

RIIDAN JA ERIMIELISYYDEN AIHEET JA NIIHIN
LIITTYVIEN TUNNESISÄLTÖJEN LAADULLINEN
MUUTOS PARIPSYKOTERAPIASSA

Roosa Melina Di Baldo & Lasse Karjalainen

Pro gradu -tutkielma

Psykologian laitos

Jyväskylän yliopisto

Marraskuu 2019

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Psykologian laitos

DI BALDO ROOSA MELINA, KARJALAINEN LASSE: Riidan ja erimielisyyden aiheet ja niihin liittyvien tunnesisältöjen laadullinen muutos paripsykoterapiassa

Pro gradu -tutkielma, 40 s., 1 liite

Ohjaaja: Aarno Laitila

Psykologia

Marraskuu 2019

Erimielisyydet ja riidat ovat hyvin yleisiä parisuhteissa, joidenkin tutkijoiden mukaan jopa välttämättömiä. Parisuhteella on vaikutusta yksilön hyvinvointiin, jolloin erimielisyydet ja riidat voidaan nähdä uhkana niin parisuhteen kuin yksilöidenkin hyvinvoinnille. Tässä tutkimuksessa oli kaksi tutkimuskysymystä: 1) Mitä riidan ja erimielisyyden aiheita pariterapiaan hakeutuneilla pareilla on? ja 2) Tapahtuuko teemoja käsiteltäessä erimielisyyden ja riidan aiheiden tunnesisällöissä laadullista muutosta paripsykoterapian aikana? Ensimmäiseen kysymykseen pyrittiin vastaamaan aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä ja jälkimmäiseen diskurssianalyysillä. Aineistona tässä tutkimuksessa oli kahden parin paripsykoterapiaprosessit kokonaisuudessaan, yhteensä kymmenen 90 minuutin istuntoa. Tutkimuksemme osoitti, että pareilla esiintyy lukuisia erimielisyyden ja riidan aiheita: ajankäyttö, keskinäisen ymmärryksen ongelmat, kommunikaatio, parisuhteen tila, perhe-elämä ja sukulaissuhteet, puolison persoona ja käyttäytyminen, seksuaalisuus sekä tulevaisuus. Erimielisyydet eivät eskaloituneet riidoiksi, vaan pariterapiakonteksti tarjosi pareille areenan käsitellä erimielisyyksiä ilman selvää konfliktia. Valtaosa erimielisyyksistä oli lyhyitä, jolloin aiheeseen ei palattu ollenkaan tai vain kerran lyhyesti pariterapian aikana. Erimielisyyksiin ja riitoihin liittyvien tunnesisältöjen muutosta oli havaittavissa sellaisissa aiheissa, joita terapian aikana käsiteltiin useampaan otteeseen.

Avainsanat: parisuhde, parisuhdeongelmat, konfliktit parisuhteissa, riidat, riidan aiheet, erimielisyydet, erimielisyyden aiheet

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Department of Psychology

DI BALDO ROOSA MELINA, KARJALAINEN LASSE: Topics of disagreement and conflicts and the qualitative change in emotional content in couples' therapy

Master Thesis, 40 p., 1 appendix

Supervisor: Aarno Laitila

Psychology

November 2019

Disagreements and conflicts are common in intimate relationships, according to some researches, even necessary. Relationships have an impact on the individual's wellbeing; thus, it can be argued that disagreements and conflicts are a threat to the relationship's and individuals' well-being. This research aimed to answer two research questions: 1) Which subjects of disagreement and conflicts couples seeking couples therapy have? and 2) Can a change be detected in the emotional content regarding disagreements and arguments while covering them in psychotherapy? The method used to answer the previous research question was content analysis and discourse analysis to answer the latter. The research material consisted of two entire couple psychotherapy processes, altogether ten 90-minute sessions. Our research showed that couples have numerous subjects of disagreements and arguments: time management, problems with understanding each other, communication, state of the relationship, family life and relatives, partner's personality and behavior, sexuality as well as future. Disagreements didn't escalate into fights - the couples therapy context offered an arena where couples could handle disagreements without conflicts. A majority of disagreements were short and weren't referred back at all or only once shortly during couples' therapy. Change in the emotional content regarding disagreements was found in topics covered several times during sessions.

Keywords: relationship, relationship problems, conflicts in relationships, topics of conflict, topics of disagreement

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	1
1.1 Parisuhde	2
1.2 Erimielisyys- ja riitatilanteet	2
1.2.1 Riidan ja erimielisyyden määritelmä	2
1.2.2 Erimielisyyksien ja riitojen luokittelu	4
1.3 Tunteiden merkitys parisuhteessa	4
1.4 Paripsykoterapia	5
1.4.1 Paripsykoterapian määritelmä ja vaikuttavuus	5
1.4.3 Paripsykoterapian muutosteoriat	7
1.5 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset	9
2 MENETELMÄT	9
2.1 Aineisto	9
2.2 Tutkimuksen etiikka	10
2.3 Analyysimenetelmät	11
2.3.1 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	11
2.3.2 Diskurssianalyysi	12
2.4 Tutkimuksen kulku	13
3 TULOKSET	15
3.1 Riidan ja erimielisyyden aiheet	15
3.1.1 Luokat	15
3.2 Tunnesisältöjen laadullinen muutos paripsykoterapian aikana	24
4 POHDINTA	27
4.1 Tutkimuksen laadun arviointi	31
4.2 Johtopäätökset ja jatkotutkimushaasteet	32
LÄHTEET	34
LIITTEET	40

1 JOHDANTO

Tutkimuskirjallisuudessa parisuhde määritellään puolisoiden väliseksi, osittain tietoiseksi ja tiedostamattomaksi, emotionaaliseksi sekä seksuaaliseksi systeemiseksi prosessiksi (Tuhkasaari, 2007). Parisuhde on kaikista keskinäisistä suhteista intensiivisin ja elämän voidaan katsoa näyttäytyvän siinä kokonaisuudessaan. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki ne asiat, joiden kanssa aikuinen oppii tulemaan toimeen, ovat läsnä suhteessa ja siten niitä on pakko työstää tavalla tai toisella. Parisuhteen avulla opitaankin sietämään vastakohtia ja vastakkaisuutta asioissa. (Wahlbeck, 2010.) Nykyään suurimmalle osalle pareja parisuhteen oletetaan olevan päälähde aikuisiän intimitetille, tuelle ja kumppanuudelle (Gurman, 2008). Parisuhteessa esiintyvät erimielisyydet ja riidat voivat kuitenkin tulla esteeksi tai vaikeuttaa intimitetin, tuen saamisen ja kumppanuuden toteutumista. Tällä voidaan katsoa olevan vaikutusta niin parisuhteen kuin yksilöidenkin hyvinvointiin.

Tässä tutkimuksessa tarkastelemme kahden parin pariopsykoterapiaprosessin aikana esiintyneitä erimielisyyden ja riidan aiheita sekä niihin liittyvien tunnesisältöjen laadullista muutosta. Aineistomme pariskuntien pariopsykoterapia toteutettiin Jyväskylän yliopiston psykoterapian opetus- ja tutkimuslinikalla. Pyrkimyksenämme on selvittää, millaisista aiheista parit pariopsykoterapiakontekstissa riitelevät tai ovat eri mieltä. Koska tunteilla on tutkimusten mukaan keskeinen merkitys parisuhteen hyvinvoinnille (Johnson & Bradbury, 1999), on kiinnostavaa tarkastella, tapahtuuko pariopsykoterapiaprosessin aikana näihin riidan- ja erimielisyydenaiheisiin liittyvissä tunnesisällöissä laadullista muutosta.

Erimielisyyksiä ja riitoja parien välillä on tutkittu aikaisemminkin (esim. Boisvert, Wright, Tremblay & McDuff, 2011; Kluwer, Heesink & Van de Vliert, 1997; Storaasli & Markman, 1990), mutta ei tämän hetkisen tietämyksemme mukaan nimenomaan pariopsykoterapiakontekstissa. Tällainen tarkastelu on mielestämme perusteltua, sillä pariopsykoterapiakonteksti on hyvin erilainen ympäristö kuin koti, jossa suurin osa riidoista tapahtuu. Erilainen konteksti antaa uutta tutkimustietoa siitä, eroavatko pariopsykoterapiassa esiintyvät erimielisyyden ja riidan aiheet kotona esiintyviin aiheisiin. Usein parit myös raportoivat niin kutsutusta jumitilanteesta, jossa tunteet ovat keskeisessä asemassa (Gottman, 1994). Tämän vuoksi on hyödyllistä tarkastella, tarjoaako pariopsykoterapia kontekstin, jossa näitä erimielisyyksiin ja riitoihin liittyviä jumeja voidaan purkaa.

1.1 Parisuhde

Parisuhde on laajempi käsite kuin esimerkiksi avioliitto, jota voisikin kutsua parisuhteen erityistapaukseksi. Avioliittoja on tutkittu parisuhteenä ainakin 1930-luvulta lähtien (Gottman & Krokoff, 1989). Tutkimuksen alkuaikoina keskityttiin vahvasti itsearviointeihin ja haastatteluihin. Avioliiton sisäisen interaktion havainnointitutkimus alkoi 1970-luvulla (Weiss, Hops & Patterson, 1973), minkä seurauksena luotiin monia systemaattisia havainnointiin perustuvia koodausjärjestelmiä (Gottman & Krokoff, 1989).

Eri tutkimuksissa on pyritty ryhmittelemään parisuhteita esimerkiksi niiden muodon mukaan: erillään asuvat parit, avoliitossa olevat parit sekä avioliitossa olevat parit. Lisäksi on otettu huomioon, onko heillä ollut lapsia vai ei. Myös seksuaalisuus on joissakin tutkimuksissa otettu huomioon erottelemalla hetero-, lesbo- ja homoparit toisistaan. (Kurdek, 1994a; 1994b.)

Parisuhteet ovat muuttuneet paljon 1900-luvun aikana (Pinsof, 2002). Yksi merkittävimmistä muutoksista on ollut avioerojen lisääntynyt määrä, mikä on johtanut siihen, että avioerosta on tullut sosiaalisen ja poliittisen diskurssin kohde. Huomattavaa on se, että lähes kaikissa keskusteluissa avioeroa on pidetty epätoivottuna tapana päättää avioliitto. (Pinsof, 2002.) Avioerojen lisääntymisellä on suuria vaikutuksia sekä perheisiin että yhteiskuntaan. Pariterapeuttien interventioiden kehittyminen alkoi 1900-luvun jälkimmäisellä puoliskolla. (Gurman & Fraenkel, 2002.) Tärkeitä osa-alueita parisuhteen dynamiikassa ja interventioissa ovat erimielisyydet ja riitatilanteet, jotka ovat myös tässä tutkimuksessa keskeisessä asemassa.

1.2 Erimielisyys- ja riitatilanteet

1.2.1 Riidan ja erimielisyyden määritelmä

Konflikteja ja erimielisyyksiä voi syntyä kenen tahansa kahden yksilön välillä, ovatpa he tekemisissä keskenään kerran tai pitkäkestoisessa (pari)suhteessa, jossa vuorovaikutus on säännöllistä (Ponzi, Klimczuk, Traficonte & Maestripieri, 2015). Riitely on kuitenkin hyvin yleinen ilmiö parisuhteessa.

Joidenkin tutkijoiden mielestä se on jopa välttämätöntä, jotta parisuhde voi kasvaa ja kehittyä tavalla, joka mahdollistaa aidon intiimin suhteen (Weingarten & Leas, 1987).

Abigail ja Cahn (2011) ovat kirjoittaneet käsikirjan, jossa he määrittelevät konfliktin neljän eri ulottuvuuden kautta. Heidän mukaansa interpersoonallinen konflikti on ongelmallinen tilanne, joka sisältää seuraavat erityispiirteet: 1) konfliktissa olevat osapuolet ovat toisistaan riippuvaisia; 2) konfliktissa olevilla osapuolilla on käsitys, että he tavoittelevat yhteensopimattomia asioita tai lopputulosta, tai että toinen suosii yhteensopimattomia keinoja samaan lopputulokseen pääsemiseen; 3) havaittu yhteensopimattomuus voi potentiaalisesti vaikuttaa haitallisesti parisuhteeseen jättäen emotionaalista taakkaa, jos sitä ei käsitellä; ja 4) konfliktin ratkaisemiseen liittyy kiireellisyyden tunne. Tässä tutkimuksessa käytämme konfliktista termiä riitely.

Väkivalta ja riitely on olennaista erottaa toisistaan. Väkivalta ei ole riitelyä, vaan se on ihmisoikeusrikos. Lisäksi siihen liittyy vahvasti pelon tunne. Parisuhdeväkivalta voidaan määritellä toiminnaksi, jonka tavoitteena on vahingoittaa, pelotella, nujertaa, ahdistaa ja nöyryyttää. Pariskunnan osapuolista väkivaltaa voi harjoittaa toinen tai molemmat, kun taas riitelystä tarvitaan aina kaksi. (Kruus, 2010.) Parisuhteet, joissa toinen tai kumpikin osapuoli on käyttänyt väkivaltaa, on jätetty tämän tutkimuksen ulkopuolelle.

Lisäksi tutkimuksemme kannalta riitely tai konflikti on oleellista erottaa erimielisyydestä. Erimielisyyteen ei liity aiemmin mainittuja riitelystä tunnusomaisia piirteitä (Abigail & Cahn, 2011). Yksinkertaisimmillaan erimielisyys on sitä, että ihminen on eri mieltä toisen henkilön kanssa ääneen sanotusta asiasta. Meidän tutkimuksessamme erimielisyyden täytyy ilmetä erimielisyyden osoituksena toisen viestiä kohtaan joko verbaalisesti tai nonverbaalisesti, kuten silmien pyörittelyllä tai kielen naksauttamisella. Erimielisyys voidaan nähdä konfliktin lievimpänä muotona, jolloin sillä ei ole välttämättä suurta merkitystä parisuhteen osapuolille, eikä siihen aina myöhemmin palata. Tällaiset erimielisyydet voivat ratketa helposti, eikä niillä tällöin ole kielteistä vaikutusta parisuhteeseen. (Kaittila, 2017.) Tällaisia erimielisyyksiä voidaan kuvailla jopa neuvotteluiksi (Evertsson & Nyman, 2014; Weingarten & Leas, 1987). Tässä neuvottelulla tarkoitamme prosessia, joka tähtää yhteisymmärryksen ja molempia osapuolia tyydyttävän ratkaisun löytämiseen.

Parisuhteessa esiintyviä riitoja ja erimielisyyksiä on tutkittu eri tieteenaloilla ja useista eri näkökulmista. Tieteenalojen välisen keskustelun vähyys on johtanut siihen, että yhteistä ja yksiselitteistä määritelmää konfliktin käsitteelle ei ole luotu (Abigail & Cahn, 2011). Huomioitavaa on myös se, että tutkimusta erimielisyyksistä ja riidoista on tehty myös ilman, että näitä käsitteitä on määritelty lainkaan. Tämän tutkimuksen kannalta oleellista riidan määrittelyn lisäksi on luokitella erimielisyyksiä ja riitoja.

1.2.2 Erimielisyyksien ja riitojen luokittelu

Perinteisesti konfliktit on eri tutkimuksissa jaettu ratkaistavissa oleviin ja ratkaisemattomiin (esim. Gottman & Silver, 1999; Miller & Roloff, 2006). Myöhempi tutkimus on kuitenkin osoittanut, että tämä normatiivinen dikotominen näkemys voi olla liian yksinkertaistava ja siten kätkeä alleen konfliktien variaatiota. Thorson (1989) sekä Kaittä ja Nyqvist (2016) näkevätkin konfliktien muotojen asettuvan jatkumolle, jonka toisessa päässä sijaitsevat pienet erimielisyydet ja toisessa kontrollointiin ja alistamiseen pyrkivä väkivalta. Pienet erimielisyydet ovat normatiivisia parisuhteessa ja useiden tutkijoiden mielestä jopa välttämätön paha (esim. Ponzi ym., 2015; Kurdek, 1994b). Tutkimukset ovat osoittaneet, että erimielisyydet voivat vaikuttaa jopa myönteisesti parisuhteen laatuun ja parisuhdetyytyväisyyteen (esim. Gottman & Krokoff, 1989).

Kaikki ristiriitatilanteet eivät kuitenkaan ole helposti ratkaistavissa tai vaikuta parisuhteeseen myönteisellä tavalla. Kirjallisuudessa on kuvattu toistuvien konfliktien pariskuntia (high conflict couple), jossa pariskunta on kielteiseen vuorovaikutukseen ajatutumisesta huolimatta halukas ymmärtämään toista osapuolta ja heillä on halu ratkaista ristiriidat (Anderson, Anderson, Palmera, Mutchlerb & Bakera, 2011). Tällaisia konflikteja voidaan luonnehtia myös kroonistuneiksi. Näissä tapauksissa puolisoiden välinen vuorovaikutus on toistuvasti vihamielistä ja kummankin on vaikea ottaa vastuuta omasta roolistaan riidassa. Ristiriidan luonne onkin muuttunut asiasisältöisestä keskinäiseksi vuorovaikutusongelmaksi (esim. Weingarten & Leas, 1987).

Braiker ja Kelley (1979) ovat tutkineet riidan ja erimielisyyden aiheita yleisemmällä tasolla jakamalla löytyneet aiheet kolmeen eri kategoriaan: 1) tietty käyttäytymisen malli, 2) yhteiselämään liittyvät tavat ja tottumukset sekä 3) persoonaan liittyvät piirteet. Tutkimuksemme jatkaa riidan ja erimielisyyksien aiheiden kategorisointia luokittelemalla aiheita tarkemmiksi teemoiksi.

1.3 Tunteiden merkitys parisuhteessa

Valtaosa tunneteoreetikoista tunnustaa, että tunteita koetaan useimmin ja voimakkaimmin nimenomaan läheisissä parisuhteissa (Clark, Fitness & Brisette, 2001; Ekman & Davidson, 1994). Berscheidin (1983) Emotion-in-relationship -mallin mukaan tämä johtuu erityisesti läheisissä ihmissuhteissa vaikuttavasta keskinäisestä riippuvuudesta. Parisuhteen osapuolet ovat kehittäneet

tiedostamattaan tai tietoisesti odotuksia puolisoaan kohtaan ja näiden odotusten rikkoutuessa yksilö kokee positiivisia tai negatiivisia tunteita, millä on vaikutusta yksilön hyvinvointiin. Pinnallisemmissa suhteissa yksilöt eivät ole samalla tavalla vahvasti riippuvaisia toisistaan, jolloin odotusten rikkoutuminen ei johda samanlaisiin voimakkaisiin tunteisiin. (Berscheid & Ammazzalorso, 2001.) Myös Risto Vuorinen (1995) tuo esille yksilöiden keskinäisen riippuvuuden ja tarvitsevuuden käsitteen. Hänen mukaansa keskinäinen riippuvuus ja tarvitsevuus ovat ristiriidassa ihmisen autonomian tunteen ylläpitämisen kanssa. Tämä ristiriita voi herättää tunteita erityisesti läheisissä parisuhteissa, joissa ristiriita on todennäköisesti voimakkain.

Tutkimusten mukaan tunteet ja etäisyyden kokeminen ovat yleinen ongelma parisuhteissa (esim. Boisvert ym., 2011; Hsueh, Morrison & Doss, 2009; Henry & Miller, 2004; Miller, Yorgason, Sandberg & White, 2003). Joidenkin tutkimusten mukaan tunteisiin liittyvät ongelmat ovat jopa yleisin ongelma parisuhteissa (Boisvert ym., 2011; Henry & Miller, 2004). Tunteisiin ja läheisyyteen liittyvät ongelmat ovat myös yhteydessä avioliiton tyytyväisyyteen ja niitä pidetään yhtenä haitallisimmista ongelmista parisuhteelle (Henry & Miller, 2004). Kommunikaatioon ja tunteisiin tai hellyyteen liittyvät ongelmat ovat lisäksi yleisimpiä pariterapiaan hakeutumisen syitä (Boisvert ym., 2011). Tunnesiteillä sekä kyvyllä säädellä tunteita suhteessa on keskeinen merkitys avioliiton onnellisuuteen ja ongelmiin (Johnson & Bradbury, 1999). Gottmanin (1994) mukaan avioliiton ongelmassa on kysymys nimenomaan kielteisistä tunteista ja jumittumisesta tiukkoihin, ahdistaviin vuorovaikutuskuvioihin. Ahdistavat vuorovaikutuskuviot, eräänlaiset jumit, voivat olla hankalia ratkaista ilman apua. Tätä tarkoitusta varten on kehitetty erilaisia paripsykoterapiamuotoja, joiden yhtenä tehtävänä on helpottaa tunteisiin liittyviä ongelmia.

1.4 Paripsykoterapia

1.4.1 Paripsykoterapian määritelmä ja vaikuttavuus

Lähes niin kauan kuin on ollut parisuhteita, on oletettavasti ollut ihmisiä, jotka ovat neuvoneet parisuhteeseen ja perheeseen liittyvissä asioissa. Samalla tavalla ammattien eriydyttyä, on joidenkin alojen alaisuuteen päätenyt parisuhde- ja perheasioista neuvominen. Tällaisia aloja olivat esimerkiksi gynekologit, synnytyslääkärit ja kirkonmiehet. (Broderick & Schrader, 1991.) Kuitenkin vasta viime

vuosisadalla pariterapeutit ovat kehittyneet omaksi ammattikunnakseen. Tämä kehittyminen on tapahtunut vaiheittain lähes sadan vuoden aikana.

Nykyään paripsykoterapialla tarkoitetaan kuitenkin psykoterapiaa, jonka kiinnostuksen kohteena on erityisesti parin välisen suhteen hyvinvointi ja parisuhteeseen liittyvät interventiot. Teoriat parisuhteen perimmäisestä luonteesta vaihtelevat paljon, mistä johtuen myös pariterapeuttisissa metodeissa on paljon hajontaa. (Simon, Stierlin & Wynne, 1985.) Esimerkiksi Willin (1982) teorian mukaan, kumppanin valinta ja dynamiikka parisuhteessa johtuu yksilöiden henkilöhistoriasta. Sager (1981) puolestaan pitää parisuhdetta tietoisena ja tiedostamattomana sopimuksena yksilöiden välillä. Tällaiset eri lähtökohdat aiheuttavat myös erilaisen lähestymistavan paripsykoterapiaan. Integratiivisen – eri lähestymistapoja yhdistävän – pariterapian mukaan terapeutin tavoitteena on muodostaa kuva parin vuorovaikutustavoista, ongelmista ja vahvuuksista, jonka jälkeen terapeutti pystyy auttamaan paria ratkaisemaan ristiriitojen negatiivisia kehiä ja helpottamaan suhdetta. Paripsykoterapeutit käyttävät työssään apuna eri taustateorioiden viitekehyksiä määritelläkseen parin vuorovaikutussuhdetta ja tilannetta. (Kumpula & Malinen, 2010.)

Paripsykoterapian katsotaan olevan vaikuttava hoitomuoto sekä parisuhteen laadun, että useiden yksilöongelmien hoidon kannalta (Snyder, Castellani & Whisman, 2006; Shadish & Baldwin, 2003). Shadish ja Baldwin (2003) tutkivat artikkelissaan kahtakymmentä meta-analyysiä pariterapian vaikuttavuudesta. Niiden perusteella voidaan sanoa pariterapian vaikuttavan positiivisesti kolmeen neljästä hoitoon hakeutuvasta parista. Pariterapian vaikuttavuus näkyy sekä parisuhteen laadun paranemisena että siitä koetun ahdistuksen vähentymisenä. Vaikuttavuus laskee tutkimusten mukaan ajan myötä, mutta pysyy silti tilastollisesti merkitsevänä. (Shadish & Baldwin, 2003.) Useiden tutkimusten mukaan pariterapiasuuntauksella ei ole merkittävää vaikutusta hoidon kannalta, vaan sen roolin uskotaan olevan eri arvioiden mukaan noin 15 % hoidon vaikuttavuudesta (Asay & Lambert, 1999; Borchers & Kuhlman, 2018; Halford & Snyder, 2012; Seikkula, Aaltonen, Kalla, Saarinen & Tolvanen, 2013; Shadish & Baldwin, 2003).

Pariterapiasuuntauksen merkittävyyden ollessa vähäinen, kysymykseksi nousee terapiasuuntauksia yhdistävien tekijöiden eli niin sanottujen *yhteisten yleisten tekijöiden* (engl. common factors) rooli. Yhteisten yleisten tekijöiden määrä vaihtelee tutkimuksesta riippuen 1 – 20 välillä ja niiden eri yhdistelmiä on lukuisia (Grencavage & Norcross, 1990). Asay ja Lambert (1999) ovat kuitenkin jakaneet tekijät neljään yleisesti hyväksytyyn kategoriaan: 1) asiakkaaseen liittyvät ja terapian ulkopuoliset tapahtumat, 2) terapeutin allianssi, 3) odotukset ja plasebo-efekti sekä 4) terapeuteknikka. Erityisesti terapeutista allianssia on tutkittu paljon ja sen roolin uskotaan olevan näistä suurin.

Paripsykoterapia tai muut systeemiset psykoterapiat eivät eroa yksilöpsykoterapiasta yhteisten yleisten tekijöiden osalta paljoakaan, vaan taustalla vaikuttavat samat periaatteet kuin yksilöpsykoterapiassa. Systeemisille hoitomuodoille on kuitenkin esitelty myös omat yhteiset tekijät, jotka ovat 1) ongelmien käsitteellistäminen suhdetermein, 2) haitallisten vuorovaikutusmallien katkaiseminen, 3) hoitosysteemin laajentaminen ja 4) terapeuttisen allianssin laajentaminen. (Sprenkle, Davis & Lebow, 2009.)

Toisaalta, Asay ja Lambert (1999) ehdottavat myös kaksi muuta vaihtoehtoa yhteisten tekijöiden tilalle. Heidän mukaansa on myös mahdollista, että terapiat voivat päätyä samaan lopputulokseen eri prosessien kautta tai että terapiasuuntaukset tuottavat jollain tavalla erilaisen lopputuloksen, jota ei ole tutkimuksissa vain pystytty osoittamaan. Näistä vaihtoehdoista eniten on kuitenkin tutkittu yleisiä yhteisiä tekijöitä.

1.4.3 Paripsykoterapian muutosteoriat

Eri psykoterapiasuuntauksilla on erilainen käsitys siitä, mistä muutos asiakkaissa johtuu, miten sitä voidaan edesauttaa ja mikä ylipäättään muuttuu, kun muutosta tapahtuu. Vaikka tässä tutkimuksessa terapeutit eivät ole käyttäneet varsinaisesti ainoastaan tietyn suuntauksen menetelmiä, on tutkimuksemme kannalta hyödyllistä tarkastella tunnekeskeisen pariterapian (Emotionally focused couple therapy, EFT) käsitystä siitä, miten muutosta tapahtuu. Tunnekeskeinen pariterapia korostaa tunteiden ja tunneviestinnän merkitystä niin yksilön kuin ihmissuhteiden hyvinvoinnin ja niissä tapahtuvien muutosten kannalta. Tunnekeskeisessä pariterapiassa muutoksen ajatellaan tulevan kahta eri reittiä: yksilön sisäistä ja ihmisten välistä reittiä pitkin. (Johnson, 2010.) Tunnekeskeisen pariterapian voidaankin nähdä yhdistävän niin yksilöpsykologista kuin systeemistä näkökulmaa.

Yksilön sisäinen muutos tapahtuu turvallisen terapeuttisen yhteistyösuhteen ja patologisoinnin välttämisen lisäksi korostamalla prosessinomaisuutta (Johnson, 2010). Ihmiset käsittelevät ja (uudelleen)rakentavat kokemuksiaan jatkuvasti antaen niille merkityksiä (Cain, 2002). Tunnekeskeisen pariterapian mukaan prosessissa tärkeää on tapahtuman tai kokemuksen sisällön ja faktan lisäksi korostaa tunteita. Emootioiden voidaan ajatella kertovan itselle ja muille omista tarpeista ja virittävän ihmisen sellaiseen toimintaan, jonka voidaan nähdä olevan erityisen tärkeää parisuhteessa (Frijda, 1986). Greenberg, Rice ja Elliot (1993) esittävät tarkemmin, että ihmiset muodostavat emotionaalisia tulkintakehyksiä niissä tilanteissa, joissa yksilön tarpeet tulevat tai eivät tule tyydytetyiksi. Nämä tulkintakehykset taas ohjaavat sitä, miten ihmiset erottavat ja luokittelevat

kokemuksiaan, ja parisuhteen kannalta ehkä olennaisinta, millaisiksi ihmisen odotukset ja reaktiot muodostuvat. Kokemusten ennustaminen, tulkitseminen ja kontrollointi mahdollistuu näiden tulkintakehysten kautta ja ne auttavat ihmistä reagoimaan kokemuksiin. Lisäksi tunteita uudelleenrakennetaan sen perusteella, miten tulkintakehyksen aktivoimaa tilannetta arvioidaan. (Greenberg ym. 1993.) Terapiassa näitä tulkintakehyksiä voidaan aktivoida ja siten tutkia ja kehittää, jolloin uudet kokemukset voivat muuttaa niitä. Tulkintakehysten käsittelyn avulla muutetaan myös sitä, miten kulloistakin kokemusta uudelleenrakennetaan ja miten toisiin ihmisiin reagoidaan. Tunteet ovat siis sekä muutoksen kohde että muutoksen tekijä. (Johnson, 2010.) Lisäksi tunnekeskeisessä pariterapiassa korostetaan korjaavia tunnekokemuksia. Vaikka nämä kokemukselliset interventiot on alun perin suunniteltu käytettäväksi yksilöterapiassa, yksilön sisäisten kokemusten tutkiminen pariterapiassa mahdollistaa uudenlaisen ymmärryksen ja yhteyden muodostumisen parin välille. (Johnson, 2010.)

Systeemisen näkökulman mukaan terapiakontekstia tarkastellaan kokonaisuutena, jonka puolestaan nähdään koostuvan pienemmistä osajärjestelmistä, jotka ovat koherenteissa suhteissa toisiinsa. Tämä mahdollistaa vuorovaikutuksen ennustettavuuden ja jäsentyneisyyden. Systeeminen teoria korostaa vuorovaikutuksen merkitystä ongelmien ylläpitämisessä. (Goldenberg & Goldenberg, 2013.) Tällöin olisi keinotekoista ajatella, että terapeutti työskentelisi ainoastaan yksilön kanssa; Seikkulan (2012) mukaan yksilö tuo terapiaan mukanaan koko ihmissuhteidensa verkoston. Systeemisessä terapiassa muutoksen kohteena on erityisesti systeemin organisoitumisen tapa, eli miten systeemin osapuolet ovat suhteessa toisiinsa. (Johnson, 2010.) Tähän tähdätään vaikuttamalla systeemin eri osajärjestelmien välisiin suhteisiin. Systeemisessä teoriassa muutoksessa nähdään olevan kaksi eri tasoa. Ensimmäisen asteen muutos viittaa muutokseen jo olemassa olevan systeemin osajärjestelmän luonteessa. (Davey, Davey, Tubbs, Savla & Anderson, 2012.) Esimerkki ensimmäisen asteen muutoksesta voisi olla parin parisuhteeseen liittyvän pettymyksen tunteen väheneminen. Tätä ei kuitenkaan pidetä riittävänä pitkäaikaisen muutoksen saavuttamiseksi (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1974). Toisen asteen muutoksella puolestaan tarkoitetaan systeemin uudelleenorganisointia, eli vaikeuksia ylläpitävien vuorovaikutuskehien ja niihin liittyvien kirjoittamattomien sääntöjen muuttamista. Tällöin muutos tapahtuu systeemin rakenteissa ja toimintaa ohjaavissa uskomusjärjestelmissä, jolloin muutoksen katsotaan olevan pysyvämpi. (Davey ym., 2012.) Tästä esimerkkinä voisi olla tilanne, jossa parin välillä ymmärrys pettymyksen tunteen merkityksestä on lisääntynyt.

1.5 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Vaikka parisuhteessa esiintyviä riitoja ja erimielisyyksiä on tutkittu eri näkökulmista, ei tutkimuksissa ole aikaisemmin luokiteltu erimielisyyksien ja riidan aiheita intensiivisen tapaustutkimuksen avulla pariterapiakontekstissa. Lisäksi on kiinnostavaa tietää, tapahtuuko näitä aiheita käsiteltäessä niihin liittyvissä tunnesisällöissä laadullista muutosta. Tutkimuksemme tarkoituksena on vastata seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

1. Mitä riidan ja erimielisyyden aiheita pariterapiaan hakeutuneilla pareilla esiintyy paripsykoterapiassa?

2. Tapahtuuko teemoja käsiteltäessä erimielisyyden ja riidan aiheiden tunnesisällöissä laadullista muutosta paripsykoterapian aikana?

2 MENETELMÄT

2.1 Aineisto

Tutkimusaineistomme on kerätty osana Pariterapia ongelmanratkaisun toimintaympäristönä: Riidan ja erimielisyyden aiheet, niistä keskusteleminen sekä riitelemine ja eri mieltä oleminen pariterapiassa -tutkimusprojektia. Aineisto koostui kahdesta Jyväskylän yliopiston psykoterapian opetus- ja tutkimusklinikan arkiston paripsykoterapiahoitoprosessitallenteista, jotka on kerätty ja taltioitu vuonna 2018. Tutkimusprojektin tarkoituksena on tarkastella osapuolten välisen ongelmanratkaisun tapahtumia sekä puolisoien omien, terapiassa ja terapeuttisessa vuorovaikutuksessa tunnistettavien resurssien hyödyntämistä. (Laitila, 2018.)

Lisäksi osa aineistosta on Psykoterapiaklinikalla vuodesta 2013 alkanut Suomen Akatemian Ihmisen mieli (MIND) -tutkimusohjelmaan kuuluva Relationaalinen mieli (RM) monitoimijaisten terapiadialogien muutoshetkissä -tutkimusprojektista, joka koostui 12 parin videoiduista paripsykoterapiaistunnoista. Yhteensä pareja tässä tutkimuksessa oli siten 14. RM-tutkimusprojektin aineisto on kerätty ja taltioitu vuosina 2013 – 2016. Myös nämä istunnot toteutettiin Jyväskylän

yliopiston psykoterapian opetus- ja tutkimusklinikan tiloissa. Tutkimushankkeessa käytetään apuna myös autonomisen hermoston reaktioita, mutta niitä ei ole sisällytetty tähän tutkimukseen. Projektin päämääränä on havainnoida ja tunnistaa vuorovaikutuksen merkityksellisiä hetkiä. (Seikkula, Karvonen, Kykyri, Kaartinen & Penttonen, 2015.) Tallenneaineistojen lisäksi käytössämme oli osasta istunnoista tehdyt litteraatiot. Tutkimukseen valitsemamme otteet on litteroitu Liitteet-osiossa esitellyllä tavalla. Tähän tutkimukseen ei ole otettu mukaan niitä hoitoprosesseja, joissa ainakin toinen parisuhteen osapuolista on käyttänyt fyysistä väkivaltaa parisuhteessa ja tämä väkivalta on ollut joko yhtenä tai keskeisenä avun hakemisen syynä (Laitila, 2018).

2.2 Tutkimuksen etiikka

Tutkimuseettinen toimikunta on myöntänyt Pariterapia ongelmanratkaisun toimintaympäristönä: Riidan ja erimielisyyden aiheet, niistä keskusteleminen sekä riitelemine ja eri mieltä oleminen pariterapiassa -tutkimusprojektille puoltavan lausunnon. Tutkimusjoukossa on kaksi osaa: Jyväskylän yliopiston psykoterapian tutkimus- ja opetuslinikalle suoraan hakeutuneet sekä Jyväskylän kaupungin palvelusetelillä klinikalle ohjautuneet parit. Jälkimmäisen osan tutkimista varten on saatu erillinen tutkimuslupa Jyväskylän kaupungilta. Jyväskylän yliopiston eettinen lautakunta on antanut puoltavan lausunnon myös Relationaalinen mieli monitoimijaisten terapiadialogien muutoshetkissä -tutkimusprojektille (Seikkula ym., 2015).

Näissä tutkimushankkeissa hyödynnetään luonnollisesti syntynyttä aineistoa. Vuoden 2018 aikana käyneitä asiakkaita on tiedotettu Euroopan Unionin alueella voimaan tulleen tietosuojasetuksen mukaisesti tämän tutkimuksen erityisluonteesta, ja tässä tutkimuksessa hyödynnetään niitä prosesseja, joihin parit ovat antaneet tietoisensa suostumuksensa. (Laitila, 2018.) Aikaisempien vuosien tutkittavat ovat antaneet kirjallisen suostumuksensa tutkimukseen osallistumiseen, joka on ollut vapaaehtoista ja tasa-arvoista (Seikkula ym., 2015). Tutkimusaineistoa säilytetään erillisillä ulkoisilla kovalevyillä, joilla on vaativa suojausmekanismi. Lisäksi aineistoja käsitellään ainoastaan psykologian laitoksella sille osoitetuissa tiloissa ja sille osoitetuilla laitteilla siten, ettei ulkopuolisten ole mahdollista nähdä tai kuulla materiaalia. Lisäksi kaikki erisnimet ja muut tunnistetiedot on muutettu niin, ettei tutkimukseen osallistujia ole mahdollista tunnistaa.

2.3 Analyysimenetelmät

2.3.1 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Tutkimuksemme on intensiivinen tapaustutkimusten sarja. Erimielisyyden ja riidan aiheiden luokittelun toteutimme aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, sillä tällaista tutkimusta ei ole aikaisemmin tehty eikä vahvaa teoriataustaa siten ollut mahdollista hyödyntää. Lisäksi sisällönanalyysi mahdollistaa inhimillisten merkitysten tarkastelun tekstin merkityksiä analysoimalla. (Tuomi & Sarajärvi, 2018.)

Sisällönanalyysin tarkoituksena on analysoida dokumentteja mahdollisimman objektiivisesti ja systemaattisesti (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Karkeasti sisällönanalyysi voidaan jakaa kolmeen eri vaiheeseen: aineiston redusointiin, aineiston klusterointiin ja abstrahointiin. Ensimmäisessä vaiheessa aineisto pelkistetään analyysiyksiköiksi. (Miles & Huberman, 1994.) Meidän tutkimuksessamme tämä tarkoitti analyysiyksiköiden eli erimielisyyksien ja riitakohtien keräämistä videotallenteilta ja niiden pelkistämistä erimielisyyden ja riidan aiheiden otsikoiksi karkealla jaottelulla. Toisessa vaiheessa analyysiyksiköt ryhmitellään samankaltaisuuksien ja erilaisuuksien perusteella alaluokkiin, jonka jälkeen alaluokkia pyritään yhdistämään yläluokiksi, joista puolestaan pyritään löytämään pääluokkia. Kolmas ja viimeinen vaihe eli abstrahointi menee osittain päällekkäin klusteroinnin kanssa ja siinä tarkoituksena on käsitteellistää aineisto eli luoda teoreettisia käsitteitä ja johtopäätöksiä aineistosta. (Miles & Huberman, 1994.) Meidän tutkimuksessamme vaiheessa kaksi yhdistelimme samaan luokkaan kuuluvat erimielisyydet ja riidat omiksi luokikseen. Tämän jälkeen yhdistelimme luokkia yläluokiksi ja pääluokiksi, jonka jälkeen luokkia ei voinut enää yhdistää. Kolmannessa vaiheessa saimme selville, minkälaisiin luokkiin pariskuntien erimielisyydet ja riidat pariterapiakontekstissa voidaan jakaa.

Monien kvalitatiivisten tutkimusmenetelmien tutkimusaineisto ja -kysymykset voivat olla hyvin samanlaisia, antaen kuitenkin erilaisia tuloksia. Sisällönanalyysissä tutkitaan, millaisia merkityksiä tekstistä on löydettävissä, kun taas diskurssianalyysin tutkimuskohteena on se, miten näitä merkityksiä tuotetaan. (Tuomi & Sarajärvi, 2018.)

2.3.2 Diskurssianalyysi

Tunnesisältöjen laadullista muutosta tutkimme diskurssianalyysin avulla. Kielen merkitys tutkimuksen kohteena on viime vuosikymmeninä kasvanut, mikä puolestaan on johtanut diskurssien tutkimukseen (Alvesson & Kärreman, 2000). Diskurssianalyysi pohjautuu diskursiiviseen psykologiaan, jonka kiinnostuksen kohteena on puhe toimintana sekä kuinka puheella tai tekstillä rakennetaan todellisuutta ja selontekovelvollisuutta (Edwards & Potter, 1992). Diskurssin käsitteellä viitataan monitahoiseen julkiseen prosessiin, jolla merkityksiä saavutetaan progressiivisesti ja dynaamisesti (Davies & Harré, 1990). Tiivistetysti voidaan sanoa, että diskurssianalyysin tarkastelun kohteena on kielen(käytön) sekä todellisuuden välinen suhde (Pietikäinen & Mäntynen, 2009; Potter, 2004). Diskurssianalyysi on kattokäsite erilaisille menetelmille (esim. diskursiivinen sosiaalipsykologia, kriittinen diskurssianalyysi, keskustelunanalyysi), mutta tässä keskitymme niin kutsuttuun klassiseen diskurssianalyysiin, joka pohjautuu etnometodologiaan ja jolla on sosiaalikonstruktionistinen viitekehys (Potter & Wetherell, 1987; Parker, 1992; Tiitinen, Weiste, Ruusuvuori & Laitinen, 2018).

Diskurssianalyysin tekoon ei ole olemassa yhtä yksiselitteistä ja vakiintunutta tapaa, mutta sen voidaan kuitenkin katsoa olevan etenevä ja syvenevä prosessi (Shaw & Bailey, 2009). Pynnösen (2013) artikkelin mukaan diskurssianalyysi on yksinkertaistetusti kolmivaiheinen. Ensimmäinen vaihe on hyvin mekaaninen, tekstiä analyysoiva vaihe, johon voi liittyä esimerkiksi tyypittelyä. Tämän jälkeen toisessa vaiheessa pyritään ymmärtämään diskurssia laajemmalla tasolla: analyysin kohteeksi tulevat merkitykset ja kontekstin merkitys. Kolmatta vaihetta hyödynnetään tutkimuskysymysten sitä edellyttäessä. Tässä vaiheessa representaatioita tarkastellaan kriittisesti, jolloin pyritään murtamaan itsestään selviä tulkintoja ja nostamaan esiin vaikenuvia diskursseja. (Pynnönen, 2013.)

Diskurssianalyysin avulla on mahdollista tutkia, miten merkityksiä luodaan ja onko näistä merkityksenannoista löydettävissä joitain säännönmukaisuuksia. Diskurssianalyysissä voidaan tarkastella puheenvuoroja usealla eri tasolla. Tutkimuksemme kannalta on oleellista tarkastella puhujien käyttämää tulkintarepertuaaria eli sanastoa, puhujanvaihdoskohtia sekä puheen muotoilua, sävyä ja tyyliä. Näistä viimeisenä mainittuun liittyy non-verbaalista vuorovaikutusta, kuten ilmeitä, eleitä ja äänenpainoja. (Suoninen, 2002; O'Reilly & Parker, 2014.) Nämä on olennaista ottaa tarkasteluun mukaan tutkittaessa erimielisyyden ja riidan aiheita, sillä ne voivat kätkeä alleen tärkeitä emootioita ja merkityksenantoja. Riidellessä ja eri mieltä ollessa ei ole ainoastaan tärkeää mitä sanotaan, vaan myös se, miten asiat sanotaan. Tärkeää on myös tarkastella merkitysulottuvuutta eli sitä, minkä merkityksen diskurssin käyttäjät riidalle tai erimielisyydelle antavat. Tarkastelimme

merkitysulottuvuuksia myös niiden muuttumisen kannalta. Näillä tavoilla käytettynä diskurssianalyysi lähenee vuorovaikutustutkimusta, etenkin keskustelunanalyysiä (Rapley, 2011).

Tunnesisällön laadullisella muutoksella tarkoitamme havaittua muutosta tunneilmaisussa positiiviseen tai negatiiviseen suuntaan. Tunneilmaisun muutos näkyi lukuisilla tavoilla: erilaisessa äänenpainossa, äänen korkeudessa ja puh nopeudessa, erilaisissa sanavalinnoissa, puheen sisällöissä, ilmeissä, eleissä sekä päälle puhumisena vastakkaisen mielipiteen tuottamiseksi. Näiden ominaisuuksien yhteistuloksena saadaan käsitys puhujan tunnetilasta, ja jos tämä tunnetila oli keskusteluiden välillä erilainen, tulkitsemme tällöin muutosta tapahtuneen riitoihin ja erimielisyyksiin liittyvissä tunnesisällöissä.

2.4 Tutkimuksen kulku

Aloitimme tutkimuksen katsomalla läpi kaikki istunnot niiltä pareilta, jotka eivät olleet raportoineet lähisuhdeväkivallasta. Yhteensä tällaisia pareja oli seitsemän ja istuntoja 41. Istuntojen pituus oli noin 90 minuuttia ja istuntojen määrä yhtä paria kohden vaihteli 4 – 8 välillä. Katsomisen yhteydessä teimme muistiinpanoja kohdista, joissa esiintyi mielestämme joko erimielisyys tai riita. Katsottuamme kaikki istunnot läpi, vertasimme muistiinpanojamme ja valitsimme lopullisiin analyysihin kaksi paria, joilla oli monipuolisesti erilaisia erimielisyyden ja riidan aiheita, jotta aineisto olisi mahdollisimman rikas. Ensimmäinen pariterapiaprosessi koostui kuudesta ja toinen neljästä istunnosta. Näin tarkempiin tarkasteluihin sisältyi siis yhteensä kymmenen istuntoa. Katsoimme erimielisyyksiä ja riitoja sisältävät kohdat uudelleen, ja annoimme niille ylemmän tason nimet (esimerkiksi asuinpaikka, lasten säännöt, puhumattomuus). Tämän jälkeen vertailimme keskenään erimielisyyden ja riidan aiheita ja sitten niiden muodostamia luokkia niin kauan, että uusia kategorioita ei muodostunut eikä kategorioita pystynyt yhdistämään toisiinsa, eli aineisto saturoitui. Lopuksi litteroimme kustakin luokasta otteen, jossa erimielisyys tuli näkyväksi.

Seuraavaksi lähdimme tarkastelemaan erimielisyyksiin ja riidan aiheisiin liittyvien tunnesisältöjen laadullista muutosta diskurssianalyysin avulla hyödyntäen myös keskustelunanalyttistä lähestymistapaa. Katsoimme nämä kaksi paripsykoterapiaprosessia uudelleen läpi kokonaisuudessaan samalla tehden muistiinpanoja kaikista kohdista, joissa puhuttiin aikaisemmassa tai myöhemmässä vaiheessa esiintyneestä erimielisyyden tai riidan aiheesta. Merkitsimme ylös tarkat ajankohdat ja erimielisyydestä keskustelemisen aikana esiintyneet

tunnesisällöt hyödyntämällä ensisijaisesti paripsykoterapiatallenteita. Tämän jälkeen luokittelimme ja nimesimme tunnesisällöt, jotka ovat neutraali, iloinen, liikuttunut, kireä, surullinen, kiihtynyt ja turhautunut. Toisinaan asiakkaat nimesivät nämä tunnesisällöt itse, kun taas toisissa tilanteissa tunnesisältö oli nähtävissä tulkintarepertuaareissa, puheenvaihdoskohdissa, sävyissä ja tyyleissä.

Iloinen tunnesisältö näkyi siten, että tulkintarepertuaari sisälsi sanoja, jotka ilmensivät positiivista valenssia, kuten “oikeeseen suuntaan”, “selkeesti parempaan suuntaan”, “se on hyvä”. Päälle puhuminen ilmaisi näissä tilanteissa samanmielisyyttä. Lisäksi tilanteissa esiintyi hymyilyä, naurua ja katsekontaktia puolisoon. Sen sijaan surullinen tunnesisältö näkyi itkuna, tavallista hitaampana ja hiljaisempana puheena, surun ja harmin sanallisena ilmaisuna sekä pitempinä hiljaisina hetkinä. Lisäksi päälle puhumista ei tapahtunut, ilmeissä näkyi surullisuutta ja katsekontakti oli vähäistä. Liikuttuminen puolestaan sisälsi positiivissävytteistä itkua, yleensä jonkin tärkeän asian sanomista tai kuulemista. Äänenkorkeus oli matala, ja puhe sekä eleet olivat rauhallisia. Katsekontaktia kumppaniin oli näissä tilanteissa enemmän kuin surun aikana.

Kireään tunnesisältöön kuului ehdottomuuteen viittaavaa tulkintarepertuaaria kuten “väärin”, “varmasti” ja “pakko”. Puhenoisuus oli tavallista nopeampi ja puolisoon ei otettu (katse)kontaktia niin paljon vaan puhe kohdistettiin enemmän terapeutille. Kasvojen ilmeet olivat vakavat. Turhautunut tunnesisältö näkyi huokailuna, kärsimättömyyteen viittaavina äännähdyksinä (esim. kielen naksautteluna) sekä pään hautaamisella käsiin. Äänenkorkeus oli korkea ja puhe nopeaa. Diskurssin käyttäjät puhuivat usein toistensa päälle keskeyttäkseen tai korjatakseksi toista. Tulkintarepertuaariin kuului toista kritisoivia kommentteja kuten “ymmärrätkö” tai “aatteleksä oikeesti niin”. Kiihtynyt tunnesisältö sisälsi turhautuneen tavoin nopeatempoista puhetta ja puheenvaihdoskohtien päällekkäisyyttä. Kiihtyneessä tunteessa ei kuitenkaan ollut samalla tavalla huokailua ja kärsimättömyyteen viittaavia äännähdyksiä kuin turhautumisessa. Neutraali tunnesisältö ilmeni asiapitoisina keskusteluina, jotka eivät ainakaan päällepäin synnyttäneet näkyviä tunnereaktioita. Tulkintarepertuaarit ja puhesävyt olivat asiallisia, eikä puheenvaihdoskohdissa esiintynyt päällekkäisyyttä. Jos muutosta tapahtui positiiviseen suuntaan, tunnesisältö oli muuttunut neutraaliksi, iloiseksi tai liikuttuneeksi. Sen sijaan negatiiviseen suuntaan tunnesisältö muuttui, jos tulkitsimme sen kireäksi, surulliseksi, kiihtyneeksi, turhautuneeksi tai välinpitämättömäksi.

Järjestimme kustakin erimielisyyden aiheesta käytyjen keskusteluiden muistiinpanot kronologiseen järjestykseen ja jaottelimme ne pituuden mukaan kolmeen eri luokkaan: ohimenevät, lyhyet ja pitkät erimielisyydet. Ohimeneviksi erimielisyyksiksi kutsumme lyhyimpiä erimielisyyksiä, joissa erimielisyys lähinnä sivuutettiin. Erimielisyyden osoittamisesta ei näissä tapauksissa seurannut keskustelua; erimielisyys lähinnä tuotiin ilmi ja keskustelua jatkettiin eteenpäin. Toinen luokka sisältää lyhyitä erimielisyyksiä, joista puolestaan keskusteltiin yhdellä kerralla jonkin verran, mutta

aiheeseen ei palattu uudestaan tai palattiin lyhyesti kerran. Pitkissä erimielisyyksissä aiheesta puhuttiin pitempään, ja lisäksi aiheeseen palattiin useamman kerran terapian aikana.

Lopuksi vertasimme jokaisen yksittäisen erimielisyyden aiheen kohdalla, oliko muutosta tunnesisällössä tapahtunut. Litteroimme valitut kohdat, ja litteraatiotekstin sekä terapiatallenteiden avulla tarkastelimme, oliko tunnesisällössä tapahtunut laadullista muutosta.

3 TULOKSET

3.1 Riidan ja erimielisyyden aiheet

3.1.1 Luokat

Erimielisyyksiä esiintyi molemmilla pareilla kaikissa istunnoissa. Erilaisia erimielisyyden aiheita löysimme yhteensä 55, ja ne olivat luokiteltavissa ensimmäisellä ryhmittelykerralla 12 eri kategoriaan, jotka olivat ajankäyttö, keskinäisen ymmärryksen ongelmat, kommunikaatio, lapset ja lasten kasvattaminen, menneisyyden tapahtumat, miehen persoona ja teot, parisuhteen tila, puolison persoona ja käyttäytyminen, seksuaalisuus, sukulaissuhteet, tulevaisuus ja työ.

Seuraavaksi tarkastelimme, olisiko osa kategorioista mahdollista yhdistää tai integroida muulla tavoin yhdeksi luokaksi. Luokat lapset ja lasten kasvattaminen sekä sukulaissuhteet yhdistimme luomalla näistä uuden yhteisen luokan niiden samankaltaisten aiheiden vuoksi. Uuden luokan nimesimme Perhe-elämäksi ja sukulaissuhteiksi. Luokan miehen persoona ja teot yhdistimme luokkaan Puolison persoona ja käyttäytyminen, sillä vaikka miehen persoonaan ja tekoihin liittyviä erimielisyyksiä oli paljon, voidaan myöhemmin mainittua pitää yläkäsitteenä kummankin osapuolen persoonaan ja käyttäytymiseen liittyvistä erimielisyyksistä. Luokka Keskinäisen ymmärryksen ongelmat sisältää erimielisyyksiä tapahtumille annetuista merkityksistä ja tulkintoista. Tämän vuoksi yhdistimme luokkaan kategorian menneisyyden tapahtumat, sillä se sisälsi ainoastaan yhden erimielisyyden aiheen, jonka olimme aikaisemmin nimenneet historian vaikutukseksi, joka sisältää selvästi merkityksenannon ja tulkinnan menneisyydestä. Myös luokan työ yhdistimme kategoriaan

Keskinäisen ymmärryksen ongelmat, sillä työ-kategorian alla oli erimielisyyden aihe nimeltä työn merkitys.

Aineistomme tiivistyi siten lopulta kahdeksaksi riidan ja erimielisyyden aiheeksi. Lopulliset kategoriat olivat 1) *Ajankäyttö*, 2) *Keskinäisen ymmärryksen ongelmat*, 3) *Kommunikaatio*, 4) *Parisuhteen tila*, 5) *Perhe-elämä ja sukulaissuhteet*, 6) *Puolison persoona ja käyttäytyminen*, 7) *Seksuaalisuus* ja 8) *Tulevaisuus*. Esittelemme esimerkit jokaisesta luokasta, mutta anonymiteetin säilyttämisen vuoksi emme erittele, kummalla pareista tilanteet esiintyivät.

1) Ajankäyttö

Ajankäytön kategoria sisältää erimielisyyksiä arjen suunnittelusta ja yhteisen ajan löytymisestä. Iso osa ajankäytön erimielisyyksistä koski digitaalisten viestintälaitteiden käyttöä (esim. tietokone, älypuhelin, tabletti). Lisäksi erimielisyyksiä esiintyi loma-ajan sekä arjen ajankäytön suhteen yleisesti.

Ensimmäisellä istunnolla pari kävi keskustelua ajankäytöstä. Tarkempi aihe keskustelussa oli se, kumman ehdolla yhteistä aikaa oli vietetty ja suunniteltu. Erimielisyys käy ilmi riveillä 7 ja 13. Asiakas 1 kertoo, että on mielenkiintoista kuulla, kuinka hänen puolisonsa mielestä on ollut vaikeaa löytää yhteistä aikaa. A1 kertoo, että hänen mielestään ajankäytöllisesti on menty hänen puolisonsa ehdoilla. Asiakas 2 kertoo rivillä 13, että vaikka näin on ollut parisuhteen alkuaikoina, on yhteinen aika aina mennyt A1 ehdoilla.

Ote 1, istunto 1. 00:45:55 – 00:48:36

(Litterointimerkit Liitteessä 1.)

01 T1: mitä sä (A1) ajattelet näistä ku (A2) sanoo että jotaki odotuksia ja sellasia ja (.) ja jotenki

02 että =

03 A1: mm

04 T1: = hänen näkökulmasta hankalia niinku näitten yhteisten [ajan jakamisessa

05 A1: [niin

06 A1: (..) se on mielenkiintosta kuulla (.) et hän nii ajattelee (..) koska toisaalta määhän niinkun aattelen että et millä

07 ehdoilla sitä on ikään kuin menty niin niin hhh niin kyllä se on menty niinku ((katsoo A2)) he he sinun

08 ehdoilla mutta mutta mut se se se se on juuri se ongelma ettei me olla siitä osattu oikeen sitä puhua että (.)

09 että joku joku siinä menee ihan pieleen siinä mejän vuorovaikutuksessa

10 A2: niin (emmä) siis niinku että noin jos niinku ajatellaan ajankäytöllisesti niin varsinkin se alkuaika mentiin

11 aivan varmasti minun ehdoilla (.) mutta sillonki se yhteinen ((A1 katsoo A2, kurtistaa kulumiaan)) aika sitten

12 A1: [niin kyllä meidän

13 A2: [mutta se ei niinku ne pienet pätkät mitä siellä sitä yhteistä aikaa oli (.) niin kyllä ne sitten mentiin (A1)

14 ehdoilla
 15 A1: niin tai sitten [hei
 16 A2: [(ei) tai siis niinkun (..) joko oltiin tyytyväisiä tai tyytymättömiä [riippuen siitä oliko (A1) =
 17 T1: [mm
 18 A2: = tyytyväinen [vai ei
 19 A1: [ja siis muistatko kun mulla oli semmonen niinkun (.) et et että mä
 20 ihan tietoisesti yritin järjestää sellasta yhteistä aikaa (.) perheaikaa he he koska (.) koska siis (.) se oli niinku
 21 (.) et et jos joku me kuitenkin mentii niinku sun ehdoilla (.) minä ja lapset (.) niin mä aina niinku se se oli että
 22 kauheen sellanen et meidän pitää järj- mä järjestin sitä aikaa! ja voi olla että se oli sitten niinku kuitenkin et
 23 et et se ei sitten ei se ei saavuttanu niitä niitä (.) siinä oli paljon hyvää? (.) mä en tiiä mitä lapset aattelee
 24 mejän perhepäivistä (.) ja (.) ja sitte se (.) että että mikä se meidän yhteinen aika on mutta muisteleppa
 25 mikä meidän yhteistä aikaa oli kaikkien näitten perhepäivien lisäksi? (.) Mitä se oli? ((katsoo A2)) (.) Mitä
 26 se sulle tarkoitti?
 27 A2: (..) .hhh Ne on semmosia pieniä pätkiä siellä seassa.
 28 A1: Milla[sia?
 29 A2: [Ei ne ei ne tarvi olla ku muutama minuutti! (.) En minä tarvi mitää (.) järjestettyä hotelliviikonloppua.

2) Keskinäisen ymmärryksen ongelmat

Keskinäisen ymmärryksen ongelmilla tarkoitamme erimielisyyksiä muun muassa siitä, mitä merkityksiä tapahtumille annettiin ja miten asioita määriteltiin ja tulkittiin.

Neljännellä istunnolla pari kävi läpi tilannetta, joka oli tapahtunut autossa matkalla paripsykoterapiaan. A2 kertoo A1:n kysyneen autossa, muistaako hän aiemmin mainitsemaansa tilannetta. A2 sanoi, ettei muista, jonka johdosta A1 päätti keskustelun sanomalla “tää kertoo paljon”. Keskustelu autossa oli jäänyt siihen. Nyt terapiassa A2 tuo esille, että hän ei ymmärrä, kumpi tarinassa kertoo paljon: se, että hän oli halannut, vai se, että hän ei muistanut halanneensa. Aluksi tämä huvittaa A1:tä, mutta lopulta tilanne purkautuu kovalla äänenpainolla ja nopeatempoisesti, että sillä todellakin on väliä että A2 ei muista, koska eroa on mietitty jo pitkään. Parin erimielisyys liittyy siis tulkintaan siitä, oliko A2:n muistamattomuudella merkitystä. A2 antaa ymmärtää, että A1:lle vain miehen muistamattomuus oli merkityksellistä (rivit 14, 16 ja 23). A1 puolestaan sanoo, että kyllä silläkin oli merkitystä, että A2 halasi (rivi 20), mutta myöhemmin purkaa painokkaasti nopealla tempolla, että muistamattomuus on merkityksellistä (rivi 24). A2 vastustelee tätä sanomalla “no ei no ei” (rivi 25). Keskustelun lopussa A1 naurahtaa.

Ote 2, istunto 4. 00:36:28 – 00:37:28

- 01 A2: tossa autossa tullessa ((A1)) totes että (.) että on niin ristiriitaisia ((osoittaa sormella A1)) ku minä halasin
02 kun nää lähti ((nimi)) kanssa siis tyttären kanssa Poriin (..) että muistanko minä sitä
03 T1: mm
04 A2: nii minä sanoin että en (.) niin (..) sä sitte ((osoittaa sormella A1)) lopetit keskustelun siihen että “tää kertoo
05 paljon”
06 A1: mm
07 A2: kumpi kertoo (.) se että minä halasin (.) vai se että minä en muista.
08 A1: he he nii toi on kyllä [hyvä (.) toi oli hyvä
09 A2: [nii
10 A2: mm
11 A1: kumpi
12 A2: nii.
13 A1: kumpi kertoo he he
14 A2: että jos se [niinku (.) ((osoittaa kahdella kädellä A1)) mulle jäi semmonen tunne että se kerto sulle paljon. =
15 A1: [niin
16 A2: = (.) ku minä en muista.
17 A1: he he ai että (.) joo [(.) ymm (.) joo
18 A2: [se on niinku se [((katsoo T1))
19 A1: [nii
20 A1: ((katsoo ja osoittaa kämmenellä A2)) mut kyllä seki kertoo [että sää halasit (.) ihan oikeesti (.) se kertoo =
21 A2: [((epämääräistä vastustavaa puhetta))
22 A1: = mulle tosi paljon että sää halasit
23 A2: niin mutta sulle jäi päällimmäiseksi ((osoittaa sormella A1)) se että minä en muista.
24 A1: no kuule tässä tilanteessa kuule ku avioeroa koko ajan mietitään niin kyllä sillä [nyt on =
25 A2: [no ei se ei se ei se no
26 A1: = merkitystä että sää et he he muistakkaa

3) *Kommunikaatio*

Kommunikaatio-luokkaan sisältyy lukuisia erimielisyyden aiheita, kuten puolison puhumattomuus, kuunteleminen, avoimuus, neuvominen sekä rooli keskustelussa.

Viidennessä istunnossa pari kiisteli avoimuudesta: pitäisikö A2:n sanoa suoraan, miltä mekko näyttää A1:n päällä. Rivillä 3 A2 sanoo, että kyllähän kaikki tietävät, mitä sellaisessa tilanteessa pitää sanoa. A1 kauhistelee tätä sanomalla, että eihän A2:n tarvitse hänen kanssaan sellaista ajatella, vaan sanoa rehellisesti mitä mieltä on (rivit 5 ja 8). Molemmat nauravat erimielisyydelle (riveillä 6 ja 11). Kyseinen erimielisyys liittyy myös syvempään keskusteluun suoraan puhumisesta. Rivillä 1 A1

kertoo, että toivoisi A2:n kertovan asioita suoraan. Rivillä 15 A2 vastaa terapeutin kysymykseen (terapeutti viittaa aikaisempaan keskusteluun) ja ilmaisee, että hän kyllä mielestään sanoo asiat suoraan. Pariskunnan osapuolet ovat siis eri mieltä siitä, puhuuko A2 suoraan vai ei.

Ote 3. Istunto 5. 01:11:58 – 01:12:08; 01:13:09 – 01:14:23

- 01 A1: ku mää niinku oikeesti kyllä tykkäisin sillain et (A2) sanois suoraan asiat ja sitte ku hän hyvin harvoin
02 sanoo vaikka mää ss- ehkä .hhh sil- sillon saatan kimpantua siitä (.) mutta mää niinku
(26 riviä poistettu)
03 A2: mutta niinku sitä suoraan ja rehellisesti sanomisesta kyllähän kaikki tietää että mitä niinku pitää vastata kun
04 kysytään että miltäs tää puku näyt- (.) tää hame näyttää päälle että .hhh
05 A1: Ei [(.) ku mää en ku sun pitää sanoa se mitä sää oot mieltä
06 A2: [he he
07 A2: e:i ku sitä [nyt just
08 A1: [herranjestas eihän sun mun kanssa piä sillain niinku aat- aatteletsä ((katsoo A2)) oikeesti sillain.
09 A2: no: e:i siis tavallaan sillon aina helpottaa ku on kaks vaihtoehtoo mistä voi sitte. toi (.) toi on toi on tosi
10 hyvä (..)
11 A1: he he ((A2 hymyilee))
12 A2: mutta nää on tämmösiä
13 T1: mut mitä sää tosta ajattelet että (A1:lla) on jotenki semmonen (.) huoli että sää näkisit hänessä vaikka mitä
14 kielteistä mutta et vaan sano
15 A2: e:n no joo e: (.) no nyt mää ainaki sanoin (.) sanoin tuli sanotuks ainaki ne semmoset mitkä nyt tuli
16 päällimmäisenä eikä musta niin paljoo muuta kyllä sitte
17 A1: ((katsoo A2)) et sää kaipaa sitä että mää sanon sulle koskaan sitte (.) et. sää et niinku kaipaa sitä. sulla on
18 sulla on niin [vahva itsetunto, sää oot vaa niinku sä oot tämmönen ja he he
19 A2: [no emmää (.) ei sitä niinku koskaan (.) emmää osaa ehkä se on niinku sitte hyväks, mutta ei
20 sitä kukaan niinku kaipaa et toivottavasti joku tulis nyt sanomaan mulle [jotain huonoo
21 A1: [he he ei

4) Parisuhteen tila

Parisuhteen tila sisältää erimielisyyksiä koskien parisuhteen tilannetta kuten tyytyväisyyttä parisuhteeseen, sen laadun parantumisen mahdollisuuksien näkemistä ja erimielisyyksiä parisuhteen hyvistä hetkistä.

Seuraavassa otteessa terapeutti kysyy A2:lta, milloin hän on ollut tyytyväinen parisuhteeseen (rivi 1). A2:n mielestä sellainen on ollut vuosien takana (rivit 4 – 5). A1 vastaa tähän hieman myöhemmin (rivit 15 – 17) sanomalla, että hänen mielestään A2 ei vain näe hyviä hetkiä.

Ote 4. Istunto 1. 00:49:47 – 00:50:40; 00:51:23 – 00:51:48

- 01 T1: millon (A2) on ollu sellanen viimenen sellanen lyhyt pätkä mihin sää oot ollu t-tyytyväinen sä sanoit äsken
02 jotenkin tällättee että olosuhteet mitä sä toivot sellasia lyhyitä pätkiä muistatsä jonkun sellasen (.) lyhyen
03 pätkän mihin sää oot ollu tyytyväinen [((epäselvää puhetta))
04 A2: [en (.) nyt en pysty sanomaan mutta niinku jos hhh (..) se on vuosien
05 takana niinku semmonen (.) semmonen aito nautinto [olla yhdessä
06 T1: [mm
07 T1: mm (.) onks silloin paikalla kaks te kahestaan vai onks [siellä joitaki
08 A2: [no niin no se mm niinku tätä minä juuri haen että
09 onhan ne semmosia .hhh että missä perhe on kasassa [ja keskustellaan niinku koko perheen kesken jotaki =
10 A1: [mm (.) niin joulut ja kaikki (meillä on ihania jouluja)
11 A2: = semmos-semmosia hyviä hetkiä mutta silleen että me oltais kahdestaan
12 T1: mm
12 A2: ja nautittais siitä hetkestä
13 T1: niin siitä on kauan
14 A2: niinku siitä on kauan
(10 riviä poistettu)
15 A1: mä taas jos sanosin (.) niinku mä mun tekis mieli vähä ravistella he he sua että (.) että tota (.) et sä et niinku
16 mulla on sellanen tunne ja ajatus että että sää et niinkun nää ((katsoo A2)) niitä hyviä hetkiä mitä meillä on
17 arjessa et sä oot jotenki niin niin pettynyt tai niin ärtynyt ja niin väsynyt että sä et nää niitä hetkiä mitä on

5) Perhe-elämä ja sukulaissuhteet

Perhe-elämä ja sukulaissuhteet -kategoriaan luokittelemamme erimielisyyden aiheet liittyvät jollain tavalla asiakkaan omiin sukulaisiin, puolison sukulaisiin tai lasten kasvattamiseen ja muihin lapsiin liittyviin erimielisyyksiin.

Otteessa 5 pariskunta on eri mieltä, miksi A2 ei pidä yhteyttä sukulaisiinsa. Rivillä 3 A2 sanoo sukulaisten olevan ongelmallisia, mutta A1:n mielestä asia ei ole aivan näin (rivi 4).

Ote 5. Istunto 1. 00:28:35 – 00:28:49

- 01 A1: ja sitte ku eioo aikaa lähä-nähä sukulaisia että sä et piä mitää yhteyttä kehenkään ((katsoo A2)) sukulaisees
02 (.) ja mulle on ant- taas niinku tärkeetä
03 A2: siellä on vaa niin ongelmaisia sukulaisia he he
04 A1: nii mutta että emmää nyt sillee aattelis ku että ku niin ku

6) Puolison persoona ja käyttäytyminen

Puolison persoona ja käyttäytyminen -kategoriaan kuuluvat erimielisyydet puolison persoona, tapoja tai käyttäytymistä kohtaan.

Otteessa kuusi pari puhuu A2:n persoonasta. A2 sanoo, että A1 haluaisi hänen muuttuvan sosiaalisemmaksi, mitä hän ei ole (rivi 8). A1 vastusteleee tätä aluksi (rivi 9), mutta myöntyy, että tietyissä hetkissä hän olisi halunnut A2:en olevan sosiaalisempi (rivi 12).

Ote 6. Istunto 6. 00:40:19 – 00:41:04

- 01 T1: ootsä yrittäny unohtaa ja joskus on unohtanut nähtävästi sen (.) miten sää ootsä saanu sut? tekemään
02 jotaki asioista onks tämä että sä
03 A2: ((A1 katsoo A2)) no kyllähän sitä aina sit niinku sillä hetkellä sitä aina niinku mieltii että mitä mitä nyt sit
04 vois (.) vois tehdä paremmin mut sitte tois- toisaalta taas ei kovin kummoseks [erilaiseks =
05 A1: [mm
06 A2: ((katsoo alaspäin)) voi muuttua kun mitä niinku muuten on että tietysti tiettyjä tekoja ja (.) ja-ja semmosia
07 voi niinku (.) aina parantaa mutta .hhh just se ettei niinku persoonana voi muuttua kovin kummoseks tai
08 yhtäkkiä (.) (A1) haluais että pitäis olla sellanen hypersosiaalinen mikä mää en oo että [tota
09 A1: [no en mää nyt aina
10 oo no
11 A2: no ei mut sillä hetkellä sä just haluaisit ((katsoo A1))
12 A1: no niin no nii no ne ss- mm

7) Seksuaalisuus

Seksuaalisuuteen liittyviä erimielisyyksiä ei esiintynyt paljoa, mutta halusimme korostaa niiden erityislaatuista luomalla niille oman luokkansa.

Seuraavassa otteessa terapeutti kysyy parilta, liittyykö seksi tai seksuaalisuus parin tilanteeseen (rivit 1 ja 3). A2 vastaa, että liittyy varmasti sekin. Terapeutti tarkentaa, että liittyykö asiaan pettymyksiä (rivit 7 – 8). A2 sanoo joskus pettyneensä, mutta yhdessä terapeutin kanssa toteaa että pettymykset eivät ole olleet ”semmosia” (rivi 10 ja 11), viitaten johonkin, joka jää keskustelussa tarkentamatta. A1 kertoo, että hänen mielestään A2 oli kyllä pettynyt seksielämäänsä enemmän kuin mitä nyt antaa ymmärtää (rivi 14).

Ote 7. Istunto 3. 00:44:05 – 00:45:22

- 01 T1: .hhh liittyykö seksi tai seksuaalisuus tähän teidän

02 A2: mitä
 03 T1: liittykö seksi tai seksuaalisuus tähän teidän tilanteeseen?
 04 A2: hhh ymm no liittyy varmasti seksi [(..) koska tällä tällä hetkellä se on hyvin [vähästä. ei voi sanoa että =
 05 T1: [mm [mm
 06 A2: = aivan nolla mutta (.) lähes
 07 T1: mm (.) liittyks se sillon aikasemmin niihin tilanteisiin sillon kun ei ollut aikaa (.) liittyks se niihin
 08 pettymyksiin sillon
 09 A2: (..) hhh enn siis kai siellä joskus on pettymyksiä ja mu[uta sellasta...
 10 T1: [mut ei ei sellasia?
 11 A2: ei [ei semmosia.
 12 T1: [ei semmosia ei selkeesti semmosia (..) Mitä sä (A1) ajattelet tästä?
 13 A1: hhh Jäin vähän tota miettiin, että ((nielasu)) että kyl mä luulen tai kyllä mul mulla ainaki jäi sellanen kuva
 14 että että sää kyllä petyit (..) ehkä enemmänki ku mitä nyt annoit ymmärtää.

8) Tulevaisuus

Tulevaisuus-luokan erimielisyydet sisältävät erimielisyyksiä tulevaisuuteen liittyvistä asioista, kuten unelmista ja haaveista, asuinpaikasta sekä perheenisäyksestä.

Otteessa kahdeksan pari puhuu lasten hankkimisesta tulevaisuudessa. A2:n mielestä se on hieman pelottavakin ajatus, sillä jos lapset eivät ole terveitä, niin jokin voisi mennä “pieleen” (rivit 1 – 4). Tähän A1 vastaa, että ei itse ajattele asiaa niin, vaan se on hänestä enemmänkin haaste eikä ongelma (rivit 5 – 6).

Ote 8. Istunto 3. 00:54:41 – 00:55:10

01 A2: ((A1 katsoo A2)) en mä sitte tiä ku (.) ((katsoo alaspäin)) mitä kaikkee pitäis sitte muuttua että sit vähä
 02 niinku jo-jopa pelkääki sit niinku lastenki (.) niinku lisää lasten ha-han niinku pikkusen jo pelkään sitte
 03 semmostaki et no sitte että jos nyt sitte ei oookkaan terveitä lapsia tai muuta ja tulee että .hhh että sitte se
 04 tavallaan meni vähä niinku pieleen [(.) pieleen koko
 05 A1: [e:i no mutta semää niinku aattelin sillain että se on sitte vaan niinku
 06 että se on mitä on ja sitte tavallaan että se on semmonen niinku (.) haaste eikä ongelma

Etsiessämme aineistosta erimielisyyksiä, löysimme erimielisyyden lähelle tulevia kommunikoinnin muotoja, jotka eivät varsinaisesti täyttäneet erimielisyyden määritelmää. Yleensä näissä tilanteissa erimielisyys olisi ollut helppo tuottaa, mutta jostain syystä toinen osapuoli ei ilmaise sitä, tai vaihtoehtoisesti pari on asiasta samaa mieltä. Esimerkkinä tällaisista tilanteista ovat esitetyt toiveet ja syyttely; toinen osapuoli voi esittää toiveita puolisoaan kohtaan tai syyttää puolisoaan

jostain. Syyttely johtaakin usein erimielisyyteen, mutta ei aina. Lisäksi väärinymmärrys tai sen korjaus eivät olleet mielestämme erimielisyyksiä, sillä niissä tilanteissa ei ollut todellista erimielisyyttä itse asiasta. Väärinymmärrys myös korjataan nopeasti. Terapiaprosesseissa puhuttiin paljon myös kotona tapahtuneista erimielisyyksistä tai oltiin samaa mieltä siitä, että ollaan jostain asiasta eri mieltä. Myöskään näitä tapauksia emme laskeneet erimielisyyksiksi, sillä tutkimme vain pariterapiakontekstissa esiintyviä erimielisyyksiä, ja yhtenä vaatimuksena oli erimielisyyden selkeä verbaalinen tai non-verbaalinen ilmaisu. Usein parit myös totesivat olevansa joissain asioissa erilaisia, ihmettelivät toisen toimintaa tai eivät ymmärtäneet toista – toisin sanottuna terapiassa tunnistettiin paljon toisen erilaisuutta. Myös nämä tilanteet jäivät tutkimuksen ulkopuolelle samoin kuin asiakkaan ja terapeutin väliset erimielisyydet, sillä tässä tutkimuksessa keskityttiin parien välisiin erimielisyyksiin. Muutamia kertoja erimielisyys tuli esille terapeutin kautta siten, että terapeutti nosti esille pariskunnan aikaisemmin toteaman mielipiteen ja toi sen uudestaan esiin, jolloin syntyi erimielisyys. Nämä laskimme mukaan tutkimukseen, sillä niissä molempien mielipide oli tuotu esille terapiassa, ja erimielisyys oli tunnistettu aikaisemmin.

Havaitsemamme luokat jakaantuivat esiintymistiheyden mukaan parien välillä epätasaisesti. Kummallakin parilla oli heille tyypillisempiä erimielisyyden aiheita, kun taas jotkin muut aiheet eivät aiheuttaneet heidän välilleen juurikaan erimielisyyttä. Esimerkiksi keskinäisen ymmärryksen ongelmia esiintyi lähes ainoastaan vain toisella parilla ja sama ilmiö toistui ajankäytön erimielisyyksien suhteen toisen parin kohdalla. Epätasaisesta jakautumisesta huolimatta luokkien koot olivat samaa suuruusluokkaa lukuun ottamatta Seksuaalisuus-teemaa, joka meidän aineistossamme jäi selvästi muuta pienemmäksi luokaksi.

Huomionarvoista aineistossamme on myös parien riitelemättömyys terapian aikana. Yksikään havaittu erimielisyys ei täyttänyt Abigailin ja Cahnin (2011) määritelmää konfliktista, vaan erimielisyydet pysyivät kohtuullisen maltillisina. Erimielisyyksien intensiteetti vaihteli kuitenkin paljon aina neutraalista voimakkaaseen intensiteettiin. Erityisesti konfliktin määritelmän kohtaa “konfliktin ratkaisemiseen liittyvä kiireellisyyden tunne” (kohta neljä) ei esiintynyt meidän aineistossamme, jonka johdosta emme voineet laskea mitään erimielisyyttä riidaksi. On mahdollista, että tällainen riidan määritelmä on liian korkea. Esimerkiksi joihinkin erimielisyystilanteisiin liittyi selkeästi voimakkaampia tunteita kuin toisiin.

3.2 Tunnesisältöjen laadullinen muutos paripsykoterapian aikana

Toisessa tutkimuskysymyksessä tutkimme eri mittaisten - ohimenevien, lyhyiden ja pitkien - erimielisyyksiin liittyvien tunnesisältöjen laadullista muutosta. Lähes kaksi kolmasosaa havaituista erimielisyyksistä olivat joko ohimeneviä tai lyhyitä erimielisyyksiä. Muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta näissä tapauksissa tunnesisällöissä ei tapahtunut laadullista muutosta. Erimielisyys saattoi jäädä elämään, mutta se ei häirinnyt paria. Toisaalta ohimenevät ja lyhyetkin erimielisyydet saattoivat toisinaan linkittyä laajempaan keskusteluun jostain muusta aiheesta. Lisäksi, vaikka näissä erimielisyyksissä ei tapahtunut tunnesisällössä laadullista muutosta, on mahdollista, että lyhyenkin keskustelun aikana tai sen jälkeen tapahtui ymmärryksen lisääntymistä aiheesta, mikä puolestaan johti siihen, ettei aiheesta tarvinnut enää keskustella paripsykoterapiassa. Tämä ymmärryksen lisääntyminen on puolestaan saattanut johtaa merkitysulottuvuuden muutokseen. Tätä muutosta emme kuitenkaan tutkimuksessamme pysty todentamaan.

Seuraava ote on esimerkki ohimenevästä erimielisyydestä. Pari on eri mieltä siitä, olisiko lasten kanssa ulkomaille muuttaminen lapsille hyvä asia vai ei. A2 tuo aluksi esille hieman epävarmasti haittapuolia, kuten koulun vaihtuminen ja kaveripiirien muuttuminen (rivi 6). A1 vastaa tähän painokkaasti ja korkeammalla äänellä sen olevan rikkaus (rivi 7). A2 puolestaan ilmaisee erimielisyytensä sanomalla, että se on rikkaus mutta tietynlainen stressikin. Tilanne kestää hyvin ohimenevän hetken, eikä aiheeseen palata enää terapian aikana. Todennäköisesti erimielisyys ei ole parille niin ajankohtainen, sillä pari on pitänyt ulkomaille muuttamista mahdollisena vasta joskus tulevaisuudessa.

Ote 9. Istunto 3. 00:55:14 – 00:55:40

- 01 A2: vähä niinku sitäki miettii et joku et nyt pitäis päästä vaikka (.) puoleks vuojeks ulkomaille [niinkö määki =
02 A1: [no nii (.) ku sitte
03 mää
04 A2: = mietein sitä vähä niinku lasten kannalta että se[(.) neki sitte ote- on niinkö otettava johonki toiseen =
05 A1: [(naksauttaa kieltä)
06 A2: = kouluun ja kaveripiirit muuttuu ihan täysin ja muuta että onko niinku
07 A1: ((katsoo A2)) no ↑eikö se on rikkaus niille sitte tulevaisuuteen että ne oppii erillaisii ympäristöhi
08 A2: ((katsoo alaspäin)) nii (.) [mutta se on rikkaus mutta että se on varmaan tietynlainen stressiki
09 A1: [et jos se on

Ohimenevien ja lyhyiden erimielisyyksien lisäksi aineistossamme oli erimielisyyksiä, joihin palattiin useamman kerran pariterapian aikana. Tällaiset erimielisyydet erosivat ohimenevistä ja lyhyistä erimielisyyksistä siten, että niiden aihe oli parille merkityksellisempi, akuutimpi tai tulevaisuuteen vaikuttava. Mielenpiteet olivat näissä tapauksissa myös useammin kauempana toisistaan sekä intensiteetiltään voimakkaampia. Kaikissa useamman kerran aiheeseen palatuissa erimielisyyksissä tapahtui laadullista muutosta tunnesisällössä pariterapian aikana.

Toisella pareista ajankäyttöön liittyviä erimielisyyksiä esiintyi lähes kaikissa istunnoissa. Ensimmäisellä istunnolla aiheesta keskusteltiin melko kiivaasti, yrittäen selvittää kummalla on enemmän ongelmia liiallisen teknologian käytön kanssa. Kiivaus näkyy A2 osalta päälle puhumisena (rivi 9), hänen äänenpainoissaan ja syyttämisenä (rivit 9, 10 ja 16) sekä vastuunsiirtona (rivillä 14). A1 on kaikissa istunnoissa hyvin rauhallinen, kuten myös tässä otteessa. Hänkin kuitenkin puhuu päälle (rivit 11 ja 15) ja naureskelee A2:n väitteelle pilkallisesti. Tämän episodin tunnesisällön nimesimme kiihtyneeksi.

Ote 10. Istunto 1. 00:24:04 – 00:24:58

- 01 A1: se saattaa tulla ehkäh huom- huomaamattomasti mutta niinkun yhteiseen ajankäyttöön liittyen mutta kyllä
02 mä ((nielaisu)) kyllä mä aika paljon pistäsin näitten somesovellusten piikkiin niinku, tätä [ajankäyttöä =
03 A2: [mm
04 A1: = mitä (.) tota nii nii (.) huomaamatta (.) on semmosena aikavaras
05 T1: mm molemmilla vai
06 A1: [mulla
07 A2: [mutta että ehkä enemmän mulla
08 A1: mulla ei oo sen kanssa oikeestaan [mää hyvinki
09 A1: [mutta kyllä säki tuut sä tuut kotiin sää meet koneelle ensimmäisenä
10 [sä meet aina koneelle et sää ole siellä niitten lasten kans[sa
11 A2: [no [mm se se he he siitä voi olla montaa miel[tä
12 A1: [se on
13 semmonen toimintamalli kyllä mä sen nytte justii viimeksikki mää ajattelin ku .hhh ku silloin sovittiin että
14 vähennetään niitä nii sit mää vähensin nii sit sää alotit sen
15 A2: no (.) se on [semmonen missä ei ehkä kohtaa se näkemys (.) välttämättä että miten päin se menee
16 A1: [että ei sitä oo sitä perheen yhteistä (.) nii

Myöhemmissä istunnoissa teknologian käytöstä keskusteltiin rauhallisempaan sävyyn. Viimeisellä istunnolla aihe herätti huvittuneisuutta, ja vaikka ongelma itsessään ei ollut poistunut, oli arkeen saatu helpotusta. A2:n sanoessa, että ajankäytön suhteen muutokset eivät ole onnistuneet

(rivillä 4), A1 nauraa kommentille huvittuneena. Päälle puhuminen tässä otteessa on toisen myötäilemistä, eikä oman vastakommentin tuottamista, eli päälle puhumisen funktio on eri. Myöskään negatiivisesta tunnelatauksesta kieliviä äänenpainoja ei ole havaittavissa. Tunnesisältö oli siis pariterapian aikana muuttunut kiihtyneestä iloiseksi.

Ote 11. Istunto 6. 01:09:53 – 1:10:42

- 01 A2: sitten oli jotain niit tavoitteita niinku tavallaan sitä ajankäytön suhteen [ja sit niinku
02 A1: [niin no se
03 T2: onks sille tapahtunut mitään
04 A2: niinku näille no sehän ei oo mun mielestä kyllä onnistunu [ihan se Facebook kautta muu =
05 A1: [he he
06 A2: = ni tavallaan [säätely
07 A1: [no ei SE (.) eikä myöskään se että oltais lyöty kalenteriin niitä aikoja
08 A2: .hhh
09 A1: mut jotenki [arki
10 A2: [mut niitä on ollut sitte siitä [huolimatta
11 A1: [niin niin on jotenki silleen vähän enemmän ekstemporee ehkä
12 [kuiten-
13 A2: [niin
14 T1: yhteisiä aikoja.[niistä puhutte tullu ekstempore
15 A1: [niin (.) niin
16 A1: ne on vähän tullu ekstemporee niitä ei oo laitettu kalenteriin että se nyt on sit jotenki se arki on siis ollu
17 helpompaa? niin ei ole niin kovaa tarvettakaan sitte ehkä ku se arki toimii niin sit ei tavallaan oo semmosta
18 et pitää päästä siis pakoon sitä arkea johonki vähäks aikaa että [se on =
19 T1: [mm
20 A1: = niinku musta se on ihan sillai ollu ok että

Havaitsimme, että tunnesisällön laadullisen muutoksen suunta vaihteli parista riippuen. Toisen parin kohdalla muutos painottui positiiviseen suuntaan, jolloin kiihtynyt, turhautunut, kireä tai surullinen tunnesisältö muuttui joko neutraaliksi, iloiseksi tai liikuttuneeksi. Toisella pareista puolestaan suurin osa muutoksista oli negatiiviseen suuntaan jopa niin, että neutraali erimielisyys muuttui negatiivisesti tunnelatautuneeksi. Nämä muutokset olivat samansuuntaisia kummankin parin koko prosessin kanssa.

4 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaisia erimielisyyden ja riidan aiheita tutkittavilla pareilla esiintyy paripsykoterapiassa ja tapahtuuko erimielisyyksien tunnesisällöissä laadullista muutosta teemoja käsiteltäessä. Aineistona tässä tutkimuksessa oli kahden parin paripsykoterapiaprosessit kokonaisuudessaan, yhteensä kymmenen 90 minuutin istuntoa, joista oli saatavilla videomateriaalit. Lisäksi osasta istunnoista oli saatavissa valmiit litteraatiot.

Ensimmäinen tutkimuskysymyksemme pyrki vastaamaan, mitä riidan ja erimielisyyden aiheita pariterapiaan hakeutuneilla pariskunnilla oli. Aineistomme tiivistyi kahdeksaan eri luokkaan, jotka olivat 1) *Ajankäyttö*, 2) *Keskinäisen ymmärryksen ongelmat*, 3) *Kommunikaatio*, 4) *Parisuhteen tila*, 5) *Perhe-elämä ja sukulaissuhteet*, 6) *Puolison persoona ja käyttäytyminen*, 7) *Seksuaalisuus* ja 8) *Tulevaisuus*. Toisen tutkimuskysymyksen tarkastelun kohteena oli erimielisyyden ja riidan aiheisiin liittyvien tunnesisältöjen laadullinen muutos teemoja käsiteltäessä. Tunnesisällön laadullisella muutoksella tarkoitamme tunnesisällössä tapahtuvaa muutosta joko positiiviseen tai negatiiviseen suuntaan. Ohimenevissä ja lyhyissä erimielisyyksissä ei yleensä tapahtunut muutosta tunnesisällössä, mikä johtuu osittain erimielisyyksien lyhyestä kestosta. Lisäksi aineistossamme oli erimielisyyksiä, joihin palattiin useamman kerran pariterapian aikana. Näiden erimielisyyksien tunnesisällöissä laadullista muutosta tapahtui.

On huomioitavaa, että erimielisyyksien luokittelu yksittäiseen luokkaan on aina keinotekoinen, sillä erimielisyyden ja riidan aiheet risteävät usein keskenään. Tämän voidaan nähdä tapahtuvan kahdella tavalla. Ensinnäkin, jotkin riidan aiheet olisimme voineet kategorisoida kahteen eri luokkaan, esimerkkinä tästä ajan löytyminen seksille. Tämä erimielisyys voisi kuulua myös Ajankäyttö-kategoriaan, mutta sijoitimme sen Seksuaalisuus-teeman alle seksuaalisuuden ollessa kyseisessä erimielisyydessä hallitsevampi teema. Toinen tapa erimielisyyksien risteämiselle on se, että eri riidan aiheet voivat usein liittyä toisiinsa. Esimerkiksi luokan Puolison persoona ja käyttäytyminen alle liitimme erimielisyyden siitä, kuinka A2 on A1:n mielestä negatiivinen, ja A2:n tulisi tehdä asialle jotakin. Tämä negatiivisuus liittyi parin erilaiseen näkemykseen siitä, kuinka todennäköistä parisuhteen laadun parantuminen on, joka puolestaan kuului Parisuhteen tila-kategoriaan. Toisin sanoen, riidan ja erimielisyyksien ryhmittely ei ollut aina suoraviivaista johtuen teemojen sopimisesta toisinaan useampaan luokkaan tai yksittäisen riidan aiheen liittyessä toiseen. Molemmat ongelmat pyrimme ratkaisemaan keskittymällä riidan tai erimielisyyden hallitsevimpaan

teemaan ja tekemällä kategorisoinnin tällä periaatteella. Hallitsevimpana pidimme sitä teemaa, joka oli keskustelun keskiössä.

Pariskunnat erosivat toisistaan siinä, mitkä teemat aiheuttivat heille eniten erimielisyyksiä. Erimielisyyden ja riidan aiheiden painotuserot parien kesken viittaavat siihen, että parit eroavat riitelyn ja erimielisyyksien suhteen riippuen siitä, mitkä asiat ovat kullekin parille tärkeitä. Toiset aiheet ovat kuitenkin selvästi yleisempiä parien keskuudessa kuin toiset. (Boisvert ym., 2011.) Tietyn teeman korostuminen voi johtua myös sen taustalla piilevistä juurisyistä. Nämä juurisyyt voivat liittyä esimerkiksi yksilön kokemiin primääritunteisiin ja tarpeisiin, joita tunnekeskeinen psykoterapia korostaa (Greenberg ym., 1993). Aineiston keräämisen yhteydessä osalla pareista erimielisyydet saattoivat liittyä esimerkiksi lähes pelkästään sukulaissuhteisiin, kun taas valikoituneessa aineistossa sukulaissuhteet eivät aiheuttaneet paljoakaan ristiriitoja. Erimielisyyden aiheiden yleisyydestä tai niiden rajoittumisesta tässä tutkimuksessa löytyneisiin aiheisiin ei voi tämän tutkimuksen perusteella tehdä suoria johtopäätöksiä väestöllisesti.

Vaikuttaa siltä, että lähes kaikki paripsykoterapiassa käsitellyt aiheet liittyivät jollain tavalla puolisoiden väliseen dynamiikkaan. Ainoastaan luokassa Perhe-elämä ja sukulaissuhteet ilmeni erimielisyyksiä, jotka liittyivät selvästi parisuhteen ulkopuoliseen maailmaan. Kuitenkin näissäkin erimielisyyksissä pariskunta oli hakeutunut paripsykoterapiaan juuri siitä syystä, että sukulaisten väliset suhteet ja niissä esiintyvät hankaluudet olivat alkaneet vaikuttaa parisuhteen osapuolten käyttäytymiseen ja sitä kautta parisuhteen laatuun. Tällöin erimielisyyden aiheen voidaan nähdä toimivan välittävänä tekijänä tunnesuhteen heikkenemiseen. Suurin osa erimielisyyksistä oli kuitenkin suorassa yhteydessä parisuhteeseen ja pariskunnan väliseen dynamiikkaan.

Aikaisempaa tutkimusta nimenomaan pariterapiassa esiintyneistä riidan ja erimielisyyden aiheista ja niihin liittyvien tunnesisältöjen laadullisesta muutoksesta ei ole tehty. Lisäksi aikaisempi tutkimus liittyen erimielisyyksiin on yleensä keskittynyt tutkimaan nimenomaan avioliittoja (esim. Gottman, 1999; Birditt, Brown, Orbuch & McIlvane, 2010), kun taas tässä tutkimuksessa erottelua avio- ja avoliitoille sekä erillään asuville pareille ei ole tehty. Riidan ja erimielisyyden aiheita on aikaisemmin tutkittu paljon niin kansainvälisesti kuin Suomessakin. Kansainvälisten tutkimusten mukaan erimielisyyksiä ja riitoja parisuhteessa aiheuttavat vapaa-ajan käyttö, puolisoiden välinen kommunikaatio, seksi, kotitöiden jakautuminen, työssäkäynti, raha, lasten kasvatus ja sukulaiset (Boisvert ym., 2011; Kluwer ym., 1997; Storaasli & Markman, 1990). Suomessa tehdyn tutkimuksen tulokset ovat hyvin samansuuntaisia, tosin työssäkäynti ja sukulaiset eivät nousseet esiin erityisinä riidan aiheina (Kontula, 2013).

Nämä tulokset ovat hyvin samansuuntaisia meidän tutkimustulostemme kanssa: erimielisyyden aiheiksi nousivat niin ajankäyttö, seksi, perhe-elämä ja sukulaissuhteet – joka sisälsi

myös lasten kasvatukseen liittyviä erimielisyyksiä – sekä kommunikaatio. Sen sijaan rahaan, kotitöiden jakautumiseen ja työssäkäyntiin liittyvät erimielisyyden ja riidan aiheet eivät nousseet aineistossamme erityisiksi omiksi luokikseen. Kotitöiden jakautuminen ja työssäkäyntiin liittyviä erimielisyyksiä esiintyi vain vähän tutkimuksessamme, ja ne on luokiteltu Ajankäyttö-kategoriaan. Sen sijaan rahaan liittyviä konflikteja ei tutkimuksessamme ollut havaittavissa lainkaan, mikä voi tosin johtua aineiston otoskoosta. Tutkimuksemme on lisäksi keskittynyt ainoastaan pariterapiassa esiintyneiden erimielisyyksien ja riidan aiheiden tarkasteluun, jolloin kotona esiintyvät ristiriidat ovat jääneet tarkastelun ulkopuolelle. Aikaisempi tutkimus onkin usein toteutettu kysymältä parilta itseltään esimerkiksi kyselyn avulla, millaisista aiheista syntyy ristiriitoja parisuhteen osapuolten välille (Kontula, 2013; Storaasli & Markman, 1990).

Braikerin ja Kelleyn (1979) tuloksista poiketen ryhmittelemämme aiheet eivät täysin noudattaneet heidän yleisemmän tason malliaan, jossa luokat olivat 1) tietty käyttäytymisen malli, 2) yhteiselämään liittyvät tavat ja tottumukset ja 3) persoonaan liittyvät piirteet. Osa löytämistämme luokista voidaan kuitenkin liittää tähän malliin. Luokat Ajankäyttö, Kommunikaatio sekä Puolison persoona ja käyttäytyminen voidaan liittää edellä mainitun teorian luokkaan “Tietyn käyttäytymisen malli”. Toisaalta Puolison persoona ja käyttäytyminen voidaan liittää myös Braikerin ja Kelleyn (1979) luokkaan “Persoonaan liittyvät piirteet”. Lisäksi Perhe-elämä ja sukulaissuhteet sekä seksuaalisuus voidaan liittää tulkinnasta riippuen joko “tietyn käyttäytymisen malliin” tai “yhteiselämään liittyviin tapoihin ja tottumuksiin. Koska Braikerin ja Kelleyn (1979) teoria ei kuitenkaan ohjannut analyysiamme, löysimme myös heidän luokittelunsa ulkopuolisia teemoja kuten Keskinäisen ymmärryksen ongelmat, Parisuhteen tila ja Tulevaisuus.

Tulosten valossa on huomionarvoista, että aineistossa parien erimielisyydet eivät täyttäneet riidan määritelmää, vaikka erimielisyyksissä keskustelun intensiteetti saattoi olla välillä korkeakin. Riitaa on vaikea määritellä täsmällisesti, ja usein arkikielessä ihmisten käsitys riidasta voi poiketa paljonkin esimerkiksi omasta perhetaustasta riippuen. Tästä syystä tässä tutkimuksessa käyttämämme riidan määritelmä voi olla liian karkea, jonka vuoksi niitä ei aineistossamme esiintynyt. Toinen mahdollinen syy riitojen vähäisyydelle on pariterapiakontekstin vaikutus parien keskinäiseen vuorovaikutukseen. Pariterapiakonteksti voi säädellä parin vuorovaikutusta niin, että rakentavampi tapa keskustella myös tunteita herättävistä aiheista on mahdollista. Ulkopuolisen terapeutin läsnäolo voi lisätä eräänlaista “vieraskoreutta”, mikä osaltaan helpottaa tunteiden säätelyä mahdollisissa riitatilanteissa. Se, mikä kotona näyttäytyy selvästi riitana, voi terapiassa saada erilaisen muodon.

Erimielisyyden muutosta tutkiessamme huomasimme, että niissä erimielisyyden aiheissa, joissa muutosta ei tapahtunut, erimielisyyden aihe oli parille jossain määrin vähemmän merkityksellinen. Erimielisyys ei osunut kumpaakaan yksilöä kipeään kohtaan, eli vaikka asiasta

oltiinkin eri mieltä, se ei loukannut kumpaakaan osapuolta. Tällöin aiheesta voitiin jatkaa nopeasti eteenpäin. Toisaalta on myös mahdollista, että aihe oli niinkin kipeä, että pari ei ollut valmis – ainakaan vielä – käsittelemään erimielisyyttä syvällisemmin. Tällöin voidaan puhua myös vaikeasti ratkaistavissa olevasta erimielisyydestä, jota pari ei ole halukas työstämään. Kun muutosta puolestaan tapahtui, huomasimme joitain yhtäläisyyksiä tällaisten keskustelujen välillä. Pitkä, ratkaisukeskeinen keskustelu erimielisyyden aiheesta voi aiheuttaa positiivisen muutoksen tunnesisällössä. Esimerkiksi toisen parin teknologiaan liittyvässä erimielisyydessä on voinut tapahtua kokemuksen tunnesisällön muuttumista; käyttäytyminen itsessään ei ole muuttunut, mutta kokemus siitä on muuttunut. Käytännössä tämä voidaan nähdä merkityssisällön muuttumisena. Kun erimielisyyden aiheen emotionaalinen lataus heikkenee, on tilannetta helpompi käsitellä myös kognitiivisesti. Tällainen prosessimaisuuden korostaminen on keskeistä esimerkiksi tunnekeskeisessä paripsykoterapiassa (Johnson, 2010). Lisäksi pari kuvaa, että vaikka toiminta itsessään ei ole muuttunut, on toiminnan vaikutus erilainen. Tämä voi selittyä sillä, että käsittelemällä erimielisyyden aiheeseen liittyviä emootioita – jotka kertovat niin yksilön kuin parisuhteenkin tarpeista – on parisuhteen kannalta myönteiseen toimintaan virittyminen ollut mahdollista (Frijda, 1986).

Edellä mainittu tulee lähelle myös Leimanin (2012) meta-mallia psykoterapiasta. Kyseisessä mallissa psykoterapian katsotaan vaikuttavan eri tekniikoiden kautta ensisijaisesti asiakkaan kokemaan positioon suhteessa ongelmaan. Toisin sanoen, objektipositiossa ongelman hallitsevuus on niin suuri, että asiakas asettaa itsensä uhriksi, kun taas subjektipositiossa asiakas näkee itsensä enemmän toimijana. Pariskunta kykenee terapian ansiosta muuttamaan suhtautumistaan ongelmaan parin itsehavainnoinnin kautta objektipositioista subjektipositioon. Tutkimuksessamme toisen parin prosessin alussa oli havaittavissa asiakkaiden asettumista objektipositioon, jossa sosiaalisen median sovellukset nähtiin ”aikavarkaana”, kun taas myöhemmässä vaiheessa pari näki itsensä toimijana, joka on epäonnistunut käyttäytymisen muuttamisessa (subjektipositio). Myös toivon luominen aiheeseen liittyen sekä oivallus omasta tai puolison käyttäytymisestä tai aiheesta yleisesti (voi myös tapahtua kotona) aiheuttavat positiivista muutosta tunnesisällössä. Erimielisyyden aiheet liittyvät usein myös toisiinsa, jolloin yhden aiheen helpottuminen voi vaikuttaa myös toiseen aiheeseen. Muutoksen tapahtuminen yhdessä isommassa erimielisyyden aiheessa voi puolestaan heijastua myös muihin keskusteluihin kevyempänä ilmapiirinä. Toisen parin kohdalla tämän huomasi yleisenä ilmapiirin muutoksena. Heidän kohdallaan lähes kaikki muutokset tapahtuivat positiiviseen suuntaan joko niin, että lopussa asia oli neutraali, tai siihen suhtauduttiin positiivisesti.

Toisella parilla puolestaan muutoksien painopiste oli puolestaan negatiiviseen suuntaan. Osasyitä ilmiölle voidaan hakea terapiaprosessin kesken jäämisellä. Viimeisessä tapaamisessa pari kertoi kokeneensa, että kyseisellä istunnolla oli oltu tärkeiden asioiden äärellä ja puhuttu tunteista.

Tämän jälkeen terapian oli tarkoitus jatkua, mutta jostain syystä tapaaminen jäi viimeiseksi. Kyseisellä parilla aiheet olivat myös abstraktimpia, jolloin niihin ratkaisun löytäminen oli selvästi haastavampaa ja heidän tilanteensa oli enemmän jumissa.

Joissain tapauksissa erimielisyyden aiheesta puhuttiin jo ennen varsinaista erimielisyyttä, mutta ilman erimielisyyden osoittamista. Selkeää syytä tälle ilmiölle ei aineistosta löytynyt. On mahdollista, että terapiaprosessi ei ollut vielä edennyt pisteeseen, jossa aihetta olisi voinut käsitellä avoimesti niin, että erimielisyys olisi uskallettu tuoda esille. Toisaalta on myös mahdollista, että siinä hetkessä aihe ei vielä ole ollut niin keskeinen, jolloin jonkin muun aiheen käsittely on voinut olla parille tärkeämpää.

4.1 Tutkimuksen laadun arviointi

Tutkimuksemme antoi uutta tutkimustietoa riidan ja erimielisyyksien aiheista pariterapiakontekstissa ja vahvuutena onkin uusi näkökulma erimielisyyksien aiheiden tutkimiseen. Lisäksi tutkimuksemme vahvisti aikaisempien tutkimusten tuloksia erimielisyyksien aiheista, mikä lisää tulostemme luotettavuutta. Myös videotallenteiden käyttö voidaan nähdä etuna, sillä se mahdollisti verbaalisen ulottuvuuden lisäksi nonverbaalisen viestinnän havainnoinnin ja analysoinnin. Aineistomme oli kahden parin psykoterapiaprosessit kokonaisuudessaan, jota voi pitää vahvuutena, sillä mitään istuntoja ei ole jätetty analyysin ulkopuolelle.

Myös tutkimusprosessin eettisyys tukee tutkimuksemme laatua. Tutkimuksen eettisyys on varmistettu käsittelemällä aineistoa niin, etteivät ulkopuoliset ole voineet nähdä tai kuulla materiaalia, minkä lisäksi tutkittavien tunnistusta helpottavat tiedot on muutettu. Objektiivisuuteen ja tutkimusprosessin läpinäkyvyyteen olemme pyrkineet perustelemalla analyysivaiheemme sekä johtopäätöksemme selkeästi. Tutkimuksemme tuloksia olemme lisäksi havainnollistaneet aineistotteilla, mikä helpottaa tekemiemme johtopäätösten ymmärtämistä.

Tutkimuksemme laatua arvioitaessa on tärkeää huomioida se, että tutkimuksemme toteutettiin intensiivisellä tapaustutkimusasetelmalla, minkä vuoksi osa erimielisyyden ja riidan aiheista on saattanut jäädä tutkimusaineiston ulkopuolelle. Toisaalta, tämän tutkimuksen tarkoitus oli nimenomaan lisätä ymmärrystä parien riitelystä ja erimielistä olemisesta paripsykoterapiassa. Tätä olisi haastava tutkia yksityiskohtaisesti laajoilla otoksilla, joten tapaustutkimusasetelman käyttö on perusteltua. Tutkimuksenteossa on lisäksi otettava huomioon, että vaikka objektiivisuuteen sekä

omien uskomusten ja ajatusten tiedostamiseen on pyritty aktiivisesti, voivat ne silti vaikuttaa tutkimusprosessiin. On myös mahdollista, että kameran läsnäolo terapiatilanteessa on vaikuttanut asiakkaiden ja terapeuttien toimintaan istuntojen aikana, vaikka tätä ei eksplisiittisesti istunnoissa mainittukaan. Lisäksi kaikista istunnoista ei ollut saatavilla lähikuvaa kasvoista, mikä ajoittain poissulki mahdollisuuden observoida tarkemmin parien ilmeitä.

4.2 Johtopäätökset ja jatkotutkimushaasteet

Tutkimuksemme tulokset auttavat ymmärtämään paremmin parien erimielisyyksiä ja riitoja paripsykoterapiakontekstissa. Paripsykoterapeutin on siten hyvä olla tietoinen, että istunnolle tulevalla parilla esiintyy hyvin todennäköisesti erimielisyyksiä. On lisäksi merkittävää, että erimielisyydet eivät eskaloituneet riidoiksi pariterapiassa, vaikka tutkimuksemme tulosten mukaan erimielisyyden ja riidan aiheet olivat hyvin samankaltaisia kuin aiempien kyselytutkimusten tulokset (Boisvert ym., 2011; Kluwer ym., 1997; Storaasli & Markman, 1990). Vieraskoreuden lisäksi voidaan ajatella, että pariterapia tarjoaa tilan, jossa voi rakentavasti puhua erimielisyyksien ja riitojen aiheuttajista. Myös pariterapiaan hakeutumiseen liittyvä jaettu tahtotila voi ehkäistä erimielisyyksien eskaloitumista haitallisiksi riidoiksi. Nämä näkökulmat vahvistavat paripsykoterapian merkitystä ja vaikuttavuutta interventiomuotona parisuhteen ongelmien ratkaisemisessa.

Tutkimuksemme tulokset osoittavat, että erimielisyyden ja riidan aiheita on lukuisia, ja että osa niistä on akuutimpia kuin toiset. Akuutteja erimielisyyksiä ovat toistuvasti esiintyvät ja selkeästi tunnelautuneet erimielisyydet, ja etenkin näitä olisi hyvä käsitellä paripsykoterapiassa. Lisäksi, jos tavoitteena on riidan tai erimielisyyden aiheeseen liittyvän tunnesisällön laadullinen muutos, on aihetta käsiteltävä useampaan otteeseen. Aina tunnesisällön laadullinen muutos ei ole kuitenkaan välttämätöntä tilanteen ratkaisemiseksi, mikäli kognitiivinen ymmärrys aiheesta on syventynyt. Tutkimuksemme osoittaa, että paripsykoterapiassa käsitellään samoja, yleisiä riidan ja erimielisyyden aiheita kuin kyselytutkimuksissa on havaittu käsiteltävän pariskuntien arkielämässä. Terapeuttien olisi hyvä ottaa tämä huomioon terapiatyötä tehdessään ja valmistautua niiden käsittelyyn, sillä ne toistuvat usein sekä arjessa että terapian aikana.

Jatkossa olisi tarpeellista tutkia, eroaako parien oma raportointi erimielisyyden ja riidan aiheista pariterapiassa käsitellyistä aiheista ja jos kyllä, niin miten. Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia, saisiko esimerkiksi kyselyllä merkittävästi lisätietoa siitä, mitä paripsykoterapiassa tulisi

käsitellä. Lisäarvoa voisi tuoda myös tutkimusasetelma, jossa lähisuhdeväkivaltaa raportoineet parit otetaan mukaan tutkimukseen.

LÄHTEET

- Abigail, R. A. & Cahn, D. D. (2011). *Managing conflict through communication* (4. painos). New Jersey: Pearson.
- Alvesson, M. & Kärreman, D. (2000). Varieties of discourse: On study of organizations through discourse analysis. *Human relations* 53(9), 1125 – 1149.
- Anderson, S. R., Anderson, S. A., Palmera, K. R., Mutchlerb, M. R. & Bakera, L. K. (2011). Defining high conflict. *The American Journal of Family Therapy*, 39, 11 – 27.
- Asay, T. P. & Lambert, M. J. (1999). The empirical case for common factors in therapy. Teoksessa M. A. Hubble, B. L. Duncan, & S. D. Miller (toim.), *The heart and soul of change: What works in therapy* (s. 23 – 55). Washington, DC: American Psychological Association.
- Berscheid, E. (1983). Emotion. Teoksessa Kelley, H. H., Berscheid, E., Christensen, A., Harvey, J. H., Huston, T. L., Levinger, G., ... & Peterson D. R. (toim.), *Close relationships* (s. 110 – 168). New York: Freeman.
- Berscheid, E. & Ammazalorso, H. (2001). Emotional experience in close relationships. Teoksessa Fletcher, G., & Clark, M. (toim.), *Blackwell handbook of social psychology: interpersonal process* (s. 308 – 330). Malden, MA: Blackwell.
- Birditt, K. S., Brown, E., Orbuch, T. L. & McIlvane, J. M. (2010). Marital conflict behaviors and implications for divorce over 16 years. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1188 – 1204.
- Boisvert, M., Wright, J., Tremblay, N., & McDuff, P. (2011). Couples' reports of relationship problems in a naturalistic therapy setting. *The Family Journal*, 19(4), 362 – 368.
- Borchers, P. & Kuhlman, I. (2018). Pariterapian vaikuttavuus. *Duodecim* 134, 1131 – 1138.
- Braiker, H. B. & Kelley, H. H. (1979). Conflict in the development of close relationships. Teoksessa Burgess, R. L. & Huston, T. L. (toim.), *Social Exchange in Developing Relationships* (s. 135 – 168). New York: Academic.
- Broderick, C.B., & Schrader, S.S. (1991). The history of professional marriage and family therapy. Teoksessa A.S. Gurman & D.P.Kniskern (toim.), *Handbook of family therapy*, 2 (s. 3 – 40). New York: Brunner/Mazel.
- Cain, D. (2002). *Humanistic psychotherapies*. Washington, DC: APA Press.

- Clark, M. S., Fitness, J., & Brissette, I. (2001). Understanding people's perceptions of relationships is crucial to understanding their emotional lives. Teoksessa Fletcher, G. J. O. & Clark, M. S. (toim.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (s. 253 – 278). Oxford, England: Blackwell.
- Davey, M. P., Davey, A., Tubbs, C., Savla, J. & Anderson, S. (2012), Second order change and evidence-based practice. *Journal of Family Therapy*, 34, 72 – 90.
- Davies, B. & Harré, R. (1990). Positioning: The discursive production of the selves. *Journal of the Theory of Social Behaviour*, 20(1), 43 – 63.
- Edwards, D. and Potter, J. (1992). *Discursive Psychology*. London: Sage.
- Ekman, P., & Davidson, R. J. (1994). Afterword: What is the function of emotions? Teoksessa P. Ekman & R. J. Davidson (toim.), *The Nature of Emotion: Fundamental Questions* (s. 137 – 139). New York: Oxford University Press.
- Evertsson, L. & Nyman, C. (2014). Perceptions and practices in independent management: Blurring the boundaries between “mine,” “yours” and “ours”. *Journal of Family and Economic Issues*, 35(1), 65 – 80.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2013). *Family therapy* (8. painos). Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Gottman, J. M. (1994). An agenda for marital therapy. Teoksessa S.M. Johnson & L.S. Greenberg (toim.), *The heart of the matter: perspectives on emotion in marital therapy* (s. 256 – 296). New York: Brunner-Mazel.
- Gottman, J. M. & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1), 47 – 52.
- Gottman, J. M. & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. New York: Three Rivers.
- Greenberg, L., Rice, L. & Elliot, H. (1993). *Facilitating emotional change: The moment-by-moment process*. New York: Guilford Press.
- Grencavage, L. M., & Norcross, J. C. (1990). Where are the commonalities among the therapeutic common factors? *Professional Psychology: Research and Practice*, 21(5), 372 – 378.
- Gurman, A. S. (2008). A framework for the comparative study of couple therapy: History, models, and application. Teoksessa Gurman, A. S. (toim.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (4. painos). New York: The Guilford Press.
- Gurman, A. S., & Fraenkel, P. (2002). The history of couple therapy: A millennial review. *Family Process*, 41(2), 199 – 260.

- Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education. *Behavior Therapy*, 43, 1 – 12.
- Henry, R. & Miller, R. (2004). Marital problems occurring in midlife: Implications for couples therapists. *American Journal of Family Therapy*, 32, 405 – 417.
- Hsueh, A. C., Morrison, K. R. & Doss, B. D. (2009). Qualitative reports of problems in cohabiting relationships: Comparisons to married and dating relationships. *Journal of Family Psychology*, 23(2), 236 – 246.
- Johnson, M. D. & Bradbury, T. N. (1999). Marital satisfaction and topographical assessment of marital interaction: A longitudinal analysis of newlywed couples. *Personal Relationships*, 6, 19 – 40.
- Johnson, S. M. (2010). *Tunnekeskeisen pariterapian käsikirja*. Helsinki: Psykologien Kustannus Oy.
- Kaaitila, A. (2017). *Rahakonfliktit ja taloudellinen väkivalta parisuhteissa* (väitöskirja, Turun yliopisto). Haettu osoitteesta <https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/133966/AnnalesC434Kaaitila.pdf?sequence=2&is>
- Kaaitila, A. & Nyqvist, L. (2016). Raha parisuhdesovun koetinkivenä. *Perheterapia* 3, 17 – 32.
- Kluwer, E. S., Heesink, J. A. M. & Van de Vliert, E. (1997). The marital dynamics of conflict over the division of labor. *Journal of Marriage and Family*, 59(3), 635 – 653.
- Kontula, O. (2013). Perhebarometri 2013: Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Helsinki: Väestöliitto.
- Kruus, H. (2010). Väkinin otettua valtaa - näkökulmia parisuhteessaan väkivaltaa käyttäneen miehen auttamiseen. Teoksessa Malinen V. & Alkio, P. (toim.), *Paripsykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus* (s. 135 – 173). Helsinki: VL-Markkinointi Oy.
- Kumpula, S. & Malinen, V. (2010). Integriivinen lähestymistapa kuvata ja tutkia paripsykoterapiaa. Teoksessa Malinen, V. & Alkio, P. (toim.), *Paripsykoterapia ja parisuhteen kätketyt mahdollisuudet* (s. 10 – 21). Helsinki: VL-Markkinointi Oy.
- Kurdek, L. A. (1994a). Areas of conflict for gay, lesbian, and heterosexual couples: What couples argue about influences relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 56(4), 923 – 934.
- Kurdek, L. A. (1994b). Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 705 – 722.

- Laitila, A. (2018). Tutkimussuunnitelma: Pariterapia ongelmanratkaisun toimintaympäristönä: Riidan ja erimielisyyden aiheet, niistä keskusteleminen sekä riitelemine ja eri mieltä oleminen pariterapiassa. Jyväskylän yliopisto.
- Leiman, M. (2012). Dialogical sequence analysis in studying psychotherapeutic discourse. *International Journal for Dialogical Science*, 6(1), 123 – 147.
- Miles M. B. & Huberman A. B. (1994) *Qualitative data analysis* (3. painos). California: Sage.
- Miller, C. W. & Roloff, M. E. (2006). The perceived characteristics of irresolvable, resolvable and resolved intimate conflicts: Is there evidence of intractability? *International Journal of Conflict Management*, 17, 291 – 315.
- Miller, R. B. & Yorgason, J. B., Sandberg, J. G. & White, M. B. (2003). Problems that couples bring to therapy: A view across the family life cycle. *The American Journal of Family Therapy*, 31(5), 395 – 407.
- O'Reilly, M. & Parker, N. (2014). *Doing mental health research with children and adolescents: a guide to qualitative methods*. Los Angeles: Sage.
- Parker, I. (1992). *Discourse dynamics: Critical analysis for social and individual psychology*. London and New York: Routledge.
- Pietikäinen, S. & Mäntynen, A. (2009). *Kurssi kohti diskurssia*. Tampere: Vastapaino.
- Pinsof, W. M. (2002). The death of “till death us do part”: The transformation of pair-bonding in the 20th century. *Family Process*, 41(2), 135 – 157.
- Ponzi, D., Klimczuk, A. C. E., Traficonte, D. M. & Maestripieri, D. (2014). Perceived dominance in young heterosexual couples in relation to sex, context, and frequency of arguing. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 9(1), 43 – 54.
- Potter, J. 2004. Discourse analysis as a way of analysing naturally occurring talk. Teoksessa D. Silverman (toim.), *Qualitative Research: Theory, Method and Practice* (200 – 221). London: Sage.
- Potter, J. & Wetherell, M. (1987). *Discourse and social psychology*. London: Sage.
- Pynnönen, A. (2013). *Diskurssianalyysi: tapa tutkia, tulkita ja olla kriittinen* (Working Paper No. 379). Haeuttu Jyväskylän yliopiston kauppakorkeakoulun nettisivuilta: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/42412/978-951-39-5471-0.pdf?sequence=1>.
- Rapley, M. (2011). Ethnomethodology/Conversation Analysis. Teoksessa Harper, D. & Thompson, A. R. (toim.). *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (177 – 192). Chichester: Wiley-Blackwell.

- Sager, C. J. (1981). Couples therapy and marriage contracts. Teoksessa A.S. Gurman & D.P. Kniskern (toim.). *Handbook of family therapy* (s. 85 – 130). New York: Brunner/Mazel.
- Seikkula, J. (2012). Research plan: The relational mind in events of change in multi-actor therapeutic dialogs.
- Seikkula, J., Aaltonen, J., Kalla, O., Saarinen, P. & Tolvanen, A. (2013). Couple therapy for depression in a naturalistic setting in Finland: a 2-year randomized trial. *Journal of Family Therapy*, 35, 281 – 302.
- Seikkula, J., Karvonen, A., Kykyri, V. L., Kaartinen, J., & Penttonen, M. (2015). The embodied attunement of therapists and a couple within dialogical psychotherapy: An introduction to the Relational Mind research project. *Family Process*, 54, 703 – 715.
- Shadish W. R. & Baldwin C. A. (2003). Meta-analysis of MFT interventions. *Marital Family Therapy*, 29, 547 – 570.
- Shaw, S. E. & Bailey, J. (2009). Discourse analysis: what is it and why is it relevant to family practice? *Family Practice*, 26(5), 413 – 419.
- Simon, F. B., Stierlin, H., & Wynne, L. C. (1987). *The language of family therapy: A systemic vocabulary and sourcebook*. New York: Family Process Press.
- Snyder, D. K., Castellani, A. M. & Wishman, M. A. (2006). Current status and future directions in couple therapy. *Annual Review of Clinical Psychology*, 57, 317 – 344.
- Sprenkle, D. H., Davis, S.D. & Lebow, J. L. (2009). *Common factors in couple and family therapy: the overlooked foundation for effective practice*. New York: Guilford.
- Storaasli, R. D. & Markman, H. J. (1990). Relationship problems in the early stages of marriage. A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology*, 4(1), 80 – 98.
- Suoninen, E. (2002). Vuorovaikutuksen mikromaiseman analysoiminen. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E. (toim.). *Diskurssianalyysi liikkeessä* (s. 101 – 125). Tampere: Vastapaino.
- Thorson, S. J. (1989). Introduction. Teoksessa Kreisberg, L., Northrup, T. A. & Thorson, S. J. (toim.), *Intractable conflicts and their transformation* (s. 1 – 10). Syracuse, NY: Syracuse University Press.
- Tiitinen, S., Weiste, E., Ruusuvoori, J. & Laitinen, J. (2018). Ryhmäohjauksen vuorovaikutusmekanismit vertaistuen kokemuksen taustalla. *Psykologia*, 53(5 – 6), 345 – 364.

- Tuhkasaari, P. (2007). Parisuhteen ja paripsykoterapian prosesseista. Teoksessa Malinen V. & Alkio, P. (toim.), *Paripsykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus* (s. 34 – 53). Helsinki: VL-Markkinointi Oy.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018.) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.
- Vuorinen, R. (1995). *Persoonallisuus ja minuus* (4. painos). Juva: WSOY.
- Wahlbeck, J. C. (2010). Miten elämä näyttäytyy parisuhteessa. Teoksessa Malinen, V. & Alkio, P. (toim.), *Paripsykoterapia ja parisuhteen kätkeyt mahdollisuudet* (22 – 29). Helsinki: VL-Markkinointi Oy.
- Watzlawick, P., Weakland, J. H. & Fisch, R. (1974). *Change: Principles of Problem Formation and Problem Resolution*. New York: W. W. Norton.
- Weingarten, H. & Leas, S. (1987). Levels of marital conflict model. A guide to assessment and intervention in troubled marriages. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 407 – 417.
- Willi, J. (1982). *Couples in collusion*. New York: Jason Aronson.

LIITTEET

Liite 1. Litterointimerkit

[Päällekkäinen puhe
<u>Alleviivaus</u>	Korostettu sana tai tavu
(.)	Lyhyt tauko
(..)	Pitkä tauko
?	Nouseva intonaatio sanan lopussa
.	Laskeva intonaatio sanan lopussa
↑	Ympäröivää puhetta korkeammalla aloitettu äänne
:	Venytetty vokaali
hhh	Hengitys ulos
.hhh	Hengitys sisään
he he	Nauru
(puhetta)	Epäselvästi kuultu lausuma, tulkinta suluissa
((katse/non-verbaalinen ele))	Tutkijoiden huomio
SANA	Erityisen painokkaasti/huutaen