

## Swingereiden salaisessa taikapiirissä - yhteinen tutkimusmatka omaan ja jaettuun seksuaalisuuteen

Helen Partti, FM, auktorisoitu seksuaalineuvoja, toimittaja, tietokirjailija

### Tiivistelmä

Tämä katsaus tutkii, miten suomalaiset swingerit eli parinvaihtajat rakentavat 2020-luvulla seksuaalista toimijuuttaan ja eettisiä käytäntöjä pariskuntina ja yksin toimiessaan (tutkimuskysymys 1), millaisia merkityksiä he liittävät toimijuuteensa (tutkimuskysymys 2) ja millä tavoin he haastavat valtakulttuurisia seksuaalinormeja Suomessa (tutkimuskysymys 3). Tutkimus on laadullinen, ja aineisto on kerätty tutkimushaastatteluin. Tavoitteena on kuvailla ja ymmärtää swingausta strategisena prosessina ja hahmottaa swingaukseen liittyviä motiiveja ja arvoja, toimintatapoja ja yhteisöjä tapahtumapaikkoineen. Tässä tutkimuksessa tutkitun aineiston perusteella voidaan todeta, että monilla swingereillä on erityisen kehittyneet parisuhde-, neuvottelu- ja kommunikaatiotaidot sekä monesti vahva itsetuntemus. Lisätutkimusta tarvitaan selvittämään, millaisia strategioita swingerit käyttävät parisuhteidensa pysyvyyden ja hyvinvoinnin edistämiseen.

**Avainsanat:** Swingaus, Elämäntyyli, Haastattelu, Strategiat

### Johdanto

Swinging-suhteet luetaan avoimien ja polyamoristen suhteiden tavoin yhdeksi monisuhteisuuden, englanniksi *consensual non-monogamy*, muodoksi. (Taivaloja, 2025, 67; polyamoria.fi). Bergstrand ja Williams (2000) kuvaavat swingausta pariskuntien harjoittamana ei-monogaamisena seksuaalisena toimintana, johon suhtaudutaan kuin mihin tahansa sosiaaliseen aktiviteettiin, jota voidaan toteuttaa pariskuntana. Emotionaalinen monogamia ja vahva rakkaudellinen sitoutuneisuus puolisoon ovat yhä tärkeitä. Swingausta harrastetaan tavallisesti yhdessä puolison läsnä ollessa, ja se vaatii molemmilta suostumuksen. (Bergstrand & Williams, 2000, Johdanto, luku 2). Swingerit muodostavat usein läheisiä ystävyyksiä muiden swingerpariskuntien kanssa,

mutta heillä on sääntöjä, jotka rajoittavat emotionaalista yhteyttä ei-puolisoihin. Seksi muiden kuin oman puolison kanssa kuuluu swingaukseen tyypillisesti vahvistaen swingaavan pariskunnan parisuhdetta sekä seksuaalisesti että emotionaalisesti. Bergstrand ja Williams toteavat, että kun luonnolliseen seksuaaliseen vaihtelunhaluun liittyvä salailu ja epärehellisyys poistuvat, pariskunta voi tutkia fantasioitaan yhdessä ilman pettämisen tai syyllisyyden tunnetta. Samalla parisuhteen luottamus ja avoimuus kaikenlaiseen tunteiden ilmaisuun vahvistuu ilman mustasukkaisuuden tuhoavaa painolastia. (Emt.). Polyamoriaa käsittelevän *The Ethical Slut* -teoksen kirjoittajien Hardyn ja Eastonin (2017, 275) mukaan swingerit ovat useimmiten heteroseksuaaleja, pariskuntia ja poliittisilta näkemyksiltään, elämäntavoiltaan sekä arvomaailmaltaan lähempänä yhteiskunnallista valtavirtaa kuin muut monisuhteiset. Teos toteaa, että swingaavista naisista moni on biseksuaali, ja entistä useampi mies kertoo olevansa bi.

Swingauksen kerrotaan syntyneen toisen maailmansodan aikana Kaliforniassa nuorten yhdysvaltalaisen taistelulentäjien keskuudessa. Heidän kuolleisuutensa oli suuri, mikä johdatti pariskunnat erityiseen elämäntyyliin, jossa "kaikki miehet huolehtivat kaikista Air Forcen tukikohtien lähetyksillä elävistä vaimoista". (Orlando, 2009, 2). Ilmiötä alettiin kutsua nimellä "wife swapping", vaimonvaihto. 1960-luvulla tapahtunut seksuaalinen vallankumous ja 1990-luvulle ajoittunut tietotekniikan läpimurto vauhdittivat swingauksen leviämistä kaikkialle maailmaan. (Emt.). Suomessa swingereihin voi tutustua muun muassa seksibileissä, seksiristeilyillä tai kontaktipalstoilla. Mediassa julkaistaan ajoittain swingereiden haastatteluja, joissa haastateltavat esiintyvät joko anonymisti tai nimellä mainiten. (Partti, 2025). Finsex-tutkimus sivuaa monisuhteisuutta lyhyesti vuoden 2023 kyselylomakkeessaan, mutta ei mainitse erikseen swingausta. (Finsex, 2023). Väestöliiton Perhebarometri 2024 -julkaisussa swingaukseen viitataan epäsuorasti Avoimet suhteet -luvussa. (Sorsa ym., 2024, 95). Kuten näistä rajallisista esimerkeistä käy ilmi, kotimainen swingaukseen liittyvä tieto on marginaalista.

Swingertutkimus keskittyy paljolti swingereiden suurvaltaan Yhdysvaltoihin, jossa swingereitä oli vuonna 2005 noin 4–15 miljoonaa. (Kimberly & Hans,

2017, 789). Suomessa aktiivisten swingereiden määrästä ei ole tarkkaa tietoa. Swingauksesta on ilmestynyt huomattavan vähän kirjallisuutta, yhden epävarman ja epäilemättä jo vanhentuneen arvion mukaan kolme kirjaa ja 24 tieteellistä artikkelia. (Vaynman, 2023, 1). J. Tuomas Harviaisen ja Katherine Frankin vuonna 2018 ilmestynyt *Group Sex as Play* on ollut toistaiseksi ainoa suomalaista swingausta käsittelevä tieteellinen artikkeli. (Harviainen & Frank, 2018). Margaret J. Vaynman laati swingauksesta tuoreen kirjallisuuskatsauksen vuonna 2023 artikkelissaan *Swingers and swinging: A critical review of early and current literature and theory*. (Vaynman, 2023). Edellinen kirjallisuuskatsaus, R. J. Jenksin laatima *Swinging: A Review of the Literature*, on vuodelta 1998. (Jenks, 1998). Vuonna 1999 ilmestynyt Terry Gouldin teos *The Lifestyle: A Look at the Erotic Rites of Swingers* toi swingauksen suuren yleisön tietoisuuteen. (Gould, 1999). Kirjan myötä swingauksesta alettiin käyttää nimitystä *the lifestyle*. (Emt.). Gouldin teoksen jälkeen swingausta ryhdyttiin tutkimaan yhdessä muiden seksuaalisten alakulttuurien kanssa. (Vaynman, 2023, 5). Katharine Frank tarkastelee swingausta ryhmäseksin kontekstissa teoksessaan *Plays well in groups. A journey through the world of group sex* (2013).

Swingertutkimuksen aihepiirit ovat keskittyneet perinteisesti swingereiden ja ei-swingereiden välisiin demografisiin eroihin, seksuaalisuuteen, seksitauteihin ja mustasukkaisuuden käsittelyyn. (Wilt ym., 2018, 4). Norjalaisia swingereitä on tutkittu seksuaalisen käsikirjoituksen näkökulmasta (Bentzen ja Træen, 2014, Johdanto). Minä tutkin swingaukseen liittyviä toimintatapoja Suomessa seuraavien tutkimuskysymysten avulla:

1. Miten suomalaiset swingerit rakentavat seksuaalista toimijuuttaan ja eettisiä käytäntöjään pariskuntina ja yksin toimiessaan?
2. Millaisia merkityksiä he liittävät toimijuuteensa ja käytäntöihinsä?
3. Miten he haastavat valtakulttuurisia seksuaalinormeja ja stigmaa?

Swingerit hiovat swingermaailmassa menestyäkseen lukuisia taitoja – erityisesti vuorovaikutusta ja tunnesäätelyä – ja heitä voi pitää kohtaamisten osajina. On tärkeää kartoittaa heidän toimintatapojaan, sillä ne voivat hyödyttää seksologista hoitotyötä: seksuaalineuvontaa ja -terapiaa sekä parisuhdeterapiaa. Swingereiden taidoista voi olla apua kaikenlaisiin parisuhteisiin.

### Teoria ja menetelmät

Kiinnostuin swingauksesta, kun eräs swingeryhteisön aktiivi ehdotti minulle kirjan kirjoittamista suomalaisten swingereiden tarinoista. Kirjaa tarvittaisiin, sillä swingauksesta tiedetään maassamme vähän, eikä se sovi kaikille; yksille se tuottaa iloa, toisille kärsimystä. Havahduin tiedon puutteeseen, ja aloin tutkia aihetta. Swingertuntija avasi minulle tien swingereiden keskuuteen. En tuntenut swingereitä ennestään mutta oletin, että heillä on hyvät taidot sosiaalisessa kanssakäymisessä, neuvottelutilanteissa sekä seksin harrastamisessa. Oletin myös, että heillä on selkeä käsitys omasta seksuaalisesta identiteetistä ja vahva itsetuntemus. Aineistoni osoittaa, että oletukseni eivät vastaa täysin todellisuutta.

Swingertutkimuksen viitekehyksinä on suosittu kolmea teoreettista mallia, jotka ovat seksuaalinen käsikirjoitus, swingauksen pelisäännöt ja swingaus prosessina. (Vaynman, 2023, 9). Harviainen ja Frank tutkivat swingausta leikin ja pelaamisen teorioiden näkökulmasta. (Harviainen & Frank, 2018). Kaksivaiheisessa prosessissa swingaus etenee uteliaisuudesta yksilöitymiseen. (Vaynman, 2023, 9). Kimberly & Hans (2017, 792) erottavat monogamiasta swingaukseen johtavassa polussa kahden vaiheen sijaan kolme vaihetta: siirtymisen, kokemukset ja tyytyväisyyden. Sosiaalistuminen alkaa heidän mukaansa fantasioiden sanoittamisesta ja itsetunnon arvioinnista [vaihe 1], jatkuu seksuaalisten halujen tyydyttymiseen miehen skannatessa vaihtoehtoja ja naisen tehdessä valinnat [vaihe 2] ja päättyy pitkäaikaisiin ystävyksiin, jaettuihin aktiviteetteihin, luottamuksen lujittumiseen ja avoimeen kommunikaatioon [vaihe 3]. (Kimberly & Hans, 2017, 792). Minä lähestyn swingausta strategisen prosessin näkökulmasta. Tutkin, miten swingerit

rakentavat strategista toimintaansa Suomessa 2020-luvulla. Strategisella toiminnalla tarkoitan tässä tutkimuksessa swingereiden tapoja etsiä kumppaneita ja kohtaamisia, neuvotella säännöistä niin oman kumppanin kuin kolmansien osapuolien kanssa sekä huolehtia turvallisesta seksistä. Vertailupohjaa lähestymistavalleni tarjoavat Vaynman ja Harviainen, jotka tutkivat swingaavien pariskuntien sekä soolosingereiden strategioita Espanjassa ja Ranskassa (2023a). Sikäläisten swingereiden strategioihin kuuluu rajojen asettaminen, ajan ja paikan valinta, kulttuuristen konventioiden rikkominen, objektivoinnin torjuminen ja vähittäinen siirtyminen ei-normatiivisten seksuaalisuuksien pariin. Strategioidensa turvin sikäläiset swingerit pitävät yllä yhteisöä, joka vaalii ei-normatiivisia seksuaalisuuden muotoja (s. 25). Olen kiinnostunut samoista elementeistä, mutta haluan lisäksi tutkia, muistuttavatko swingereiden muodostamat strategiat Suomessa enemmän suunnitelmaa (plan) vai mallia (pattern) vai molempia. Mintzbergin ym. (2005) mukaan strategia tarkoittaa (toiminta)mallia, joka kuvaa pitkän ajan kuluessa osoitettua johdonmukaista käyttäytymistä (s. 9). Tutkin, liittykö tutkittavieni swingaukseen johdonmukaista käyttäytymistä ja jos niin on, miten se ilmenee.

Tutkimusmenetelmänä käytin laadullista tutkimusmenetelmää tavoittaakseni tutkittavieni omat kuvaukset heidän kokemastaan todellisuudesta. (Vilka, 2025, 145). Tutkimusotteen valinta oli minulle ilmeinen, koska laadullinen tutkimus keskittyy tarkastelemaan yksittäisiä tapauksia ja osallistuvien ihmisten näkökulma ja tutkijan vuorovaikutus yksittäisen havainnon kanssa on tutkimuksessa olennaisia. (Puusa & Juuti, 2020, 76). Laadullinen menetelmä soveltui tutkimukseeni parhaiten siksin, että laadullinen tutkimus etenee prosessina, jossa päätöksiä tehdään jatkuvasti ja tutkimusongelma täsmentyy koko tutkimuksen ajan. (Kiviniemi, 2007, 70–71). Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä alkuvaiheen erilaiset johtoaumatukset ja hypoteesit, jotka voivat muuttua tai vaihtua tutkimusprosessiin liittyvien käytännön kokemusten myötä. (Emt.) Tutkimusstrategiana käytin teemahaastatteluja, jotka korostavat tutkittavien elämismaailmaa ja subjektiivisia käsityksiä asioista. (Puusa & Juuti, 2020, 112). Haastattelin viittä swingerpariskuntaa ja yhtä swingeryhteisöä tuntevaa pariskuntaa, yhtä entistä swingeriä sekä kahta soolosingeriä heidän

kokemuksistaan. Haastateltavani ovat kotoisin Etelä- ja Keski-Suomesta ja iältään 24–60-vuotiaita. Osa heistä on naimisissa keskenään, osa on avoimessa suhteessa tai eronnut, osalla on lapsia. Useimmat heistä ovat Xperience United -yhteisön jäseniä. (<https://xperienceunited.com/>). Xperience United on vapaamielisille aikuisille suunnattu palvelu ja jäsenmäärältään Suomen suurin swingereitä yhdistävä sivusto. Tutkittavieni ammattien kirjo vaihtelee suorittavasta työstä korkeakoulutettuun työhön. Sain jokaiselta haastateltavalta suullisen luvan käyttää haastatteluja tutkimusaineistona. Varmistin, että saisin heiltä tarvittaessa kirjalliset suostumukset jälkikäteen. Tarjosin heille sitaatit hyväksyttäväksi. Lähetin useimmille haastateltavilleni kysymykset etukäteen, ja esitin ne joko kasvotusten tai puhelimesta.

Swingerpariskunnille ja soolosingereille esitin samat kysymykset (LIITE 1); swingeryhteisöä tuntevan pariskunnan haastattelu sivusi swingausta hetkellisesti. Tutkittavani hankin omista verkostoistani muun muassa ilmoituksen avulla (LIITE 2). Ilmoitus ilmestyi sekä yksityisessä verkostossa että Xperience United -sivustolla. Tein haastattelut turvallisessa ympäristössä ja takasin tutkittaville anonymiteetin ja tunnistamattomuuden tutkimustuloksissa antamalla heille keksityt nimet yksityisyyden suojaamiseksi ja jättämällä ammatit, siviilisäädyt ja asuinpaikat mainitsematta. Litteroimassani aineistossa ei esiinny nimiä, ja tässä artikkelissa käytän keksittyjä nimiä. Noudatin aineiston oikoluvussa Viestinnän eettisen neuvottelukunnan antamia ohjeita, jotka korostavat avoimuutta, rehellisyyttä, luotettavuutta ja arvostusta. Litteroinnissa hyödynsin tekoälypohjaista Good Tape -ohjelmaa. Poistin haastattelut tietokoneeltani artikkelin valmistuttua. Haastattelut kestivät 1,5 tunnista 3 tuntiin ja yhteensä noin 16 tuntia.

Haastatteluissa käsitelin swingausta strategisena toimintana, joka sisältää muun muassa arvoja, kolmansia kumppaneita, kohtaamispaikkoja ja yhteisöjä. Kysymyksenasetteluni perustui omiin ennakkovalintoihini, mutta analyysivaiheessa peilasin aineistoani Vaynmanin ja Harviaisen espanjalaisten ja ranskalaisten swingereiden strategioita käsittelevään artikkeliin. (Vaynman & Harviainen, 2023a). Minua kiinnosti erityisesti, miten suomalaiset swingerit navigoivat alati muuttuvissa seksuaalisissa tilanteissa ja kommunikoivat

monimuotoisissa ihmissuhteissa ja millaisina he kokevat onnellisuutensa muihin verrattuna. Onko swingaus heille elämäntyyli, elämäntapa tai merkityksellistä vapaa-ajanviettoa? (Stebbins, 2007; Liski, 2014, 47). Millaista kieltä he keskenään käyttävät, ja millainen puhetapa vastaa heidän kokemustaan? Miten he uhmaavat stigmaa, entä seksitauteja? Selvitin, miten haastattelemani swingerit suhtautuvat kondomin käyttöön ja käsittelevät mustasukkaisuutta. Analyysivaiheessa etsin haastatteluista yhtäläisyyksiä ja eroja swingaukseen liittyvissä ominaispiirteissä. Koettelin haastatteluista tullutta tietoa käymällä swingereiden sekä muiden ei-monogaamisten ihmisten suosimissa seksiposiitiivisissa tilaisuuksissa huomatakseni, että tieto todentuu. Perehdyttyäni swingeryhteisön tutkimiseen liittyviin eettisiin kysymyksiin pidättäydyin etnografisesta havainnoinnista tutkimuseettisistä syistä. (Vaynman & Harviainen, 2023b). Koin vierailut kuitenkin tärkeiksi ymmärrettyäni, että ”seksologi, joka tuntee bordellit, tyrmät, homojen kylpylät, nudistirannat, sadomasokistiset klubit ja vastaavat ainoastaan kirjoista, ei tunne kutsumustaan”. (Haeberle, viitattuna artikkelissa Harviainen & Frank, 2018, 223. Suomen Helen Partti). Syvensin tutkimushaastatteluista nousutta tietoa kuuntelemalla yhdysvaltalaista podcastia Normalising Non-Monogamy (<https://www.normalizingnonmonogamy.com/>), joka esittelee aikaishaastatteluja seksuaalisiin alakulttuureihin, mukaan lukien swingaukseen, liittyviä kokemuksia ympäri maailmaa. Jaksot laventavat swingerilmiön ymmärtämistä Suomen ulkopuolella ja osoittavat omiin tutkimushaastatteluihini liittyvien kokemusten olevan universaaleja.

## Tulokset

### *Ollako vai ei, on kysymys – Määrittelemisen vaikeus*

Laadin haastattelemilleni swingereille pitkän kysymyslistan ja kysyin muun muassa, milloin tutkittavani olivat alkaneet swingata ja mistä syystä. Yhdelle swingaus oli elämäntyyli ja toiselle ilmeinen elämänmuoto, osa koki merkityksellisen vapaa-ajan osuvaksi ilmaukseksi. Swingeriyhteisöä tunteva pariskunta ei halunnut tulla yhdistetyksi swingereihin alakulttuurista vallitsevien negatiivisten mielikuvien vuoksi. Ilona ja Mikko tuntevat sen sijaan kuuluvansa

swingeryhteisöön, johon he liittyivät Mikon aloitteesta. Mikko kertoi seksuaalisuudestaan Ilonalle jo tutustumisvaiheessa.

*”Olin ollut avoimen seksin piirissä jo yhdeksän vuotta sinkkuprofiililla. Vaihdettiin viestejä Ilonan kanssa ja meillä synkkasi. Hän oli avoin. Ehdotin, että luodaan pariprofiili.” Mikko*

Ilona arvosti puolestaan Mikon avoimuutta, joka poikkesi hänen aiemmista kokemuksistaan. Edellinen kumppani oli pettänyt häntä selän takana, mutta Mikko oli ”selkä suorana”, avoin toiveissaan. Ilonasta ja Mikosta tuli aviopari ja osa swingeryhteisöä. Se antoi Ilonalle mahdollisuuden toteuttaa myös biseksuaalisuuttaan. Sooloswinger Jenni on pariskunnan seksikumppani. Hän löysi swingeryhteisön nelisen vuotta sitten.

*”Ajauduin swingerpiireihin sattumalta sinkkuna deittimaailmassa. Olen samalla tiellä. On ollut pitkä ja antoisa matka tällaisen yhteisön löytäminen. Oma ymmärrys ja avoimuus asioita kohtaan lisääntyi. Olin täysi hetero, monogaaminen, tutustuin Ilonaan ja Mikkoon, ystävästyttiin. Siitä se lähti. Vuosi sen jälkeen huomasin, että kyllä minussa taitaa olla biseksuaalisuutta. Mua kiinnostaa ihmiset, ei se, mikä on sukupuoli. Koen romanttisia tunteita ja seksuaalista halua yksilöön, sillä ei ole mitään tekemistä sukupuolen kanssa. Oma seksuaalisuus on alati muokkautuva, sillä on tilaa kasvaa ja kehittyä joka suuntaan.” Jenni*

Kjell on tutustunut swingereihin niin ikään sooloswingerinä. Hän liittyi swingeryhteisöön vajaa vuosi sitten tuskastuttuaan Tinderiin ja huomasi löytäneensä ”oman juttunsa”. Hän oli vastikään eronnut, ja elämisen halu oli vahva.

*”Halusin pitää hauskaa, ja seksi on hauskaa, mukavaa. En halua sitoutua tai hakea elämänkumppania. Tinder ei sopinut mulle, siitä oli huonoja kokemuksia. Liityin XU:hun päähänpistosta.*

*Halusin kokea uutta myös seksuaalisella tasolla. Tiedostin, että suuri osa elämästä oli mennyt monogamiassa, jossa seksi oli ollut tylsää. En uskonut ennen, että olisin parin kanssa, se oli fantasia, mutta en nähnyt tilaisuuksia. Liittymisen jälkeen muhun on otettu yhteyttä ja kutsuttu mukaan. Se tuntuu hyvältä. Mun aikaikkuna on rajallinen, haluan elää ja nauttia elämästä.” Kjell*

Kaarinalla on Kjelliä huomattavasti pidempi historia swingerinä, ja kun hän tutustui nykyiseen mieheensä, hän esitteli tälle swingauksen.

*”Ajatus swingermaailmaan tutustumisesta lähti minusta. Lähdetään tsekkaamaan, mitä se pitää sisällään. Mies on minua nuorempi eikä hänellä ollut seksikokemuksia. Aktivoin häntä elämään. Hän saa kokea juttuja ja nauttia, mistä minäkin. Halusin laajentaa hänenkin elämänsä. Miksi pidättelin häntä? Tärkeintä on se, että toista ei voi omistaa. Sen olen oppinut. Myös toinen voi harrastaa [seksiä] omin päin muiden kanssa ja nähdä, mitä seksi voisi laajimmillaan olla.” Kaarina*

Tutkittavieni seksuaalisen suuntautuneisuuden määritelmät vaihtelivat. Osa koki olevansa paitsi swinger myös avoimessa suhteessa tai monisuhteessa. Joku pohti, täyttikö oma toiminta ylipäänsä swingauksen tunnusmerkit. Harva pystyi määrittelemään, mitä swingaus tarkkaan ottaen tarkoitti. Sille kaivattiin jopa uutta suomennosta, koska parinvaihto ei vastaa monenkaan omaa kokemusta. Vilma ja Tuomo eivät samastuneet swingereihin, vaikka he liikkuvat aktiivisesti swingeriyhteisössä. He kuvaavat itseään ”hyvin vapaamielisiksi, eroottisesti latautuneiksi ja kokeilunhaluisiksi” ja nimeävät seksuaalisen aktiivisuutensa swingauksen sijaan elämäntyyliseksi, lifestyleksi.

*”Kaikki alkoi siitä, että kerroimme ensin toisillemme fantasioitamme. Ne alkoivat konkretisoitua, kun mukaan tuli oikeita ihmisiä. Viime keväänä tuli aika, kun sanottiin, että jos ei toteuteta nyt, niin milloin sitten. Oli mun 50-vuotissynttärin ja mietittiin, minne lähdetään. Mun synttärilahjatoive oli seksi*

*kahden naisen kanssa. Mentiin seksitapahtumaan Wildclubille Kirkkonummelle ja touhuttiin siellä kahdestaan. Fantasia ei toteutunut mutta ilta oli lähtölaukaus sille, missä nyt ollaan.” Tuomo*

*”Meidän suhde oli muotoutunut sellaiseksi, että kummatkin koki vahvuutta ja voimaa ja oli valmis konkreettisiin tapaamisiin. Kuusi vuotta siihen meni ajatuksen tasolla.” Vilma*

Mietin, onko swingereiden lukumäärä Suomessa niin pieni, että ”tyylikuhtaita” swingereitä on vaikea löytää ja erilaiset alakulttuurit sekoittuvat sen vuoksi keskenään helpommin kuin esimerkiksi Yhdysvalloissa ja Isossa-Britanniassa, missä swingereillä on iso yhteisö. Jotkut tutkittavani kertoivat vaikeudesta löytää yhteisöstä itselleen sopivaa pariskuntaa, minkä vuoksi kolmen kimpat olivat yleisiä. Katri puki asian sanoiksi näin: ”Kolmen kimpat ovat onnistuneet hyvin. Pariskuntien kanssa on aina draamaa.”

*Tärkeintä ovat heimolaisuus ja vapaus – Yhteisössä omien joukossa*

Mikä swingauksessa vetää puoleensa? Vaihtelunhalu, seksifantasioiden toteuttaminen, polyamoriset intressit, se, että pääsee seuraamaan kumppaniaan harrastamassa seksiä toisen kanssa vai se, että kumppani pakottaa mukaan? (Wilt ym., 2017, 9). Jälkimmäistä syytä tutkittavani eivät maininneet, sen sijaan vahvaksi vetovoimatekijäksi he nostivat tarpeen kohdata muita ihmisiä. Haastattelemani swingerit puhuvat heimolaisuudesta tai xulaisuudesta, joka viittaa Xperience United -yhteisöön. Heimolaisuuden vastakohtana muodostavat swingerkielessä jästit eli skenen ulkopuoliset henkilöt. XU:n ohessa swingereiden suosimia alustoja ovat muun muassa Tinder, Jodel, FetLife, Alaston Suomi, Finswingers, Seksitreffit ja scd.com.

Fyysisiä tapaamisia suomalaiset swingerit järjestävät pääosin kodeissaan, mökeissä, saunailloissa, baareissa, seksiklubeilla, Himoksen lomakeskuksessa ja laivaristeilyillä. Tapaamisia eli niin kutsuttuja miittejä ohjaavat etikettisäännöt, jotka on hyväksyttävä etukäteen. Keskeisiin

sääntöihin kuuluu muun muassa luvan ja suostumuksen hakeminen koskettamiseen.

Jokaisella swingerillä on henkilökohtainen motivaatio liittyä yhteisöön. Iiris havaitsi 22-vuotiaana, että hänen elämästään puuttui jotain. Hän kaipasi elämäänsä lisää jännitystä ja seksiin uusia kokemuksia, joita monogaaminen suhde ei pystynyt tarjoamaan. Hän petti kumppaniaan, mikä tuntui kurjalta.

*”Yksi ihminen ei voi --- täyttää kaikkia tarpeita. Se on mun mielestä hirveen hyvä juttu, että saa niitä hyviä kokemuksia muidenkin kanssa.” Iiris*

Seksuaalisen heräämisensä myötä hän liittyi XU:hun ja loi palveluun profiilin. Hän tapasi palvelussa nykyisen kumppaninsa Mikan, ja pian pari loi yhteisen profiilin.

*”Meille tärkeintä on --- yhteisöllisyys. Oikeastaan toissijaisena asiana on sitten seksi vieraiden kanssa ja parinvaihto. Meille on tärkeää tavata samanmielisiä ihmisiä ja kokea yhteenkuuluvuutta samanmielisten kanssa. Juuri näissä piireissä on tullut ehkä parhaat keskustelut muiden ihmisten kanssa, ja tulee tunne, että on tullut nähdyksi ja kuulluksi.” Iiris*

Samin kokemukset monogaamisista suhteista olivat niin ikään ikävät. Hän oli pettänyt toistuvasti kumppaneitaan, mikä häiritsi häntä itseään. ”Mietin, mikä minussa on vikana”, hän sanoo. Hän liittyi XU:hun ja löysi sieltä Katrin. Kumpikaan ei koe olevansa ”puhtaasti” swinger. Seksisuhteessa heille tapahtui ”moka”: he rakastuivat. Sami ja Katri ovat olleet yhdessä vuoden päivät ja asuvat erillään. Katri on naimisissa. Katrin puoliso on hyväksynyt avioliiton ulkopuolisen parisuhteen alusta lähtien. Samista on puolestaan vapauttavaa se, että hänellä on lupa luoda seksisuhteita muihin ihmisiin Katrin lisäksi.

*”Nyt on henkinen vapaus. Olen Katrin kanssa sataprosenttisessa suhteessa, mutta jos tulee olo, että pitäisi päästä toisen luo, voisin ottaa keskusteluun.” Sami*

Seksuaalisuuden toteuttaminen kaikissa nyansseissaan ei onnistu tutkittavieni kokemusten perusteella aina pelkästään oman kumppanin syleilyssä. Kuten Iiris totesi, hyviä kokemuksia voi hakea myös muiden kanssa. Esimerkiksi Katri on biseksuaali ja Sami tuntee viehätystä miesten sukuelimiä kohtaan. Katri ei voi muuttua penikseksi tai Sami vulvaksi. Molemmat tietävät sen ja toteuttavat seksuaalisia mieltymyksiään tahoillaan. Suhteensa ulkopuolisista kohtaamisista he sopivat etukäteen. Mitään ei tehdä toiselta salaa, vaan asioista kommunikoidaan avoimesti ja rehellisesti.

*Arvot ja ei-toivotut tapaukset – Kommunikaatio on kaiken a ja o*

Tutkittavilleni yhteisiä tärkeitä arvoja ovat avoimuus ja rehellisyys, keskinäinen kunnioitus ja sovittujen sääntöjen noudattaminen. He arvostavat vapautta elää omannäköistä elämää ja toteuttaa seksuaalisuuttaan. Seksuaalinen avarakatseisuus on oletus onnistuneille kokemuksille. On osattava kertoa omista toiveista ja haluista, ja sen lisäksi on osattava kuunnella muita. Kuuntelemisen tärkeyttä korostaa esimerkiksi Tuuli.

Sääntöjen laiminlyönti heikentää yhteistä kokemusta ja voi estää uudet tapaamiset. Iiris ja Mika sekä Katri ja Sami eivät esimerkiksi sovi treffejä salaa liikkeellä olevien kanssa, mutta heidän joukkoonsa voi liittyä yksin, jos kumppanilta on lupa. Arvojen vastaista on kyseenalaistaa kondomin käyttö, jos seksiä on sovittu harrastettavan suojatusti, tai ehdottaa anaaliseksiä kesken aktin, jos siitä ei ole erikseen sovittu. Ei-toivottavaa on sekin, että vastapuoli keskittyy vain omaan nautintoonsa ja jättää muut huomiotta.

*”Tyytyväisin olen ollut, kun mies on ollut parisuhteessa. Pääsääntöisesti hän ajattelee silloin vähän pidemmälle. Sinkkukesämiehelle tärkeintä on saada pesää. Mä olenkin keskittynyt varattuihin miehiin. En kiihotu enää miehistä, jotka on alle neljäkymmentä.” Katri*

Seksitilanteissa on tärkeää kommunikoida mahdollisimman selvästi ja ymmärrettävästi. Hyvä kommunikointi koetaan taidoksi, joka kasvaa swingersuhteen kehittyessä. Tutkittavilleni oli yhteistä se, että swingauksen alkuvaiheeseen ajoittuneet hankaluudet liittyivät nimenomaan puutteelliseen viestintään. Ei osattu kertoa tarkasti omista toiveista ja haluista tai asettaa tapaamisissa rajoja. Seksikumppaneiden valinnassa oltiin ”lepusuja”. Kokemuksen karttuessa itseymmärrys vahvistui ja sen myötä kyky sanallistaa omia toiveita ja tunnistaa omia rajoja. Seuranhakukin helpottuu, kun osaa ilmaista itseään ja kertoa, mistä tykkää, sanoo Tuuli. Hän tunnustelee Ilonan ja Mikon tavoin yhteensopivuutta ensin niin sanotuilla kemiakahveilla. Deittialustojen profiilit sisältävät myös suoria ehdotuksia seksin harrastamiseen. Omat tutkittavani eivät kuitenkaan edenneet tahoillaan seksiaktiin suoraan, vaan tapaamisten ja keskustelujen kautta.

Hyviä kommunikaatiotaitoja tarvitaan pariskunnan keskinäiseen kanssakäymiseen mutta myös muiden kanssa toimimiseen. Pariskunta voi kehittää keskenään sanallisen viestinnän ohessa sanatonta viestintää, jonka avulla he viestivät toisilleen seksitilanteissa tehokkaasti ja muita loukkaamatta. Alussa liris ei osannut lukea Mikon sanattomia viestejä, mutta hän on kehittynyt eleiden ja ilmeiden lukutaidossa sekä tilannelukutaidossa. Kommunikaatiotaitojen parannuttua kummankaan ei tarvitse enää pelätä esimerkiksi sitä, että toinen jäisi ulkopuoliseksi. Ulkopuolelle jääminen voi aiheuttaa pelkoa ja kielteisiä tunteita. Kun kommunikaatio sujuu, seksi onnistuu paremmin sekä pariskunnan kesken että seurassa.

Useimmat tutkittavani aloittavat viestittelyn yhteisön muiden jäsenien kanssa kirjoittamalla sovelluksiin tai deittisivustoille. Sanavalintojen kanssa kannattaa olla tarkkana. Tutustuminen voi estyä alkumetreillä, jos kirjoittaa tökerösti.

*”Mitä paremmin osaa kommunikoida niin kasvokkain kuin kirjallisesti, sitä paremman kuvan itsestäsi näissä piireissä annat. Hyvät käytöstavat ovat myös tärkeitä. Esimerkiksi toisiin ei kosketa ilman lupaa.” liris*

Kommunikaatiotaidot kohenevat hiljalleen. Mika on oppinut parantamaan ulosantiaan, ja kirjoittaminen sujuu häneltä aiempaa helpommin. Ennen liris kirjoitti hänen puolestaan yhteiseen profiiliin, mutta nyt Mikakin osallistuu viestittelyyn; hyvät kokemukset lujittavat itsevarmuutta. liris ja Mika keskustelevat paljon keskenään swingaamisesta. He ovat muun muassa laatineet etukäteen monenmoisia skenaarioita, miten kohtaamiset muiden pariskuntien kanssa voisivat edetä. Kun mielessä on erilaisia vaihtoehtoja, he pystyvät ohjaamaan tapahtumia sanattomin viestein haluamaansa suuntaan tai lopettamaan, jos tilanne kehkeytyy epäsuotuisasti.

Myös Vilma ja Tuomo korostavat swingatessa keskinäisen yhteyden tärkeyttä. He vahvistavat yhteyttä toisiinsa hakemalla katsekontaktia toisiinsa, suutelemalla ja koskettamalla toisiaan. Jos toisen katsetta ei tavoita, häneltä voi kysyä, miten menee.

*”Toisen silmistä näkee heti, onko hyvä. Jos tapahtuu jokin muutos, se pitää heti kertoa toiselle ja tilanne pysäyttää hetkeksi.” Vilma*

Vilma ja Tuomo saattavat palauttaa yhteyden toisiinsa myös keskittymällä hetken aikaa seksiin vain keskenään. Keskinäisen yhteyden merkitys paljastui heille ensimmäisen swingauskokemuksen myötä. He swingasivat kokeneen pariskunnan kanssa tämän kotona ja havaitsivat, että pariskunnan välillä ei ollut kontaktia. Tilanne rikkoi yhteyden myös Vilman ja Tuomon välillä.

*”Maattiin nelistään samalla sängyllä, ja silti hukattiin Tuomon kanssa yhteys toisiimme. Kotimatalla ei puhuttu toisillemme mitään, ei mitään fyysistä kosketustakaan, kun tavallisesti kikatetaan ja pussaillaan. Kokemus järkytti meitä molempia. Opittiin siitä.” Vilma*

*Tunnetaidot kehittyvät – Mustasukkaisuus vaihtuu myötäiloksi*

Swingauksessa tarvitaan vahvoja tunnetaitoja, ennen kaikkea huomaavaisuutta. Näin toteaa seitsemisen vuotta swingausta harrastanut Matti. Kaikilla tunneälyä ei swingerpiireissä kuitenkaan ole, toteaa puolestaan Katri: keskusteluja ei käydä, ja seksikumppaniksi kelpaa kuka tahansa. Matti valitsee kumppaninsa sitä vastoin tarkkaan. Hän määrittelee itsensä swingaavaksi kinkyksi eli swinkyksi. Hänen tapaansa harrastaa seksiä liittyy vahvasti BDSM sekä oman kumppanin että swingerpartnereiden kanssa. Matilla ja hänen vaimollaan Tuulilla on muutama vakituinen pariskunta, joiden kanssa he swingaavat yhdessä. Molemmilla on lisäksi omia vakituksia ja vaihtuvia partnereita, joita he tapaavat yksin. Tuuli on swingannut 19-vuotiaasta asti. Molempien tavoitteena on luoda pysyviä suhteita vaihtuvien suhteiden sijaan. Uusien suhteiden luominen on Matista työstä.

Matille ja Tuulille swingaus on elämäntapa, joka on asettunut uomiinsa pitkällisten keskustelujen jälkeen. Omien tunteiden ymmärtäminen ja käsittely oli alkuvaiheessa pitkä prosessi etenkin Tuulille. Kun partneri lähtee swingaamaan yksin, mieleen voi hiipiä monenlaisia pelkoja: mitä jos toinen onkin parempi, kauniimpi ja taitavampi kuin minä? Tuleeko oma kumppani enää takaisin? Hylätäänkö minut?

*”Tunteisiin tottuu. Oppii, että kun toinen menee, kohta tuttu tunne tulee. Sitä on käsiteltävä ja siitä on kerrottava toiselle.” Tuuli*

Mustasukkaisuus vaihtuu kokemusten myötä myötäiloksi. Tämä polyamoriaan liittyvä keskeinen käsite, englanniksi *compersion*, kuvataan usein mustasukkaisuuden vastakohtana. (Luke, 2020). Sillä tarkoitetaan iloa, jota koetaan todistettaessa kumppanin toisesta intiimistä ihmissuhteesta saamaa iloa, nautintoa ja tyydytystä. (polyamoria.fi/tietoa/sanasto/). Tuuli ja Matti tuntevat toisistaan myötäiloa ja tietävät, että oma parisuhde ei vaarannu puolison swingatessa tahollaan. Yksin hankittujen kokemuksen jakaminen oman partnerin kanssa koetaan silti tärkeäksi osaksi swingauksen

kokonaisuutta, mutta se, miten paljon ja milloin yksin koetuista intiimeistä hetkistä kerrotaan omalle kumppanille, vaihtelee yksilöittäin. Tuuli kertoo Matille, kun on valmis ottamaan tämän tarinan vastaan; alussa sopivaa hetkeä saattoi joutua odottamaan muutaman päivän, nykyisin vähemmän. Iiris ei ”oksenna” kaikkea heti kotiin saavuttuaan vaan odottaa, milloin on otollinen hetki. Pariskunnat oppivat lukemaan toisiaan ja sopimaan yksityiskohdista. Epäreilulta tuntuisi, jos kokemuksistaan ei voisi kertoa avoimesti. Kotiin jääville on olennaista tietää, että yksin liikkuva on turvassa ja häneen saa tarvittaessa nopeasti yhteyden. Odottavaa rauhoittaa, kun hän tietää, kenen luo partneri on menossa. Mattia helpotti alkuvaiheessa, kun hän oli tavannut Tuulin kontaktin; ”mörkö” katosi. Tapaamisen kesto voidaan sopia tietyn pituiseksi. Esimerkiksi Iiris ja Mika eivät yksin liikkeellä ollessaan yövy ulkopuolisen partnerin luona. Sooloswingeriltä odotetaan Kjellin mukaan erityisesti hienovaraisuutta ja luotettavuutta, mikä tarkoittaa, että kokemuksista ei kerrota luvatta eteenpäin. ”Ei saa paljastaa mitään missään tilanteessa tai laittaa kuvia XU:n sivuille ilman lupaa”, hän sanoo.

*Suuret odotukset – Karvaat pettymykset*

Suurin osa haastateltavistani kuvasi swingauksen tukevan parisuhdetta, omaa seksuaalisuutta ja tunneilmaisua, mutta kaikki kokemukset eivät ole olleet yksiselitteisen positiivisia. Swingausyhteisöä tuntevassa pariskunnassa swingaus herätti ristiriitaisia tunteita, jotka liittyivät muun muassa swingeryhteisön ilmapiiriin kokemukseen. Marin ja Teemun kokemukset muistuttavat, että swingaus ei sovi kaikille, eikä se täytä aina sille asetettuja odotuksia. Tarkastelen seuraavaksi Marin kokemuksia. Ne tarjoavat kriittisen ja tärkeän kontrastin muuhun aineistoon. Mari kuvaa swingausta seuraavasti:

*”Ihmiset määrittelee swingauksen tosi monella tavalla. Ja tosi moni painottaa sitä, että tämä ei ole sama asia kuin parinvaihto. On paljon pareja, joille se on parinvaihtoa, mutta on paljon sinkkuja. Ihmisiä, joille swingaus on vaikka nimenomaan sitä, että on yhteisö, jonka kautta voi rakentaa omia bileitä tai jonka kautta löytyy bileitä tai seksiposiitivisia kohtaamisia tai*



*kimppaseksimahdollisuuksia. Tosi monelle kyse on siitä, että on pooli ihmisiä, josta voi poimia kimppaseksikumppaneita tai joiden kanssa voi sopia tapaamisia seksi edellä, oli sinkku tai pariskunta. Ei tarvitse tutustua ja ruveta seurustelemaan tai käydä kahvilla, vaan voi ajatella, että on yhteydessä. Swingaus on heterohkojen ihmisten vastine homoalakulttuurin keveimmälle seksimyönteiselle toimintakulttuurille.” Mari<sup>1</sup>*

Marin omat kokemukset swingerskenestä olivat pettymys. Hän oli olettanut kohtaavansa seksiposiitiivisen swingeriyhteisön, mutta seksiposiitiivisuus ei näyttäytynyt hänelle kaikenkattavana ilmiönä. Marin mukaan jotkut parinvaihtajaparit toimivat valtakulttuurista käsin; he eivät tunnista omia tunteitaan, eivätkä osaa ilmaista niitä. Puutteet tulevat ”muiden silmille joissain tilanteissa ja bileissä, kimpoissa”. Siitä huolimatta kyseiset parit kokevat tekevänsä jotain normista poikkeavaa.

*”[Swinger] tapaamiset olivat lähellä valtakulttuuria. Seksi liittyi alkoholiin ja alkoholi liittyi seksiin, ---. Miiteissä vertaistuen sijaan viinan käyttöä. Jos meni miitteihin vain tutustuakseen ihmisiin ja miettimään, haluaisiko harrastaa seksiä, sitä paheksuttiin. Luulin, että on alakulttuuri, joka eroaisi raikkaalla tavalla valtakulttuurista, mutta oli pettymys. [Skene] ei ole muuttunut. Puhutaan autoista, lapsista tai viinasta. --- Se, että harrastaa parinvaihtoa, ei tarkoita välttämättä sitä, että on kyseenalaistanut yhtään muuta normia elämässään.” Mari*

Mari ei näiden kokemusten perusteella halua tulla yhdistetyksi swingereihin. Hän elää avoimessa suhteessa partnerinsa Teemun kanssa. Teemu ei kyseenalaistanut Marin näkemyksiä. He eivät ole suinkaan yksin ikävine kokemuksineen, vaan swingermaailma tuottaa pettymyksiä muillekin. Myös liriksellä ja Mikalla oli kielteinen ilta swingauksen alkuvaiheessa. Ajan mittaan heidän kokemuksensa ovat parantuneet, minkä johdosta he ovat pysyneet

omassa paikallisessa XU-yhteisössään ja luoneet siitä tärkeän osan omaa elinpiiriään. Samoin Vilman ja Tuomon ensimmäinen swingerkokemus päättyi ikävästi yhteyden kadottua pariskunnan väliltä.

Myös avioliitossa elävä ja swingauksesta luopunut Kaarina suhtautuu swingaukseen kriittisesti. Hän on toiminut aktiivisesti swingereiden parissa, mutta hän ei ole koskaan kokenut kuuluvansa swingeryhteisöön. Hänen mukaansa swingaus on mahdollista ilman yhteisöä niin pariskunnille kuin soolosingereille. ”Ei tarvitse käydä bileissä tai olla XU:n jäsen. Ihmisiä voi tavata hotellihuoneissa, matkailuautossa, missä vain”, hän sanoo. Swingaus on ollut hänelle mauste, joka on tuonut elämäänsä uusia ihmisiä ja monenlaisia tilanteita ja kokemuksia, mutta se ei ole tarjonnut parhaita seksikokemuksia.

*”Swingaus ei ole sellainen seksin muoto, että yliarvostaisin sitä tai nostaisin sen tavallisen seksin yläpuolelle. Se on kokemuksellista ja jännittävää, mutta normaali, tavallinen seksi menee aina yli ja on aina parempaa. Pidän swingerseksiä teknisinä tilanteina, aika haastavina. Et tunne toisen fysiikkaa, et tunne ihmistä millään tasolla. Haparoit, yrität tehdä parhaasi, on kuin olisi suuressa karkkikaupassa, jossa kaikki on mahdollista, etkä tiedä, mitä ottaisit. Uutuudenviehätystä. Toisia uutuudet viehättää enemmän, toisia vähemmän.” Kaarina*

Kaarina on swingannut myös ulkomailla ja ajautunut arvaamattomiin, kiusallisiin tilanteisiin, joissa hän on kokenut olevansa riistaa.

*”Miehet raapii ja kopeloi, olen tuntenut pakokauhua, on pitänyt lähteä kesken illan pois. Miesten käsiä joka puolella. Et tiedä, yrittääkö joku panna ilman kondomia. Ulkomailla klubeilla on erilainen kulttuuri naisia kohtaan. Vaikka miesseuralainen olisi mukana, mikään ei estä tapahtumia. Olin mielenkiintoinen*

<sup>1</sup> Sitaatti on koostettu haastattelusta.

*ihminen miesten silmissä, eksoottinen, seksiä oli puoliväkisin.”  
Kaarina*

Viisitoista vuotta kestäneen swingauksen Kaarina lopetti rakastuttuaan swingerkumppaniinsa, mikä oli ”kauhea kokemus”. Avioliitto ajautui vaakalaudalle. Episodi muutti merkittävästi avioparin keskinäisen suhteen, ja Kaarina otti swingaukseen etäisyyttä.

*”Swingaus loppui siihen. Mun on parempi elää yksiavioista elämää. Meidän elämä muuttui. Puoliso alkoi kulkea omin päin soolowingerinä, mikä oli mulle ookoo. Mä olin tehnyt päätöksen, etten aio harrastaa swingausta, ei toiminut mulla. Mä tiedän mun lähipiiristä, että on sääntö enemmän kuin poikkeus, että swingaukseen liittyy ihastumisia ja rakastumisia.” Kaarina*

Soolowinger Jennillä on swingauksen tunnemaailmasta samanlaisia kokemuksia. Swingauksessa ollaan tekemisissä intiimisti, hän sanoo, joten ihastuminen on luonnollinen tunne. Joskus ihastuminen voi olla ohimenevää, joskus tai ei. Hänen mielestään se ei kuitenkaan ole vaarallinen tunne.

*Onnellisempaa elämää ja parempaa seksiä – Ei sovi kaikille*

Haastatteluaineistoni perusteella päättelen, että onnistuessaan swingaus parantaa harrastajiensa elämänlaatua monin tavoin. Tässä artikkelissa esiintyneet swingerit kertovat monista positiivisista seurauksista, joiden voidaan tulkita vahvistavan onnellisuuden tunnetta. Itsevarmuus ja itsetuntemus kohenevat, sosiaaliset ja tunnetaidot vahvistuvat. Hiljaisesta Mikasta on sukeutunut puhelias ja aktiivinen mies paitsi swingeripiireissä myös työssä. ”Osaan ottaa enemmän muiden näkökantoja huomioon ja osallistun keskusteluun työpaikalla”, hän kertoo. Myös Tuomon sosiaaliset taidot ovat parantuneet ja introverttius karissut. Hän kertoo uskaltavansa aloittaa aiempaa helpommin keskustelun vieraiden kanssa. Sami on päässyt eroon jatkuvasta pettämisestä, Tuuli epävarmuudesta.

Swingaus tuo tutkittavieni parisuhteeseen lisämaustetta ja piristystä ja lisää henkistä ja fyysistä vapautta. Vaikka parisuhteen ulkopuolisia suhteita ei konkreettisesti olisikaan, pelkkä tietoisuus niiden mahdollisuuksista tuntuu vapauttavalta. Kumppanin ihastumisia ei pelätä, vaan niistä iloitaan. Seksitaidotkin paranevat, kun seksikokemuksia kertyy useamman kuin oman partnerin kanssa. Seksuaalinen hyvinvointi kohenee.

Esittelemäni swingerit tekevät useimmiten eron oman partnerin ja muiden kanssa harrastettavan seksin välillä. Joku säästää suudelmat vain omalle kumppanilleen, toinen ei harrasta anaaliseksiä vieraiden kanssa. Jos kotona viihdytään BDSM:n parissa, muiden kanssa saatetaan harrastaa vaniljaseksiä. Ikäviltä kokemuksilta ei tunnu välttävän kukaan, mistä Mari ja Kaarina ovat esimerkkejä, mutta hyvillä kokemuksilla on niin pitkäkestoiset positiiviset vaikutukset, että swingausta jatketaan.

*”Viikonlopun [seksi]sessioissa tapahtuu asioita, on intohimoa ja vapautumista, purkautumista. Se kantaa joka suuntaan. Seuraavalla viikolla työt sujuvat kevyemmin.” Tuomo*

Swingaus näyttää tutkittavieni kohdalla lujittavan pariskunnan keskinäistä parisuhdetta ja rikastuttavan seksielämää. Tämän perusteella oletan, että kokonaisuudessaan onnellisuuden tunne vahvistuu.

Haastateltavani kertoivat, että swingaus ei aina onnistu. Mustasukkaisuuskohtaukset ja välienselvittelyt eivät ole tavattomia. Niihin ajautuvat etenkin sellaiset pariskunnat, jotka eivät ole keskustelleet asioista keskenään rehellisesti ja syvällisesti etukäteen. Omistushaluiselle ihmiselle, joka ei ole valmis jakamaan partneriaan toisten kanssa, swingaus ei tutkittavieni käsityksen mukaan sovi. Swingaus ei ole myöskään korjaus- tai ryhtiliike huonoissa kantimissa olevalle parisuhteelle. Oman seksuaalisuutensa kanssa on oltava sinut ja omaa seksuaalisuuttaan tunnettava riittävästi. Vapaamielisille ja avoimille, seikkailuja ja jännitystä kaipaaville, kumppanistaan välittävälle ihmisille swingaus sopii tutkittavieni mukaan sitä vastoin hyvin.

### Johtopäätökset

Tutkin tässä katsauksessa swingausta strategisena prosessina ja selvitin, miten suomalaiset swingerit rakentavat seksuaalista toimijuuttaan ja eettisiä käytäntöjään pariskuntina ja yksin, millaisia merkityksiä he liittävät toimijuuteensa ja käytäntöihinsä ja miten he haastavat valtakulttuurisia seksuaalinormeja ja stigmaa. Tutkin lisäksi, muistuttaako swingereiden strateginen toiminta enemmän suunnitelmaa vai mallia vai molempia. Oletin, että swingereillä on hyvät taidot sosiaalisessa kanssakäymisessä, neuvottelutilanteissa ja seksissä. Oletin myös, että heidän seksuaalinen identiteettinsä ja itsetuntemuksensa on vahva. Tutkimusaineistoni tulosten perusteella oletukseni pitivät pitkälti paikkansa. Aineistosta paljastui myös päinvastaisia tuloksia.

Monelle tutkimalleni swingerille tuotti vaikeuksia määritellä swingaus tarkkarajaisesti. Yksi koki swingauksen elämäntavaksi, toinen elämäntyyliksi ja kolmas merkitykselliseksi vapaa-ajaksi. Pariskunnat kertoivat hankaluudesta löytää sopivia pariskuntia kumppaneiksi, minkä seurauksena kolmen kimpat ovat tavallisia. Swingeriyhteisö ja seksuaalinen vapaus ovat lisänneet monien hyvinvointia. Avoimuus, rehellisyys ja keskinäinen kunnioitus kuuluvat keskeisiin arvoihin swingatessa. Tutkittavani kertoivat parantuneista kommunikaatio- ja tunnetaidoistaan ja kyvystään hallita mustasukkaisuutta. Aina swingaus ei kuitenkaan onnistu, vaan se voi tuottaa ilon sijaan myös karvaita pettymyksiä.

Tutkimusaineistoni perusteella suomalaiset swingerit rakentavat seksuaalista toimijuuttaan ja eettisiä käytäntöjään etupäässä omassa swingeriyhteisössään monitahoisen kommunikaation ja neuvottelun keinoin. He luovat suhteita toisiinsa virtuaalisissa palveluissa ja erityyppisissä tapahtumapaikoissa ja noudattavat toiminnassaan yhteisesti hyväksytyjä sääntöjä. Pariskunnat ryhtyvät swingereiksi osittain yhteneväisistä syistä mutta polut ovat yksilöllisiä. Motiivina voi olla lisämausteen ja piristykseen hakeminen seksielämäänsä tai esimerkiksi biseksuaalisuuden toteuttaminen. Toinen puolisoista on saattanut toimia vapaan seksin parissa jo ennen nykyistä parisuhdetta, ja hyvien

kokemusten perusteella hän ehdottaa uudelle puolisolleen liittymistä swingeriyhteisöön. Ehdotus voi tulla niin mieheltä kuin naiselta. Toinen väylä swingeriyhteisöön liittymiseen voi avautua yhteisen fantisoimisen tuloksena. Pariskunta voi kehittää fantasioita intiimielämänsä avaamisesta kolmansille usean vuoden ajan, kunnes tulee hetki, jolloin puoliset astuvat eräänlaisen henkisen kynnyksen yli ja toteuttavat fantasiansa. Keskeistä muutoksessa on se, että siirtymästä sovitaan yhdessä ja se perustuu molempien suostumukseen.

Aineistoni swingerit valmistautuvat swingermaailmassa toimimiseen monin tavoin, muun muassa perusteellisin kahdenkeskin keskusteluin. Niiden avulla määritellään toiminnan rajat ja hahmotellaan toiveita ja toteutettavia fantasioita. Yhdessä voidaan laatia lukuisia skenaarioita tilanteiden mahdollisista etenemisvaihtoehdoista. Swingaukseen liittyvistä tunteista haetaan tietoa ja selvitetään, miten vaikkapa mustasukkaisuuden tuntemukset vaikuttavat itseen sekä parisuhteeseen ja miten niitä voi hallita ja muuntaa myönteilöksi. Turvallisuudesta huolehditaan tutustumalla mahdollisiin seksikumppaneihin etukäteen. Ensikäden tietoa haetaan muun muassa palvelualueiden profiileista, joista sopivan tuntuisia kumppaneita etsitään. Kun kiinnostus on molemminpuolista, ehdotetaan tapaamista.

Jos tutustuminen sujuu odotetusti, voidaan siirtyä seksin pariin. Turvalliseen seksiin varustaudutaan harrastamalla suojattua seksiä. Kondomin käyttöä ei kyseenalaisteta, sen sijaan suuseksiin liittyvät käytännöt aiheuttavat ristiriitaisia tunteita. Suuseksiä harrastetaan usein ilman suojaa, vaikka tiedetään, että seksitaudit voivat tarttua sitä kautta. Seksitautitesteissä käydään joko säännöllisesti tai tilanteen niin vaatiessa. Mahdollisista seksitautitartunnoista informoidaan asiaan kuuluvia seksikumppaneita. Kaikki eivät tutkittavieni mukaan kuitenkaan toimi vastuullisesti, ja seksitaudit voivat levitä. Haastattelemieni swingereiden toimijuutta vahvistaa ymmärrys swingaukseen liittyvistä riskeistä ja kielteisistä ilmiöistä. He ovat tietoisia muun muassa suojatun seksin laiminlyönneistä sekä swingerpariskuntien keskinäisistä parisuhdeongelmista, jotka heijastuvat kielteisesti swingaukseen. Riskikäyttäytymisen kohteeksi joutumista pyritään tietoisesti välttämään.

Sooloswingerit rakentavat toimijuuttaan yksin mutta usein samoilla palvelualustoilla kuin pariskunnat. Oman aineistoni sooloswingerit eivät suunnitelleet swingauksen aloittamista etukäteen, vaan liittyminen swingeryhteisöön tapahtui vähitellen tai hetken mielijohteesta. Heidän toimijuuttaan lujittaa tunne tasa-arvoisuudesta ja keskinäisestä kunnioituksesta kolmen kimpussa. Swingerpariskunnan käyttöesineeksi ei suostuta. Sooloswingerit voivat etsiä kumppaneita aktiivisesti itse tai vastata myöntävästi saamiinsa kutsuihin. Heidän eettisille käytännöilleen on tyypillistä hienovaraisuus ja luottamuksellisuus. Tapaamisista ja kumppanuuksista ei esimerkiksi kerrota ulkopuolisille ilman lupaa.

Swingerit liittyvät swingaukseen lukuisia merkityksiä. Swingaus avaa väyliä jännittäviin ja inspiroiviin seksuaalisiin kokemuksiin sekä yhdessä oman parin kanssa että yksin liikkeellä ollessa. Tutkittavani kokevat vapautuvansa ja toteuttavansa itseään swingatessa. Biseksuaalit elävät biseksuaalisuuttaan todeksi kumppanin hyväksyvän katseen alla. Uusia kokemuksia kaipaavat tyydyttävät vaihtelunhaluaan ilman pettämisen pakkoa. Swingauksen myötä itsetuntemus ja seksuaalinen hyvinvointi lisääntyvät. Swingaus on parantanut tutkittavieni neuvottelu-, kommunikaatio- ja tunnetaitoja sekä yhtä poikkeusta lukuun ottamatta lujittanut parisuhdetta. Haastattelemalleni sooloswingerille swingaus on keino tuntea elävänsä ja nauttia seksistä pitkän, seksuaalisesti epätydyttävän, avioeroon päätyneen monogaamisen avioliiton jälkeen. Hän panostaa kolmen kimpppiin fyysisesti, henkisesti ja taloudellisesti: luo miellyttävät puitteet kohtaamisille ja huolehtii jokaisen läsnäolijan hyvinvoinnista. Hän hankkii ruoat ja juomat ja siivoaa kotinsa, jos tapahtuma järjestetään hänen luonaan, huolehtii fyysisestä kunnostaan, ottaa seksuaalisissa kohtaamisissa huomioon pariskunnan molemmat jäsenet ja varmistaa, että kokonaisuus palvelee kaikkien tarpeita ja toiveita. Palautteen antaminen ja saaminen on hänelle olennainen osa swingausta. Positiivista palautetta hän pitää äärimmäisen merkityksellisenä ja kannustavana. Itsetunto ja toimijuus vahvistuvat, kun omalla toiminnallaan tietää tuottavansa nautinnollisia hetkiä toisille.

Tutkittavani kuvaavat swingausta vastakohtaksi elämättömälle elämälle. Swingeryhteisö ei ole karkkikauppa, josta voi poimia suuhunsa mitä vain, vaan erittäin vaativa toimintakenttä. On oltava valmis avaamaan omaa mieltä, vastaanottamaan kyvyttömyyttä, surua ja tuskaa. Pariskunnalle swingaus ei ole ”helppo leikki”. Swingauksesta saadut kokemukset ovat kuitenkin olleet valtaosin positiivisia. Yksi pariskunta kertoo analysoivansa kokemuksiaan aina tuoreeltaan, mikä takaa mahdollisuuden kuulla välittömästi molempien näkökulmat samaan kokemukseen. He kokevat vuoropuhelun merkitykselliseksi osaksi swingausta ja parisuhteen ylläpitoa. Keskustelu tuo oivalluksia ja avaa uusia ovia sekä omaan että kumppanin seksuaalisuuteen.

Swingaus on auttanut tutkittaviani löytämään omasta seksuaalisuudesta uusia tasoja ja ylittämään rajoja. Esimerkiksi oman kumppanin näkeminen seksuaalisessa tilanteessa kolmannen kanssa on tuntunut luonnolliselta ja hyvältä. Tutkittavani tunnistavat, että kuvatus kaltainen tilanne on monelle pariskunnalle raja, jonka yli ei uskalleta astua; fantasia, johon liittyy parisuhteen ulkopuolisia ihmisiä, jää tällöin toteuttamatta. Yksi tutkittavani oli kuunnellut ennen swingauksen aloittamista monta vuotta podcastia, joka käsitteli muun muassa mustasukkaisuutta. Hän simuloi omassa mielessään tilanteen, jossa oma kumppani oli seksuaalisessa kanssakäymisessä kolmannen kanssa. Etukäteisharjoitteista oli apua, kun mustasukkaisuuden tunteet yllättivät hänet aidossa tilanteessa. Hän tunnisti ne ja osasi käsitellä niitä.

Swingeryhteisön pelisääntöjen ja lainalaisuuksien tullessa tutuiksi oma toimijuus vahvistuu ja rohkeus lisääntyy. Osataan valita seksikumppanit ja määritellä omat toiveet ja rajat entistä tarkemmin. Samalla tunne oman elämän hallinnasta vahvistuu. Swingaus voi myös lujittaa pariskunnan asemaa perheessä. Yksi tutkimani pariskunta kertoo swingauksen aloitettuaan muuttaneensa elintapojaan. He tapaavat aiempaa enemmän ystäviään, osoittavat toisiaan kohtaan aiempaa enemmän hellyyttä lasten nähden ja vaativat parisuhteelleen kahdenkeskistä aikaa.

Elämällä sopimuksenvaraisesti monisuhteisesti yhteiskunnassa, jossa monogamia on vallitseva parisuhteen malli, swingerit haastavat seksuaalisia

normeja. Tutkimani swingerit poikkeavat monin tavoin valtavirrasta. He eivät esimerkiksi edusta tavanomaista ”nainen antaa, mies saa -asetelmaa”, vaan swingaavat naiset toimivat seksuaalisesti aktiivisesti ilman ”lutkaksi” leimaantumisen pelkoa. Positiivisista vaikutuksista huolimatta haastattelemani swingerit jakavat kokemuksiaan muille hyvin niukasti. Koska swingauksesta on tarjolla vain yksittäisiä kertomuksia ja tarinoita, he pohjaavat toimintansa näkemykseni mukaan henkilökohtaiseen suunnitelmaan pikemmin kuin olemassa olevaan malliin. Alustavat keskustelut kumppanin kanssa yhtäällä ja soolosingereiden henkilökohtaiset elämänvaiheet toisaalla ovat luoneet edellytykset swingaukselle, joka on edennyt alkuvaiheesta löyhän suunnitelman mukaisesti. Ajan myötä swingaus on muokkautunut johdonmukaiseksi käyttäytymiseksi, josta on kehittynyt erityinen elämisen malli.

Tämän katsauksen tutkimushaastattelut kertovat voittopuolisesti myönteisistä swingaukseen liittyvistä piirteistä. Aineiston pienuus antaa aiheesta kuitenkin hyvin kapean kuvan, ja siksi tämä teksti on vain näyte swingerikulttuurista. Artikkelin perusteella ei voi tehdä yleistyksiä, mutta se herättää mielenkiinnon alakulttuuria kohtaan. Koska haastattelunhakuilmoitukseni päättyi muun muassa Xperience United -sivustolle, sadoilla, kenties tuhansilla, suomalaisilla swingereillä olisi ollut mahdollisuus osallistua tutkimukseeni; sain haastateltavakseni kourallisen ihmisiä. Useimmille tutkittavilleni oli tyypillistä salata swingaus. Kokemuksista saatettiin kertoa uskotulle lähipiirille, esimerkiksi sisaruksille tai parhaalle ystävälle, mutta muutoin swingaus rajattiin tiukasti yksityisyyden piiriin. Yksityisyyden suojaaminen ilmenee muun muassa Xperience United -sivuston profiileissa, joissa ei käytetä oikeita nimiä vaan itse luotuja nimimerkkejä, ”nickejä”. Jos swingaus oli jatkunut useita vuosia, siitä saatettiin kertoa laajemmin, jopa mediassa omalla nimellä. Useat tutkittavani halusivat vaikuttaa swingereihin liittyviin mielikuviin ja tietämykseen osallistumalla tähän tutkimukseen. Toisaalta esimerkiksi Xperience United -sivuston esiin tuomista ei suositeltu, koska yhteisöön ei kaivattu ihmisiä, jotka ryntäävät sivustolle pelkkää uteliaisuuttaan ilman aitoa kiinnostusta sitoutua yhteisön sääntöihin.

Monet tutkittavistani elävät rikasta seksuaalista elämää useiden kumppanien kanssa ja ovat samalla onnellisessa kahdenkeskisessä parisuhteessa. Tämän perusteella tuntuu merkilliseltä ja harmilliselta, että swingereihin liittyy stigmaa. Uskon, että valtakulttuuri voi oppia heiltä paljon paitsi seksuaalisuudesta myös ihmistenvälisestä vuorovaikutuksesta. Swingauksella voi olla jopa yllättäviä yhteiskunnallisia vaikutuksia. D’Orlando (2009, 18) nostaa esiin seksuaalisen vapaa-ajanvieton muutoksen ja sen lisääntymisen. Hänen mukaansa kasvava määrä sinkkumiehiä etsii seuraa swingereistä seksityöläisten sijaan, koska swingaavien naisten koetaan osallistuvan seksiin enemmän kuin seksityöläisten. Voiko swingaus tarjota eettisen vaihtoehdon epäeettisissä olosuhteissa tehtävälle seksityölle?

Jatkotutkimus voi selvittää kulttuuritutkimuksen menetelmin, esimerkiksi etnografisin keinoin, millaisia seikkoja swingerit haluavat itse nostaa esiin alakulttuuristaan ja mahdollisesti kehittää. Jatkotutkimus voi lisäksi tuoda esiin, millaisin strategioin swingerit edistävät parisuhteidensa pysyvyyttä ja hyvinvointia. Esimerkiksi mustasukkaisuus on Yhdysvalloissa yksi keskeisimmistä avioeroon johtavista syistä monogaamisissa avioliitoissa, mutta swingereille se ei näytä olevan merkittävä tekijä. (Wilt ym., 2018, 3). Epätyypillisissä suhteissa olevat ihmiset kokevat myötäiloa kumppanin romanttisista suhteista, mikä ennakoi tyytyväisyyttä parisuhteessa. (Emt.). Suomalaisten heterosuhteiden päättymisten yleisimpiä syitä ovat uskottomuus, taloudelliset haasteet, seksuaaliset ongelmat, väkivalta sekä kommunikointiongelmat. (Selenius & Siili, 2022, 7). Uskottomuus aiheuttaa kiistatta mustasukkaisuutta. Swingerit voivat antaa ei-swingereille arvokasta tietoa siitä, miten mustasukkaisuutta voi oppia hallitsemaan.

Uskon kattavan swingertiedon hyödyttävän suomalaista yhteiskuntaa, johon avioerot, seksittömyys, yksinäisyys ja lähisuhdeväkivalta ovat juurtuneet syvälle. Laajaan otantaan perustuva jatkotutkimus swingereistä auttaa hälventämään stigmaa ja antaa tiedonjanoisille eväitä tyydyttävään swingaukseen. Lisätutkimus lisää seksuaalisuuden kehittämiseen, kommunikaatitaitojen kohentamiseen ja tunnetaitojen vahvistamiseen liittyvää tietoa, joka hyödyttää kaikenlaisissa suhteissa eläviä.

## Lähteet

Bentzen, A.-S., & Træen, B. (2014). Swinging in Norway in the context of sexual health. *Sexuality & Culture*, 18(1), 132-148.

<https://doi.org/10.1007/s12119-013-9181-6>

Bergstrand, C., & Williams, J. (2000). Today's alternative marriage styles: The case of swingers. *Electronic Journal of Human Sexuality*, 3.

Bruning, L. (2019). Compersion: An Alternative to Jealousy? *Journal of the American Philosophical Association*, 6(2), 225-245.

<https://doi:10.1017/apa.2019.35>

D'Orlando, F. (2009). Swinger economics. *Journal of Socio-Economics*, 39(2), 295-305. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2009.12.008>

FINSEX (2023). Haettu 2.4.2025 osoitteesta [www.vaestoliitto.fi/uploads/sites/1/2024/09/375bd1ba-finsex-2023\\_lomake\\_final.pdf](http://www.vaestoliitto.fi/uploads/sites/1/2024/09/375bd1ba-finsex-2023_lomake_final.pdf).

Frank, K. (2013). *Plays well in groups. A journey through the world of group sex*. Rowman & Littlefield.

Gould, T. (2000): *The lifestyle: A look at the erotic rites of swingers*. Firefly.

Hardy, J. W., & Easton D. (2017). *The ethical slut*, 3rd edition. Ten Speed Press.

Harviainen, J. T., & Frank, K. (2018). Group sex as play. Rules and transgression in shared non-monogamy. *Games and Culture*, 13(3), 220-239.

<https://doi.org/10.1177/1555412016659835>

Jenks, R. J. (1998). Swinging: A Review of the Literature. *Archives of Sexual Behaviour*, 27(5), 507-521.

<https://doi.org/10.1023/A:1018708730945>

Kimberly, C., & Hans, J. D. (2017). From fantasy to reality: A grounded theory of experiences in the swinging lifestyle. *Archives of Sexual Behaviour*, 46, 789-799. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0621-2>

Kontula, O. (2021). Samanaikaiset seksuaalisuhteet. Tietovuoto-artikkeli 7/2021. Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos. Haettu 3.4.2025 osoitteesta [www.vaestoliitto.fi/artikkelit/samanaikaiset-seksuaalisuhteet](http://www.vaestoliitto.fi/artikkelit/samanaikaiset-seksuaalisuhteet).

Liski, T. (2014). "Pieni palanen utopiamaaailmaa" - kinkykulttuuri yhteisöllisyyden tarpeesta muodostuneena ja kehittyneenä seksuaalisena alakulttuurina. *Seksologinen aikakauskirja*, 1(1), 44-56.

Minzberg, H., Ahlstrand, B., & Lampel, J. (2005). *Strategy safari. A guided tour through the wilds of strategic management*. Free Press.

Normalising Non-Monogamy Podcast. Haettu 20.4.2025 osoitteesta <https://www.normalizingnonmonogamy.com/>.

Partti, H. (2025). Jaettu peti. <https://www.apu.fi/artikkelit/parinvaihto-eli-swingaus-monen-asian-on-loksahdettava-paikalleen>, 19.4.2025. [polyamoria.fi/tietoa/sanasto/](http://polyamoria.fi/tietoa/sanasto/). Haettu 17.4.2025.

Puusa, A., & Juuti, P. (toim.) (2020). Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.

Selenius, H., & Siili, I. (2022). *Suomalaisten heterosuhteiden päättymisen kokemukset ja syyt. Naisten ja miesten näkökulmien vertailut*. Hämeen ammattikorkeakoulu.

Sorsa T., Kuokkanen S., Lehtonen N., & Berg V. (2024). Tahdotko? Suomalaisten parisuhteet, sinkkuus ja seksielämä. Perhebarometri 2024. Väestöliitto. Haettu 1.4.2025 osoitteesta

[www.vaestoliitto.fi/uploads/sites/1/2024/10/faff0674-tahdotko-netti-saavutettava.pdf](http://www.vaestoliitto.fi/uploads/sites/1/2024/10/faff0674-tahdotko-netti-saavutettava.pdf).

Stebbins, R. A. (2007). *Serious leisure: A perspective for our time*. Transaction Publishers.

Taivaloja, N. (2022). Monisuhteisuuden kohtaaminen seksuaalineuvonnassa ja -terapiassa. *Seksologinen aikakauskirja*, 4(1), 27-34.

Taivaloja, N. (2025). Selvitys polyamorisissa, avoimissa ja muissa monisuhteissa olevien sosiaalisista taustatekijöistä Suomessa. *Yhteiskuntapolitiikka*, 90(1), 67–73.

Vaynman, M. J. (2023). Swingers and swinging: a critical review of early and current literature and theory. *Culture, Health & Sexuality*, Taylor & Francis. <https://doi.org/10.1080/13691058.2023.2226190>

Vaynman, M. J., & Harviainen, T. (2023a). Speaking with swingers in Spain and France: Strategies from the swinger world. *Sexuality & Culture*, 27, 131–147. <https://doi.org/10.1007/s12119-022-10006-6>

Vaynman, M. J., & Harviainen, T. (2023b). From the ethnographers' side: Escaping rocks and pitfalls in swinger research. *Journal of Organizational Ethnography*, 12(2), 181–193. <https://doi.org/10.1108/JOE-03-2023-0007>

Vilkka, H. (2025). *Tutki ja kehitä*. Santalahti.

Wilt, J., Harrison, M. A., & Michael, C. S. (2018). Attitudes and experiences of swinging couples. *Psychology & Sexuality*, 9 (1), 38–53. <https://doi.org/10.1080/19419899.2017.1419984>

Xperience United. <https://xperienceunited.com/> haettu 20.4.2025.

## LIITE 1

### TAUSTAA:

- ikä ja perhe/parisuhde
- milloin liityitte swingereihin ja miksi? mikä siinä on teille tärkeintä?
- millaisia arvoja arvostatte swingauksessa? mitä ette hyväksy (esim. pettäminen)?
- millaisia swingereitä olette? miten kuvailisitte itseänne?
- missä harrastatte swingausta ja kenen/keiden kanssa?
- missä ja millaisista asioista sovitte keskenänne ja muiden swingereiden kanssa?
- millaisia taitoja swingaus edellyttää? miten olette oppinut niitä?
- onko swingaus teille elämäntyyli, elämäntapa tai seksuaalinen identiteetti, merkityksellistä vapaa-ajan viettoa tai jotain muuta?
- oletteko kertoneet swingauksesta muille vai pitäneet sen salassa?
- millaisia kokemuksia teillä oli alussa? ovatko taitonne kehittyneet ja miten?
- millaista swinger-kieli on? miten puhutte keskenänne?
- hyviä/huonoja kokemuksia? tunnemyrskyjä, mustasukkaisuutta, ihastumisia?
- miten suhtaudutte avoimiin suhteisiin, polyamoriaan, kinkyyn, bdsm:ään?

### SEKSI:

- millaista seksiä harrastatte swingatessanne? millaista ette?
- miten swingaus vaikuttaa seksuaaliseen hyvinvointiinne, entä parisuhteeseen?
- kuuluvatko päihteet swingaukseen ja käytätkö niitä?
- miten asetatte rajat omalle ja muiden toiminnalle?
- miten kommunikoitte omat toiveenne ja mieltymyksenne?
- mitä kaikkea swingaus tuo seksielämäänne? mistä ette suostuisi luopumaan?

### LOPUKSI

- kenelle swingaus sopii ja kenelle ei?
- voisitteko elää ilman swingausta?
- lisääkö swingaus onnellisuutta?

**LIITE 2**

Lähetetty 14.11.2024 sähköpostilla seksologille, joka lupasi jakaa viestiä omissa verkostoissaan.

Swingerit ahoi!

Etsin swingerpariskuntia, jotka voisivat kertoa minulle tarinansa tieteellistä tutkimusta varten. Kirjoitan parhaillani tieteellistä artikkelia swingauksesta, mutta ilman kokemusasiantuntijoita siitä puuttuisi tärkein eli aito kokemus. Haluaisitteko jakaa minulle tarinanne? Ottakaa rohkeasti yhteyttä, niin sovitaan haastattelusta. Tarinaanne käsittelen luottamuksellisesti, anonymisti, sovitusti.

Yhteydenotot: [helen-at-helenpartti.com](mailto:helen-at-helenpartti.com). Kiitos!