

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Kokkola, N., Lahtinen, K., Tuomi, S. & Tuomi, J. (2020) Miesten kokemuksia ensimmäisen lapsen vaikutuksesta parisuhteen seksuaalisuuteen. Teoksessa Tuomi, J. (toim.) Viisaat valinnat - Hedelmällisyyden suojele. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja Sarja B, Raportteja 123 ja 124, s. 189 - 197.

URL: <https://www.tamk.fi/-/julkaisu-viisaat-valinnat-hedelmallisyden-suojelu>

21 Miesten kokemuksia ensimmäisen lapsen vaikutuksesta parisuhteen seksuaalisuuteen

Nina Kokkola, Sairaanhoidaja (YAMK)

Kati Lahtinen, Kätilö (YAMK)

Sirpa Tuomi, TtT, Yliopettaja, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Jouni Tuomi, FT, Yliopettaja, terveyden edistäminen, Tampereen ammattikorkeakoulu

Tiivistelmä

Miesnäkökulma seksuaali- ja lisääntymisterveyteen on nouseva, mutta edelleen liian vähäinen tutkimuskohde. Raskausaikana ja lapsen synnyttyä miehet ovat otollisessa vaiheessa vastaanottamaan tietoa, jolla parannetaan parisuhteen hyvinvointia. Artikkelissa kuvataan parisuhteessa elävien miesten seksuaalisuuden kokemuksia ensimmäisen lapsen odotuksen aikana ja syntymän jälkeen. Miehet pitivät tärkeinä parisuhteen kokonaisvaltaista hyvinvointia, josta seksuaalisuus on vain yksi osa-alue. Kommunikaatiolla on suuri merkitys seksuaaliseen hyvinvointiin. Raskausaikana seksuaalisuus ei juurikaan poikennut aiemmasta mutta väheni parisuhteessa lapsen synnyttyä joksikin aikaa. Lapsen syntymän jälkeen olosuhteista johtuvat tekijät ja fyysiset sekä sosiaaliset suhteet vaikuttivat parisuhteen seksuaalisuuden muutoksiin.

Johdanto

Tässä artikkelissa käytetään Kontulan (2016) mukaan termiä parisuhde sellaisista ihmisistä, jotka asuvat yhdessä ja elävät suhteessa, johon sisältyy seksuaalista läheisyyttä. Koska artikkeli perustuu miesten kokemuksiin seksuaalisuudesta ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen, parisuhde tarkoittaa tässä tutkimuksessa miehen ja naisen välistä suhdetta. Hatakka (2011) on tutkinut väitöskirjassaan heterosuhteen kulkua ja kulttuurista mallia omaelämäkertojen valossa. Hänen väittämänsä mukaan kulttuurissa on pidetty selvänä mallia, jossa parisuhdetta ei ole ilman seksuaalista suhdetta. (Hatakka 2011.)

Lapsen syntymä voi aiheuttaa parisuhteeseen suuria, mutta yleensä tilapäisiä muutoksia. Pari siirtyy tällöin elämäntilanteeseen, jossa sukupuoliroolit ja tehtävät muuttuvat ja lasten hankintaan liittyy aiempaa laimeampaan intiimi elämään. Toisinaan suuret odotukset seksuaalielämää kohtaan voivat aiheuttaa suhteeseen kriisin. Osalle perheen perustaminen on odotettu ja toivottu unelma, mutta kaikki eivät silti osaa varautua riittävästi muutoksiin. Heistä voi tuntua, ettei puolisoilta saa huomiota ja läheisyyttä riittävästi. Puolisot uhraavat parisuhteelle vähemmän aikaa ja energiaa lapsen syntymän jälkeen. Vanhemmuuden roolin yhdistäminen entisiin kumppanin ja rakastajan rooleihin ei tunnu enää niin tärkeältä (Kontula 2016; Järvinen 2011).

Parisuhteen laadun heikkeneminen vaikuttaa sukupuolisuhteeseen, koska rakkauden tunne on ratkaisevan tärkeä naisen seksuaalisen halukkuuden kannalta. Kokemuksen mukaan ihmissuhde on tärkeä myös miehille. Seksuaalinen aktiivisuus vähenee raskauden aikana ja saavuttaa nollapisteen välittömässä synnytyksen jälkeisessä vaiheessa noustakseen hitaasti lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana raskautta edeltäneeseen tasoon. (Pacey 2004; MacAdam 2011.) Trutnovsky ym. toteavat tutkimuksessaan seksuaalisuuden laadun ja merkityksen laskevan

alkuraskaudesta loppuraskauteen. Seksuaalielämä parani hiukan puolen vuoden aikana synnytyksestä, mutta ei edelleenkaan raskautta edeltävälle tasolle. Naisen väsymys ja stressi koettiin suurimmaksi syyksi seksuaalielämän laadun ja määrän laskuun. (Trutnovsky ym. 2006.) Raskausajan vähentyneet yhdynnit voivat tuoda mukanaan toisenlaisia tunteen osoituksia, kuten halailua ja pussailua. Riskinä on kuitenkin pysyvä tila, jolloin rakkaussuhde muuttuu enemmän ystävyysuhteeksi. Toisilla pareilla vähentynyt seksuaalinen aktiivisuus peittää alleen jo aiemmin olemassa olleet mahdolliset ongelmat seksuaalisessa suhteessaan. Näillä pareilla on kasvanut riski eroon muutaman vuoden sisällä lapsen syntymästä. (Foux 2008.) Avioeroihin liittyvissä tutkimuksissa on huomattu, että lapsen syntyminen saattaa aiheuttaa melko usein vaikeuksia ja eroja parisuhteessa (Kontula 2013).

Kumppaneiden välisellä avoimella kommunikaatiolla on suuri merkitys keskinäisten kokemusten jakamisessa ja hellyydessä. Pariskunnan keskinäinen terve seksuaalisuhde antaa paremmat lähtökohdat lapselle. Kun parisuhde voi hyvin niin lapsi voi hyvin. (Järvinen 2011.) Ne vanhemmat, jotka olivat motivoituneita keskustelemaan puolison seksuaalisista tarpeista, olivat tyytyväisempiä sekä parisuhteeseen että seksuaaliseen suhteeseen siirtyessään vanhemmuuteen. (Muise ym. 2016; Schlagintweit ym. 2016.) Raskauden aikaisella ohjauksella voidaan vaikuttaa pariskunnan keskinäiseen avoimuuteen asiasta (Foux 2008).

Artikkelissa kuvataan kahdeksan miehen kokemuksia. Aineiston keruu toteutettiin jokaiselle henkilökohtaisesti teemahaastattelulla. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä (Tuomi & Sarajärvi 2009). Aineiston keruussa ja analyysissä noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä (Hyvä tieteellinen ... 2012). Artikkelin perustuu Kokkola N. ja Lahtinen K. (2019) ” Ensimmäisen lapsen vaikutus miehen seksuaalisuuteen. Miesten kokemuksia parisuhteen seksuaalisuudesta ja ohjauksen tarpeesta” (Opinnäytetyö YAMK; www.theseus.fi).

Parisuhteen seksuaalisuus odotusaikana ja lapsen syntymän jälkeen

Parisuhteen seksuaalisuuteen liittyviin kysymyksiin vastattiin hyvin henkilökohtaisella tasolla. Henkilökohtaisuus liittyi myös vastauksiin, joiden kesken oli vaikea löytää selvää yleistettävyyttä. Raskaudenaikainen seksuaalisuus näyttäytyi samankaltaisena vastaajien kesken, mutta raskauden loppupuolen ja synnytyksen jälkeisen ajan seksuaalisuus oli enemmän vastaajakohtainen ja subjektiivinen kokemus parisuhteen seksuaalisuudesta. Haastatteluissa miehet toivat esille sen, että raskauden aikana sekä lapsen synnyttyä miesten seksuaalinen halukkuus säilyi samankaltaisena tai jopa lisääntyi.

Puolison halukkuuteen raskaus ei vastaajien mielestä vaikuttanut juurikaan. Muutama vastaaja kertoi myös seksuaalisen suhteen vilkastumisesta raskausaikana. Raskausaika ei siis näyttäytynyt parisuhteen seksuaalisuudessa juurikaan aiempaa erilaisena suhteena tai negatiivisena ajanjaksona.

”No, ei siinä kyllä isompaa muutosta raskausaikana halukkuudessa ollut, että ei ollut sillä raskaudella vaikutusta asiaan.”

Raskauden loppuvaiheessa alkoi vastaajien mukaan näkyä vähentymistä seksuaalisessa aktiivisuudessa ja tämä silloin puolison toimesta. Yhdyntöjen määrän väheneminen näkyi kahdessa vastauksessa liittyen raskauden loppuvaiheeseen. Selvemmin puolison seksuaalisen halukkuuden määrän väheneminen näkyi vasta synnytyksen jälkeen. Synnytyksen jälkeistä aikaa pidettiin seksuaalisen suhteen

osalta hyvin hiljaisena ja seksuaalisuuden kuvattiin jäävän taka-alalle lapsen synnyttyä. Yhdyntöjen uudelleenaloittamisen aika vaihteli vastauksissa kahdesta viikosta kahteen kuukauteen. Yhdessä vastauksessa yhdyntöjen aloituksen oli määrännyt puolison fyysinen toipuminen synnytyksestä. Seksuaalinen suhde ei ollut vastaajien mielestä kummallekaan ensisijainen asia parisuhteessa lapsen synnyttyä.

”No, alkuaikoina se ei ehkä ollu kummallakaan päällimmäisenä mielessä, et keskityttiin varmaan siihen joka meitä tarvitsi ja et se ei ehkä ollu se seksi.”

Seksuaalisuuden muodot ja määrä hakivat vastaajien mukaan muotoaan synnytyksen jälkeen. Miehet kokivat luonnollisena muutokset, jotka johtuivat lapsen syntymästä. Muutoksina vastaajat mainitsivat esimerkiksi puolison rohkeuden ja avoimuuden, joka lisääntyi synnytyksen jälkeisessä seksuaalisuudessa. Vastaajat kertoivat puolison lisääntyneistä haluista sekä seksin paranemisesta laadun ja nautinnon saamisen suhteen. Toisaalta taas yhdessä vastauksessa mainittiin myös puolison halukkuuden lasku synnytyksen jälkeen. Seksuaalisen aktiivisuuden laskuun liittyen vastauksissa näkyi muuttunut vuorokausirytmä ja vauvan yöaikaan ajoittuvat tarpeet.

”Seksi ajoittuu usein yllättäviin hetkiin, kuten jos jostain syystä molemmat herää yllättäen. Tai lapsen päiväunien aikaan.”

Seksuaalisuutta ilmennettiin synnytyksen jälkeen yhdyntöjen lisäksi erilaisilla tavoilla. Yksi vastaajista korosti seksin leikkisyyttä ja keveyttä, jotta asiasta ei tule liian suorituskeskeistä. Yhdyntöjen korvautuminen muulla seksuaalisella yhteisellä toiminnalla näyttäytyi kahdessa vastauksessa. Miehet nostivat tärkeinä tekijöinä esiin läheisyyden, koskettelun ja pusuttelun. Seksin väheneminen ei ollut huono asia, vaan tällöin on jäänyt enemmän aikaa keskustelulle ja yhdessä rentoutumiselle. Kiintymyssuhteen lujittuminen mainittiin vastauksissa tärkeänä asiana seksuaalisuuden rinnalla.

Parisuhte koettiin vastauksissa tärkeäksi ja seksuaalisuus kuvattiin lähes kaikissa vastauksissa vain yhdeksi parisuhteen osa-alueeksi. Seksuaalisuus mainittiin tärkeänä ja oleellisena osana parisuhdetta. Seksuaalinen suhde korreloi vastaajien mukaan parisuhteen onnellisuutta. Parisuhteen muiden toimivien osa-alueiden mainittiin vaikuttavan myös onnistuneeseen seksuaalisuhteeseen.

”En mä tiä onko se seksuaalisuus iso tekijä mutta... tai ehkä sitä aattelee, että silloin kun sitä seksuaalisuutta on ni sitä ei osaa ajatellen, että se on iso tekijä, mutta silloin kun sitä ei ole ni merkitys kasvaa sitte. ”

Yhteistä kaikissa vastauksissa oli kommunikaatioyhteys puolisoitten välillä seksuaaliseen suhteeseen liittyvistä asioista. Miehet olivat keskustelleet puolisoitten kanssa seksuaalisuuteen vaikuttavista asioista, kuten puolison itsetunnosta, lapsen vaikutuksesta suhteeseen, yhteisistä fantasioista, ehkäisystä ja lapsen läsnäolon vaikutuksesta. Kaikki vastaajat korostivat hyvää vuorovaikutussuhdetta vanhempien välillä.

”Keskustelut ja kaikki niin luontevasti, ettei tarvi niinku päättää et tänään keskustellaan. Se vaan niinku tilanteen mukaan tulee.”

Seksuaalisuuteen vaikuttavat tekijät

Seksuaalisuuteen vaikuttavista tekijöistä kysyttiin erikseen raskausaikana ja synnytyksen jälkeen. Vastauksista pystyi erottelemaan selkeästi fyysiset muutokset,

jotka yleisesti liitettiin naisiin. Sosiaaliset tekijät, kuten myös olosuhteista riippuvat tekijät kuvattiin molempia parisuhteen osapuolia koskeviksi.

Miehet mainitsivat vastauksissa huomanneensa puolison omakuvan muutoksien vaikutukset seksuaalisessa suhteessa. Naisten itsevarmuus tai sen puute, kehon muutokset ja hormonaaliset tekijät vaikuttivat miesten mielestä puolison halukkuuteen harrastaa seksiä. Puolison masennuksella ja mielialan laskulla synnytyksen jälkeen oli miesten mielestä seksuaalisia haluja laskeva vaikutus molemmilla osapuolilla. Naisilla kuvattiin olevan epävarmuutta muuttuvasta kehostaan ja itsetunnon lasku mainittiin useassa vastauksessa.

”Kehon muutokset sitten mitkä on vaikuttanut. Muutokset rinnoissa painoi puolison mieltä raskausaikana.”

Miehet eivät nähneet omassa halukkuudessa muutosta liittyen imetykseen tai rintojen muutoksiin. Rintojen käyttötarkoitus imetyksen ja lapsen ravinnon lähteenä koettiin luonnollisena. Naisen muuttuva keho nähtiin jopa seksuaalisesti haluttavampana, kuin aiemmin.

Lapsen synnyttyä äitiyden ja isyyden rooli nähtiin neutraalina tai positiivisena vaikutuksena parisuhteen seksuaalisuuteen. Puolison äitiys nähtiin kahdessa vastauksessa seksuaalisesti kiinnostavana. Puolisoiden keskinäinen lisääntynyt kommunikaatio ja kiintymyssuhde lisäsi parisuhteen onnellisuutta ja vahvisti sitä kautta seksuaalista suhdetta. Isyyden koettiin vahvistavan miesten itsetuntoa ja sen myötä seksuaalisuutta.

”Toinen on myös hyvä vanhempi tolle lapselle, niin kyllähän se sillain niin kun sitä kiintymyssuhdetta on syventänyt.”

Lapsen synnyttyä spontaanisuuden väheneminen ja seksin suunnitelmallisuus koettiin selvänä muutoksena verrattuna aiempaan seksin harrastamiseen. Seksuaaliseen suhteeseen ja sen vaatimaan aikaan vaadittiin lapsen synnyttyä enemmän vaivaa. Vastauksissa tuli yksimielisesti esille vanhempien fyysisen väsymyksen vaikutus parisuhteen seksuaalisuutta laskevana tekijänä synnytyksen jälkeen. Lapsen hoitoon käytetty aika ja energia vei vanhemmilta voimia seksuaalisen suhteen ylläpidosta. Miesten vastauksissa näkyi myös työn viemä energia. Väsymyksen koettiin vaikuttavan molempien vanhempien seksuaaliseen halukkuuteen. Tosin yhdessä vastauksessa todettiin, että seksi menee jopa unien edelle.

”Synnytyksen jälkeen halut ovat säilyneet parisuhteen perustasoissa, mutta ajanpuute ja osittain väsymys ovat vaikuttaneet aktiivisuuteen ensimmäisen vuoden aikana.”

Ehkäisyn muutos lapsen syntymän jälkeen vaikutti useimpien vastaajien mielestä seksuaaliseen suhteeseen sitä heikentävästi. Kondomiehkäisy kuvattiin turhauttavalta, vaikealta ja häiritsevältä. Kahdessa vastauksessa ehkäisyn ei kuvattu vaikuttaneen seksuaalisuuteen negatiivisesti. Miehet eivät tuoneet vastauksissa esille huolia ehkäisyn valintaan liittyen. Yhdessä vastauksessa kuvattiin kondomiehkäisyn luovan tiettyä jännitettä suhteeseen, kun sen käyttöön ei liitetty paineita ja toinen lapsi oli tervetullut heti edellisen jälkeen.

Pohdinta

Miehet kuvaavat raskausajan seksuaalisuuden melko muuttumattomana ja vasta raskauden loppuvaiheen ja synnytyksen jälkeisen ajan tuovan enemmän muutoksia parisuhteen seksuaalisuuteen. Tutkimuksen tulokset eivät täysin vastanneet aiempien tutkimusten mukaisia tuloksia. Olsson (2010, 719) tuo esiin tutkimuksessaan miesten erilaiset näkemykset liittyen naisten ja miesten seksuaalisiin tarpeisiin, joita ei tässä aineistossa tullut miesten kuvaamana selkeästi esille. Raskausaika kuvataan aiempien tutkimusten mukaan miehille epävarmana aikakautena seksuaalisuuden suhteen (Pacey 2004; Rosen ym. 2017). Tämän aineiston tulokset kuvaavat kyllä epävarmuutta ja kysymyksiä liittyen parisuhteen seksuaalisuuteen, mutta esille ei tullut muutosta miesten, eikä myöskään naisten raskausajan seksuaaliseen halukkuuteen miesten kokemana.

Kontula (2016) kuvaa synnytyksen jälkeisen ajan ja seksuaalisuhteen vähenemisen olevan yhteydessä miesten matalampaan parisuhdeonnellisuuteen. Tämä aineisto vahvistaa tätä näkemystä. Parisuhteen seksuaalisuudella kuvataan olevan suora yhteys parisuhteen onnellisuuteen, vaikka parisuhde sisältää vastaajien mukaan muita tärkeämpiäkin osa-alueita. Lapsen syntymän kuvattiin vaikuttavan seksuaalisuhteeseen. Väsymys, seksin suunnitelmallisuuden lisääntyminen ja yhdyntöjen harveneminen ovat vaikuttamassa seksuaalisuuden muutoksiin. Klemetti ja Raussi-Lehdon (2014) mukaisesti seksin vähenemistä ja muutoksia ei kuitenkaan koeta vain huonoina asioina. Parisuhteen muunlainen läheisyys, koskettelu ja lisääntynyt kommunikaatio lisää miesten tyytyväisyyttä parisuhteeseen. Tämä nousi esiin tässä aineistossa. Miehet kertovat arvostavansa parisuhteen muita lisääntyneitä tunteita seksuaalisuuden rinnalla yhtä tärkeinä. Parisuhteen seksuaalisuuden muutokset koetaan luonnollisena ja hyväksyttävänä osana lapsen syntymään liittyen.

Aineistossa nähtiin yhteys hyvän kommunikaation ja toimivan seksuaalisuuden välillä. MacAdam (2011) ja Järvinen (2011), ovat todenneet saman aiemmissä tutkimuksissa, joissa todettiin kommunikaation luovan yhteistä ymmärrystä hyvän seksielämän pohjaksi. Yhtä lailla tutkimustulosten kanssa Muise ym. (2016) ja Schlagintweit ym. (2016) toteavat kommunikaation ja seksuaalisen parisuhdetyytyväisyyden olevan rinnastettuja toisiinsa.

Lapsen syntymän jälkeistä seksuaalisuutta leimaa väsymyksen ja lisääntyneen suunnitelmallisuuden aika. Vanhemmuuden roolia ei kuvata seksuaalisuhteessa ongelmalliseksi. Isyyden kuvataan vahvistavan omakuvaa ja seksuaalista tyytyväisyyttä. Tämän aineiston tulokset noudattavat McNulty ym. (2019) tutkimuksen havaintoa, jonka mukaan lapsen syntymän jälkeinen aika laskee molempien parisuhteen osapuolten seksuaalisuutta jonkin verran.

Synnytyksen jälkeisen seksuaalisuhteen käynnistyminen on hyvin yksilöllistä ja ajankohdallisesti vaihtelevaa. Seksin aloittaminen riippuu usein naisen fyysisestä palautumisesta. Vastauksissa kuvattiin yhdyntöjen alkaneet kahden – kahdeksan viikon sisällä. Seksuaalisessa halukkuudessa ei koettu olevan suuria eroja miesten ja naisten välillä. Saman toteaa McNulty ym. (2019), jonka tutkimuksessa miesten halukkuus korostui vain vähän. Yhdyntöjen aloittaminen ja ehkäisy synnytyksen jälkeen koetaan yhteiseksi asiaksi, ja jälleen keskinäinen kommunikaatio on merkittävä.

Koska tämä aineisto kerättiin parisuhteessa eläviltä miehiltä, erityisen kiinnostuksen kohteeksi jäivät eronneet isät, ja eroon päätyneiden puolisoiden

kokemukset seksuaalisuuden merkityksestä parisuhteen karikkoihin odotusaikana tai lapsen synnyttyä.

Lähteet

Foux, R. 2008. Sex education in pregnancy: does it exist? A literature review. *Sexual and Relationship Therapy*, 23 (3), 271–277.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14681990802226133>

Hatakka, M. 2011. Nainen, mies, rakkaus, seksi: heterosuhteen kulku, kulttuurinen malli ja sitä selittävät diskurssit kahden omaelämäkertaa-aineiston valossa.

(Väitöskirja) Helsingin yliopisto. Humanistinen tiedekunta.

<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/24373/nainenmi.pdf?sequence=1>

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyn käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Verkkojulkaisu.

https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Järvinen, S. 2011. Seksuaalisuus raskausaikana ja synnytyksen jälkeen. Teoksessa M. Ritamo, K. Ryttyläinen-Korhonen & S. Saarinen (toim.) Seksuaalineuvonnan tueksi.

Osa II Esimerkkejä seksuaalineuvonnan käytänteistä 139-146. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085325>

Klemetti, R. & Raussi-Lehto, E. (toim.). 2014. Edistä, ehkäise, vaikuta. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014-2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-174-7>

Kokkola, N. ja Lahtinen, K. 2019. Ensimmäisen lapsen vaikutus miehen seksuaalisuuteen. Miesten kokemuksia parisuhteen seksuaalisuudesta ja ohjauksen tarpeesta. (Opinnäytetyö YAMK) Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/333068/Ensimm%C3%A4isen%20lapsen%20vaikutus%20miehen%20seksuaalisuuteen_Lahtinen_Kati.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Kontula, O. 2013. Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Perhebarometri 2013.

Väestöntutkimuslaitos – Katsauksia E 47/2013. Helsinki: Väestöliitto.

<http://vaestoliitto.fibin.directo.fi/>

Kontula, O. 2016. Lemmen paula. Seksuaalinen hyvinvointi parisuhdeonnan avaimena. Perhebarometri 2016. Katsauksia/Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos. E50/2016. Helsinki: Väestöliitto. <https://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/>

MacAdam, R., Huuva, E. & Berterö, C. 2011. Fathers' experiences after having a child: sexuality becomes tailored according to circumstances. *Midwifery*, 27(5), 149–155.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20181417>

McNulty, J., Maxwell, J., Meltzer, A. & Baumeister, R. 2019. Sex-differentiated changes in sexual desire predict marital dissatisfaction. *Archives of Sexual Behavior*, 48(8), 2473–2489.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31471791>

Muise, A., Kim, J., Impett, E. & Rosen, N. 2016. Understanding when a partner is not in the mood: Sexual communal strength in couples transitioning to parenthood.

Archives of sexual Behavior, 3(7), 1–14.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28324220>

Olsson, A., Robertson, E., Björklund, A. & Nissen E. 2010. Fatherhood in focus, sexual activity can wait: new father experience about sexual life after childbirth. Scandinavian Journal of Caring Sciences, 9(24), 716–725.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20409069>,
<http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.jamk.fi:2048/>

Pacey, S. 2004. Couples and the first baby: responding to new parents' sexual and relationship problems. Sexual and Relationship Therapy, 19(3), 223–246.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14681990410001715391>
<http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.jamk.fi:2048/>

Rosen, N., Bailey, K. & Muise, A. 2017. Degree and direction of sexual desire discrepancy are linked to sexual and relationship satisfaction in couples transitioning to parenthood. The Journal of Sex Research, 55(2), 1–12.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28524698>

Schlagintweit, H., Bailey, K. & Rosen, N. 2016. A new baby in the bedroom: Frequency and severity of postpartum sexual concerns and their associations with relationship satisfaction in new parent couples. The Journal of Sexual Medicine, 13(10), 1455–1465. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27592145>

Trutnovsky, G., Haas, J., Lang, U. & Petru, E. 2006. Women's perception of sexuality. Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynecology, 46(4), 285–286. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16866787>

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.