

Teksti:©Hilkka Putkisaari

Yhdessä erilliset

Auringonvalo herättää eläinmaailmassa parinmuodostus ja lisääntymistoiminnot. Myös ihmismaailmassa aktivoidutaan parinetsintään kesänkorvilla. Sanotaan, että kevät on rakkauden aikaa.

Ihastumisen ensihuumassa aivot tuottavat jättiannoksia hyvinolohormoneja. Kumppani nähdään maailman ihanimpana olentona, josta ei haluttaisi olla hetkeäkään erossa. On tyypillistä, että suhteen alussa toista halutaan miellyttää kaikin mahdollisin tavoin. Täydellisessä kumppanissa ei nähdä mitään virheitä. Mielessä käy kysymys: "Kuinka olenkaan voinut saada näin mahtavan ihmisen ihastumaan itseeni?" Omasta asemasta ollaan vielä epävarmoja ja oma paikka halutaan varmistaa olemalla mahdollisimman houkuttelevia perin silmissä.

Parisuhteen alku on aikaa, jolloin tärkeintä ei ole minä, vaan sinä ja me. Tätä aikaa voitaisiin arkisesti kutsua "paita ja peppu" -ajaksi, virallisemmin se on yhteen kietoutumisen aikaa. Endorfiinien aikaansaamaa ensihuumaa ei valitettavasti kestä kauaa, maksimissaan pari vuotta. Huuman tasaannuttua suhde alkaa realisoitua. Riisutaan vaaleanpunaiset täydellisyyden lasit, jolloin kaiken ihanuuden lisäksi huomataan kumppanin epätäydellisyydet. Kumppani nähdään sellaisena kuin hän ihan oikeasti on. Tässä vaiheessa tullaan myös tietoiseksi omista tarpeista – suhde on alkaa eriytyä.

Eriytyminen on luonnollinen parisuhteen kehitysvaihe. Se on myös haastava vaihe, sillä nyt pitää kyetä hyväksymään toinen "karvoineen ja nahkoineen". Kumppanisi voi sanoa sinulle: "Et sinä ennen ollut tuollainen, minä haluan sen entisen sinun takaisin". Parisuhteen hyvinvoinnin ja kehittymisen kannalta tämä ei ole kuitenkaan tavoiteltava asia. Hyvässä parisuhteessa ymmärretään, etten minä ole täydellinen, niinpä en voi odottaa sitä sinultakaan. Rakastan sinua kaikesta huolimatta. Kokonaispaketista ei voi vain poimia rusinoita päältä, jos haluat minut saat kaiken!

Eriytyminen on tärkeä vaihe myös parisuhteen seksuaalisuuden kannalta. Tätä aiemmin seksi on ollut toisen miellyttämistä, jolloin omien tarpeiden tyydyttämistä ei ole pidetty niin tärkeänä (jos niitä on edes tunnistettu). Tasapainoisessa suhteessa seksin tulisi tuottaa

mielihyvää ja tyydytystä molemmille. Eriytymisvaiheessa tullaan tietoisiksi omista seksuaalisista tarpeista. Jos omat tarpeet jäävät toistuvasti toteutumatta, on seurauksena pettymys: Miksi suostuisin seksiin, josta jää kuitenkin aina vaan paha mieli... Parisuhteeseen muuttaa kolmaspyörä - haluttomuus, jos kumppani ajattelee itsekkäästi vain oman halunsa tyydytystä. On tärkeää, että kumpikin uskaltaa tuoda omat tarpeensa esille kertomalla kumppanille mitä toivoo parisuhteen seksielämältä. Yhtä tärkeää on, että molemmat ottavat viestin vastaan. Eriytyneessä suhteessa ollaan tietoisia omista, sekä kumppanin tarpeista.

Eriytyminen on siis parisuhdetta eteenpäin vievä suunta, jos eriytymistä ei siedetä, on todennäköistä että suhde päättyy eroon tai katkeraan, pettymyksien täyttämään liittoon. Uskalla siis kohdata kumppanisi sellaisena kuin hän on, silloin voit luottaa siihen että sinäkin saat olla aidosti sitä mitä olet.