

Monisuhteisuuden kohtaaminen seksuaalineuvonnassa ja -terapiassa

Nita Taivaloja, *sosiaalipsykologi (VTM), sosionomi (AMK), seksuaaliterapeutti ja auktorisoitu seksuaalineuvoja (SSS), väitöskirjatutkija, Helsingin yliopisto, Sukupuolen, kulttuurin ja yhteiskunnan tutkimusohjelma.*

Tiivistelmä

Monisuhteisuudella (engl. *consensual non-monogamies*) tarkoitetaan läheissuhdejärjestelyjä, joissa ollaan yhteisen sopimuksen mukaisesti rakkaudellisesti ja/tai seksuaalisesti tekemisissä samanaikaisesti useamman kuin yhden henkilön kanssa. Tällaisen ihmissuhteiden moninaisuus on tullut enenevässä määrin näkyväksi viime vuosien aikana. Tietoa ja koulutusta aiheesta sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille on kuitenkin vähän saatavilla, mikä voi johtaa haastaviin tilanteisiin asiakastyössä. Tässä tekstissä tarkastellaan, miten seksuaalineuvonnassa ja -terapiassa tulisi kohdata ihmissuhteiden moninaisuutta ja mitä työskentelyssä olisi hyvä ottaa huomioon. Keskeiseksi nousevat ammattilaisen omien arvojen ja asenteiden reflektointi, monisuhteisuutta koskevaan kirjallisuuteen tutustuminen, sensitiivisyys ja inklusiivinen kielenkäyttö sekä moninaisuuden näkyväksi tekeminen omissa toiminnassa.

Avainsanat: Monisuhteisuus, Polyamoria, Swinging, Avoimet suhteet, Seksuaaliterapia, Seksuaalineuvonta

Johdanto

Vaihtoehtoiset tavat rakentaa rakkaudellisia, seksuaalisia ja muilla tavoin intiimejä läheissuhteita ovat herättäneet yleistä mielenkiintoa 2000-luvulla. Erityisesti viimeisen viiden vuoden aikana on käyty useita keskusteluja sosiaalisessa mediassa sekä julkaistu runsaasti uutisartikkeleita, dokumentteja, blogitekstejä ja kirjoja, joissa kyseenalaistetaan ajatusta siitä, että yksi ihminen pystyy kerrallaan vastaamaan kaikkiin yksilön seksuaalisiin ja rakkaudellisiin tarpeisiin. Läheissuhteista, joissa osapuolilla on yhteisen sopimuksen mukaisesti useita samanaikaisia kumppanuuksia, käytetään englannin kielessä yleistermiä *consensual non-monogamies* (Barker ja Langdridge 2010a; 2010b; Sheff ja Tesene 2015), jonka suomenkieliseksi vastineeksi on muovautunut 2010-luvulla ”vastuullinen ja eettinen monisuhteisuus” (kts. esim. Polyamoria – Monisuhteisuusyhdistys ry. 2021).

Suomessa ei ole toistaiseksi tuotettu akateemista tutkimusta monisuhteisuudesta muutamia opinnäytetöitä lukuun ottamatta. Vaikka aihe on herättäneet suuren yleisön mielenkiinnon, monisuhteisuuteen kohdistuu edelleen ennakkoluuloja ja väärinkäsityksiä, jotka voivat näkyä auttamistyötä tekevien ammattilaisten vastaanotoilla. Kansainvälisissä tutkimuksissa (mm. Conley ym. 2013; Hutzler ym. 2016; Moors ym. 2013) on osoitettu, että monisuhteisuuteen kohdistuu stigmaa; ulossulkemista, syrjintää ja oudoksuntaa, mitä on selitetty *mononormatiivisuudella*, toisin sanoen yhteiskunnallisella oletuksella siitä, että monogamia eli kahden ihmisen välinen seksuaalisesti ja romanttisesti suljettu suhde on samalla tavalla luonnollista ja toivottavaa kuin oletus heteronormatiivisuudesta (Pieper ja Bauer 2005, ref. Barker ja Langdridge 2010b). Polyamorisisa ja avoimissa suhteissa olevien henkilöiden sekä swingausta harrastavien kertomuksista on havaittu, että myös Suomessa sosiaali- ja terveysalan palvelut koetaan pääosin normatiivisina eikä työntekijöillä ole tarpeeksi tietoa ihmissuhteiden moninaisuudesta, jotta he voisivat tarjota asiakkailleen tarvittavaa apua (Taivaloja 2018).

Useissa kansainvälisissä tutkimuksissa (esim. Graham 2014; Schechinger Sakaluk ja Moors 2018; Williams ja Prior 2015) on huomautettu, että ammattilaisilla tulisi olla nykyistä kattavimmat tiedot monisuhteisuudesta. Niin ikään Sexpon seksuaalipoliittisessa ohjelmassa (Ahtola ym. 2019) todetaan, että monisuhteisuuteen liittyvää stigmaa tulee purkaa aktiivisesti ja erityisesti lasten, nuorten ja perheiden kanssa työskenteleville ammattilaisille taattava riittävä osaaminen läheissuhteiden monimuotoisuudesta. Vuonna 2010 perustettu ja vuonna 2018 Setan jäsenjärjestöksi hyväksytty Polyamoria – Monisuhteisuusyhdistys ry. jakaa suurelle yleisölle ajantasaista kokemusasiantuntijuustietoa monisuhteisuudesta. Erityisesti ammattilaiset tarvitsevat lisäksi kliiniseen työhön ja akateemiseen tutkimukseen pohjautuvaa tietoa aiheesta. Monet ammattilaisille suunnatuista ohjeista, työkaluista ja terapeuttisista viitekehysistä nojaavat edelleen vahvasti binäärisiin ja essentialistisiin oletuksiin seksuaalisuudesta, sukupuolesta ja läheissuhteista. Neuvonta- ja terapiatyötä tekevien ammattilaisten tulee siksi reflektoida toimintaansa aktiivisesti ja tarkastella työväliteitä kriittisesti voidakseen toimia eettisesti ja tarjota asiakkailleen mahdollisimman inklusiivista ja laadukasta tukea.

Tässä tekstissä tehdään yleiskatsaus siihen, mitä seksuaalineuvonnassa ja -terapiassa on hyvä ottaa huomioon, kun työskennellään ihmissuhteiden moninaisuuden parissa. Vaikka keskityn erityisesti seksuaalineuvojen ja -

terapeuttien tekemään työhön, ovat esittelemäni näkökulmat implementoitavissa soveltavin osin myös muihin sosiaali-, terveys-, kasvatus- ja opetusalan konteksteihin. Hyödynnän termiä *monisuhteisuus* kuvaamaan monenvälisiä seksuaalisia tai rakkaudellisia läheissuhteita tiedostaen, että termin käyttö ei ole täysin mutkatonta. Monisuhteisuuden ymmärretään usein tarkoittavan vain polyamoriam, vaikka tarkoitukseltaan sen pitäisi kattaa kaikki sellaiset suhteet, jotka eivät asetu mononormatiivisten oletusten sisälle. Se ei myöskään tavoita kaikkia monogamian ulkopuolista elämää toteuttavien yksilöiden tapaa kuvata suhteitaan tai itseään, ja jotkut *monisuhteisesti toimivat* eivät aina halua tulla määritellyiksi monisuhteisina. Paremman puutteessa kuitenkin käytän termiä tässä artikkelissa kuvatessani yhteisymmärrykseen perustuvia ei-monogaamisia läheissuhdejärjestelyjä.

Monisuhteisuuden monimuotoisuus

2000-luvun taitteesta lähtien kansainvälisissä tutkimuksissa on pyritty kartoittamaan tapoja, joilla monisuhhteita voidaan määritellä. Tyypillisin kategorisointi monisuhteisuuden muodoista nykyaikaisessa länsimaisessa kontekstissa kattaa polyamoriam, avoimet suhteet ja swingauksen¹ (esim. Barker ja Langdrigde, 2010a; 2010b; Labriola 1999). Polyamoriassa yksilöt solmivat pitkäkestoisia ja rakkaudellisia suhteita samanaikaisesti useisiin henkilöihin, kun taas swingauksen ja avoimien suhteiden keskiössä on tyypillisesti parisuhde, josta käsin osapuolet sovitus hakevat seksiseuraa myös muilta (Sheff ja Tesene 2015). Siinä missä swinging yleensä viittaa pariskunnan yhdessä jakamaan seksikokemukseen jonkun muun tai muiden kanssa, avoimissa suhteissa kokemus voi olla yksilöllisempi (Berry ja Barker 2014). Kasvavaa jalansijaa on saanut myös ihmissuhdefilosofia nimeltään ihmissuhdeanarkismi (Nordgren 2006), jonka mukaan ihmisiä ei tulisi vertailla, sijoittaa paremmuusjärjestykseen tai leimata ulkopuolelta annettujen määreiden mukaan, vaan jokaisen ihmissuhteen tulisi antaa vapaasti kasvaa sellaiseksi, joksi se on kasvaakseen, pakottamatta sitä ennalta määritettyihin kategorioihin tai pyrkimättä ohjaamaan suhdetta johonkin tiettyyn ulospäin näkyvään ihmissuhdemalliin.

¹ Suomessa englanninkielisen *swinging*-sanana vastineena käytetään usein termiä parinvaihto. Termi parinvaihto on kuitenkin hieman harhaanjohtava, sillä vaikka swinging pääsääntöisesti määritellään toiminnaksi, jossa kaksi paria vaihtaa puolisoita

Tämän jäsenyyksen pohjalta on hyvä kuitenkin tiedostaa, että erilaiset käsitteet ja kategoriat ovat sekä mahdollistavia että rajaavia: ne mahdollistavat puhumisen tietystä viiteryhmästä, mutta ne eivät pysty tavoittamaan kaikkia niitä yksilöllisiä tapoja, joilla ihmiset rakentavat identiteettejään tai solmivat suhteita toinen toisiinsa (Berry ja Barker 2014). Vaikka asiakas määritteli itsensä tai suhteensa esimerkiksi polyamoriseksi, ei se vielä kerro hänen subjektiivisesta kokemusmaailmastaan tai suhteen eri jäsennyksistä. Asiakkaalta on siksi tärkeää kysyä, mitä polyamoria tarkoittaa juuri hänelle ja miten hän toivoo polyamoriasta puhuttavan vastaanotolla. (Bairstow 2017.)

Suhteiden rajapinnat eivät myöskään ole aina tarkkoja tai määriteltävissä. Esimerkiksi avoimena suhteena alkanut järjestely tai swinging-harrastus voi ajan saatossa muuttua polyamoriseksi joko suhteen molempien osapuolten tai vain toisen toimesta. Kuten seksuaalinen suuntautuminen, sukupuoli-identiteetti tai seksuaalisuus yleisesti, myös monisuhteisuus voi olla dynaamista ja muuttuvaa, ja identiteetit, toiminta tai suhteille annetut määritelmät vaihdella elämäntilanteesta riippuen. Joillekin kategoriat ovat luotaantyöntäviä eivätkä kaikki määrittele itseään tai elämäntapaansa olemassa olevilla termeillä, ja toisille tiettyjen määritelmien käyttäminen omasta sukupuolesta, suuntautumisesta, suhdemuodosta tai laajemmin seksuaalisuudesta voi olla hyvinkin tärkeää ja keino tehdä todeksi omaa itseään ja elämäntapaansa (Sheff ja Tesene 2015).

Neuvonta- ja terapiatyötä tekevien ammattilaisten on siis tärkeää tiedostaa, että käytännön elämässä monisuhteisuus ottaa lukuisia eri muotoja; suhteet ovat usein eri näköisiä, niissä olevilla yksilöillä on vaihtelevia tarpeita ja niissä toimitaan hyvin erilaisin tavoin. Erilaiset monisuhhteet voivat olla hierarkkisia, jolloin yksi kumppani asetetaan aina muiden kumppanuuksien edelle tai kumppanuudet voivat olla tasa-arvoisia. Suhteet voivat olla avoimia, jolloin yksilöllä on vapaa mahdollisuus solmia uusia kumppanuuksia, tai suljettuja, jolloin suhteeseen ei oteta uusia osapuolia. Monisuhteinen toiminta voi rajautua vain seksin harrastamiseen useiden ihmisen kanssa tai siihen voi sisältyä enemmän kuin yhden pitkäaikaisen ja merkityksellisten suhteen solmiminen. Suhteen osapuolet saattavat elää tiiviisti yhdessä ja jakaa saman talouden, tai elää itsellistä elämää, jolloin arki, hellyys, rakkaus ja/tai seksi jaetaan muiden

keskenään, voi se olla myös muuta seksuaalista toimintaa jonkun muun kuin oman kumppanin kanssa seksiseuran lukumäärään katsomatta (Sheff ja Tesene 2015, s. 230).

kanssa samalla, kun omasta autonomiasta pidetään kiinni eri tavoin. (Labriola 1999.) Monisuhteita tulee lähentyä tapauskohtaisesti, asiakkaan yksilölliset elämäntilanteet ja tarpeet aina huomioon ottaen (Berry ja Barker 2014).

Perustyökaluja monisuhteisuuden kohtaamiseen

Työskentelylle monisuhteisuuden äärellä ei ole yleispätevää käsikirjaa. Seksologian ammattilaisten toimintaa ohjaavat kuitenkin lähtökohtaisesti lainsäädäntö sekä useat ammattieettiset ohjeet. Ammattieettiset ohjeet pohjautuvat seksuaalioikeuksiin, jotka määrittelevät, miten seksuaalisuuteen ja sen toteuttamiseen tulisi asennoitua. (Paalanen 2011.) Seksuaalioikeuksiin kuuluvat muun muassa oikeus tasa-arvoon ja syrjimättömyyteen, jonka mukaan ihmistä ei saa asettaa eriarvoiseen asemaan suhteessa muihin esimerkiksi siviilisäädyn tai perhemuodon perusteella (Seksuaalioikeuksien julistus 2014). Seksologian ammattietiikan ohjeistossa (2009) esitetään seksologisen työn hyvät menettelytavat sekä keskeiset eettiset periaatteet, joihin kuuluvat asiakkaan itsemääräämisoikeus, seksologin ja asiakkaan välinen luottamuksellisuus, asiakkaan etu sekä seksologin arvoneutraalius ja ammatillisuus.

Lähtökohtaisesti on myös hyvä tiedostaa, että valtaosa monisuhteisista asiakkaista ei hakeudu neuvontaan tai terapiaan monisuhteisuuden vuoksi (Weitzman 2006). Monisuhteisuus ei ole asiakkaan ilmiongelma, ellei asiakas itse määrittele sitä niin, eikä haaste, jota seksuaalineuvonnan tai -terapian avulla pyrittäisiin hoitamaan. Monet vastaanotolle saapuvista asiakkaista etsivät ratkaisuja yleisiin seksuaalineuvontaa tai -terapiaa vaativiin ongelmiin eikä heidän tapansa toteuttaa suhteita satu asettumaan yhteiskunnan normien sisään. Schechinger, Sakaluk ja Moors (2018) ovat tarkastelleet monisuhteisten kokemia haitallisia ja hyödyllisiä terapiakäytänteitä, joiden avulla voidaan piirtää raamit vastaanotolla tehtävälle työlle. Tutkimuksen mukaan terapiasuhdetta haittaavia tekijöitä ovat monisuhteisuuden patologisoiminen jonkin toisen ongelman syyksi, monisuhteisuutta käsittelevästä tiedonkeruusta kieltäytyminen, yleinen ennakkoluuloisuus monisuhteisuutta kohtaan, vihjaaminen, että monisuhteisuus on väärin ja asiakkaan painostaminen monisuhteinen elämän lopettamiseksi. Van Tol (2017) toteaa, että tällainen toiminta voi johtaa siihen, että asiakas päättää piilottaa suhdemuotonsa, pyrkii miellyttämään terapeuttia, esittää tilanteensa korostetun positiivisessa valossa, puolustele valintojaan, tai joko aktiivisesti tai passiivisesti haastaa terapeutin näkemyksiä.

Tutkimuksen mukaan sen sijaan hyödyllisiä terapiakäytänteitä ovat ammattilaisen tuomitsevan asenteen poissaolo, monisuhteisen elämäntavan ja/tai identiteetin tukeminen, monisuhteisuuden normalisointi, asiakkaan tarpeiden, tavoitteiden ja arvojen priorisointi sekä oleellisten kysymysten kysyminen (Schechinger ym. 2018). Jotta terapeutin allianssi voisi siis toteutua asiakasta palvelevalla tavalla, tulee ammattilaisen pystyä kunnioittamaan asiakkaan ihmissuhdetilannetta ja siihen nivoutuvia valintoja. Jaan seuraavaksi muutamia näkökulmia siihen, miten omaa ajattelua ja toimintaa voi uudelleen arvioida ja ohjata suuntaan, jossa monisuhteisuus otetaan huomioon.

Omien arvojen ja asenteiden reflektointi

Monisuhteisuus voi olla vaikea aihe terapeuteille ja muille ohjaus- ja neuvontatyötä tekeville ammattilaisille, sillä se haastaa henkilökohtaisia arvoja ja ammatillisia näkemyksiä yleisesti seksuaalisista suhteista kahdenvälisinä sopimuksina. Osa seksologin ammatillisuutta onkin oman arvopohjan ja ihmiskäsitysten reflektointi (Paalanen 2011). Seksuaalineuvoja- ja terapiakoulutuksen lähtökohtana toimivat opiskelijan oma seksuaalisuuden prosessimainen kohtaaminen eli SAR (Sexual Attitude Reassessment) opinnot. Reflektoinnin tavoitteena on käsitellä ja tunnistaa omat asenteet erilaisia seksologisia ilmiöitä kohtaan sekä vähentää ja poistaa itselle vieraisiin seksuaali-ilmiöihin liittyviä ennakkoluuloja, pelkoja ja vääristyneitä mielikuvia. Tavoitteena on myös kriittinen ajattelu ulkoapäin annettuja totuuksia kohtaan. (Stayton 1998.) Reflektointia on hyvä tehdä myös silloin, kun vastaanotolla kohtaa asiakkaita, joiden elämäntilanne tai arvopohja ei ole itselle tuttu.

Tutkiessaan omia arvojaan ja asenteitaan, on hyvä pohtia omia ihmissuhdekäsityksiä: Millainen on hyvä suhde? Millainen on hyvä kumppani? Millainen on hyvä ja oikeanlainen perhe? Mitä mieltä olet erilaisista suhteista kuten yhden yön jutuista, seksisuhteista, avoimista suhteista, avioliitosta, tai avioliitosta? Millaisia oikeuksia ja velvollisuuksia ihmissuhteen osapuolilla on? Mitä kaikkea kumppanille pitää kertoa? Saako henkilöillä olla samanaikaisesti useita seksi- tai rakkaussuhteita? Mitä rakkaus tarkoittaa ja mitä siihen pitää kuulua? (Paalanen 2011.) Lisäksi on hyvä pohtia seuraavia näkökulmia: Mistä mielipiteesi ja arvosi monogamiaan liittyen kumpuavat? Minkälaisia positiivisia ja negatiivisia esimerkkejä monisuhteisuudesta tai monogamiasta olet nähnyt? Miten asenteesi saattavat vaikuttaa työhösi monisuhteisten asiakkaiden tai

sellaisten parien tai yksilöiden kanssa, jotka ovat kiinnostuneet monisuhteisuudesta? (Bairstow 2017.)

Itselfreflektion avulla voi pyrkiä huolehtimaan siitä, että mahdolliset varautuneet näkemykset eivät vaikuta negatiivisesti asiakassuhteeseen. McCoy ym. (2015) esittävät, että avarakatseinen asennoituminen asiakkaan elämäntapoihin voidaan yleisesti liittää vastatransferenssin tematiikkaan: ammattilaisen alitajuntaisilla ajatuksilla ja tunteilla asiakasta kohtaan on vaikutusta sille, millaista apua asiakkaalle pystyy antamaan. Näin ollen asiakkaan ja tämän valintojen hyväksymisellä on vaikutuksia sille, minkälainen lopputulos neuvonnalla tai terapialla on. Joissakin tapauksissa risteävät arvot voivat haitata työskentelyä, jolloin asiakas tulee ohjata eteenpäin aiheeseen perehtyneelle kollegalle.

Kirjallisuuteen ja tutkimustietoon tutustuminen

Asianmukaisen tiedon puute on usein yksi keskeisimmistä ongelmista, joka estää monisuhteisuuden käsittelyn neuvonta- ja terapiatyössä. Tiedon puute voi johtaa väärinkäsityksiin, olettamuksiin ja ennakkoluuloihin sekä tahattomaan kritiikkiin asiakkaita kohtaan ja lopulta ennenaikaisesti päättyneisiin asiakassuhteisiin. (Williams ja Prior 2015; kts. myös Graham 2014.) Ammattilaisen tiedon puute voi johtaa asetelmaan, jossa asiakas kokee tarpeelliseksi toimia työntekijän kouluttajana tai neuvonantajana, mikä häiritsee asiakassuhdetta (Taivaloja 2018; Weitzman 2006). Vastaanotto ei ole oikea paikka monisuhteisuuden opiskelulle eikä omaa uteliaisuutta tule tyydyttää asiakkaan ajan, rahan ja jaksamisen kustannuksella. Ennen neuvonta- tai terapiaprosessin alkua on hyvä lukea ihmissuhteiden moninaisuutta käsitteleviä teoksia tullakseen tutuiksi monisuhteisuuden eri toteuttamistapojen kanssa ja ymmärtääkseen niitä ohjaavia ideologioita ja motiiveja.

Viime vuosina Suomessa on julkaistu useita suomenkielisiä teoksia monisuhteisuudesta. Romaani *Suhteellisen vapaata* (Suominen 2020) kertoo keskiluokkaisesta heteroparista, joka päättää kokeilla avointa suhdetta, ja tietokirjoissa *Avoimet suhteet* (Hämäläinen 2020) ja *Parisuuhdepäivitys* (Tiessalo ja Karhumäki 2020) haastetaan parisuudenormatiivisuutta tarkastelemalla sen taustalla olevia yhteiskunnallisia vaikuttimia ja esitellään kattavasti erilaisia monisuhteisuuden malleja. Aiheeseen perehtymätön saa mainituista kirjoista apua ihmissuhteiden uudelleen ajattelulle sekä hyvät perustiedot monisuhteisuudesta. Näiden lisäksi on julkaistu suomenkielinen

käännös *Kahta kauniimmin – Opas eettiseen polyamoriaan* (Veaux ja Rickert 2019) englanninkielisestä kokemusasiantuntijateoksesta *More than Two – A Practical Guide to Ethical Polyamory* (Veaux ja Rickert 2014), joka on ollut pitkään arvostettu polyamorissa yhteisöissä. Viime vuosina kirjan ympärillä on käyty keskusteluja siinä esitetyistä ongelmallisista näkökulmista liittyen monisuhteisuuden herättämien vaikeiden tunteiden ja omien rajojen tunnistamiseen, minkä vuoksi teokseen on hyvä suhtautua ammatillisella varauksella.

Muita hyviä yleisteoksia tutustuttavaksi ovat monisuhteisuuden klassikkoteos *The Ethical Slut* (Easton ja Hardy 2009) ja *Opening Up: A Guide to Creating and Sustaining Open Relationships* (Taormino 2008), joissa annetaan selkeitä käytännön ohjeita rakkauden, seksin ja intiimisuhteiden uudelleenajattelulle ja toteuttamiselle monogamian ulkopuolella, sekä *Re-Writing the Rules – An Anti Self-Help Guide to Love, Sex and Relationships* (Barker 2013), jossa tarkastellaan tyypillisiä sukupuoleen, seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyviä sääntöjä uusista näkökulmista. Lisäksi teokset *Understanding Non-Monogamies* (Barker ja Langdrige 2010a) ja *The Lesbian Polyamory Reader: Open relationships, non-monogamy and casual sex* (Munson ja Stelbom 1999) tarjoilevat akateemiseen tutkimukseen pohjautuvaa yleistietoa monisuhteisuudesta vuosituhannen vaihteesta ja sen jälkeen. Käytännön neuvonta- ja terapiatyön tueksi kuvauksia onnistuneista terapiaprosesseista monisuhteisten asiakkaiden kanssa ulkomailta esittävät muun muassa Kolmes ja Witherspoon (2017); LaSala (2001); McCoy ym. (2015), Van Tol (2017) ja Zimmerman (2012). Myös tämän tekstin lopussa oleva lähdeluettelo voi auttaa navigoimaan sopivan kirjallisuuden ja omia ammatillisia tarpeita palvelevan tiedon löytämisessä.

Sensitiivisyys ja inklusiivinen työskentelyote

Ammattilaisen teoreettisia taitoja merkityksellisempää on kuitenkin lopulta tunneyhteys asiakkaan ja työntekijän välillä sekä ilmapiiri, joka kohtaamistilanteeseen luodaan (Lehtovuori 2012, s. 144). Lähtökohtana kaikelle neuvonta- ja terapiatyölle on sensitiivisyys, joka perustuu dialogisuudelle ja hyväksyvälle vuorovaikutukselle. Nämä ovat keskeisiä myös seksuaalineuvontaa ja -terapiaa ohjaavassa PLISSIT-mallissa, jonka ensimmäinen askel on luvananto: asiakkaalle annetaan mahdollisuus puhua omista haluistaan, tunteistaan, mieltymyksistään ja seksuaalisuudestaan ilman tuomitsemista (Annon 1976). Monisuhteisuuteen liittyvien erityisten tietojen

hallitseminen ei ole aina oleellista tilanteissa, joissa asiakkaan ongelma ei liity tämän ihmissuhdetilanteeseen, mutta ammattilaisella tulee olla ymmärrystä yleisesti ihmissuhteiden moninaisuudesta, jotta asiakkaan kanssa pystyy luomaan luontevan ja avoimen suhteen ja jotta työskentely mahdollistuu myös PLISSIT-mallin seuraavilla tasoilla (rajatun tiedon ja erityisohjeiden antaminen sekä intensiivinen terapia).

Näistä lähtökohdista monisuhteisuuutta on hyvä lähestyä ikään kuin tyhjänä tauluna ja rakentaa yhdessä asiakkaan kanssa sitä todellisuutta, josta käsin ongelmaa tarkastellaan. Barker ja Berry (2014) ehdottavat eksistentiaalisen seksuaaliterapian mallia (engl. *existential sex therapy*) yhtenä viitekehyksenä monisuhteisten asiakkaiden kohtaamiselle. Viitekehyyksessä ihmisten seksuaalikäytös nähdään moninaisena ja laajana eikä tiettyä seksuaalista toimintaa patologisoida "terveelliseksi" tai "sairaaksi" eikä "normaaliksi" tai "epänormaaliksi". Sen sijaan seksuaalinen käytös nähdään kontekstisidonnaisena ja jokaisen yksilön subjektiiviseen kokemukseen pohjautuvana. Vastaavia ajatuksia on esittänyt Rubin (1984) mallintamassaan kehässä (engl. *charmed circle*), joka havainnollistaa seksuaalisuuteen ja seksuaaliseen toimintaan liittyvää hierarkkista arvostusta. Ammattilaisen on tärkeää siten reflektoida ja kyseenalaistaa sisäistämäänsä yhteiskunnallisia normeja ja sosiaalisia skriptejä, jotka saattavat konkretisoituna vastaanotolla näkemyksinä "oikeasta" tai "väärästä" seksuaalisuudesta.

Normikriittisyyden lisäksi ammattilaisen on tärkeä pyrkiä irrottautumaan erilaisista olettamuksista (Zimmerman 2012). Monisuhteisyyteen kohdistuu runsaasti erilaisia uskomuksia, joista moni on yliseksualisoivia, ja esimerkiksi elokuvista tai kuulopuheiden kautta saatu kuva monisuhteisyydestä saattaa värittää ammattilaisen näkemystä. Yksi neuvonta- ja terapiatyön haasteista onkin tasapainottelu samanaikaisesti tietämisen ja ei-tietämisen välillä. Anderson ja Goolishian (1992, s. 28) esittävät, että "ei-tietämisen positio" (engl. *position of not knowing*) edellyttää, että ymmärryksemme, selityksemme ja tulkintamme neuvonta- ja terapiatyössä eivät rajoitu aikaisempiin kokemuksiin tai teoreettisesti muodostettuihin totuuksiin ja tietoon". Hyvä lähtökohta työskentelylle on inklusiivisen kielenkäytön omaksuminen: siinä pyritään irtautumaan valmiista ajatusmalleista ja olettamaan moninaisuutta (Jämsä 2008, s. 111). Esimerkiksi "Onko sinulla miestä / vaimoa?" sijaan on inklusiivisempaa kysyä "Millaisia lähisuhteesi ovat?" tai "Minkälainen ihmissuhdetilanteesi on?". Tarkoituksena on mahdollistaa asiakkaalle itsemäärittely termeillä, jotka ovat linjassa tämän identiteetin ja subjektiivisen

kokemusmaailman kanssa ja pyrkiä kohtaamaan asiakas tämän ehtojen mukaisesti (Berry ja Barker 2014).

Monisuhteisyyden näkyväksi tekeminen

Monisuhteisten palvelukohtamistarinoita käsittelevässä tutkimuksessa (Taivaloja 2018) valtaosa haastateltavista ilmoittivat olevansa kaapissa palveluita käyttäessään, koska pelkäävät tuomitusta tulemista ja syrjintää. Haastateltavat perustelivat huoliaan yhteiskunnan ja palveluiden normatiivisuudella, omilla aikaisemilla ja muilta kuulluilla syrjintäkokemuksilla sekä työntekijöiden osaamattomuudella. Myös muissa suomalaisissa tutkimuksissa (Gummerus 2018; Matilainen 2012; Tikkanen 2016) käy ilmi, että monisuhteisyydestä ei aina kerrota avoimesti eri asiayhteyksissä. Neuvonta- ja terapiatyössä onkin tärkeää purkaa stigmaa ja vahvistaa asiakkaan turvallisuuden tunnetta. Vastaanoton tulisi olla tila, jossa omasta ihmissuhdetilanteesta voi puhua ilman pelkoa siitä, että työntekijä kiusaantuu eikä osaa ottaa kantaa tai vaihtoehtoisesti pyrkii "eheyttämään" asiakkaan ihmissuhdetilanteen vastaamaan normatiivisia käsityksiä.

Ammattilaisen on hyvä asennoitua olettamaan moninaisuutta kaikista asiakkaista jo ennen asiakkaan tilanteeseen tutustumista ja seksuaaliamneesiin tekoa. Hyvä keino tähän on kiinnittää huomiota vastaanotto-tilan ja materiaalien käyttöön. Turvallista tilaa rakentaessa voi pohtia, kenelle ohjausta, neuvontaa ja/tai terapiaa lähtökohtaisesti tarjotaan. Jämsä (2008, s. 111) toteaa, että palveluiden mainonnassa vähemmistöjä tulisi kutsua palveluihin nimeltä, jotta pelko syrjinnästä vähenisi. Palvelujen mainostaminen "yksilöille ja pariskunnille" tekee muun muassa polyamoriset moniskunnat näkymättömäksi ja siksi on hyvä tarkentaa, että vastaanotolle ovat tervetulleita kaikki seurustelu- tai suhdemuodot. Vielä yksilöllisempää on kohdistaa palveluja eksplisiittisesti asiakkaille, joiden ihmissuhteet eivät asetu parisuhdenormien raameihin.

Myös neuvonta- ja terapiatyön fyysisellä ympäristöllä on merkitystä turvallisuuden luomisessa. Suhteiden monimuotoisuutta voi tehdä näkyväksi valitsemalla odotus- ja työskentelytilan hyllyille mainoslehtisiä ja kirjoja sekä seinille kuvia, joissa rikotaan sukupuoleen, seksuaaliseen suuntautumiseen ja ihmissuhteisiin nivoutuvaa normatiivisuutta. Erityisesti polyamoristen asiakkaiden kohdalla odotustilojen ja vastaanottohuoneen istumapaikkojen määrään tulisi kiinnittää huomiota (Weitzman 2006). Joskus varsin pieni ele,

kuten sateenkaarilippu tai muu symboli voi kertoa asiakkaalle työntekijän valmiuksista kohdata monimuotoisuutta ja toimia kutsuna kertomaan tarkemmin asiakkaan ihmissuhdetilanteesta. Asiakastyössä hyödynnettäviä työkaluja on myös hyvä arvioida kriittisesti. Onko ihmissuhteiden monimuotoisuus näkyvää esimerkiksi työskentelyssä käytettävissä kuvakorteissa? Jos asiakkailta kerätään tietoa lomakkeilla, tarjotaanko vastausvaihtoehtoina suljettuja kysymyksiä vai voisiko samaa asiaa kysyä avoimilla kysymyksillä, jotka mahdollistavat asiakkaan itsemäärittelyoikeuden? Myös erilaiset terapeutitiset menetelmät ja tekniikat on usein laadittu vastaamaan monogaamisten suhteiden tarpeita eivätkä ne sellaisenaan välttämättä toimi moniskuntien kohdalla. Ammattilaisen on hyvä arvioida eri menetelmien soveltuvuutta ja muokata niitä tarvittaessa niin, että asiakkaan elämäntilanne tulee niissä huomioiduksi (kts. esim. McCoy ym. 2015).

Lopuksi: Kehityskohteita seksologian kentällä

Monimuotoisten ihmissuhteiden kohtaamiseen liittyvien kysymysten tarkastelu on ajankohtaista murroksessa olevassa yhteiskunnassamme. Ihmiset kiinnostuvat yhä enenevässä määrin itselleen sopivaksi räätälöidyistä suhdemalleista, minkä vuoksi seksologian kentällä tulee olla valmius vastata hyvin monen näköisten järjestelyjen tarpeisiin. Seksologian ammattilaisina työskentelymme keskiössä onkin sekä yksilöllisen että yhteiskunnallisen seksuaalisen hyvinvoinnin edistäminen, ja osa tätä työtä on inklusiivisuuden vahvistaminen ja moniperustaisen syrjinnän ennaltaehkäisy. Tarvitaan normikriittisyyttä, tietoa ja osaamista ihmisten ja ihmissuhteiden monimuotoisuudesta sekä ymmärrystä monisuhteisten arkikokemuksista, jotta mahdollisimman moni asiakas kokisi tulevansa kohdatuksi vastaanotolla omana itsenään.

Vaikka monisuhteisuudesta on julkaistu viime vuosina useita tietokirjoja ja aiheesta käyty yhteiskunnallista keskustelua, ei neuvonta- ja terapiatyötä tekeville ammattilaisille suunnattuja, kliiniseen tutkimustietoon pohjautuvia ohjeistuksia ole vielä tarpeeksi. Terapiatyötä tekevät kansainväliset tutkijat ovat pyrkineet paikkaamaan tätä puutetta julkaisemalla aiheeseen liittyviä artikkeleita erityisesti Yhdysvalloissa, Australiassa ja Englannissa. Tarvitaan kuitenkin lisää suomenkielistä tutkimusta suomalaisten monisuhteisten kokemuksista, jotta ymmärtäisimme ja pystyisimme paremmin vastaamaan asiakkaiden tarpeisiin omassa sosiokulttuurisessa kontekstissämme. Erityisesti erilaiset tapaustutkimukset monisuhteisten asiakkaiden kanssa käydyistä

neuvonta- ja terapiaprosesseista olisivat hyödyllisiä. Monisuhteisuuden tulisi olla myös aikaisempaa vahvemmin poikkeatieteellisen seksologisen tutkimuksen kohteena ja se pitäisi aktiivisesti huomioida vakavasti otettava vaihtoehtona parisuhteen rinnalla seksuaalisuutta käsittelevissä tutkimuksissa.

Monisuhteisuus tulisi ottaa myös systemaattisemmin osaksi seksologian ja laajemmin sosiaali- ja terveysalan opintoja. Koulutuksen avulla voidaan lisätä tietoa monisuhteisuudesta sekä vähentää ennakkoluuloja. Koulutuksissa olisi tärkeää harjoitella monisuhteisten asiakkaiden kohtaamista esimerkiksi dramaturgisen case-työskentelyn avulla sekä pohtia erilaisten neuvonnan ja terapian työkalujen implementoitavuutta monisuhteisten asiakkaiden tapauksiin. Sen lisäksi, että monisuhteisuutta käsitellään eksplisiittisesti omana aihealueenaan, tulisi koulutuksissa aktiivisesti pyrkiä laajempaan normikriittisyyteen sekä puhua seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuuden lisäksi myös ihmissuhteiden moninaisuudesta erilaisia esimerkkejä annettaessa.

Olen edellä esittänyt useita näkökulmia, joita neuvonnassa ja terapiassa olisi hyvä huomioida silloin, kun työskennellään monisuhteisten asiakkaiden kanssa. Huomautan, että artikkelissa esittelemäni näkökulmat ovat vain pieni osa kaikesta siitä, jota suhteiden moninaisuuteen liittyy. Muun muassa suhteen avaamiseen liittyvät kysymykset, mustasukkaisuuden kohtaaminen, rajoista neuvottelemineen niin, että kaikkien osapuolten tarpeet tulevat huomioiduksi tai stigman ja vähemmistöstressin kanssa kipuilu saattavat olla aiheita, joista asiakkaat haluavat keskustella. Vastaanotolla on tärkeää neuvotella asiakkaan kanssa siitä, minkälainen eteneminen neuvonta- ja terapiaprosessissa palvelee häntä parhaiten. Keskeisintä on olla avoimen kiinnostunut asiakkaasta sekä kunnioittaa tämän kokemusmaailmaa ja elämäntilannetta, ja lähestyä niitä ennakkoluulottomasti.

Lähteet

Ahtola, A., Forsström, T., Paalanen, T. (2019) *Nautinnon aika. Sexpon seksuaalipoliittinen ohjelma*. Helsinki: Into.

Anderson, H. ja Goolishian, H. (1992) The client is the expert: A not-knowing approach to therapy. Teoksessa McNamee, S. ja Gergen, K. J. (toim.) *Therapy as social construction* (s. 25–39). London: Sage.

- Annon, J. S. (1976) The PLISSIT-model: A proposed conceptual scheme for the behavioral treatment of sexual problems. *Journal of Sex Education and Therapy* 2, 1–15.
- Bairstow, A. (2017) Couples exploring nonmonogamy: Guidelines for therapists. *Journal of Sex & Marital Therapy* 43(4), 343–353.
- Barker, M. J. (2013) *Rewriting the rules: An integrative guide to love, sex and relationships*. London and New York: Routledge.
- Barker, M. ja Langdridge, D. (2010a) *Understanding non-monogamies*. New York: Routledge.
- Barker, M. ja Langdridge, D. (2010b) Whatever happened to non-monogamies? Critical reflections on recent research and theory. *Sexualities* 13(6), 748–772.
- Berry, M. D. ja Barker, M. (2014). Extraordinary interventions for extraordinary clients: Existential sex therapy and open non-monogamy. *Sexual and Relationship Therapy* 29(1), 21–30.
- Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L., Ziegler, A. (2013) The fewer the merrier? Assessing stigma surrounding consensually non-monogamous romantic relationships. *Analyses of Social Issues and Public Policy* 13(1), 1–30.
- Easton, D. ja Hardy, J. (2009) *The ethical slut: A practical guide to polyamory, open relationships & other adventures*. California: Celestial Arts.
- Graham, N. (2014) Polyamory: A call for increased mental health professional awareness. *Archives of Sexual Behavior* 43(6), 1031–1034.
- Gummerus, I. (2018) *Rakkautta ilman rajoja? Polyamoria diskursiivisen tutkimuksen kohteena*. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Hämäläinen, M. (2020) *Avoimet suhteet*. Helsinki: Kosmos.
- Hutzler, K. T., Giuliano, T. A., Herselman, J. R., Johnson, S. M. (2016) Three's a crowd: Public awareness and (mis)perceptions of polyamory. *Psychology & Sexuality* 7(2), 1–19.
- Jämsä, J. (2008) Ammatillisia työkaluja moninaisuuden kohtaamiseen. Teoksessa Jämsä, J. (toim.) *Sateenkaariperheet ja hyvinvointi. Käsikirja lasten ja perheiden kanssa työskenteleville* (s. 98–119). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kolmes, K. ja Witherspoon, R. G. (2017) Therapy with a consensually nonmonogamous couple. *Journal of Clinical Psychology* 73(8), 954–964.
- Labriola, K. (1999) Models of open relationships. *Journal of Lesbian Studies* 3(1-2), 217–225.
- Lasala, M. C. (2001) Monogamous or not: Understanding and counseling gay male couples. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services* 82(6), 605–611.
- Lehtovuori, P. (2014) Läsä oleva psykoterapeutti – kyllin lähellä, riittävän kaukana. Teoksessa Eronen, S. ja Lahti-Nuutila, P. (toim.) *Mikä psykoterapiassa auttaa? Intergatiivisen lähestymistavan perusteita*. (s. 142–170). Helsinki: Edita.
- Matilainen, J. (2012) *Polyamory and kinship in Finland. Negotiating love, equality and the self*. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- McCoy, M. A., Stinson, M. A., Ross, D. B., Hjelmstad, L. R. (2015) Who's in our clients' bed? A case illustration of sex therapy with a polyamorous couple. *Journal of Sex & Marital Therapy* 41(2), 134–144.
- Moors, A. C., Matsick, J. L., Ziegler, A., Rubin, J. D., Conley, T. D. (2013) Stigma toward individuals engaged in consensual nonmonogamy: Robust and worthy of additional research. *Analyses of Social Issues and Public Policy* 13(1), 52–69.
- Munson, M. ja Stelbourn, J. (1999) *The lesbian polyamory reader: Open relationships, non-monogamy, and casual sex*. New York: Routledge.
- Nordgren, A. (2006) *The short instructional manifesto for relationship anarchy. (Relationsanarki i 8 punkter)*. The Anarchist Library. Haettu 02.07.2021 osoitteesta <http://theanarchistlibrary.org/library/andie-nordgren-the-short-instructional-manifesto-for-relationship-anarchy>

Paalanen, T. (2011) Etiikka seksuaalineuvonnassa. Teoksessa Ritamo, M., Ryttyläinen-Korhonen, K., Saarinen, S. (toim.) *Seksuaalineuvonnan tueksi* (s. 20–41). Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Pieper, M. ja Bauer, R. (2005) Call for papers: International Conference on Polyamory and Mono-normativity. Research Centre for Feminist, Gender & Queer Studies, University of Hamburg, November 5th – 6th, 2005.

Polyamoria – Monisuhteisuusyhdistys ry. (2021) Haettu 02.07.2021 osoitteesta <http://polyamoria.fi/>

Rubin, G. (1984) Thinking sex: Notes for a radical theory of the politics of sexuality. Teoksessa Vance, C. S. (toim.) *Pleasure and danger: Exploring female sexuality* (s. 267-319). Boston: Routledge.

Schechinger, H. A., Sakaluk, J. K., Moors, A. C. (2018) Harmful and helpful therapy practices with consensually non-monogamous clients: Toward an inclusive framework. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 86(11), 879–891.

Seksologian ammattietiikan ohjeisto (2009) Suomen seksologinen seura. Haettu 02.07.2021 osoitteesta <http://seksologinenseura.fi/seksologian-ammattietiikan-ohjeisto/>

Seksuaalioikeuksien julistus (2014) Seksuaaliterveyden maailmanjärjestö. Haettu 02.07.2021 osoitteesta <http://www.worldsexology.org/wp-content/uploads/2013/08/DSR-Finnish.pdf>

Suominen, R. (2020) *Suhteellisen vapaata*. Helsinki: Otava.

Sheff, E. ja Tesene M. M. (2015). Consensual non-monogamies in industrialized nations. Teoksessa DeLamater, J. ja Plante, R. F. (toim.) *Handbook of the sociology of sexualities* (s. 223–242). New York: Springer.

Stayton, W. R. (1998) A curriculum for training professionals in human sexuality using the sexual attitude restructuring (SAR) model. *Journal of Sex Education and Therapy* 2, 26–32.

Taivaloja, N.-H. (2018) *Oikeus näkyä, kuulua ja olla olemassa. Diskurssianalyttinen näkökulma monisuhteisten palvelukohtaamistarinoihin*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Taormino, T. (2008) *Opening up: A guide to creating and sustaining open relationships*. San Francisco: Cleis Press.

Tiessalo, P. ja Karhumäki, A. (2020) *Parisuhdepäivitys: uudet säännöt rakkaudelle*. Jyväskylä: Atena.

Tikkanen, H. (2016) *Polyamoria – monisuhteisuuden rajat ja käytännöt*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Van Tol, R. (2017) I love you, and you, and you too: Challenges of consensual nonmonogamy in relationship therapy. *Transactional Analysis Journal* 47(4), 276–293.

Veaux, F. ja Rickert, E. (2014) *More than two: A practical guide to ethical polyamory*. Portland: Thorntree Press.

Veaux, F. ja Rickert, E. (2019) *Kahta kauniimmin: Opas eettiseen polyamoriaan*. Helsinki: Basam Books.

Weitzman, G. (2006) Therapy with clients who are bisexual and polyamorous. *Journal of Bisexuality* 6(1–2), 137–164.

Williams, D. J. ja Prior, E. E. (2015) Contemporary polyamory: A call for awareness and sensitivity in social work. *Social Work* 60(3), 268–270.

Zimmerman, K. J. (2012) Clients in sexually open relationships: considerations for therapists. *Journal of Feminist Family Therapy* 24(3), 272–289.