

AVIOERON JÄLKEEN: Judith S. Wallerstein ja Sandra Blakeslee (Tiivistelmä)

Esipuhe

Kirja käsittelee avioeron pitkäaikaisvaikutuksia amerikkalaiseen perheeseen. Tutkimus koski 60 eroamassa olevaa perhettä, joilla oli yhteensä 131 lasta. Nämä pariskunnat ja heidän lapsensa tuntuivat selviävän hyvin tai kohtuullisen hyvin ja olivat edustava ryhmä valkoihoisia, keskiluokkaisia avioeron kokeneita ihmisiä. Melkein kaikkien kohdalla oma ero oli ensimmäinen avioero kummankin puolella. Melkein kaikki varttuivat perinteisissä, elinikäisissä keskiluokan perheissä, joiden arvomaailma painottui kotiin ja perheeseen.

Avioero merkitsee todennäköisesti keskiluokan lapsille suurinta stressiä, mikä voi kohdata heitä heidän varttuessaan aikuisiksi.

Kukin perheenjäsen tavattiin 2-4 kertaa. Ensihaastattelujen jälkeen henkilökohtainen haastattelu uusittiin viiden, kymmenen ja viidentoista vuoden kuluttua.

Tutkimus aloitettiin vuonna 1971. Senaikaisen käsityksen mukaan avioero oli lyhyt kriisi, joka ratkeaisi itsestään pian. Vuosikymmenen lopulla avioero tunnustettiin paljon vakavammasi traumaksi. Varsinkin lapset reagoivat rajusti sekä avioeron aikoihin että jonkin aikaa sen jälkeen.

Avioerolla on kaksi tarkoitusta. Ensimmäinen on poispääsy avioliitosta, joka on käynyt kestävämmäksi ainakin toiselle osapuolelle. Toinen on uuden elämän aloittaminen.

Ajatus siitä, että avioerolla voi olla pitkäaikaisseurauksia yllättää monet ihmiset. Ajatellaan, että aika parantaa haavat. Avioeron vaikutusten sanotaan kestävän korkeintaan pari kolme vuotta.

Pikkulasten on usein vaikea nukahtaa illalla tai nukkua yhtäjaksoisesti koko yön. Vanhemmillä lapsilla voi olla keskittymisvaikeuksia koulussa. Teini-ikäiset reagoivat usein rajusti tai joutuvat vaikeuksiin.

Jonkun ajan kuluttua useimmat miehet, naiset ja lapset näyttävät ulkonaisesti saavan elämänsä taas oikeille raiteille.

Avioero ja sen jälkeisten vuosien kokemukset voivat muuttaa lasten peruskäsitykset yhteiskunnasta ja omasta itsestään loppuelämäksi.

Ihmiset saattavat saada elämänsä takaisin raiteilleen, mutta useimpien raiteet kulkevat aivan eri reittejä kuin ennen avioeroa.

Avioeron jälkeen on sekä voittajia että häviäjiä. Kaikkien elämä voi kohentua varsinkin sellaisissa perheissä, joissa jo kauan on esiintynyt ristiriitoja tai ruumiillista väkivaltaa. Mutta useimmissa perheissä toinen puoliso hyötyy yleensä avioerosta paljon enemmän kuin toinen. Toisen puolison – useimmiten eroa hakeneen –

elämisen laatu voi kohentua suuresti, jopa yli odotusten. Mutta toiselle voi erosta koitua traagisia seurauksia – viisi, kymmenen, jopa viisitoista vuotta myöhemmin.

Tutkimuksemme oli määrä kestää vuoden, sillä uskoimme normaalien, terveiden ihmisten kykenevän ratkaisemaan avioeron aiheuttamat ongelmansa noin vuoden kuluessa.

Suorittaessamme seurantahaastattelut yhdestä puoleentoista vuotta myöhemmin totesimme useimpien perheiden elävän yhä kriisivaihetta. Monet aikuiset tunsivat itsensä yhä vihaisiksi, nöyryytetyiksi ja hylätyiksi. Lapsista odottamattoman monet olivat luisumassa alamäkeä. Heidän oireensa olivat pahentuneet.

Viiden vuoden jatkotutkimuksessa meille selvisi myös, että suurin osa lapsista toivoi yhä vanhempiensa tekevän sovinnon. He tulkitsivat vanhempiensa kanssa käymiensä keskustelujen pätkiä siten, että sovinto tuntui mahdolliselta. Uuden avioliitonkin jälkeen he takertuivat sovintokuvitelmiinsa järkeillen, että ”koskapa he ovat eronneet kerran, niin he voivat tehdä sen uudelleenkin”.

Lapsia suututti syvästi se, että vanhemmat pyrkivät asettamaan omat tarpeensa heidän tarpeittensa edelle.

Lähes kolmannes lapsista joutui todistamaan vanhempiensa välillä vallitsevan syvän katkeruuden. Pariskunnat riitelivät puhelimesta tai tavatessaan, kun he toivat tai noutivat lapsensa. Harhakuvamme, että avioero lopettaa aviolliset ristiriidat, oli murskattu.

Kirjailija Pat Conroy totesi avioliittonsa rikkoutuessa: ”Jokaisessa avioerossa pieni kulttuuri kuolee”.

Mitä avioero on

Olipa avioeropäätöksen takana mitä tahansa syitä, niin useimmat avioliittonsa päättävät ihmiset toivovat voivansa parantaa omaa ja lastensa elämän laatua. He toivovat löytävänsä uuden rakkauden, rikastuttavamman ihmissuhteen. Mikäli näin ei tapahdu, he toivovat yksin elämisen antavan suuremmat mahdollisuudet itsekunnioitukseen, tyytyväisyyteen ja mielenrauhaan tai he toivovat voivansa viettää rauhallisempaa elämää.

Avioero antaa ihmisille tilaisuuden aloittaa alusta, mahdollisuuden rakentaa elämä uudelleen. Ja juuri siihen ihmiset kompastuvatkin.

Ihmiset haluavat uskoa, että avioero päästää heidät kaikesta stressistä. Mutta avioero ei pyyhkäise menneisyyttä olemattomiin. Vain harvoilla aikuisilla on selvä käsitys siitä, mikä heitä odottaa, kun he päättävät erota. Elämä on melkein aina odotettua vaivalloisempaa. Avioeron aikaansaamat muutokset ovat kovan työn takana.

Avioero voi katalysoida perusteellisen henkisen, sosiaalisen ja taloudellisen muutoksen. Avioero voi myös estää tällaisen muutoksen tai se voi aloittaa henkisen, sosiaalisen ja taloudellisen taantumisen.

Minua ällistyyttää se, miten monet miehet ja naiset takertuvat entisten puolisoidensa nalkutuksiin.

Asia on niin, ettei lapsiperheellä ole mitään avioeron kaltaista kokemusta. Jossain mielessä kuolema ja murhe muistuttavat sitä eniten. Mutta avioero on erilainen. Avioeroon sisältyy vaihtoehtoja, toisin kuin kuolemaan. Avioero pyrkii, toisin kuin kuolema, helpottamaan stressiä ja vähentämään perheenjäsenten lohduttomuutta. Nämä aikomukset joko toteutuvat tai eivät. Kummassakin tapauksessa avioero alkuvaiheessaan merkitsee ainutlaatuista elämänkriisiä siinä mielessä, että se luo sekä uusia ratkaisuja että uusia ongelmia.

Menetyksen ja surun tunteet sekoittuvat rakkauden ja vihan tunteisiin.

Rakastuessamme idolisoimme rakkautemme kohteen; erotessamme lakkaamme ihannoimasta rakastettuamme ja joskus riistämme häneltä jopa ihmisarvonkin. Kun ihminen tuntee tulleensa hyväksikäytetyksi ja nöyryytetyksi, hänessä syntyy viha, joka kumpuaa loukatusta itsetunnosta, ja tämä viha ehkäisee osaltaan häntä tuntemasta itseään masentuneeksi ja hylätyksi. Tällainen viha auttaa ihmistä kiistämään vastuunsa avioliiton epäonnistumisesta. ”Roisto” on se osapuoli, joka haluaa erota; ”sankari” se, joka haluaa pitää perheen koossa.

Avioero on ainutlaatuinen sikäli, että se päästää valloilleen primitiivisimmät ja syvimmat intohimomme. Aikuiset syyttävät miltei väistämättä toisiaan, mutta itsestään he löytävät harvoin vikaa. Lapsista taas tuntuu, että heidän vanhempiaan voidaan syyttää siitä, että nämä ovat epäonnistuneet avioliiton ja perheen säilyttämisessä myötä- ja vastoinkäymisissä, mikä on ihmisen tärkeimpiä elämäntehtäviä.

Avioero eroaa muista kriiseistä siinä suhteessa, että siinä viha purkautuu useammin fyysiseksi tai henkiseksi väkivallaksi, joka voi aiheuttaa vakavia henkisiä vammoja vuosikausiksi. Itse asiassa vihaiset perheenjäsenet uhkaavat vakavammin tuomareiden, lakimiesten ja poliisien henkeä kuin rikolliset.

Avioerokriisissä isät ja äidit huolehtivat ensin aikuisten ongelmista lasten odottaessa kiltisti vuoroaan. Avioeroon liittyy alentunut vanhempana olemisen kyky melkein joka suhteessa – kuri kärsii, leikkiminen vähenee samoin fyysinen huolenpito ja emotionaalinen tuki. Eroavat vanhemmat voivat helposti sekoittaa omat tarpeensa lastensa tarpeisiin.

Avioero on myös ainoa perhettä kohtaava suuri kriisi, joka on vailla kaikkea sosiaalista tukea. Ystävät pelkäävät, että heidän täytyisi asettua jommankumman puolelle; naapureista asia ei kuulu heille. Isovanhemmista voi olla apua, mutta he pelkäävät joutuvansa ristituleen. Avioparin erotessa monet ihmiset käyttäytyvät

ikään kuin se olisi jotain tarttuvaa. Eronnutta henkilöä pidetään vaarallisena irtto-ohjuksena. Vaikuttaa siltä kuin aviopuolisot pelkäisivät toisten avioeron tuovan oman liittonsa säröt päivänvaloon. Pohjimmiltaan jokainen avioero uhkaa syövyttää oman avioliittomme.

Avioeron vaiheet:

Avioeron emotionaalisesta prosessista selviäminen vie vuosia, ja se jakautuu kolmeen pitkäaikaiseen, osittain limikkäin menevään vaiheeseen.

Akuutti eli ensimmäinen vaihe alkaa epäonnistuneen avioliiton lisääntyvästä ankeudesta ja kulminoituu eropäätökseen ja toisen vanhemman lähtöön yhteisestä kodista.

Yli puolet tutkimuksemme lapsista joutui tässä akuutissa vaiheessa todistamaan, miten vanhemmat turvautuivat fyysiseen väkivaltaan selvitellessään välejään. Lapsista 75% ei ollut milloinkaan aikaisemmin nähnyt kotonaan ruumiillista väkivaltaa. Väkivaltaista käyttäytymistä esiintyy itse asiassa useimmiten juuri lasten läsnäollessa. Tuntuu siltä, kuin aikuiset tarvitsisivat yleisöä näille tunteen purkauksilleen tai ehkä välttyäkseen vahingoittamasta toisiaan vielä enemmän.

Sinkoutuessaan vapaille seksimarkkinoille ihmiset näyttävät taantuvan teini-ikäisiksi. Seksuaaliset päiväunelmat riivaavat myös usein aikuisia tässä akuutissa vaiheessa. Miehet ja naiset päästävät usein tässä vaiheessa sukupuolitunteensa valloilleen. Nämä lyhyet, mielettömät seksuaalisuhteet menevät yleensä melko pian ohi. Ihmiset toimivat hyvin epätyypillisesti. Lapset voivat pelästyä, sillä he eivät tiedä tällaisen käyttäytymisen olevan tilapäistä. He luulevat vanhempiansa tulleen hulluiksi.

Tämä vaihe kestää yleensä eron jälkeen useista kuukausista vuoteen tai kahteen.

Avioeron toisessa eli siirtymävaiheessa aikuiset ja lapset joutuvat tekemisiin perheen uuteen rakenteeseen kuuluvien vieraiden roolien ja ihmissuhteiden kanssa. He yrittävät ratkaista ongelmia ja kokeilevat uusia elämänmuotoja uusissa ympyröissä. Eteneminen ja taantuminen vuorottelevat, yritetään ja erehdytään ja mielialat vaihtelevat.

Perheen rajat ovat hatarat. Sen täytyy omaksua uusia ihmisiä, uusia kouluja, uusia rakastettuja, hyviä ja huonoja vaihtoehtoja. Koko tänä aikana ei ole selvää, kuka kuuluu perheeseen ja kuka on sen ulkopuolella.

Uusi vakiintumisen tunne leimaa kolmatta vaihetta. Eronnut perhe on vakiintunut uudeksi, turvalliseksi ja toimivaksi yksiköksi. Pitkäaikaiset tapaamis- ja elatusapumenettelyt vakiintuvat.

Havaitsimme, että yksinhuoltajaperheet ovat erittäin haavoittuvia ja niille näytti sattuvan paljon enemmän onnettomuuksia kuin peruserheille. Toiset avioliitot, joihin on tuotu mukaan ensimmäisen avioliiton lapsia, ovat alttiita särkymään.

Avioerolapset:

Monet ovat halunneet uskoa, että se mikä on hyväksi aikuisille, on myös lasten edun mukaista.

Pitää paikkansa, että onnettoman aikuisen on usein vaikeata toimia hoivaavana vanhempana, sillä murhe voi imeä aikuisen kyvyn olla lasten tarvitsemana hoivaajana. Mutta siitä ei vielä seuraa, että onnellinen tai onnellisempi aikuinen olisi välttämättä parempi vanhempi. Päinvastoin aikuisen elämää rikastuttavat seikat voivat helposti saada aikaan sen, että häneltä riittää entistä vähemmän huomiota lapsille.

Vaikka avioeropäätös on harvoin molemminpuolinen, aikuiset ovat yleensä samaa mieltä avioliiton tilasta. He voivat olla eri mieltä parannuskeinoista, mutta harvoin kumpikaan kiistää vaikeuksien olemassaolon. Lapset voivat kuitenkin olla aivan onnellisia, vaikka kummatkin tai jompikumpi vanhemmista on syvästi onneton avioliitossaan. Vain joka kymmenes tutkimuksemme lapsista koki vanhempien avioeron helpotuksena. Yleensä silloin oli ollut parisuhdeväkivaltaa.

Lapset ja aikuiset kokevat avioeron erilaisena, koska lapset menettävät siinä sellaista, mikä on ratkaisevan tärkeää heidän kehitykselleen – perherakenteen. Lapset kokevat perheen kaikkine puutteineenkin kokonaisuudeksi, joka suo heille heidän tarvitsemansa suojan ja tuen. Avioero romahduttaa tämän rakenteen, jolloin lapset tuntevat itsensä yksinäisiksi ja alkavat suhtautua hyvin pelokkaasti nykyisyyteen ja tulevaisuuteen.

Lapset pelkäävät primitiivisesti ja aivan vilpittömästi jäävänsä oman onnensa nojaan. Siksi pelko on lapsen ensimmäinen reaktio avioeroon. Lapset ovat huolissaan sekä itsestään että vanhempiensa hyvinvoinnista. Kaikenikäiset lapset tuntevat kipeästi, että heidät on hylätty, kun vanhemmat eroavat.

Lapset suuttuvat vanhemmilleen, kun nämä rikkovat vanhempana olemisen kirjoittamattomia sääntöjä – vanhempien oletetaan uhrautuvan lastensa takia, eikä päinvastoin. Jotkut salaavat kiukkunsa vuosikausia pelätessään vanhempiensa järkyttyvän tai rangaistuksen pelosta; toiset näyttävät kiukkunsa – pikkulapset voivat saada raivokohtauksia. Vihaan liittyy läheisesti voimattomuuden tunne. Lapset tuntevat, ettei heillä ole sananvaltaa. Kukaan ei aseta heidän toiveitaan, mielipiteitään ja pelkojaan etusijalle.

Lapset tuntevat itsensä loputtoman yksinäisiksi. Heillä ei ole ehkä ketään, jonka puoleen kääntyä.

Avioero lapset tuntevat yleisesti lojaaliusristiriitoja, jotka heilahtelevat vanhemmasta toiseen. Jopa silloinkin, kun lapsia rohkaistaan pysymään puolueettomina, heistä tuntuu, että heidän täytyy asettua jommankumman puolelle. Asettuessaan jommankumman puolelle, he tuntevat pettävänsä toisen vanhemman.

Monet lapset tuntevat syyllisyyttä, ja joistakuista tuntuu, että heidän velvollisuutensa on pelastaa avioliitto.

Avioeroa edeltävät usein monet eroamiset, joista jokainen voi vaikuttaa lopulliselta, vaikkei olekaan sitä. Tämä asiantila voi hämmentää lapsia ja saada heidät odottamaan sovintoa. Lasten kykyä käsitellä eroa ja selviytyä siitä vähentää huomattavasti itse tapahtuman epävarmuus, epämääräiset syyt ja se seikka, että lapset toivovat sinnikkäästi, että ero voitaisiin peruuttaa. Ehkä tärkein tekijä, mikä pitää yllä lasten sovinnontoivoa, on heidän harras tarpeensa ajatella vanhempiaan toisiinsa kiintyneinä ihmisinä.

Uudet mahdollisuudet merkitsevät eri asioita vanhemmille ja lapsille. Vanhemmat saattavat rakastua uudelleen, valita paremmin ja onnistua uudessa suhteessa. He saavat mahdollisuuden uuteen ihmisarvoon, erehdyksen korjaamiseen, uusiin päämääriin ja edellisen avioliiton kokemusten hyödyntämiseen. Heillä on tilaisuus kasvaa henkisesti ja olla parempi äiti tai isä.

Lapset eivät näe avioeroa uutena mahdollisuutena ja siitä heidän kärsimyksensä osaksi johtuu. Heistä tuntuu, että he ovat menettäneet lapsuutensa lopullisesti. Avioero on heidän maksamansa hinta, maksu heidän vanhempiansa virheistä.

Olin hämmästynyt havaitessani, ettei lapsen reaktioiden vakavuus vanhempien avioeron tapahtuma-aikoihin ennakoi, miten lapsi voi vuosia myöhemmin. Lapsen reaktioista tapahtuma-aikana ei voi päätellä avioeron pitkäaikaisvaikutuksia.

Avioero heijastaa avioliittoa:

Nykyään odotamme avioliitolta enemmän kuin aikaisemmat sukupolvet ja kunnioitamme sitä vähemmän.

Eron tunnustaminen vaikeaksi, kauan kestäväksi perhetraumaksi ei merkitse sen vastustamista. Ero on hyödyllinen ja tarpeellinen sosiaalinen parannuskeino. Eivätkä monetkaan lapsiperheiden avioeroista ole hetken mielijohteita. Ihmiset voivat olla onnettomia vuosikausia, ennen kuin he saavat kerätyksi tarpeeksi rohkeutta erotakseen. On huomattavasti todistusaineistoa siitä, ettei ristiriitainen avioliitto ole lasten parhaaksi. Eivätkä useimmat ihmiset pidä avioeroaan erehdyksenä, kun tapahtumasta on kulunut 10 vuotta.

On kuitenkin tärkeätä tajuta, että on aivan erilaista varttua aikuiseksi nykyaikana kuin vielä sukupolvi sitten. Miesten ja naisten väliset suhteet ovat erilaiset. Perheen rakenne on erilainen. Perhe on muuttunut. Avioero on näiden muutosten sekä syy että seuraus. Tässä maailmassa uskomme varsinkin tärkeimpien ja läheisimpien ihmissuhteiden luotettavuuteen on järkkynyt.

Tämä uusi maailma on tuonut mukanaan pulmia, joiden kimppuun yhteiskuntamme ei ole käynyt suoraan eikä rohkeasti.

Pulma 1: Lapsen henkiset tarpeet eivät muutu, vaikka perheen rakenteessa tapahtuu muutoksia.

Pulma 2: Perheemme hauraat rakenteet eivät vastaa emotionaalisia tarpeitamme. Perhettä pidetään keitaana, toipumispaikkana, jossa lapset ja aikuiset saavat levähtää stressaavan työn ja koulun välillä. Koti on aikuisen keksimä metafora turvapaikalle.

Pulma 3: Aikuisten ja lasten avioeropäätökseen kohdistamat tarpeet ja varsinkin toiveet ovat usein ristiriitaisia.

Pulma 4: Se, mikä voi olla hyväksi yhdelle perheenjäsenelle, ei välttämättä ole hyväksi toiselle. Useimmissa lapsiperheissä avioerosta on päätetty yksipuolisesti.

Pulma 5: Avioeron taloudellinen taakka joutuu naisten ja lasten kannettavaksi.

Pulma 6: Vaikka lapset tarvitsevat vanhempia ja vanhemmat haluavat hyvät suhteet lapsiinsa, avioero muuttaa ikuisiksi ajoiksi lasten ja vanhempien väliset suhteet.

Pulma 7: Avioero heijastaa demokraattista eetostamme, jonka mukaan yksilön oikeudet vetävät vertoja ryhmän oikeuksille. Se painottaa yksilön oikeuksia perheen oikeuksien kustannuksella. Mikä on meidän arvojärjestyksemme? Kumpi on tärkeämpi, yksilö vai perhe?

Kymmenen vuotta myöhemmin:

Vaikka avioerolapset ovat kulkeneet monia eri polkuja, heillä on paljon yhteisiä asenteita, tunteita ja odotuksia. He kertovat eri tavoin, että he tuntevat kuuluvansa johonkin erityiseen ryhmään. He ovat avioerolapsia, vaikka he ovat jo päässeet lapsuusiän ohi. Siitä on tullut heidän pysähtynyt identiteettinsä ja omaehtoinen määritelmänsä, joka vaikuttaa voimakkaasti heidän nykyisiin ja tuleviin ihmissuhteisiinsa.

Lapsi, jonka äiti tai isä kuolee, ei tunne elinikäistä yhteenkuuluvuutta kohtalotoverihinsa. Mutta avioerolapsilla on tämä sidonnaisuus. Tämä kokemus seuraa heitä koko elämän.

Avioerolapset eivät ainoastaan tunne olevansa murhenäytelmän eloonjääneitä, vaan he projisoivat identiteettinsä omiin syntymättömiin lapsiinsakin. Jokainen heistä sanoo lykkäävänsä lasten hankkimisen siksi, kunnes on varma avioliittonsa onnistumisesta. He eivät halua, että heidän lapsensa joutuvat kokemaan saman, minkä he itse ovat kokeneet. He sanovat kuin yhdestä suusta, että heidän vanhempiansa avioero on varjostanut heidän elämänsä. Heistä tuntuu, ettei heitä ole suojattu yhtä paljon, ettei heistä ole välitetty yhtä paljon, ettei heitä ole lohdutettu yhtä paljon kuin muita lapsia.

Yhteisen identiteetin lisäksi näitä lapsia yhdistävät elävät, sydäntä raastavat muistot vanhempien erosta. ”Vieläkin kovaääninen puhe tai karjuminen herättää minut ja itkettää minua”. Tappeleminen ja huutaminen muistetaan erityisen hyvin. Monet muistavat yksityiskohtaisesti sen päivän, jolloin perhe hajosi lopullisesti.

Moraaliltaan nämä avioerolapset ovat paljon vanhoillisempia kuin vanhempansa. Tämä perinteisten arvojen omaksuminen johtuu siitä sydäntä raastavasta epätoivosta, minkä vanhempien avioeron kokeminen aiheutti. Yleensä he kaipaavat sitä, mitä heidän vanhempansa eivät saavuttaneet – hyvää avioliittoa, sitoutumista, kestäväää

romanttista rakkautta ja uskollisuutta. He pelkäävät, etteivät he saavuta näitä tavoitteitaan, he pelkäävät tulevansa petetyiksi ja hylätyiksi parisuhteissaan. He sanovat, että he aikovat asua ensin avoliitossa rakastettunsa kanssa välttyäkseen vanhempiensa erehdyksiltä.

”Olen oppinut vanhempieni erehdyksistä. Haluan pitkäaikaisen suhteen, koska seksi ilman rakkautta on eläimellistä himoa. Haluan olla rakastunut”. Minun täytyy voida vastustaa kiusausta lähteä jonkun toisen kelkkaan. Minusta avioliiton pitäisi olla kestävä.

Monilla näistä lapsista on murrosikään ja varhaisaikuisuuteen tullessaan valtavat varastot patoutumia, varsinkin vihaa, joka kohdistuu vanhempien avioliiton aikaiseen käyttäytymiseen. Tällainen viha juontaa juurensa monivuotisista, huolellisista huomioista, joita nuoret ovat kärsivällisesti tehneet aikuisten käyttäytymisestä. ”Vanhempani antoivat kumpikin liian vähän ja pyysivät liian paljon”, nuoret sanovat toisistaan riippumatta. Lapsista tuntuu vilpittömästi, että jompikumpi tai molemmat vanhemmat ovat toimineet väärin.

Vaikka lapset ovat vihaisia vanhemmilleen näiden epäonnistumisesta ja voivat tuomitakin vanhempansa raskaasti, he tiedostavat silti vanhempiensa kärsimykset. Ollessaan itse nuoria aikuisia he tuntuvat ymmärtävän paremmin vanhempiensa rajallisuuden ihmisinä.

Vaikka monet heistä tuntevat itsensä hylätyiksi ja riistetyiksi, niin omassa ihmissuhteissaan he ovat yllättävän empaattisia, jopa auliita. He ovat hyvin tarkkoja siitä, mikä on oikein ja mikä väärin.

Avioliiton särkyminen merkitsee valtavaa stressiä vanhemmille ja lapsille; avioero on aivan yhtä tuskallinen kaikille osapuolille. Mutta ottaessamme heihin yhteyttä 10 vuotta myöhemmin, aikuiset tuntuvat olevan paljon enemmän varuillaan kuin lapset. Rohkenen epäillä, että osa vanhempien haluttomuutta voi heijastaa heidän piilevää syyllisyydentunnettaan. Vanhemmat haluavat aivan ilmeisesti esiintyä edukseen, salata epäonnistumisensa ja peitellä lohduttomuuttaan. Heidänhän pitäisi olla elävä todiste siitä, että avioero ratkaisee ihmisen ongelmat.

Monet ihmiset muistavat avioliittonsa rikkoutumisen ja sen aiheuttamat tunteensa elävästi kuin eilispäivän vielä kymmenen ja viisitoista vuotta eron jälkeen.

Eronneitten pariemme uusia avioliittoja hallitseva kaava on, että toinen puolisoista on solminut kestävän uuden avioliiton, kun taas toinen on eronnut toisen tai kolmannen kerran, tai sitten ei olekaan mennyt uudelleen naimisiin.

Aikuinen selviää avioerostaan todennäköisimmin, jos hän voi tukeutua johonkin elämänsä vaiheeseen, jolloin hän on kunnostautunut ja menestynyt omin neuvoin.

EROPOHDINTOJA

(Väestöliiton julkaisu)

Oma jaksaminen:

Eron aiheuttamaan kriisitilanteeseen jokainen ihminen reagoi omalla yksilöllisellä tavallaan. Seuraavassa listassa on joitain esimerkkejä näistä mahdollisista muutoksista, joita henkilö itsessään tai lähiympäristö hänessä voi tunnistaa eroprosessin aikana ja sen jälkeen.

- Mielialamuutokset (esim. ahdistus ja masennus)
- Syömishäiriöt (esim. ahmiminen tai syömättömyys)
- Keskittymisvaikeudet (esim. levottomuus, lyhytmuistin heikkeneminen)
- Työkyvyn ongelmat (esim. ajatukset harhailevat omissa asioissa)
- Itkuherkkyys (esim. lasten nähden)
- Unihäiriöt (esim. nukahtamisvaikeudet ja heräily kesken unien)
- Itsetunnon heikkeneminen (esim. kelpaanko enää kenellekään?)
- Vanhemmuuden alentunut toimintakyky (esim. tavallista lyhyempi pinna, hermot kireällä)
- Aikaansaamattomuus (esim. sählää kaikkea, mutta kaikki jää kesken, valmista ei tule).

Uutta elämää kohti:

1. Tutustu uudelleen itseesi
2. Arvosta itseäsi
3. Tiedosta ja päivitä, mistä sinä pidät juuri nyt.
4. Mieti, miten omalla toiminnallasi ylläpidit toimimattomuutta suhteessanne ja miten voit välttää tulevaisuudessa samat sudenkuopat.
5. Mieti, mitkä ovat omat sokeat pisteesi, joita et itsessäsi huomaa, mutta jotka ärsyttävät muita. Niitä piirteitäsi sinun ehkä kannattaisi hioa.
6. Toista et voi muuttaa. Ne toiset voivat muuttua, jos itse niin tahtovat.
7. Älä pelkää yksinoloa. Yksinolossa ei ole mitään hävettävää. Mallia ydinperheestä ei ehkä enää ole, mutta lastenkin on parempi nähdä yksi ehjä aikuinen kuin rikkinäinen pari.
8. Ole rauhassa yksin niin kauan kuin sitä tarvitset. Ei kannata paeta uusiin suhteisiin. Tarvitset juuri omanlaisesi toipumisajan. Löydät varmasti kunnolla toivuttuasi jonkun sinulle sopivamman kuin keskeneräisenä.
9. Erosta toivuttuasi älä sairastu kyynisyyteen ja epäilyyn, vaan uskalla taas elää ja luottaa. Se on enemmän elämisen arvoista kuin jatkuva toisen epäily ja kontrollointi. (Väestöliitto).

RAKKAUS TARVITSEE HOIVAA

Frommin mukaan ongelmallisinta rakkaudessa on se, että kuvittelemme sen hoituvan itsestään. Hyvin usein kuvitellaan, ettei mikään ole sen helpompaa kuin rakastaminen.

”Ei kai mitään inhimillistä toimintaa panna alulle niin suurten odotusten ja toiveiden vallassa ja sitten niin täydellisesti epäonnistuta kuin juuri rakkaudessa. Jos kysymyksessä olisi joku muu asia, esim. liiketoimi, ihmiset heti ryhtyisivät ottamaan

selvää epäonnistumisen syistä ja osaisivat toimia viisaammin seuraavalla kerralla – tai luopuisivat kokonaan yrittämästä”.

Jos haluamme tulla taitaviksi rakastamaan, meidän olisi opiskeltava sitä aivan kuin mitä muuta taitoa tahansa. Ei mikään asia luonnistu itsestään. Rakkaudesta on tosin hyvin vähän tietoja saatavissa. Ihmisen täytyy tahtoa oppia rakastamaan. Ikävä vain, että meillä yleensä on niin paljon muita kiinnostuksen kohteita, joille uhraamme aikaa. Onko vain se, mikä voidaan arvioida rahassa, kyllin arvokasta opiskeltavaksi, Fromm kysyy.

On muistettava kysyä toisinaan itseltäänkin: ”Olenko valmis ja pystynkö muuttumaan?” eikä vain kaiken aikaa vaatia sitä toiselta. (Barbro Lennè-Axelsson et al..Rakkaus, 1980 WSOY).