



Hevosen omistaminen ja parisuhde – onnistunut yhtälö vai katastrofi?

Olipa puolisoilla hevosia tai ei ja vaikka parisuhde olisi kuinka toimiva, niin tuskin mikään parisuhde voi välttyä ristiriidoilta ja pettymyksiltä. Parisuhde voi muuttua tuhoisaksi, kun olemme asettaneet puolisoon ja parisuhteeseen valtavasti odotuksia ja toiveita, osan tietoisesti ja osan tiedostamatta.

Saatamme odottaa suhteen myös täyttävän ja korjaavan täysin mahdottomia asioita. Tällöin ei voi välttyä pettymyksiltä, jotka tulevat esille riitelemällä, kontrolloimalla toista ja vetäytymällä suhteesta. Eipä ole epätavallista sekään, että juuri puolison seurassa huomaamme olevamme kaikkein vaikein ja hankalin, aivan kuin hän saisi meistä esille juuri ne kaikki huonot puolet.

Parisuhteessa on kolme osapuolta

Parisuhdetta kuvataan ihmisen vaikeimmaksi ja monimutkaisemmaksi suhteeksi. Useimmiten parisuhde käsitetään kahden erillisen ihmisen intiimiksi suhteeksi, mutta kolmantena osapuolena siinä on parisuhde.

Psykoaterapeutti Pirjo Tuhkasaari kuvaa kirjassa Paripsykoterapia ja pa-

risuhteen ikuinen arvoitus parisuhdetta puolisoitten väliseksi systeemiseksi prosessiksi, jossa puoliset tietoisesti ja tiedostamattaan vaikuttavat toisiinsa ja ovat samalla toistensa vaikuttamina siten, että molemmat sijoittavat toisiinsa oman itsen torjutuiksi jääneitä puolia. Hänen mukaansa molemmat puoliset tuovat parisuhteeseen oman persoonallisuutensa, aiemmat kokemukset ja eletyn elämän, samoin kuin heikkoutensa, vahvuutensa, tunteensa, uskomuksensa sekä kykynsä rakastaa ja ottaa vastaan rakkautta.

Se oikea

Parisuhteessa elävänä hevosen omistajana olen pohtinut hevosen omistamisen vaikutusta omaan parisuhteeseeni ja paripsykoterapiaopintojen myötä tarkas-

telin enemmän suhdettani puolisooni ja suhdettani hevoseen. Oli hämmentävää huomata kuinka molemmissa suhteissa rakastutaan, opetellaan tuntemaan toista, ollaan läheisessä vuorovaikutuksessa ja ratkotaan ristiriitoja.

Kun valitsemme kumppania, ei kuka tahansa kelpaa. Myös hevosta hankkiessamme ei mikä tahansa kelpaa vaan etsimme juuri sitä oikeaa ja itselle sopivaa. Se oikea voi tulla vastaan tuosta noin vain tai se voi olla hankala ja pitkälinen prosessi. Saatamme kysyä itseltämme "Entä jos löytyisi joku vielä parempi? Jos en ota tätä, jääkö ilman?" Kun tapaamme sen oikean saatamme tietää heti, että tämä se on. Rakastuessamme haluamme antaa itsestämme mahdollisimman hyvän kuvan ja myös toisessa näemme vain hyvät puolet.

Hevonen sitouttaa

Hevosen omistaminen vaikuttaa monesti puolisoiden raha-asioihin, ajankäyttöön, yhdessäoloon ja vapaa-ajan viettoon. Hevosen omistajalla ovat tietyt kulut maksettavanaan olipa hevonen kotona tai vieraalla hoidossa.

Hevosen omistajana tiedän, ettei yllätyksiltäkään voi välttyä ja hevosen omistaminen vaatii myös tiettyä sitoutumista. Hevonen voi sairastua vakavasti, jolloin omistaja on ajallisesti enemmän kiinni hevosessa ja vaatii myös enemmän taloudellisia satsauksia. Konkreettisesti asia tulee esille jos toisen tulot menevät hevoseen ja toinen kustantaa parin muun elämisen. Puolison tuki ja ymmärrys ovat toki tärkeitä ja auttavat jaksamaan, mutta joissain tilanteissa voi syntyä vääristynyt asetus kun puoliso joutuu sopeutumaan toisen tarpeisiin eikä tule kuulluksi omien mielipiteineen.

Suhde hevoseen voi olla tasapainoinen suhde eläimeen tai siitä voi muodostua hyvinkin tiivis suhde.

Hevonen voi aiheuttaa mustasukkaisuutta, samoin kuin toisen työ, harrastus, tai läheinen suhde lapsiin, vanhempiin tai ystäviin. Mustasukkaisuus kuuluu parisuhteeseen, mutta se ei välttämättä muodostu ongelmaksi kummallekaan puolisolalle. Mustasukkainen puoliso takertuu mielikuviinsa ja saattaa tuntea jäävänsä ulkopuoliseksi ja hylätyksi. Toisen voi olla vaikea ymmärtää mikä hevosessa vetää puoleensa, miksi siihen satsataan niin paljon aikaa, huolenpitoa ja rahaa. Mustasukkaisuutta voi aiheuttaa myös hevosen hellittely ja hevoseen liittyvien asioiden kotiin tuominen kuten esim. jatkuva hevosesta puhuminen ja muut hevostelua harrastavat ystävät, joiden seurassa vietetään paljon aikaa.

Terapiaan hakeudutaan keskimäärin kuusi vuotta liian myöhään

Onnistunut parisuhde vaatii molemmilta kompromissien tekemistä ja on vaiheita, jolloin toisen on mukauduttava enemmän. Kun paljastuu, että puoliso onkin puutteellinen eivätkä omat odotukset ja toiveet puolisoista ja parisuhteesta täyty, seuraa pettymystä ja ahdistusta. Kun pettymysten ja riitojen rakentava käsittely parin kesken ontuu, tulee niistä arkipäivää ja molemmat tietävät

“Kun valitsemme kumppania, ei kuka tahansa kelpaa. Myös hevosta hankkiessamme ei mikä tahansa kelpaa vaan etsimme juuri sitä oikeaa ja itselle sopivaa. Se oikea voi tulla vastaan tuosta noin vain tai se voi olla hankala ja pitkälinen prosessi.”

pilaavansa onnellisen yhdessäolon mahdollisuuksia. Näin saatetaan jatkaa jopa vuodesta toiseen ja väitetäänkin, että pariterapiaan hakeudutaan keskimäärin kuusi vuotta liian myöhään kun vaikeat vuorovaikutuskuviot ovat jo jokapäiväisiä.

Ennen paripsykoterapiaan hakeutumista monet parit yrittävät kehittää parisuhdettaan omin keinoin. Monesti se epäonnistuu, koska ei olla samaa mieltä siitä mistä on kyse ja mistä pitäisi aloittaa. Myös ihmisen ja hevosen väliseen suhteeseen voi tulla ristiriitoja ja hevonen alkaa käyttäytyä hankalasti ja yhteistyö ei toimi. Tuolloin haemme apua esim. “hevoskuiskaajalta”.

Terapeutti on puolueeton

Paripsykoterapeutti on koulutettu henkilö, jolla on vaihtoehtoisuus. Jo ajan varaaminen terapiaan voi olla monelle suuri askel ja toinen on tulo terapiaan - onhan kyseessä kahden ihmisen välinen intiimi suhde, johon on päätettävä ulkopuolinen ihminen. Monesti terapiaan tultaessa parin tunteet ovat hyvinkin voimakkaita, ja kotona ei synny keskustelua tai keskustelu muuttuu nopeasti riidaksi.

Terapiassa on tärkeää, että voidaan rauhallisessa ja turvallisessa ilmapiirissä tutkia parin tilannetta ja että terapeutti on puolueeton ja pyrkii tasapuolisesti ymmärtämään tilannetta kummakin puolison näkökannalta katsoen. Terapiassa voidaan tavata paria yhdessä tai molempia yksin.

Terapiaan hakeuduttaessa voi olla jokin yksittäinen ongelma, kriisi, tai pitkään jatkunut toimimaton ja lukkiutunut tilanne, jolloin vetäytyminen, puhumattomuus ja valtataistelu kuuluvat arkeen. Terapiassa kartoitetaan

molempien omat tarinat ja yhteinen tarina, ongelmat, toiveet ja tavoitteet. Parin toiveena voi olla saada parisuhde toimivaksi tai saada tehtyä ratkaisu ol-lako yhdessä vai erota. Tavoitteena voi olla myös pohtia kuinka erosta saadaan riittävän hyvä esim. lasten kannalta.

Ensimmäisessä tapaamisessa pari saattaa ihmetellä onko terapeutista heille apua. Terapeutti ei anna valmista ratkaisua ja varsinaisen työn tekee pari itse.

Terapeutilla on tietoa toimivasta parisuhteesta, parisuhteen eri vaiheista ja sen hoitamisesta. Terapeutti tuo esille eri näkökulmia ja tarjoaa parille mahdollisuuden tarkastella ja ymmärtää uudella tavalla heidän keskinäistä vuorovaikutustaan. Omista tunteista, tarpeista, tavoitteista ja unelmista puhuminen on tärkeää ja kun ymmärrys omasta itsestä lisääntyy, on helpompi ymmärtää toista.

Terapiaan hakeutumisen ei pitäisi olla vaikeampaa kuin normaalin lääkärissä käynnin. Monesti vaikuttaa siltä, että haemme helpommin apua jopa oman ja hevosen välisen suhteen ongelmiin kuin oman parisuhteen ongelmiin. Molempiin suhteisiin pätee ajatus siitä, että mitä aikaisemmassa vaiheessa haetaan apua sitä nopeammin jumiutuneeseen keskinäiseen suhteeseen on mahdollista saada muutosta.

Jokainen parisuhde, myös epäonnistunut, vie ihmistä eteenpäin, sillä ne opettavat jotain omasta itsestä, ihmisistä, parisuhteesta ja elämästä. Myös suhde hevoseen on opettavainen, sillä hevonen elää tässä ja nyt – tilassa ja on aito ja rehellinen.

Pia Jaakkola, pari- ja perhepsykoterapeutti

Kuvitus Viivi Huuskonen