

Paritehtävä: Parisuhteen rajat

Useimmissa parisuhteissa vallitsee odotus kumppanin uskollisuudesta ja ensisijaisuudesta toistensa elämässä. Pariskunnan osapuolilla voi kuitenkin olla eri näkemykset siitä, missä kulkevat parisuhteen rajat. Näin voi olla silloinkin, kun varsinaisesti ulkopuolista uhkaa suhteelle ei ole. Mustasukkaisuus voi herätä myös tilanteessa, joissa toinen kokee, että puolisolle muut asiat ja ihmiset ovat tärkeysjärjestyksessä ensimmäisiä. Sopiiko puolison tanssia hitaita kollegoidensa kanssa työpaikan illanvietossa? Onko sopivaa halailla ystävää ja viettää tämän kanssa kahdenkeskistä aikaa? Eriävät näkemykset parisuhteen sopivista rajoista voivat johtaa mustasukkaisuuteen. Yleensä kysymykset suhteen rajoista ratkaistaan parisuhteen alkumetreillä keskustelemalla. Suhteessa on tärkeää löytää molempia osapuolia tyydyttävä tila, jossa molemmat voivat kokea olonsa turvallisiksi ja luottavaisiksi, mutta samaan aikaan sallia toisilleen riittävästi omaa tilaa ja erillisyyttä. Kummankaan ei siis pitäisi suostua toisen vahdittavaksi, eikä omaa normaalia elämää (esimerkiksi ystävyysuhteita, harrastuksia, työssä ja kaupassa asiointia) pitää lähteä kaventamaan. Pitkällä tähtäimellä tällaisten myönnytysten tekeminen ei helpota tilannetta, vaan päinvastoin ruokkii mustasukkaisen pelkoja.

Keskusteltavaksi: Millaiset rajat ovat teistä kummastakin sopivat? Oletteko samaa vai eri mieltä siitä, missä suhteen rajat kulkevat?