyttä elämää kohtaan. Persoonallisuus ja aiemmat elämäkokemukset voivat nostaa riman onnen saavuttamisessa kohtuuttomankin korkealle.

Onnen rajat sosiaalisessa elinympäristössä

Parisuhteen onni ja onnettomuus eivät rakennu vain parin yhteisistä auvoisista tai riitaisista hetkistä, vaan siihen vaikuttavat myös erilaiset pariin sen ulkopuolelta vaikuttavat sosiaaliset tekijät tai hienommin sanottuna heidän sosiaalinen verkostonsa. Nämä vaikutteet ja palautteet kohdistuvat parin osapuoliin joko erillisinä tai sitten heihin yhdessä. Pari joutuu käsittelemään, ratkomaan ja hallitsemaan parin ulkopuolisia sosiaalisia asioita yhdessä.

Elinympäristö voi tuottaa parin osapuolille erilaista ahdistusta ja stressiä, joka heijastuu kielteisellä tavalla heidän parisuhteeseensa. Osa stressiä aiheuttavista asioista liittyy tiettyyn elämänmuutokseen (esim. työttömäksi jääminen tai avioero), osa taas liittyy johonkin krooniseen asiaan (esim. pitkäaikaissairaus tai jatkuvat roolipaineet). Välittymismallin mukaan työhön liittyvä stressi ”valuu” kotiin tunneahdistukseksi, huonotuulisuudeksi ja energisyyden menettämiseksi.

On tutkimusnäyttöä siitä, että krooninen stressi johtaa usein aviolliseen epäsopuun. Puolisolta saatava sosiaalinen tuki voi olla puskuri tätä kehitystä ja sen taustalla vaikuttavaa stressiä vastaan.

Tämän tutkimuksen mukaan parisuhteissa eläneiden miesten ja naisten elämä oli muuttunut 1970-luvulta 2000-luvulla vähintään viidesosan verran aiempaa stressaavammaksi. Parisuhdeonni oli ollut keskimäärin sitä parempi, mitä vähemmän tutkimuksen vastaajilla oli ollut stressiä. Onnettomissa liitoissa eläneillä puolisoilla oli korkeat stressipistemäärät. Onnettomuus ja stressi kasautuivat yhteen. Myös yksinäisyyden tunteet liittyivät vahvasti kohonneisiin stressioirepistemääriin. Melko yksinäisiksi itsensä parisuhteessaan tuntevilla oli yhtä paljon stressiä kuin onnettomissa suhteissa eläneillä. He eivät saaneet puolisoltaan paljoakaan sosiaalista tukea vaikeuksissaan.

Parisuhteen sisäisen tilanteen lisäksi mahdolliseen eroriskiin vaikuttavat suhteen ulkopuoliset sosiaaliset voimat. Levingerin eroteorian kolme pääkomponenttia ovat: vetovoimat, esteet ja vaihtoehdot. Vetovoima määrittyy suhteesta koettavien palkintojen ja kustannusten erotuksena. Esteitä taas ovat esimerkiksi riippuvuus toisesta, huoli erosta aiheutuvasta sosiaalisesta stigmasta ja mahdolliset lainsäädännön esteet. Vaihtoehdot tarkoittavat mahdollisuutta solmia toinen parisuhde ja usko siihen, että uusi suhde voisi tuottaa enemmän palkintoja kuin nykyinen. Jos suhdevaihtoehtoa ei ole, ihmiset saattavat pysyttyä melko onnettomassakin liitossa. Erojen tärkeimpiä selittäjiä ovat olleet

Yhdysvalloissa uskottomuus, päihteiden käyttö, rahojen tuhlaaminen typerästi ja kiusalliset tavat.

Suhteeseensa tyytyväiset puoliset käyttävät vähemmän aikaansa vaihtoehtoisten kumppaneiden ja heidän houkuttavuutensa arviointiin. Mitä enemmän suhteesta lähtemiseen liittyy rajoituksia (vaihtoehtojen puute, suuret investoinnit suhteeseen), sitä todennäköisemmin suhde jatkuu. Parisuhteessa käyttäytytään kumppania kohtaan vähemmän kielteisesti, jos itsen on vaikeata lähteä suhteesta.

Lasten hankinnan vaikutus onnellisuuteen

Lasten hankinta tulee ajankohtaiseksi useimmissa parisuhteissa jossakin vaiheessa ja siihen voi kohdistua sekä suuria odotuksia että suuria pelkoja. Kaikki vauvoihin liittyvä on kuorutettu mielikuvilla vanhemmuuteen liittyvällä onnella ja ylpeydellä. Sitä voisi rinnastaa odotuksiin voimakkaista myönteisistä tunteista, joita "tulee kokea" kuherruskuukauden tai häämatkan aikana. Jos lapsen hankinta ei tuotakaan ennakoitua onnea, vaan pikemminkin ahdistusta, tuottaa tämä pettymystä ja syyllisyyttä. Kaikki eivät ole pystyneet valmistautumaan vanhemmuuteen siinä elämänvaiheessa riittävällä tavalla.

Parisuhdeonni on ollut suurimmillaan alle 30-vuotiailla naisilla, jotka usein ainakin miettivät lasten hankintaa ja perheen perustamista. Tämän tutkimuksen naisilla lasten hankinta ei näyttänyt vaikuttavan keskimäärin paljoakaan heidän onnellisuuteensa. Lapsen hankinta pudotti sen sijaan alle 30-vuotiaiden miesten parisuhdeonnea noin 20 prosentilla. Yhtä alhainen oli onnellisuus yli 30-vuotiailla miehillä, joilla oli kolme lasta. Miehillä lasten hankinta on ollut tästä päätellen usein ongelmallinen asia. Heistä on voinut tuntua, että heidän puolisoltaan ei ole riittänyt heille myönteistä huomiota enää samassa määrin kuin ennen lapsen tai lasten hankintaa.

Lasten hankinnan ja parisuhdeonnan yhteydet eivät ole kovin yksinkertaisia, sillä erityisen onnellisia parisuhteessa olivat alle 35-vuotiaat lapsettomat naiset. Erillissuhteissa lapsi tai lapset näyttivät kasvattavan naisten parisuhdeonnea, mutta vähensivät selvästi miesten vastaavaa onnea. Ulkopuolisten silmissä nämä naiset olivat useimmiten yksinhuoltajia, joiden sosiaalinen rooli määrittyi paljolti heidän lapsensa tai lastensa kautta. Vähiten parisuhdeonnea oli erillissuhteissa elävillä lapsettomilla yli 35-vuotiailla miehillä. He tunsivat kaikesta päätellen itsensä hieman irrallisiksi ikätovereiden perhekeskeisessä yhteisössä.

Ulkomaisissa tutkimuksissa alle 20-vuotiaana hankitut lapset ovat vaikuttaneet vahvan kielteisesti naisten koettuun hyvinvointiin. Naisille ensimmäisen lapsen hankinta tätä vanhempana on yleensä lisännyt heidän subjektiivisen

hyvinvointinsa tunnetta, mutta sitä seuraavat lapset ovat vähentäneet sitä. Ensimmäinen lapsi on ollut naiselle tärkeä riippumatta siitä onko hän elänyt silloin parisuhteessa.

Miehille ensimmäinen poika on lisännyt hyvinvoinnin tunnetta enemmän kuin tyttö, mutta sitä seuraavilla lapsilla ei ole enää ollut vaikutusta miesten hyvinvointiin. Odotus onnellisuuden lisääntymisestä toisen lapsen hankinnan jälkeen on yleensä tuottanut pettymyksen.

Nuoret naiset ovat ryhtyneet parisuhteisiin pyrkimyksensä lisätä hyvinvointiaan lapsia hankkimalla. Nuoret miehet taas ovat hankkineet lapsia voidakseen jäädä suhteisiin, jotka ovat edistäneet heidän onnellisuuttaan. Suhteen funktio tai erityinen päämäärä voi siten olla miehille ja naisille varsin erilainen varsinkin nuoruudessa.

Vuorovaikutus parisuhdeonnan perustana

Parisuhdeonnan perusta ja päivittäinen kokemus muodostuu erityisesti parin välisessä vuorovaikutuksessa. Tämän vuorovaikutuksen laadulle ja siitä mahdollisesti koituvalla onnella on monenlaisia kriteerejä. Nämä määrittävät samalla millä tavoin parisuhdetta ja sen onnellisuutta voisi kehittää.

Yksi parisuhdeonnan peruslähtökohtia on tunne suhteen oikeudenmukaisuudesta. Onnea edistää jos suhde tunnetaan omalta kannalta oikeudenmukaiseksi ja parisuhteen tuotos on vähintään verrannollinen sille annettuun panokseen. Oikeudenmukaisuus-teorian mukaan parisuhteessa tavoitellaan tasapainoa siihen tehtävien panostusten ja siitä saatavien palkintojen välille. Ihmiset voivat kokea itsensä suhteessaan joko ylihyötyjiksi (seurauksena syyllisyys) tai alihyötyjiksi (seurauksena vihan tunne).

Tunne suhteen oikeudenmukaisuudesta synnyttää sen osapuolissa tyytyväisyyttä ja iloisuutta, kun taas tunne epäoikeudenmukaisuudesta synnyttää tyytymättömyyttä ja kielteisiä tunteita. Parisuhteeseen ollaan tyytyväisiä, kun siihen liittyvät kustannus- ja hyötyarviot tavoittavat tai ylittävät omat odotukset. Tyytyväisyys nousee, jos suhteesta koituvat edut ylittävät siitä koituneet kustannukset.

Oikeudenmukaisuuden lisäksi tärkeitä ovat kommunikaatiokyvyt ja kyvyt ratkaista ristiriitoja. Parisuhteessa on tärkeitä kehittää kyvykkyyttä sellaisissa kommunikaatiokyvyissä, jotka mahdollistavat ongelmien ratkaisun ja konfliktien hallinnan. Parisuhteen mielihyvää edistää kykeneväisyys ilmaista ja kommunikoida rakentavalla tavalla kielteisiä tunteita. Suhteen onnettomuuden ja epäonnistumisen perussyitä ovat näiden kykyjen puutteet parisuhteen kummalla hyvänsä osapuolella tai sitten molemmilla. Erityisen tärkeitä on avoin ja selkeä itseilmaisuus sekä aktiivinen ja hyväksyvä toisen kuuntelu.

Parisuhteiden onnea pohdittaessa ohitetaan liian usein lähes kokonaan suhteen seksuaalisen vuorovaikutuksen suuri merkitys. Parisuhdeonnen keskeisiä avaimia on edellä esitettyjen tulosten perusteella tyydyttäväksi koettu seksuaalielämä. Parisuhteen onnellisuuden kannalta oleellista on kumppaneiden yhteinen positiivinen arvio suhteen läheisyydestä. Parin läheisyyden ja koetun liittymisen toinen toisiinsa on todettu vaikuttavan merkittävästi parisuhteen tyytyväisyyteen.

Useimmat vastasivat tutkimuksessa identtisesti siihen kuinka onnellinen heidän parisuhteensa oli ja kuinka tyydyttäväksi he kokivat seksuaalielämänsä. Parisuhteensa ja elämänsä yleisemminkin onnelliseksi kokevilla oli parisuhde muodosta riippumatta pääsääntöisesti ainakin tyydyttäväksi koettu seksuaalielämä. Nämä hyvät asiat siis kasautuvat vahvasti yhteen. Parisuhdeonnea on vaikea saavuttaa ilman hyvin toimivaa seksuaalista suhdetta. Tämä havainto pätee naisille yhtä vahvana ja yhtä usein kuin miehillekin.

Useimmat parisuhteissa eläneet miehet ja naiset arvioivat seksuaalielämänsä ainakin melko tyydyttäväksi. Tyytyväisimpiä seksuaalielämäänsä olivat erillissuhteiden miehet ja vähiten tyytyväisiä naimisissa olleet naiset. Hyvin tyydyttävänä piti seksuaalielämäänsä eri parisuhteissa kuitenkin vain noin 30 prosenttia molemmista sukupuolista. Tyytyväisyys omaan seksuaalielämään oli laskenut melko tasaisesti tutkimuskerrasta toiseen, yksineläjillä kaikkein eniten. Tämä johtui ensisijaisesti parisuhteissa koettujen yhdyntämäärien putoamisesta.

Parisuhteessaan onnelliset ihmiset olivat merkittävästi (moninkertaisesti) muita useammin yhdynnässä kumppaninsa kanssa. Aktiivinen seksuaalielämä ja kumppanin ilmaisema halukkuus edesauttoivat vahvasti parisuhdeonnen kehittymistä. Kyky keskustella seksuaaliasioista oli vahva osoitin, jonka avulla saattoi arvioida parisuhteen koettua laatua. Myös koskettelu ja fyysinen läheisyys liittyivät vahvasti parisuhdeonneen, lisäksi vielä sitä voimakkaammin mitä kauemmin suhde oli kestänyt.

Ehkä vastoin usein julki lausuttuja odotuksia tai epäilyksiä parisuhteiden onni ei vähene tutkimusaineiston vastausten perusteella kovinkaan paljoa yhteisten vuosien myötä, ei varsinkaan miehillä. Naisten vastausten perusteella parisuhdeonni kukoistaa parhaiten tuoreimmista suhteista ja laskee sen jälkeen vähitellen. Eläkkeellä olevien parisuhdeonni on vähän alempi kuin työssäkäyvillä. Pitkissä suhteissa onni säilyy kuitenkin sangen hyvänä, vaikka niiden fyysinen läheisyys ja seksuaaliset aktiviteetit vähitellen laskevatkin. Ihmiset sopeutuvat uuteen elämänvaiheeseen ja suhteuttavat odotuksensa ikätovereihin nuoruuden ihanteiden sijasta.

Tärkeä parisuhteen vuorovaikutuksen ja onnellisuuden tekijä on suhteesta ja puolisolta saatava sosiaalinen tuki. Tunneperäisen sosiaalisen tuen on todettu olevan varsinkin huolenpidon muodossa suorassa yhteydessä parisuhteen tyytyväisyyteen. Ystävällisyys ja hellyys toimivat puskurina konflikteja ja negatiivi-

suutta vastaan. Tukea saaneilla on ollut parisuhteessaan vähemmän konflikteja ja kielteistä käyttäytymistä. Saatu tuki johtaa rakentavampiin konflikteihin ja sitä kautta tyytyväisyyden kasvuun.

Positiivinen palaute puolisoilta voi olla optimaalinen asia parisuhdeonnan kannalta. Sosiaalinen tuki vähentää emotionaalista eristäytymistä ja ehkäisee depressiota, mutta se myös kultivoi positiivisten kokemusten avulla suhteen tunneperäistä läheisyyttä ja intiimisyyttä. Kumppanilta saatavaa päivittäistä sosiaalista tukea ei voi kunnolla korvata millään muulla tavalla. Se voi tuottaa jatkuvaa onnea ja luottamusta selviämiseen elämän vaikeuksistaikin yhdessä. Tällaisen suhteen kruunaa kumppanin kanssa koettu läheisyys ja nautinto.

Mirowsky ja Ross (1989, 91) ovat koonneet hyvin yhteen parisuhteen vahvuudet. ”Hyvä parisuhde (heidän tekstissään avioliitto) tarjoaa tärkeitä asioita: tunteen siitä, että on rakkauden ja huolenpidon kohteena ja arvostettu ja ihailtu henkilö”. Parisuhde antaa myös merkitystä elämälle ja päämäärän, joka on itseä laajempi. Hyvän parisuhteen osapuolet ymmärtävät, että heidän kumppaninsa hyvinvointi riippuu heistä. Se kannustaa heitä huolehtimaan myös terveydestään, jotta he voivat vastata kumppaninsa odotuksiin. Tässä onnistuminen antaa tyydytystä. Pysyvämpi onni syntyy hyvästä elämästä ja sen löytäminen ja rakentaminen on helpompaa hyvässä parisuhteessa.

Mitä tästä kaikesta opimme?

Suomalaisilla parisuhteilla tai paremminkin niiden tunne-elämällä menee sangen hyvin. Onnellisuuden tasossa on kuitenkin vielä paljonkin parantamisen varaa. Useimmat ihmiset kokevat parisuhteissaan molemminpuolista rakkautta ja onni ei näytä vähenevän paljoakaan edes pitkissä suhteissa tai eläkeiässä. Parisuhteet ovat suomalaisten hyvinvoinnin avaintekijä ja sellaisena niitä myös arvostetaan. Niistä saadaan voimaa ja niihin kannattaa panostaa. Toimivissa parisuhteissa on vähemmän psyykkisiä paineita ja jopa vähemmän sairastavuutta. Oman elämän tukihenkilö löytyy onneksi useasti ihan viereltä.

Parisuhdeonni on ihmisten hyvinvoinnin kannalta tärkeää, mutta monien tutkimusten perusteella sitä ei voi juuri edes haaveilla saavuttavansa rahan avulla. Tämän tosiasian rinnalla tuntuu yllättävältä kuinka vähän näihin ”pehmeisiin” asioihin kiinnitetään vakavaa huomiota esimerkiksi poliittisessa keskustelussa ja päätöksenteossa. Yhteiskuntapolitiikassa ei pyritä onnen vaan sen sijasta talouskasvun maksimointiin. Usko taloudellisen vaurastumisen psyykkisiinkin hyvinvointivaikutuksiin on säilynyt yllättävän sitkeänä, vaikka siitä ei olekaan mitään tutkimusnäyttöä. Taloustalkoista olisi syytä siirtyä onnellisuustalkoisiin.

Parisuhteiden onni on ollut 1990- ja 2000-luvulla huomattavasti kehittyneempää kuin 1970-luvulla, vaikka stressiä aiheuttavat asiat ovatkin samaan aikaan lisääntyneet elämässä ja vaikka parien rakastelukin muuttui 2000-luvulla aiempaa harvatahtisemmaksi. 2000-luvulla parisuhteiden onnea on edistänyt osaltaan uskollisuuden lisääntyminen. Saavutetusta onnesta on pidetty aiempaa tiukemmin kiinni. Myös sosiaalisen tuen on täytynyt kehittyä suotuisasti aiempaa tunnevaltaisemmissa suhteissa, koska edes lisääntyneet stressioireet eivät ole onnistuneet nakertamaan parisuhteiden laatua. On hyvin mahdollista, että suomalaiset parisuhteet on koettu viime vuosina muun muassa työnjaoltaan aiempaa oikeudenmukaisempina ja että itsen kanssa samankaltaisen parin valinnassa on onnistuttu entistä paremmin.

Vaikka niin monet asiat näyttävät parisuhteissa positiivisilta, on eroaminen silti nykypäivänä yhtä aktiivista kuin mitä se oli esimerkiksi jo 1990-luvulla. Tällä on ollut vaikutuksensa siihen, että onnettomat suhteet ovat suhteellisen selvästi tulleet harvinaisemmiksi 1970-luvun jälkeen. Suhteet, jotka aikanaan pidettiin puoliväkisin koossa, on nyttemmin päätetty suosiolla eroon. Vaikka eroista aina koituukin erilaisia ongelmia, on silti onnettomaan liittoon jääminen sen osapuolille vielä haitallisempaa kuin eroaminen. Kysymys ei ole vain onnen puutteesta, vaan itsetunnon vaurioitumisen lisäksi monista psyykkisistä haitoista ja pitkittyneenä tilana jopa terveyshaitoista.

Tässä tutkimuksessa on ollut käytettävissä tavallista paremmat tiedot selvittää parin seksuaalisen vuorovaikutuksen merkitystä parisuhteen onnellisuudelle. Seksuaalinen yhteensopivuus osoittautui yhdeksi hyvin ratkaisevaksi tekijäksi parisuhteen onnellisuuden kannalta. Jo kyky keskustella seksuaaliasioista kumppanin kanssa oli parisuhteen laadun hyvä mittari, samoin kuin tyytyväisyys parisuhteessa koettuun fyysiseen läheisyyteen. Parisuhteen luonteeseen kuuluu keskinäinen intiimi läheisyys. Onni ei ole useinkaan löytänyt tietään parisuhteisiin, joista seksuaalinen mielenkiinto kumppania kohtaan on kaikonnut.

Yleisimpänä suomalaisten parisuhteiden ongelmana intiimielämässä ovat puolisoiden useasti kovinkin erilaiset seksuaaliset halut. Suomestakin on kantautunut yhdysvaltalaistutkimuksen tapaan viestejä siitä, että seksistä on tullut useassa tapauksessa kotitalouksissa suoranainen vaihdon väline. Vähemmän halukas puoliso on saanut sen avulla itselleen toivomiaan palveluksia ja lisää apua kotitalouden pyörittämiseen. Parisuhteissa tarvitaan kaikesta päätellen myös tällaisia kompromisseja. Parisuhdeonnen johtaa onneksi kovin monenlaisia teitä.

Tärkeänä onnen avaimena on puolisolta saatu hyvä palaute miehenä ja naisena ja toisaalta rakastajana tai rakastajattarena. Tällainen palaute nostattaa sen saajan itsetuntoa puolisona. Oman puolison kehuminen on jokapäiväisen elämän parasta terapiaa ja parisuhdeonnen valttikortti.

Lähteet

- Amato P.R. & Hohmann-Marriott B. (2007): A Comparison of High- and Low-Distress Marriages That End in Divorce. *Journal of Marriage and Family* 69:621–638.
- Anderson R., Mikulic B., Vermeylen G., Lyly-Yrjänäinen M. & Zigante V. (2009): Second European Quality of Life Survey Overview. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. Dublin.
- Barbee A.P. & Cunningham M.R. (1995): An experimental approach to social support communications: Interactive coping in close relationships. *Communication Yearbook* 18:381–413.
- Brock R.L. & Lawrence E. (2008): A Longitudinal Investigation of Stress Spillover in Marriage: Does Spousal Support Adequacy Buffer the Effects? *Journal of Family Psychology* 22:1:11–20.
- Carroll J.S., Badger S. & Yang C. (2006): The Ability to Negotiate or the Ability to Love? Evaluating the Developmental Domains of Marital Competence. *Journal of Family Issues* 27:7:1001–1032.
- Christopher F. Scott & Sprecher Susan (2009): Sexuality in Marriage, Dating, and Other Relationships: A Decade Review. *Journal of Marriage and the Family* 62:999–1017.
- Claxton A. & Perry-Jenkins M. (2008): No Fun Anymore: Leisure and Marital Quality Across the Transition to Parenthood. *Journal of Marriage and Family* 70:28–43.
- Cramer D. (2006): How a supportive partner may increase relationship satisfaction. *British Journal of Guidance & Counselling* 34:1:117–131.
- Cropley C.J. & Reid S.A. (2008): A Latent Variable Analysis of Couple Closeness, Attributions, and Relational Satisfaction. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 16:4:364–374.

- Dean L.R., Carroll J.S. & Yang C. (2007): Materialism, Perceived Financial Problems, and Marital Satisfaction. *Family and Consumer Sciences Research Journal* 35:3:260–281.
- Dew J. (2008): Debt Change and Marital Satisfaction Change in Recently Married Couples. *Family Relations* 57:60–71.
- Donnellan M.B., Assad K.K., Robins R.W. & Conger R.D. (2007): Do negative interactions mediate the effects of Negative Emotionality, Communal Positive Emotionality, and Constraint on relationship satisfaction? *Journal of Social and Personal Relationships* 24:4:557–573.
- Elliott S. & Umberson D. (2008): The Performance of Desire: Gender and Sexual Negotiation in Long-Term Marriages. *Journal of Marriage and Family* 70:391–406.
- Fitzpatrick T.R., Vinick B.H. & Bushfield S. (2005): Anticipated and Experienced Changes in Activities After Husbands Retire. *Journal of Gerontological Social Work* 46:2:69–84.
- Frye N.E., McNulty J.K. & Karney B.R. (2008): How Do Constrains on Leaving a Marriage Affect Behavior Within the Marriage? *Journal of Family Psychology* 22:1:153–161.
- Gong M. (2007): Does Status Inconsistency Matter for Marital Quality? *Journal of Family Issues* 28:12:1582–1610.
- Guerrero L., La Valley A.G. & Farinelli L. (2008): The experience and expression of anger, guilt, and sadness in marriage: An equity theory explanation. *Journal of Social and Personal Relationships* 25:5:699–724.
- Haavio-Mannila Elina & Kontula Osmo (2001): *Seksin trendit: Meillä ja naapureissa*. WSOY: Helsinki.
- Haavio-Mannila Elina & Kontula Osmo (2003): *Sexual Trends in the Baltic Sea Area*. Publications of the Population Research Institute, Series D41, The Population Research Institute, Family Federation of Finland: Helsinki.
- Hansen T., Moum T. & Shapiro A. (2007): Relational and Individual Well-Being Among Cohabiters and Married Individuals in Midlife. *Journal of Family Issues* 28:7:910–933.
- Hawkins Daniel.N. & Booth Alain (2005): Unhappily Ever After: Effects of Long-Term, Low-Quality Marriages on Well-Being. *Social Forces* 84:1:445–465.
- Henry R.G., Miller R.B. & Giarrusso R. (2005): Difficulties, Disagreements, and Disappointments in Late-Life Marriages. *International Journal of Aging and Human Development* 61:3:243–264.
- Homish G.G. & Leonard K.E. (2007): The Drinking Partnership and Marital Satisfaction: The Longitudinal Influence of Discrepant Drinking. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 75:1:43–51.
- Johnson M.D., Cohan C.L., Davila J., Lawrence E., Rogge R.D., Karney B.R., Sullivan K.T. & Bradbury T.N. (2005): Problem-Solving Skills and Affective Expressions

- as Predictors of Change in Marital Satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 73:1:15–27.
- Kalmijn M. & Monden C.W.S. (2006): Are the Negative Effects of Divorce on Well-Being Dependent on Marital Quality? *Journal of Marriage and Family* 68:1197–1213.
- Kamp Dush C.M. & Amato P.R. (2005): Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships* 22:5:607–627.
- Kluwer Esther S. & Johnson Matthew D. (2007): Conflict Frequency and Relationship Quality Across the Transition to Parenthood. *Journal of Marriage and Family* 69:1089–1106.
- Kohler H-P., Behrman J.R. & Skyttthe A. (2005): Partner + Children = Happiness? The Effects of Partnerships and Fertility on Well-Being. *Population and Development Review* 31:3:407–445.
- Kontula Osmo & Haavio-Mannila Elina (toim.)(1993): *Suomalainen seksi: Tietoa suomalaisten sukupuolielämän muutoksesta*. WSOY: Juva.
- Kontula Osmo & Haavio-Mannila Elina (2009): The Impact of Aging on Human Sexual Activity and Sexual Desire. *The Journal of Sex Research* 46:1:46–56.
- Kontula Osmo, Viinamäki Heimo ja Koskela Kaj (1998): *Köyhiä ja Kipeitä: Taloudellisen laman terveysvaikutuksia 1990-luvulla*. Väestöliitto. Väestöntutkimuslaitos. Julkaisusarja D 34/1998. Helsinki.
- Kontula Osmo (2008): *Halu & Intohimo: Tietoa suomalaisesta seksistä*. Otava. Helsinki.
- Kontula Osmo (2009): *Between Sexual Desire and Reality: The Evolution of Sex in Finland*. The Family Federation of Finland: The Population Research Institute D49/2009. Helsinki.
- Kurdek L.A. (2005): Gender and Marital Satisfaction Early in Marriage: A Growth Curve Approach. *Journal of Marriage and Family* 67:68–84.
- Lee G.R. & Bulanda J.R. (2005): Change and Consistency in the Relation of Marital Status to Personal Happiness. *Marriage & Family Review* 38:1:69–84.
- Levinger g. (1976): A socio-psychological perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues* 52:21–47.
- Lutz-Zois C.J., Bradley A.C., Mihalik J.L. & Moorman-Eavers E.R. (2006): Perceived similarity and relationship success among dating couples: An idiographic approach. *Journal of Social and Personal Relationships* 23:6:865–880.
- MacNeil S. & Byers E.S. (2005): Dyadic assessment of sexual self-disclosure and sexual satisfaction in heterosexual dating couples. *Journal of Social and Personal Relationships* 22:2:169–181.
- Marcussen K. (2005): Explaining Differences in Mental Health Between Married and Cohabiting Individuals. *Social Psychology Quarterly* 68:3:239–257.

- Mirowsky John & Ross Catherine E. (1989): *Social Causes of Psychological Distress*. New York: Aldine de Gruyter.
- Ojala Eija Maarit & Kontula Osmo (2002): Tarvitseeko minua kukaan? Keski-ikäiset yksineläjät perhekeskeisessä yhteisössä. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D40/2002. Väestöntutkimuslaitos, Väestöliitto. Helsinki.
- Paajanen Pirjo (2003): Parisuhde koetuksella: käsityksiä parisuhteesta ja sen purkautumisesta. *Perhebarometri 2003*. Väestöntutkimuslaitos E 17/2003. Väestöliitto. Helsinki.
- Pankarinkangas Kirsi (2009): Vasta-avioituneiden leskien avioliiton laatu ja sen tekijät. *Gerontologia* 23:2:67–81.
- Régnier-Loilier Arnaud, Beaujouan Éva & Villeneuve-Gokalp (2009): Neither single, nor in a couple: A study of living apart together in France. *Demographic Research* 21:4:75–108.
- Roest A.M.C, Dubas J.S., Gerris J.R.M. & Engels R.C.M.E. (2006): Disentangling Value Similarities and Transmissions in Established Marriages: A Cross-Lagged Longitudinal Study. *Journal of Marriage and Family* 68:1132–1146.
- Salmela-Aro K., Aunola K., Saisto T., Halmesmäki E. & Nurmi J-E. (2006): Couples share similar changes in depressive symptoms and marital satisfaction anticipating the birth of a child. *Journal of Social and Personal Relationships* 23:5:781–803.
- Stafford L., Merolla A.J. & Castle J.D. (2006): When long-distance dating partners become geographically close. *Journal of Social and Personal Relationships* 23:6:901–919.
- Stutzer A. & Frey B.S. (2006): Does marriage make people happy, or do happy people get married? *The Journal of Socio-Economics* 35:326–347.
- Umberson D., Williams K., Powers D.A., Chen M.D. & Campbell A.M. (2005): As Good as it Gets? A Life Course Perspective on Marital Quality. *Social Forces* 84:1:487–505.
- Waite L.J., Browning D., Doherty W.J., Gallagher M., Luo Y. & Stanley S.M. (2002): *Does Divorce Make People Happy?* Institute for American Values.
- Waite Linda J. (2000): Trends in Men's and Women's Well-Being in Marriage. In *The Ties That Bind: Perspectives on Marriage and Cohabitation* (Ed. Linda J Waite). Aldine de Gruyter, New York. s. 368–392.
- Willets Marion C. (2006): Union Quality Comparisons Between Long-Term Heterosexual Cohabitation and Legal Marriage. *Journal of Family Issues* 27:1:110–127.
- Witting K., Santtila P., Alanko K., Harlaar N., Jern P., Johansson A., Von Der Pahlen B., Varjonen M., Ålgars M. & Sandnabba N.K. (2008): Female Sexual Function and Its Associations with Number of Children, Pregnancy, and Relationship Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy* 34:89–106.
- Wheaton B. (1990): Life transitions, role histories, and mental-health. *American Sociological Review* 55:209–223.

- Wydick B. (2007): Grandma was Right: Why Cohabitation Undermines Relational Satisfaction, But Is Increasing Anyway. *Kyklos* 60:4:617–645.
- Yesilova Katja (2009): *Ydinperheen politiikka*. Gaudeamus. Helsinki.
- Yoav L. & Adital B-A. (2007): Relationship of Dyadic Closeness With Work-Related Stress: A Daily Diary Study. *Journal of Marriage and Family* 69:1021–1035.
- Zimmermann A.C. & Easterlin R.A. (2006): Happily Ever After? Cohabitation, Marriage, Divorce, and Happiness in Germany. *Population and Development Review* 32:3:511–528.

Liitetaulukot

Liitetaulukko 1. Erillissuhteet¹ eri syntymävuosikohorteissa kolmessa FINSEX väestökyselyssä (%).

Sukupuoli	Syntymävuodet	1992	1999	2007
Mies	1917–21	15,4	0,0	
	1922–26	5,4	13,3	
	1927–31	3,8	3,6	
	1932–36	10,0	17,9	5,3
	1937–41	5,6	10,8	9,5
	1942–46	6,1	15,7	6,6
	1947–51	2,3	12,9	4,9
	1952–56	7,7	15,5	8,1
	1957–61	6,6	11,7	12,9
	1962–66	14,5	15,5	16,9
	1967–71	27,1	10,5	3,3
	1972–76	30,3	22,4	11,6
	1977–81		38,0	12,2
	1982–86			21,3
	1987–89			28,6
Nainen	1917–21	1,6	8,3	
	1922–26	3,2	21,4	
	1927–31	5,6	2,8	
	1932–36	6,6	16,7	3,9
	1937–41	8,6	8,3	7,3
	1942–46	9,2	15,4	3,7
	1947–51	12,6	11,1	10,3
	1952–56	6,3	13,6	7,8
	1957–61	7,9	7,5	10,8
	1962–66	12,5	12,7	6,3
	1967–71	26,3	9,4	9,7
	1972–76	36,8	10,5	6,7
	1977–81		38,9	14,8
	1982–86			15,8
	1987–89			25,0

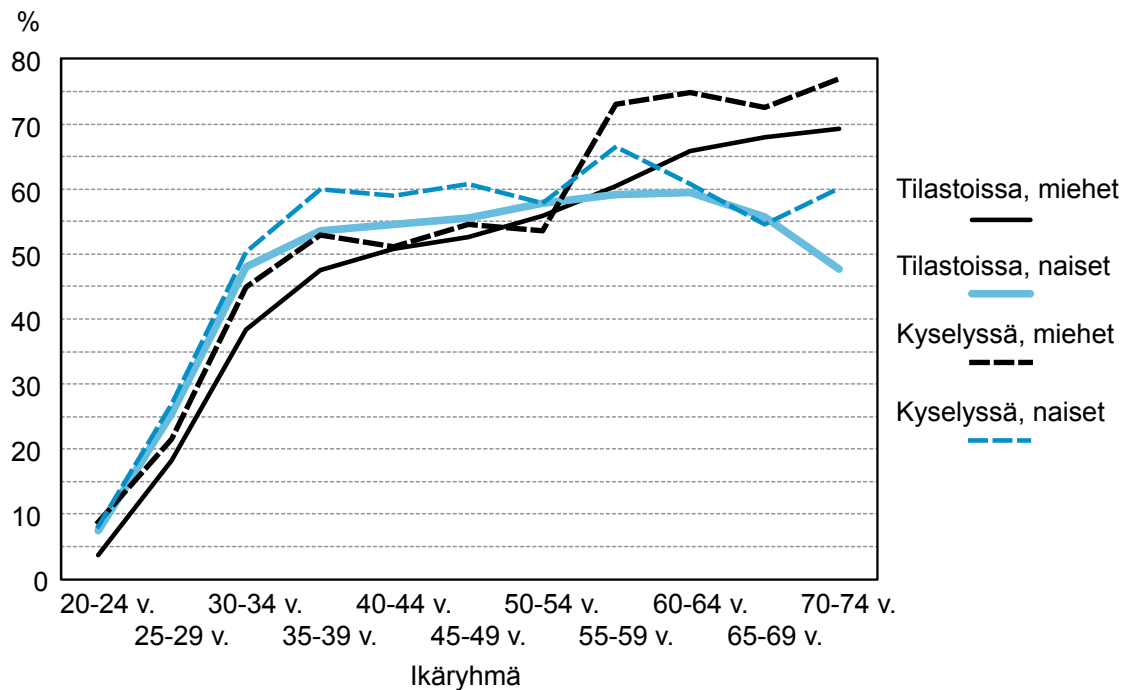
¹ Vakituinen parisuhde, jossa ei asuta yhdessä

Liitetaulukko 2. Molemminpuolista rakkautta (rakastaa todella jotakuta ja joku todella rakastaa itseä) eri parisuhteissa kokevat miehet ja naiset, %.

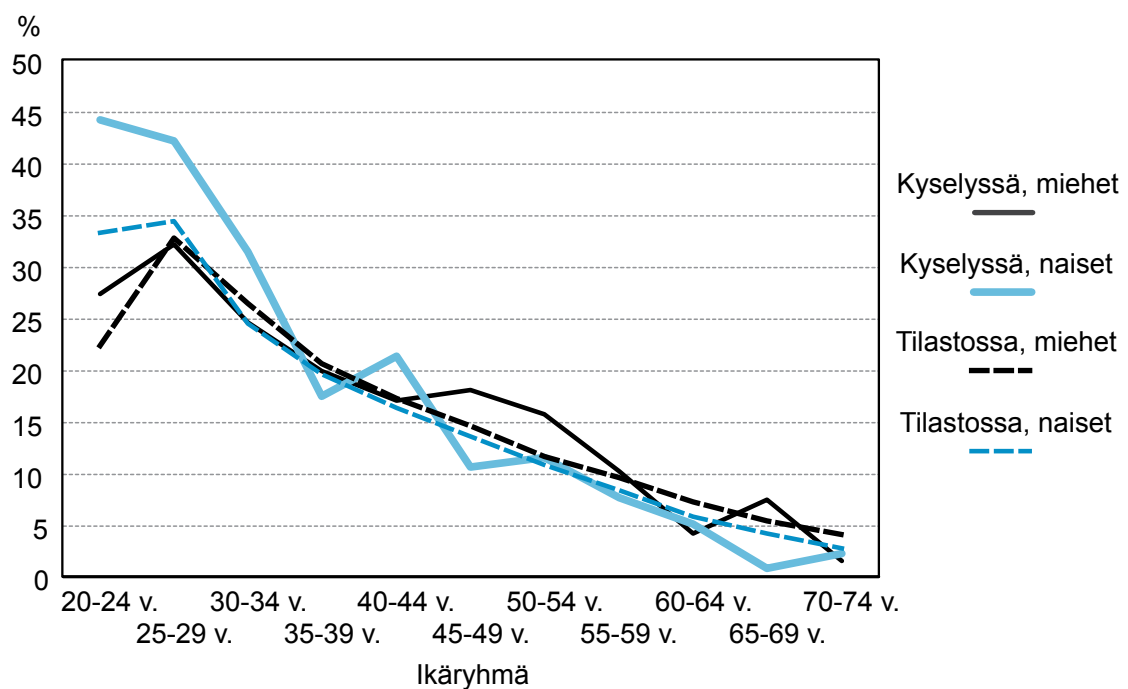
Sukupuoli ja parisuhde	Ikäryhmä	1971	1992	1999	2007
Mies					
Erillissuhde	18–34 v.	..	93,2	72,9	80,0
	35–54 v.	..	85,7	53,3	72,7
	55–74 v.	..	75,0	89,5	53,3
Avoliitto	18–34 v.	81,3	87,4	90,2	97,3
	35–54 v.	..	78,0	86,7	91,2
	55–74 v.	..	80,0	75,0	85,2
Avoliitto	18–34 v.	78,0	86,8	96,2	98,5
	35–54 v.	61,4	80,4	88,1	90,6
	55–74 v.	..	62,6	83,7	85,5
Nainen					
Erillissuhde	18–34 v.	..	90,7	78,9	80,0
	35–54 v.	..	75,0	66,7	74,1
	55–74 v.	..	70,0	83,3	62,8
Avoliitto	18–34 v.	90,5	92,7	97,7	97,7
	35–54 v.	..	83,3	87,0	91,6
	55–74 v.	..	71,4	75,0	81,0
Avoliitto	18–34 v.	81,2	94,4	97,8	99,2
	35–54 v.	70,4	85,4	88,0	92,7
	55–74 v.	..	66,2	87,5	89,5

Liitekuviot

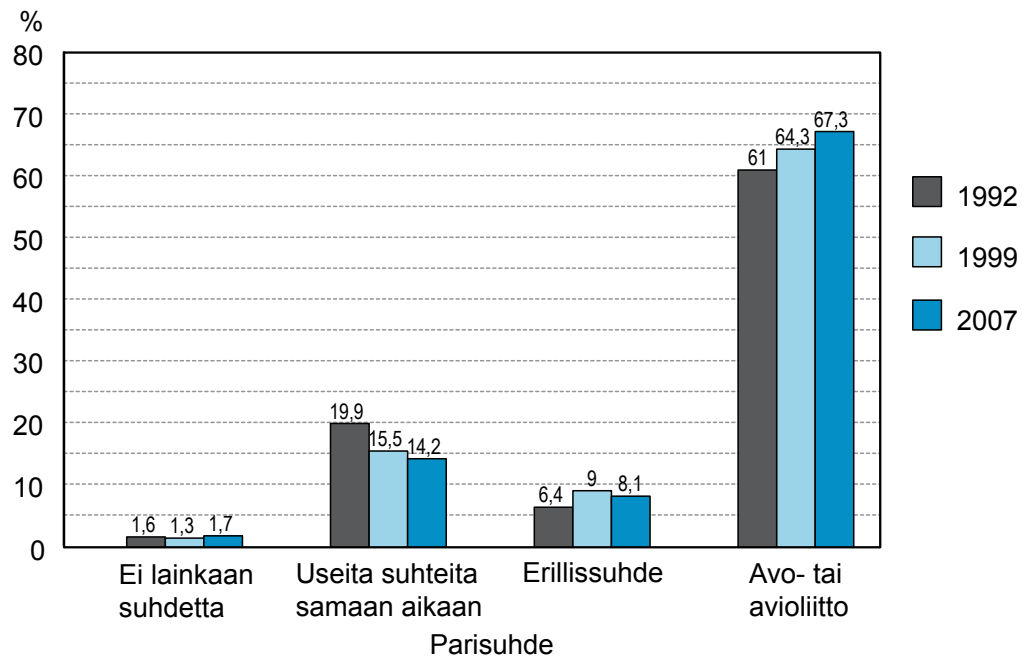
Liitekuvio 1. Naimisissa olevat tilastoissa ja FINNSEX-kyselyssä 2007, %.



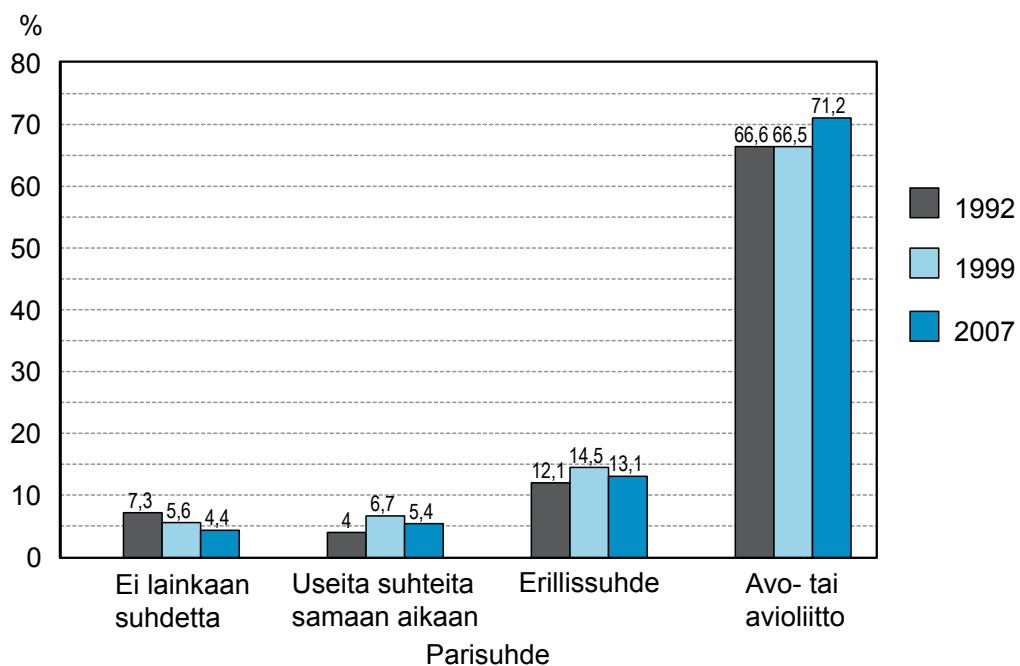
Liitekuvio 2. Avoliitossa olevat FINNSEX-kyselyssä ja tilastossa 2007, %.



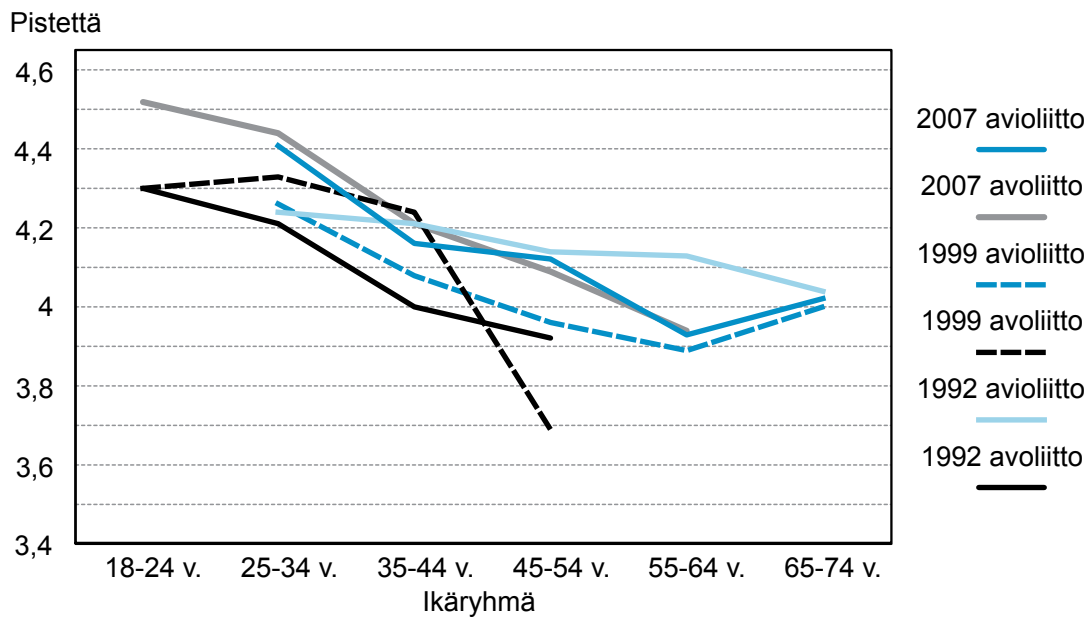
Liitekuvio 3. Miesten itselleen parhaimpina pitämät parisuhdemuodot, %.



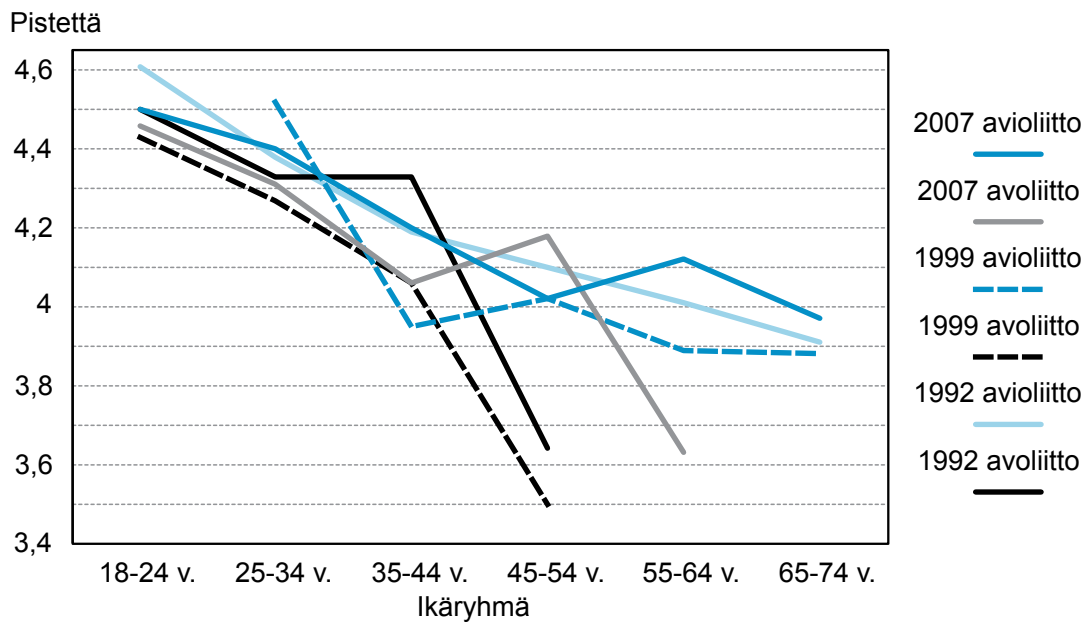
Liitekuvio 4. Naisten itselleen parhaimpina pitämät parisuhdemuodot, %



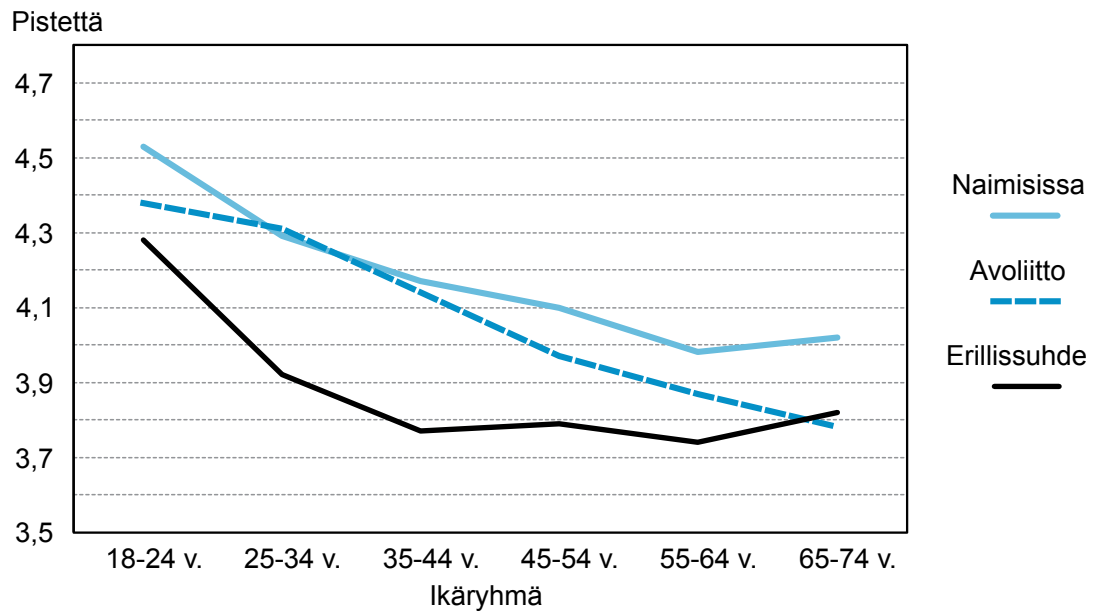
Liitekuvio 5. Miesten parisuhteen onnellisuus avioliitoissa ja avoliittoissa.



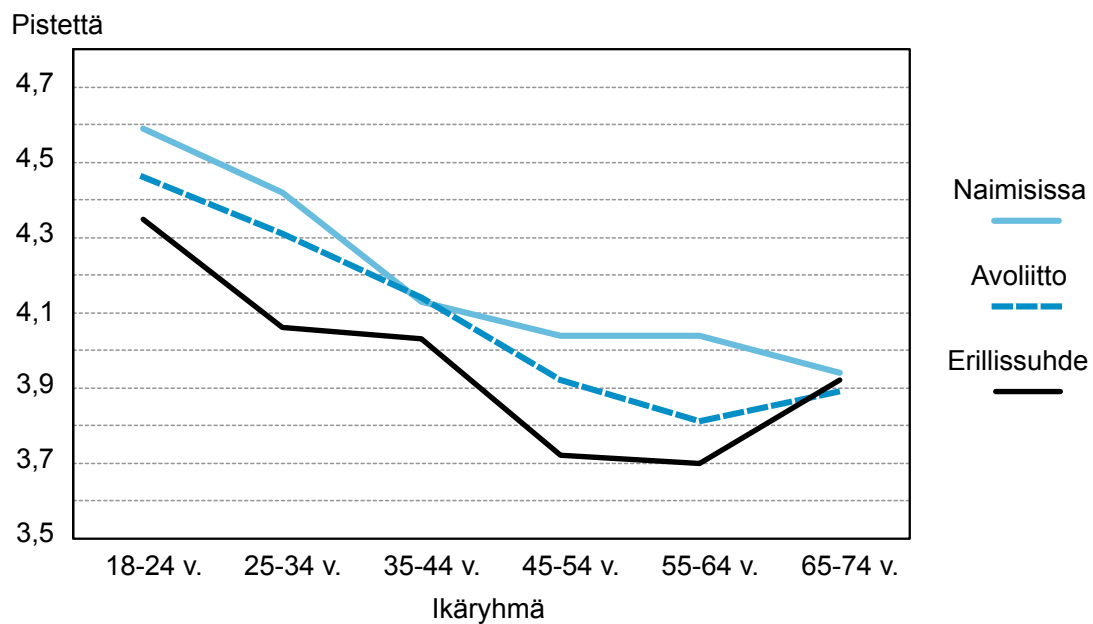
Liitekuvio 6. Naisten parisuhteen onnellisuus avioliitoissa ja avoliittoissa.



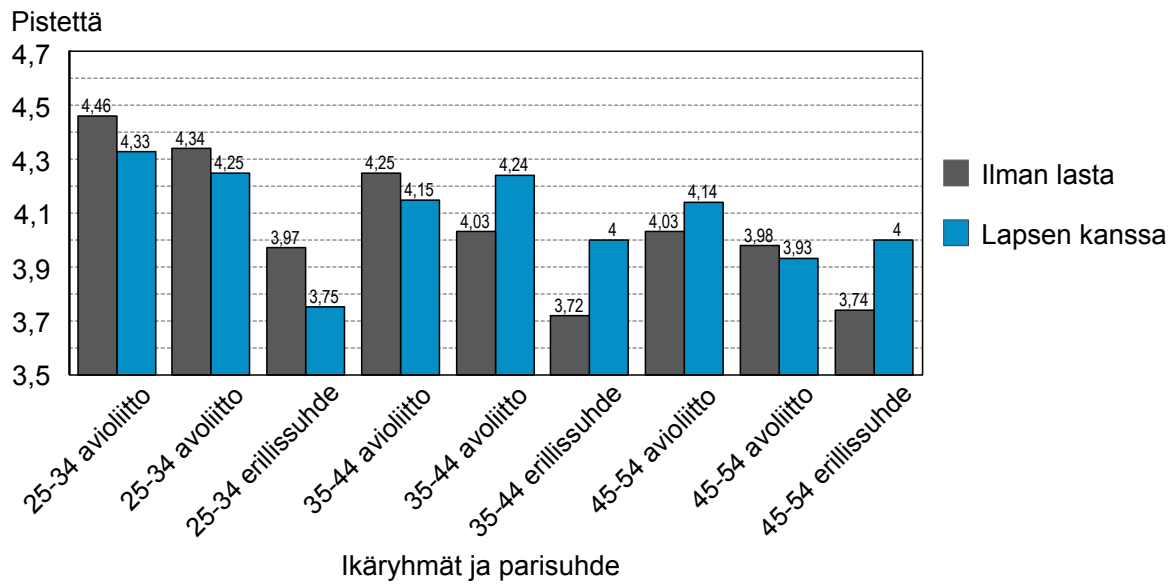
Liitekuvio 7. Miesten nykyisen parisuhteen onnellisuuden keskiarvo.



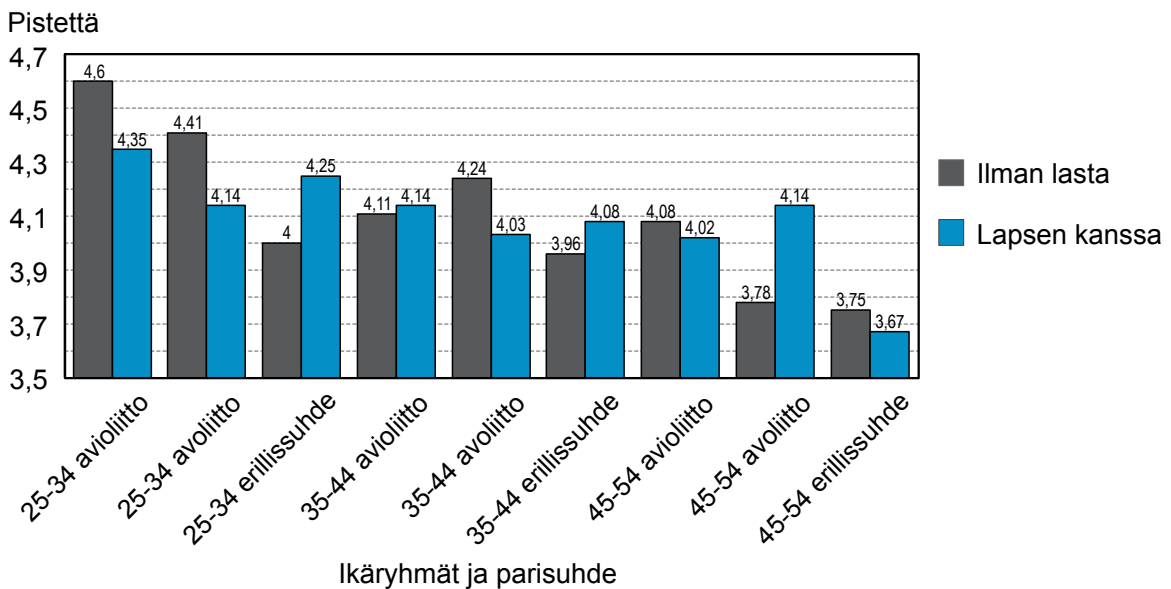
Liitekuvio 8. Naisten nykyisen parisuhteen onnellisuuden keskiarvo.



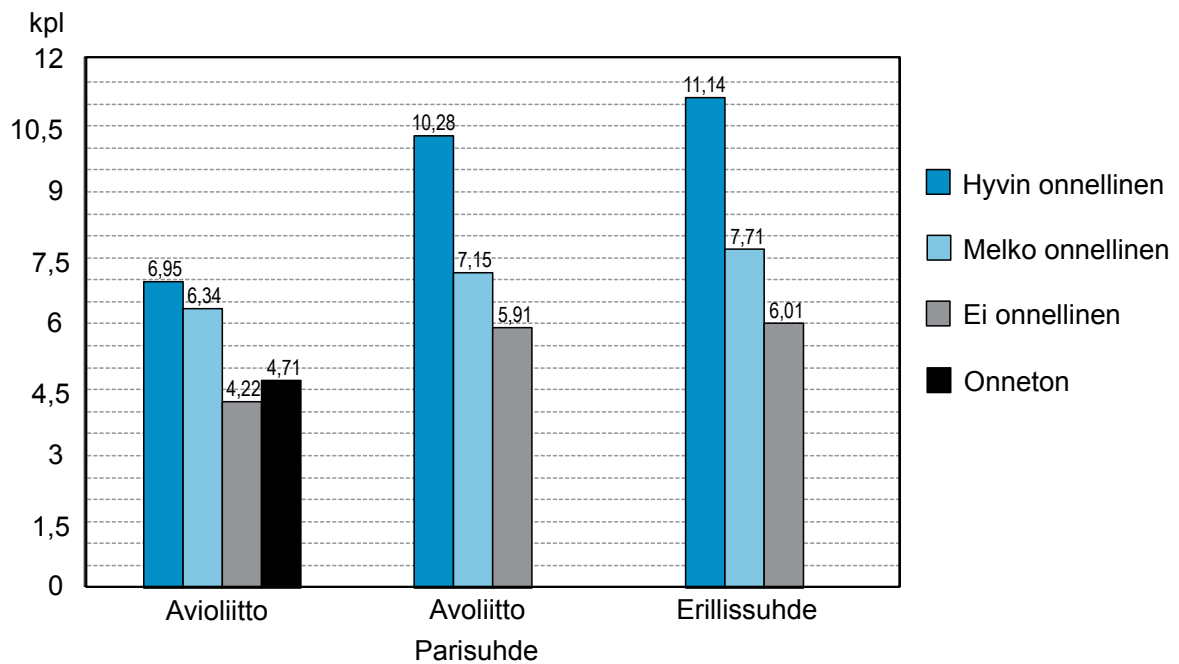
Liitekuvio 9. Parisuhdeonni ilman lapsia ja lasten kanssa asuvilla miehillä eri parisuhdemuodoissa.



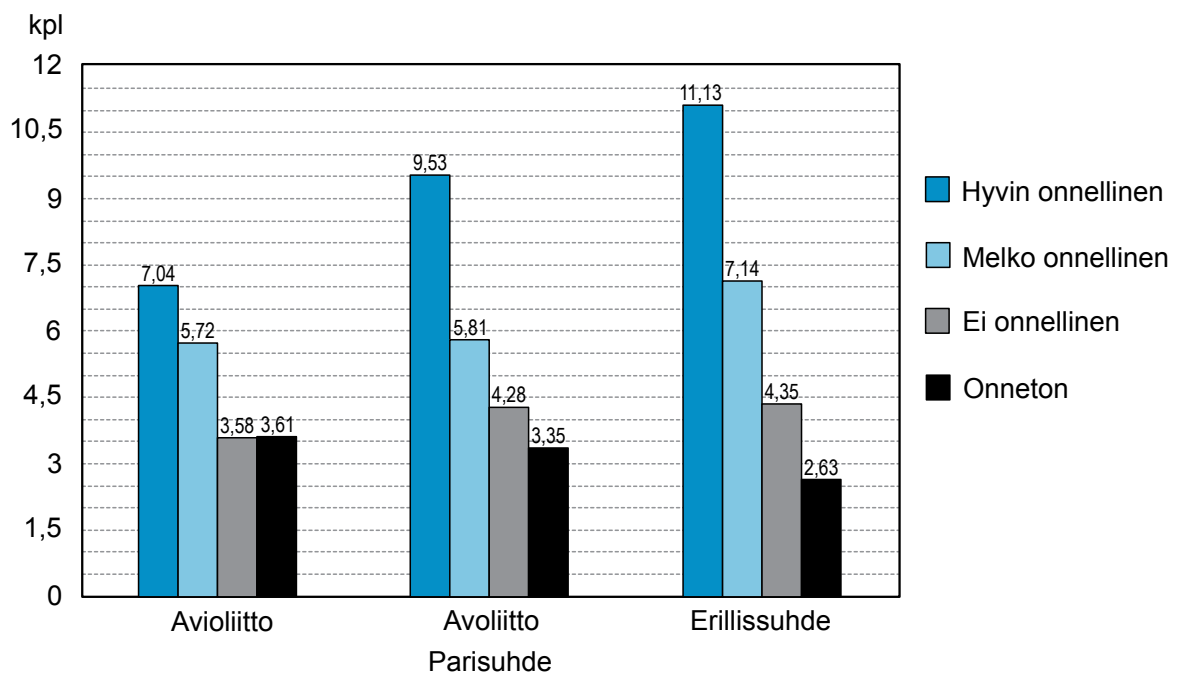
Liitekuvio 10. Parisuhdeonni ilman lapsia ja lasten kanssa asuvilla naisilla eri parisuhdemuodoissa.



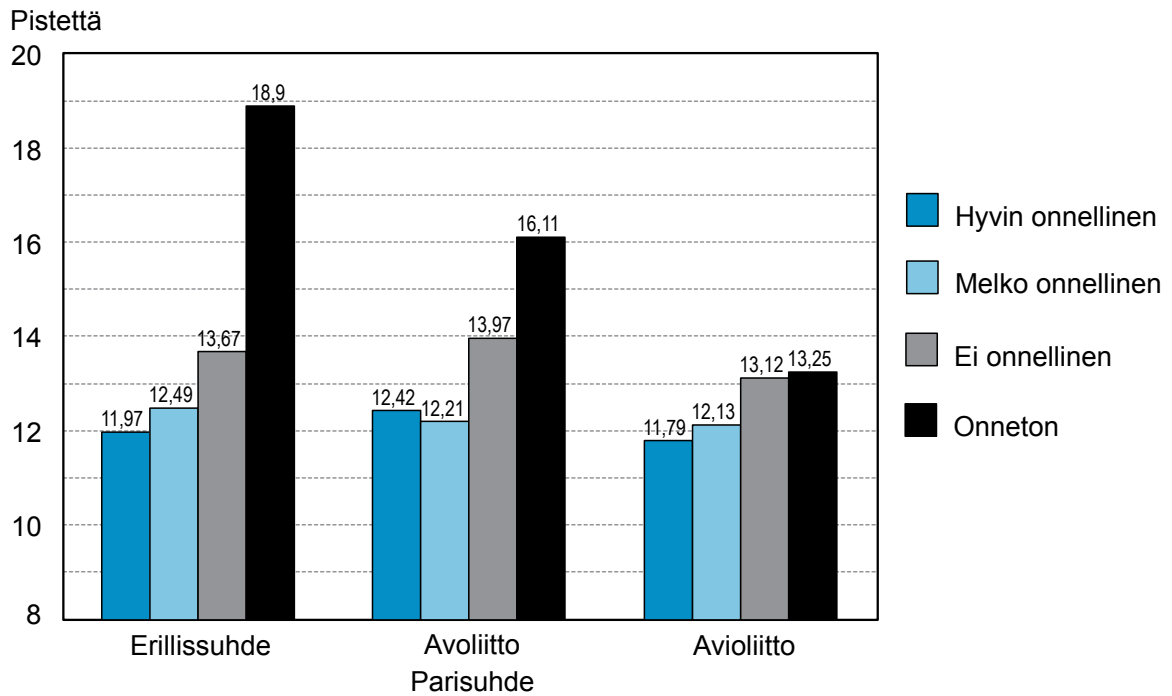
Liitekuvio 11. Yhdyntöjä keskimäärin kuukaudessa parisuhdeonnon mukaisissa ryhmissä miehillä.



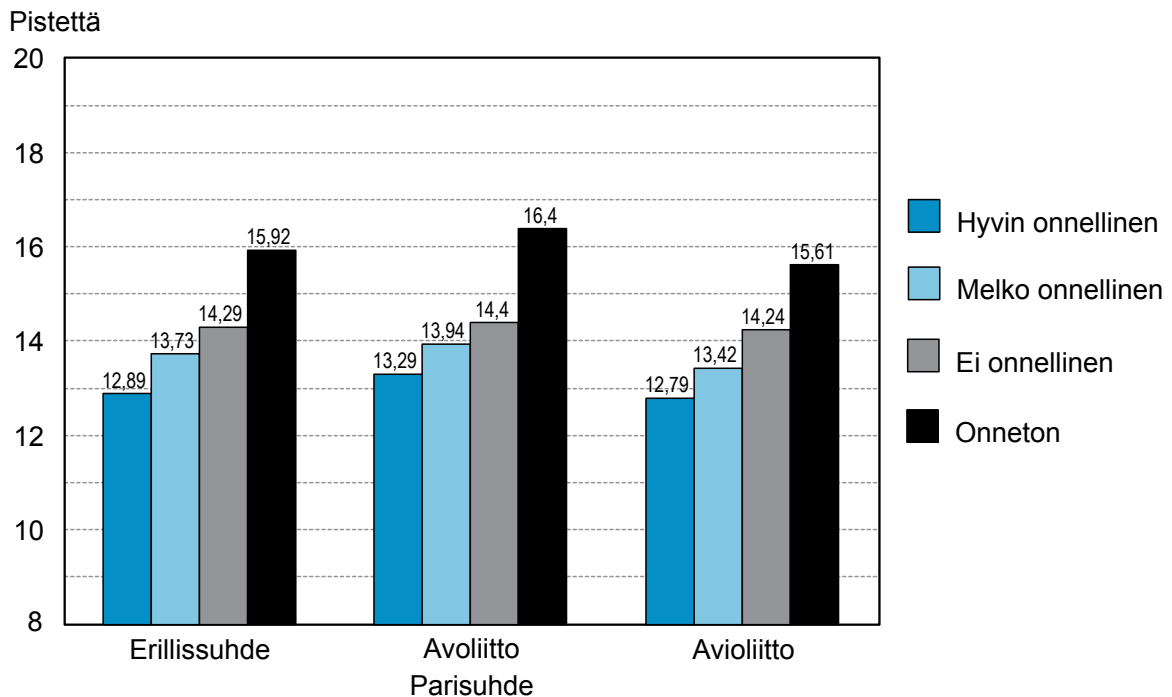
Liitekuvio 12. Yhdyntöjä keskimäärin kuukaudessa parisuhdeonnon mukaisissa ryhmissä naisilla.



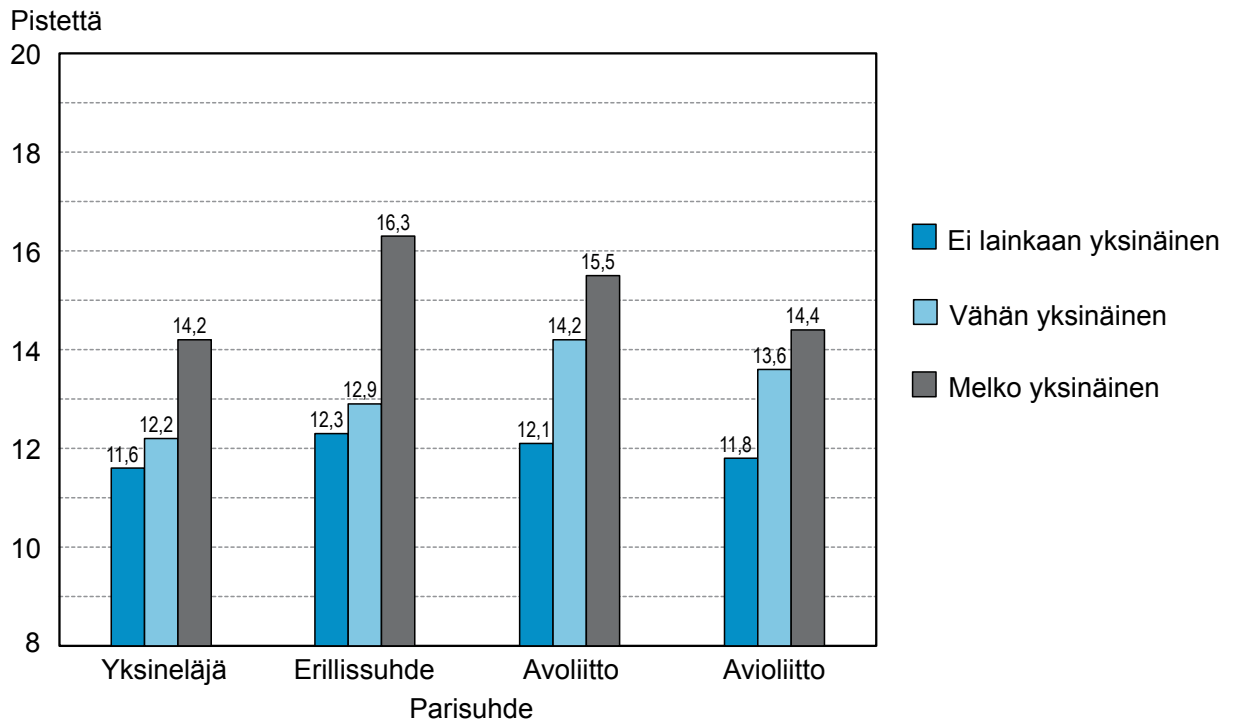
Liitekuvio 13. Psyykkisten oireiden keskiarvo miehillä parisuhdeonnan mukaisissa osaryhmissä.



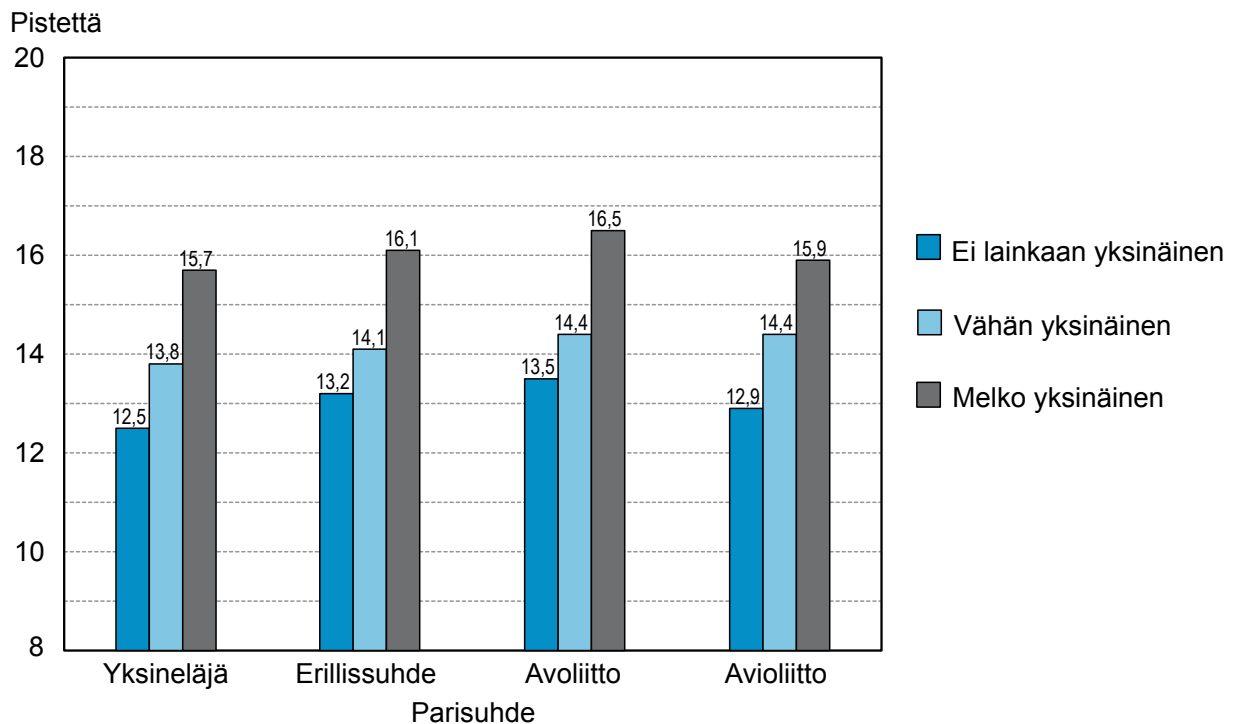
Liitekuvio 14. Psyykkisten oireiden keskiarvo naisilla parisuhdeonnan mukaisissa osaryhmissä.



Liitekuvio 15. Psyykkisiä oireita yksinäisyyden tunteiden mukaan miehillä eri parisuhdemuodoissa.



Liitekuvio 16. Psyykkisiä oireita yksinäisyyden tunteiden mukaan naisilla eri parisuhdemuodoissa.



Osmo Kontula

Parisuhdeonnen avaimet ja esteet

Useimmat ihmiset kertovat tavoittelevansa elämässään onnellisuutta. Onnen tunteita tuottavat monet asiat, mutta useimmiten onnellisuus yhdistetään hyvän ja toimivan parisuhteen löytämiseen, solmimiseen ja ylläpitämiseen. Parisuhteen merkitystä korostaa se, että se on noussut arvotutkimuksissa yleensä perheen ohella tärkeimmäksi tavoitteeksi ja arvoksi omassa elämässä. Parisuhteella on kiistatta keskeinen rooli siinä kuinka onnelliseksi oma elämä koetaan.

Suomalainen parisuhde on tunne-elämältään yleensä melko onnellinen. Parisuhteen onnellisuutta edistävät arvoiltaan ja persoonaltaan itsen kanssa samankaltainen kumppani, kumppanin luotettavuus ja uskollisuus, suhteen oikeudenmukaisuus, molempien hyvä itsetunto ja hyvät kommunikaatiokyvyt.

Tärkeitä edistäviä tekijöitä ovat myös parisuhteen sisäisen sosiaalisen tuen aktiivisuus, stressin hallinta, parin välinen suurempi seksuaalinen vetovoima ja seksuaalinen aktiivisuus sekä kyvykkyys ratkaista ristiriitoja. Rahan avulla onnen tavoittelu ei parisuhteissa sen sijaan juurikaan onnistu. Tämä havainto tulisi huomioida kansalaisten hyvinvoinnin kehittämiseen liittyvässä yhteiskunnallisessa päätöksenteossa.

ISBN 978-952-226-037-6 (nid.)

ISBN 978-952-226-038-3 (pdf)

ISSN 1455-2191

Helsinki 2009



Väestöliitto

Väestöntutkimuslaitos

www.vaestoliitto.fi