

Nanna Kukkola ja Mira Lanki

KOSKETUS LOHDUTUSKEINONA LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖSSÄ

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomikoulutus

2021



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Sosionomi (AMK)
Tekijä/Tekijät	Nanna Kukkola ja Mira Lanki
Työn nimi	Kosketus lohdutuskeinona lähisuhdeväkivaltatyössä
Toimeksiantaja	Kymenlaakson turvakoti Villa Jensen
Vuosi	2021
Sivut	40 sivua, liitteitä 1 sivu
Työn ohjaaja(t)	Harri Mäkinen

TIIVISTELMÄ

Lähisuhdeväkivalta on yhteiskunnallisesti vakava ongelma. Sitä on tutkittu paljon, mutta kosketuksen merkityksestä lohduttavana tekijänä lähisuhdeväkivallan uhrille ei ole tutkimuksia. Tämän opinnäytetyön aiheena on kosketus lohdutuskeinona lähisuhdeväkivaltatyössä. Tämä valikoitui opinnäytetyön aiheeksi turvakotityöskentelyn aikana. Turvakodilla tehtävä työ on vaativan tason psykososiaalista auttamistyötä väkivallan uhrin hyväksi. Opinnäytetyön yhteistyötahona toimii Kymenlaakson turvakoti Villa Jensen.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia, voiko sosiaalialan ammattilainen käyttää kosketusta lohdutuskeinona lähisuhdeväkivaltaa kokeneen auttamiseksi. Tutkimus koettiin tärkeäksi, koska aiempaa tutkimusta aiheesta ei ollut.

Tutkimus tehtiin laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää käyttäen. Tutkimus toteutettiin avoimella kyselylomakkeella, jota jaettiin sosiaalisessa mediassa yhteistyössä väkivaltatyötä tekevien tahojen kanssa. Vastaamisen edellytyksenä oli täysi-ikäisyys ja koettu lähisuhdeväkivalta. Vastauksia kyselyyn tuli kaksitoista kappaletta. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koostuu lähisuhdeväkivallasta ja sen eri muotojen kuvauksesta, narsistisesta persoonallisuushäiriöstä, lähisuhdeväkivaltatyöstä, kosketuksesta ja lohdutuksesta.

Tutkimustuloksista käy ilmi, että kosketus koettiin tärkeäksi osaksi lähisuhdeväkivaltatyötä. Kosketus olkapäälle tai kädelle, kädestä kiinni pitäminen ja haalaus ovat hyväksytyjä tapoja koskettaa lohduttaessa. Tutkimuksesta selvisi, että mitä pidempään on kärsinyt fyysisestä lähisuhdeväkivallasta, sitä varauksellisemmin henkilö suhtautuu kosketukseen. Kosketettaessa tulee tilanteen olla rauhallinen eikä kosketuksen tule olla teennäistä.

Asiasanat: lähisuhdeväkivalta, lähisuhdeväkivaltatyö, kosketus, lähisuhdeväkivallan muodot, narsismi, turvakoti, lohdutus

Degree	Bachelor of Social Services
Author (authors)	Nanna Kukkola ja Mira Lanki
Thesis title	Touch as a way to comfort victims of domestic violence
Commissioned by	Kymenlaakson turvakoti Villa Jensen
Time	2021
Pages	40 pages, 1 page of appendix
Supervisor	Harri Mäkinen

ABSTRACT

Domestic violence is considered to be a serious problem in many societies. There have been many studies about domestic violence but the field appears to lack studies on how victims of domestic violence react when the social worker uses touch as a comforting technique. This thesis investigated touch as a way to comfort victims of domestic violence. The co-operative partner in this thesis was Kymenlaakson turvakoti Villa Jensen.

The objective of this thesis was to study if a social worker can/should use touch as a comforting tool when working with victims of domestic violence. From the context of Finland, there is no earlier studies on this topic. Thus, this thesis has an important contribution to the field of Finnish social work.

This study was conducted by using a qualitative method. We shared an open question form via social media platforms in collaboration with individuals/organisations conducting domestic violence work. We recruited adult participants who had been victims of domestic violence. Twelve such adults took part in our thesis. Theoretical framework/perspective/viewpoint we adopted was domestic violence and its forms, domestic violence work, narcissistic behavior, touch and comforting.

Our results show that touch was considered to be an important part of the social workers' interaction with victims of domestic violence. The social worker touching the victim's shoulder or hand, holding victim's hand and hugging were considered to be acceptable forms of touch. The study also found that the longer a victim had suffered from domestic violence, the less open victim was towards the social worker's touch. When the social worker uses touch as a comforting technique, the situation needs to be calm and the touch spontaneous (rather than pre-planned or fake).

Keywords: domestic violence, domestic violence work, narcissism, touch, comforting

SISÄLLYS

JOHDANTO	5
1 LÄHISUHDEVÄKIVALTA.....	6
1.1 Fyysinen väkivalta	9
1.2 Henkinen väkivalta.....	10
1.3 Taloudellinen väkivalta	10
1.4 Hengellinen väkivalta.....	11
1.5 Seksuaalinen väkivalta	12
1.6 Vainoaminen ja digitaalinen väkivalta	14
1.7 Gaslightning eli kaasuvalotus	15
2 LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖ	16
3 NARSISMI	19
3.1 Mistä paha kumpuaa?	19
3.2 Narsismin uhri.....	21
4 KOSKETUS JA LOHDUTUS	21
5 TUTKIMUKSEN TAUSTA.....	25
5.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	25
5.2 Tutkimusmenetelmä ja aineiston kerääminen.....	26
5.3 Aineiston analyysi.....	29
5.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	30
6 TUTKIMUSTULOKSET	31
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	35
8 POHDINTA	39
LÄHTEET.....	41

LIITTEET

Liite 1. Kysymyslomake

JOHDANTO

Opinnäytetyömme aihe käsittelee kosketusta lähisuhdeväkivaltatyössä. Lähestymme aihetta tarkastelemalla lähisuhdeväkivallan eri muotoja ja avaamalla kosketuksen merkitystä. Opinnäytetyömme teoreettinen viitekehys pitää sisällään lähisuhdeväkivallan ja sen eri muodot, lähisuhdeväkivaltatyön, kosketuksen ja lohdutuksen sekä narsismin. Narsismi nousi tutkimusta tehdesämme esiin vahvasti, jonka vuoksi olemme ottaneet myös tämän persoonallisuuden häiriön esittelyyn.

Kiinnostus aiheeseen kumpuaa henkilökohtaisista kokemuksistamme työharjoittelun ja työskentelyn aikana turvakodissa. Turvakodilla tehtävä asiakastyö on vaativan tason kriisityötä. Se vaatii vahvaa ammatillisuutta kohdata lähisuhdeväkivallan uhreja ja vankkaa osaamista toimia sensitiivisen aiheen parissa moniammatillisella kentällä.

Turvakodilla tapahtunut asiakastilanne haastoi meidät miettimään kosketuksen lohduttavaa voimaa lähisuhdeväkivallan kokeneen uhrin näkökulmasta. Halusimme nimenomaan tietää, miten lähisuhdeväkivallan uhri reagoi kosketukseen sosiaalialan ammattilaisen lohduttaessa. Aihe kiinnosti meitä niin paljon, että päätimme tehdä siitä opinnäytetyömme. Halusimme tutkia ja selvittää kyselylomakkeen avulla lähisuhdeväkivaltaa kokeneilta uhreilta heidän näkökulmaansa ja mielipiteitään siitä, miten he kokevat kosketuksen lähisuhdeväkivaltatyössä. Voisiko kosketus olla lohduttava ja toipumisprosessia edistävä tapa? Huomion arvoista on toki tilanteen herkkyyys ja osapuolten välinen vuorovaikutus ja läsnäolo. Kinnusen ym. (2019) mukaan eettisen kosketuksen edellytykset ammattilaiselle ovat tahto ja taito kohdata asiakas yksilöllisesti. Inhimilliseen kohtaamiseen liittyvät vahvasti läsnäolo, empaattisuus ja tilannetaju.

Opinnäytetyömme aiheesta emme löytäneet aiempia tutkimuksia. Tämän vuoksi kiinnostuksemme aiheeseen kasvoi entisestään. Ammattitaitoa syventämällä ja oppimalla lisää kosketuksen merkityksestä voi olla suuri merkitys lähisuhdeväkivallan uhrille pienessä hetkessä. Sosiaalialan ammattilainen voi opinnäytetyömme avulla syventää ammattitaitoaan ja kohtaamisissa lähisuhdeväkivaltaa kokeneen kanssa ymmärtää paremmin uhrin herkkää tilaa.

Kosketuksen merkityksestä lähisuhdeväkivaltatyössä nimenomaan lohduttavana tekijänä emme löytäneet tutkittua tietoa. Sen sijaan itse kosketuksesta ja sen sekä henkisestä että fyysisistä hyödyistä on kirjoitettu ja tutkittu paljon. Kosketuksen merkitystä on tutkittu paljon varsinkin terveydenhoidossa, vanhustyössä ja lasten parissa. Lähisuhdeväkivallasta, sen muodoista ja haitoista löytyy paljon teoretietoa, mutta yhteyttä kosketukseen lohdutuskeinona ei.

Tutkimuksemme aihe on mielestämme tärkeä, sillä lähisuhdeväkivalta näytetään yhteiskunnallisesti laajana ongelmana. Se koskettaa välillisesti monia eri alan ja ammattien edustajia, väkivaltaa nähneitä, naapurustoa ja uhrien omaisia. Puuttumattomana se toistuu ja voimistuu. (Ahola ym. 2016, 54.)

Opinnäytetyömme tutkimusmenetelmäksi valitsimme laadullisen eli kvalitatiivisen menetelmän. Tutkimukseemme osallistui 12 lähisuhdeväkivaltaa kokenutta uhria, jotka avoimen kyselylomakkeemme kautta kertoivat oman tarinansa, kokemuksensa väkivallasta ja kokemustensa perusteella mielipiteensä kosketukseen lohduttavana keinona väkivaltatyössä.

Käytämme työssämme suoria lainauksia tutkimukseemme osallistuneiden lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden vastaajien kokemuksista. Suorat lainaukset liittyvät erilaisiin lähisuhdeväkivallan muotoihin ja uhrien kokemuksiin niistä. Suorat lainaukset vastaajien koetusta väkivallasta ovat työssämme sijoitettu kyseisen lähisuhdeväkivallan muodon yhteyteen. Toimeksiantajana opinnäytetyössämme oli Kymenlaakson turvakoti Villa Jensen.

1 LÄHISUHDEVÄKIVALTA

Tiedetään, että perheissä on kautta aikojen ollut sekä fyysistä että henkistä väkivaltaa. Tämä on voinut ilmetä joko parisuhteessa tai perheen muissa läheisissä ihmissuhteissa. Vasta kuitenkin viime vuosituhaten lopussa tähän ilmiöön havahduttiin kunnolla. Yhtenä syynä pitkään viiveeseen on mahdollisesti ollut se, että kotia on pidetty turvallisena paikkana sen asukkaille, eräänlaisena turvasatamana eikä tähän intiimiin alueeseen ole puututtu yhteiskunnan taholta. Asiasta alettiin keskustelemaan yhteiskunnallisesti ja tutkimukset ja erilaiset tukipalvelut käynnistyivät vaiheittain. (Ruohonen 2006, 9.)

Lähisuhdeväkivalta on vakava ihmisoikeusloukkaus ja se voi kohdata kenet tahansa. Pari- ja lähisuhdeväkivallasta tulee poliisin tietoon arviolta vain noin 10 %. Lähisuhdeväkivaltaa ei voi liittää erityisesti mihinkään yhteiskuntaluokkaan tai sosioekonomiseen asemaan. (Kytölä 2021, 14–18.) Viranomaisten tietoon tuli vuonna 2019 yhteensä 10 600 pari- ja lähisuhdeväkivaltarikoksen uhria. Lähisuhdeväkivallan yleisin muoto on parisuhdeväkivalta. Uhreista aikuisia oli 75 prosenttia ja näistä naisia oli kolme neljäsosaa. Samana vuonna tietoon tulleista tapauksista vajaa 40 prosenttia oli avio- ja avopuolisoiden välistä väkivaltaa. Tilastossa on vain viranomaisten tietoon tulleet tapaukset, arvattavaksi jää, kuinka suuri määrä jää ilmoittamatta viranomaisille. (Tilastokeskus 2020.)

Vuositasolla Suomessa satoja ihmisiä vammautuu ja kymmeniä kuolee lähisuhdeväkivallan tekojen seurauksena. Lähisuhdeväkivalta aiheuttaa uhrilleen turvattomuutta ja suurta hämmennystä. Miksi läheinen ja rakas ihminen käyttäytyy näin. Ahola & Ahola (2016, 60–61) toteavat teoksessaan, että uhri ei ole ainoa tilanteesta kärsivä, vaan myös väkivallantekijälle aiheutuu teoistaan syyllisyyttä ja katumusta ainakin hetkellisesti.

Lähisuhdeväkivaltatilastot ovat kasvaneet erityisesti koronapandemian aikana. Moni on myös jäänyt ilman tukea, koska ihmisiä on eristetty omiin koteihinsa. Koronavirusta ja -tartuntoja on käytetty uhkailun ja väkivallan välineenä pari- ja lähisuhhteissa (Kytölä 2021, 14–18). Koronapandemian ollessa kiivaimmillään, ihmisiä ympäri maailman on kehoitettu sosiaaliseen distanssiin eli sosiaalisen etäisyyden ottamiseen ja välttämään kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa. Tällöin ihmiset eristäytyivät koteihinsa ja poistuivat ainoastaan hankkimaan välttämättömiä elintarvikkeita tai lääkkeitä. Tämä puolestaan on lisännyt lähisuhdeväkivallan lukuja entisestään. Itseasiassa, ne ovat suorastaan kasvaneet kiihtyvällä vauhdilla. (Bradbury-Jones 2020.)

Puhuminen lähisuhdeväkivallasta on koettu vaikeaksi häpeän tunteiden ja pelon ilmapiirin vuoksi. Aiemmin käytössä ollut määritelmä perheväkivalta on vaihdettu lähisuhdeväkivallan määritelmäksi. On havaittu, että aina lähisuhdeväkivallan uhriksi joutunut ei itsekään tiedä, tai hän ei ole varma siitä, milloin

lähisuhdeväkivallan rajat on ylitetty. Lähisuhdeväkivallassa on kyse kansanterveydellisestä ongelmasta ja se vaatii isoja asennemuutoksia koko kansakunnalta, jotta muutos parempaan saadaan aikaiseksi. (Ahola & Ahola 2016, 54–55.)

Lähisuhdeväkivallassa sekä tekijä että väkivallan uhri tuntevat toisensa entuudestaan tai ovat läheisessä suhteessa toisiinsa. Väkiältä voi olla hyvin moninaista. Mitään yhtä yleistä tapaa määritellä perhe- ja lähisuhdeväkivaltaa ei ole, koska tilanteet, joissa väkiältä koetaan ovat erilaisia ja yksilöllisiä. (Tunnista väkiältä s.a.) Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan väkivallan määritelmä on seuraava:

Väkiältä on fyysisen voiman tai vallan tahallista käyttöä tai sillä uhkaamista, joka kohdistuu ihmiseen itseensä, toiseen ihmiseen tai ihmisryhmään tai yhteisöön ja joka johtaa tai joka voi hyvin todennäköisesti johtaa kuolemaan, fyysisen tai psyykkisen vamman syntymiseen, kehityksen häiriytymiseen tai perustarpeiden tyydyttymättä jäämiseen.

Toisinaan uhrin on vaikea tunnistaa, että on joutunut jatkuvan väkivallan kohteeksi. Myös väkivallan käyttäjä ei aina ymmärrä ja tunnista tilannetta väkivalaksi. Lähisuhdeväkivallalle on tyypillistä, että elämässä vaihtelevat hyvät ja huonot jaksot ja tämän vuoksi ammattilaisen onkin tärkeää ymmärtää, että perheessä tarvitaan apua. Suvantovaihe on ohimenevää ja väkiältä mitä todennäköisemmin jatkuu. (Tunnista väkiältä s.a.)

Väkivallan muotoja on monenlaisia. Lähtökohtaisesti kaikki se, mikä tahallisesti satuttaa toista tai pahoittaa hänen mieltään luokitellaan väkivallaksi. Tähän kuuluu myös uhkailu, pelottelu ja rajoittaminen. Väkiältä perheessä voi olla fyysistä, jolloin uhria esimerkiksi tönittää tai revittää. On tärkeää huomioida, ettei fyysinen väkiältä aina jätä näkyviä jälkiä. (Tunnista väkiältä s.a.)

Lidman (2015, 26–27) toteaa, että usein väkiältä jaetaan tarkkarajaisesti kolmeen osaan: henkiseen, ruumiilliseen ja seksuaaliseen väkiältäan. Parisuhdeväkivallan näkökulmasta jako on kuitenkin ongelmallinen, sillä edellä mainituilla väkivallan ylälajeilla on lukemattomia alalajeja, joita parisuhdeväkiältä

usein sisältää. Näitä ovat muun muassa alistaminen, kiristys, ahdistelu, mitätöinti ja raiskaus. Lähisuhdeväkivallan uhrin elämä on usein monen eri väkivallan muodon sekoitus ja erilaiset henkisen, fyysisen ja seksuaalisen väkivallan ylä- ja alalajit linkittyvät ja kiinnittyvät toisiinsa useilla erilaisilla tavoilla tehden uhrin elämästä painajaisen.

1.1 Fyysinen väkivalta

Fyysistä väkivaltaa pidetään lähisuhdeväkivallan ilmentymänä, vaikka se on vain yksi lähisuhteissa ilmenevä väkivallan muoto. Fyysiseen väkivaltaan kuuluu toisen henkilön satuttaminen ja siihen liittyy aina myös henkistä väkivaltaa. Väkivalta voi olla puremista, raapimista, lyömistä, raiskaamista, potkimista, tukahduttamista, tupakalla polttamista, sitomista, retuuttamista, liikkumisen estämistä, tavaroilla heittämistä, sylkemistä, sekä pahimmillaan kuolemaan johtavaa. Tässä vain joitain esimerkkejä, ilmentymiä ja tapoja on lukemattomia. Koskemattomuuden loukkaaminen on myös fyysistä väkivaltaa. Lemmikkeihin kohdistuva väkivalta fyysisin keinoin voi olla uhrille traumatisoivaa. (Kytölä 2021, 19–20.)

Fyysinen väkivalta hiipii suhteeseen yleensä salakavalasti henkisen väkivallan jälkeen. Tilannetta edeltää väkivallantekijän työskentely uhrin itsetunnon nujertamiseksi. Fyysisuus voi alkaa ensin pienemmillä teoilla, kuten kiinnipitämisellä tai liikkumisen estämisellä. Väkivalta saattaa lisääntyä ja muuttua raaemmaksi. Väkivaltaa ei välttämättä ole taukoamatta, vaan sille on ominaista syklinen ilmaantuminen. Ensin jännite kasvaa ja tulee kireä tunnelma ja siitä seuraa pelkoa. Sitten tapahtuu väkivallanteko ja uhri kokee kipua ja nöyryytystä. Väkivallantekijä saattaa kieltää tapahtuneen tai vähätellä sitä. Seuraavaa vaihetta kutsutaan "kuherruskuukaudeksi". Väkivallantekijä pahoittelee ja hyvittelee ja lupaa ettei tapahtunut tule toistumaan. Uhri saattaa miettiä oliko hänessä itsessään kuitenkin syytä. Tämän hyvittelyn ja selittelyihin uskomisen jälkeen elämä jatkuu taas mukavasti, kunnes sykli alkaa alusta. (Fyysinen väkivalta 2021.)

1.2 Henkinen väkivalta

Henkinen väkivalta on vaikea tunnistaa. Se näyttelee kuitenkin lähisuhdeväkivallassa merkittävää roolia muun muassa haukkumisen, nöyryyttämisen, mustasukkaisuuden, määrällyn, alistamisen, nukkumisen estämisen ja sosiaalisen eristämisen. Koska väkivaltainen henkilö saattaa käyttäytyä muiden kuin uhrinsa seurassa ystävällisesti, on henkisen väkivallan tunnistaminen vaikeaa. (Henkinen väkivalta s.a.) Myös julkinen nolaaminen, kontrollointi, väkivallalla uhkaaminen ja taloudellinen alistaminen ovat henkisen väkivallan merkkejä. Tyypillistä henkiselle väkivallalle on, että se pahenee vähitellen. (Tunnista väkivalta s.a).

V12: Monta kertaa jouduin lähtemään kesken päivän töistä, kun uhkaili itsemurhalla.

Henkistä väkivaltaa ei pidä sekoittaa osapuolten väliseen tasavertaiseen riiteltyyn, jolloin kumpikaan osapuoli ei koe pelkoa tai alistetuksi tulemisen tunnetta, vaan voivat vapaasti kertoa oman mielipiteensä ilman uhkaa. Henkinen väkivalta sekoittaa väkivaltaa kokevan mielen ja hän saattaa menettää tietoisuutensa siitä, mitä haluaa, tarvitsee, tuntee ja siihen mikä on oikein ja väärin. Väkivaltaa käyttävä manipuloi uhrinsa kokemaan häpeän tunteita ja syyllisyyttä teoista, joita ei ole tehnyt. Uhri kokee usein olevansa riippuvainen väkivallan tekijästä pärjätäkseen elämässään, sillä uhrin minäkuva on vääristynyt henkisen väkivallan seurauksena. (Henkinen väkivalta s.a.)

1.3 Taloudellinen väkivalta

Taloudellinen väkivalta liittyy rahaan ja rahankäyttöön. Uhria estetään käyttämästä omia varojaan tai hänet pakotetaan käyttämään rahansa väkivallankäyttäjän määräämään kohteeseen. Uhria voidaan myös kiristää ja uhkailla taloudellisilla asioilla. (Mikä on väkivaltaa s.a.)

V12: ... otettiin auton avaimet pois, etten pääse aamulla töihin.

Taloudellinen väkivaltakaan ei ole sidoksissa tiettyyn ihmisryhmään. Silläkään ei ole merkitystä, onko köyhä vai rikas. Kyse on jälleen vallasta ja vallan vää-

rinkäytöstä. Usein on niin, että parisuhteessa molempien rahat ovat vain toisen käytössä ja toisella ei ole rahaa omassa käytössään lainkaan. Naisten asema Suomessa taloudellisesta näkökulmasta on edelleen miehiä heikompi palkkatasoa myöten. Taloudellinen väkivalta ja rahattomuus voivat estää uhria lähtemästä ja hän kokee olevansa riippuvainen taloudellisesti toisesta. Tutkimusten vähäisyyden vuoksi taloudellisesta väkivallasta ei ole tarkkaa tietoa sen yleisyydestä. Ihmiset haluavat pitää taloudelliset asiansa yleensä yksityisinä, joten tämä hankaloittaa taloudellisen väkivallan esiintuloa. (Taloudellinen väkivalta 2021.)

1.4 Hengellinen väkivalta

Hengellinen väkivalta on yksi henkisen väkivallan muodoista. Se on väkivallanmuoto, joka pysyy piilossa ja jää useimmiten oman uskonnollisen piirin sisälle selvitettäväksi. Kuitenkaan kaikki uskonnollisissa piireissä tapahtuva väkivalta ei ole hengellistä väkivaltaa, vaan se voi olla henkistä, fyysistä ja seksuaalista väkivaltaa hyvin monimuotoisena. (Linjakumpu 2015, 10–13.)

Hengellisessä väkivallassa on myös kyse vallan väärinkäytöstä. Siinä koskeaan ihmisyyden toiseen intiimiin osaan seksuaalisuuden lisäksi. Uhria pyritään kontrolloimaan, pelottelemaan, manipuloimaan ja käännyttämään. Suomessa evankelis-luterilainen kirkko on määritellyt hengellisen väkivallan väkivallanmuodoksi, missä pyrkimys on vaikuttaa henkilön toimintaan ja uskoon uskonnollisen varjolla. Hengellinen väkivalta on yleensä tehokasta, koska se vaikuttaa uhrin hengellisyyteen, mikä on intiimi- ja herkkäalue. Sitä voidaan tehostaa uskonnollisen yhteisön taholta uhkailemalla ja nöyryyttämällä uhria. Uskonto ei oikeuta väkivallantekoihin. Hengellisellä väkivallalla on hyvät mahdollisuudet jäädä piiloon. Se voi olla hyvin vaikeasti nimettävissä ja tunnistettavissa, kuten henkinen väkivaltakin. (Hengellinen väkivalta 2021.)

Villa (2013) kuvaa hengellistä väkivaltaa manipuloineen iskuksi suoraan ihmisyyden ytimeen. Hengellistä väkivaltaa voi uhri kokea puolison, suvun, opettajan tai hengellisen yhteisön toimesta. Villan (2013) mukaan piispainkokouksen työryhmä on määritellyt henkisen, fyysisen ja hengellisen väkivallan

haitalliseksi toiminnaksi, joka loukkaa uhria ja hänen oikeuksiaan. Kyse on tarkoituksellisesta toiminnasta nujertaa uhrin oma elämänkatsomus ja mielipiteet. Hengellinen väkivalta on uskonnon varjolla harjoitettua henkistä väkivaltaa.

Hengellisessä väkivallassa on kyse kontrolloinnista, joka voi liittyä uhrin pukeutumiseen tai johonkin muuhun henkilökohtaiseen asiaan. Uskonnon ja manipuloinnin avulla uhrin elämä voi olla tiukkojen sääntöjen vuoksi hyvin rajoitettavaa. Uhria saatetaan jopa syyllistää siitä, miksi on itse mennyt uskonnollisen tahon jäseneksi tai miksi hän on pukeutunut liian provosoivasti. Uhreilla on myös Villan (2013) mukaan taipumus syyllistää itseään ja kokea häpeää tapahtumista ja tätä väkivallantekijät osaavat taitavasti hyödyntää edukseen. Jos uhri tuo julki väkivallantekijät ja tapahtumat, niin heidän on yleensä voimakkaampina henkilöinä helpompi syyllistää ja mustamaalata uhri yhteisön silmissä. Toinen tapa on saada manipuloitua uhri syyllistämään itsensä, joten hän epätodennäköisemmin kertoo silloin mitään.

Yhteiskunnassa hengellinen väkivalta on ollut tunnistamaton ja vaiettu aihe. Suomessa on kuitenkin havahduttu yhteiskunnalliseen keskusteluun hengellisestä väkivallasta, koska ihmiset ovat tuoneet kokemuksiaan ilmi ja aiheesta on tehty tutkimuksia. Kirkko itse, kuin myös oikeusviranomaiset ovat kansan vaatimusten mukaisesti alkaneet ottaa osaa yhteiskunnalliseen keskusteluun aiheesta. Hengellisen väkivallan pyörteissä uhri saadaan kokemaan itsensä vääränlaiseksi. Hengellinen ja henkinen väkivalta kietoutuvat melko huomaamattomasti yhteen. (Hurtig 2013, 151–154.)

1.5 Seksuaalinen väkivalta

Ihminen on seksuaalinen olento jo syntymästään lähtien ja seksuaalisuus on osa ihmisyyttä. Seksuaalista väkivaltaa kokevat ovat menettäneet oman seksuaalisen itsemääräämisoikeutensa. Raiskaus, seksiin pakottaminen, painostaminen tai seksuaalinen ahdistelu ovat esimerkkejä seksuaalisesta väkivallasta. (Tunnista väkivalta s.a.) Seksuaalinen väkivalta parisuhteessa koetaan yhdeksi henkisen väkivallan nöyryyttävimmäksi ja turmiollisimmaksi muodoksi (Välipakka 2020, 238).

V10: *Aamuisin seuraaminen suihkuun. Kehotus ottaa pöntöllä istuessani valmiusasennossa oleva elin suuhun. Suihkussa ollessani tuijottaminen päästä varpaisiin ja intiimialueen karvoituksen tarkistaminen. ”Iltaisin/öisin jo nukkuessani herään hänet ihollani, valmiusasennossa elimensä kanssa, ”oot mun vaimo”.*

Uhrin on useimmiten vaikeaa puhua kokemastaan seksuaalisesta väkivallasta ja sitä on työntekijän haasteellista tunnistaa, siksi ammattilaisen on tärkeää osata kysyä siitä suoraan kohdatessaan lähisuhdeväkivallan uhreja. Aihe on arka ja satuttava, koska yleensä seksuaaliväkivallan tekijä on uhrille tuttu, usein oma puoliso. Parisuhteissa seksiä voidaan käyttää kiristys- tai uhkailukeinona ja näin uhri saattaa siihen suostua siksi, että välttyisi joltain vakavammalta asialta (Kytölä 2021, 108–109.)

Uhri saattaa miettiä loputtomiin, kehtaako tai uskaltaako hän kertoa kenellekään kokemastaan seksuaalisesta väkivallasta. Syyllisyys ja häpeä ovat useimmiten päällimmäisinä uhrin mielessä. Ihmisen seksuaalisuus on elinikäinen ja pysyvä ominaisuus kuitenkin muuttuen ja kehittyen elämän ajan. Siksi juuri seksuaalinen väkivalta voi rikkoa ihmisen seksuaalisuutta ja omanarvontuntoa pysyvästi. Seksuaalinen väkivalta ei ole ainoastaan fyysisiä tekoja, vaikka valitettavan usein se siihen liitetäänkin. Se loukkaa ihmisyyttä ja omanarvontuntoa haavoittaen mieltä ja kehoa. (Kallio 2015, 9–10.)

Seksuaalisella väkivallalla voi rikkoa ihmissuhteita, luottamuksen ja se voi turmella uhrin käsityksen omasta vartalosta. Kallion (2015, 10–11) mukaan seksuaalisessa väkivallassa ei ole kyse seksistä, vaan väkivallasta ja vallankäytöstä. Seksuaaliseen väkivaltaan kuuluu fyysinen ja henkinen väkivalta ja niiden ympärille kietoutuu pelkoa ja uhkaa.

Jokaisella ihmisellä on itsemääräämisoikeus omaan seksuaalisuuteensa jo lapsuudesta alkaen ja se koskee kaikkia tilanteita. Seksuaalisuuteen kuuluu oikeus määrätä omaa seksuaalisuuttaan, mutta velvollisuus kunnioittaa toisten oikeutta omaan seksuaalisuuteensa vastaavasti. Kallio (2015, 10–12) kertoo kuitenkin hämmästyttävän monien kokeneen tilanteita, joissa näitä oman seksuaalisuuden rajoja on räikeästi ylitetty.

Seksuaalisen väkivallan ja hyväksikäytön lisäksi rajoja voidaan rikkoa monin eri tavoin, kuten kaltoinkohtelemalla, kokemalla itsensä paljastelua, lähenteilyillä, pakottamalla suuseksiin, viettelemällä, kosketteluun pakottamalla, luvatta kuvaamisella ja levittämällä esimerkiksi alastonkuvia. Seksuaalista väkivaltaa voi tapahtua lähes missä tahansa ja myös uhri voi valikoitua keneksi tahansa. Tekijä voi olla tuttu tai tuntematon, ja mitä läheisempi tekijä on uhrille, kuten parisuhteessa, niin sen vaikeammaksi se tekee asian kertomisen. Seksuaalisen väkivallan uhrin kohtaaminen on tärkeää ammattilaiselle. Kohtaamisella on tärkeä merkitys uhrin toipumiselle ja tuen alkuun saamiselle. (Kallio 2015, 9–12.)

Koska tutkimukseemme vastaajista valtaosa kokee olevansa narsismin uhreja, katsomme asiaankuuluvaksi liittää tähän väkivallan muotoon myös selvennyksen seksuaalisesta väkivallasta narsistin kanssa. Narsistin kanssa seksiä on ainoastaan narsistin niin halutessa. Narsisti pitää seksiä vallan välineenä ja narsisti pitää huolen siitä, että hän saa seksiä uhrin halun vastaisestikin. Seksuaalisen kanssakäymisen jälkeen uhri kokee olonsa likaiseksi ja hyväksikäytetyksi, sillä seksi on ainoastaan näytösluonteista ja siitä puuttuu läheisyys ja hellyys. Narsisti puolestaan näyttäytyy välinpitämättömänä ja kylmänä, empatiakyvyttömänä hirviönä. (Välipakka 2020, 232).

1.6 Vainoaminen ja digitaalinen väkivalta

Vainoaminen on ollut Suomessa rikos vuodesta 2014 alkaen. Vainoaminen liitetään usein lähisuhdeväkivaltaan ja varsinkin erotilanteeseen tai eron jälkeiseen aikaan. Vaino aiheuttaa uhrilleen pelkoa ja epävarmuutta, koska tekijän toimintatapoihin kuuluu muun muassa uhrinsa seuraaminen, ei toivotut yhteydenotot, ”stalkkaaminen” fyysisesti tai teknologian avulla. Tekijä saattaa vainota uhriaan esimerkiksi sosiaalisen median kautta. (Vainoaminen 2020.)

Teknologian välityksellä tapahtuvaa väkivaltaa kutsutaan digitaaliseksi väkivallaksi. Se tekee väkivallan teon todistamisen haasteelliseksi. Laitteet, kuten puhelimet ja tietokoneet ja erilaiset sovellukset ja alustat tekevät digitaalisesta väkivallasta hyvin moninaista. Ihmistä voidaan kontrolloida, häpäistä ja nolata lukemattomin eri tavoin. Useimmiten digitaalinen väkivalta yhdistetään ero- ja vainotapauksiin. (Naisten linja 2021.)

Digitaalista väkivaltaa saatetaan jopa vähätellä. Siihen voi sisältyä puheluiden ja yhteystietojen vakoilua eli "stalkkaamista", sijaintitietojen seuraamista, puheluihin ja viesteihin vaatimuksena vastata ja mikäli näin ei heti tapahdu, siitä seurauksena voi olla suuttumista ja uhkailua. Digitaalinen väkivalta voi olla myös alastonkuvien levittämistä tai sillä uhkailua tai muiden kuvien muokkauksista ja valheellisen tiedon levittämistä. Uhrin lähipiiri ja jopa viranomaiset saattavat vähätellä digitaalisen väkivallan seurauksia ja uhria saatetaan pyytää vähentämään teknologian käyttämistä tai jopa poistamaan sometilinsä. Uhrilla on kuitenkin yhtä lailla oikeus käyttää teknologiaa ja sosiaalista mediaa. Vastuu väkivallasta kuuluu ainoastaan tekijälle. (Naisten linja 2021.)

1.7 Gaslightning eli kaasuvälitys

Gaslightning eli suomeksi kaasuvälitys on yksi henkisen väkivallan muodoista, jota useimmiten tekee oma puoliso, perheenjäsen tai ystävä. Väkivallantekijä yrittää manipuloiden uskotella uhrilleen, että tämä muistaa tai ymmärtää asioita ja tapahtumia väärin, ja saa uhrinsa näin epäilemään itseään ja motiivejaan. Tätä piilomanipulointia tekeviä yhdistää taito saada uhri epäilemään todellisuudentajuaan. (Stern 2019, 21–22.)

Sternin (2019, 21–23) mukaan piilomanipulointiin eli harhautukseen tarvitaan aina vähintään kaksi henkilöä. Väkivallantekijä, jonka tehtävä on aiheuttaa hämmennystä ja kylvää epäilyksen siemen, sekä uhri eli harhautettava, jonka väkivallantekijä saa epäilemään omia käsityksiään todellisuudesta. Stern (2019, 22) kuvaa tätä teoksessaan kahden ihmisen aktiiviseksi harhautustanssiksi. Harhauttaja haluaa olla aina voimakkaampana oikeassa ja harhautettu hakee harhauttajalta hyväksyntää ja alistuu siksi harhautetuksi. Piilomanipulointi ei kuitenkaan tehoa kaikkiiin. Väkivallantekijä saattaa arvostella uhrinsa rahankäyttöä tai muita valintoja kärkkääseen sävyyn. Henkisesti vahvempaan henkilöön tällä ei ole vaikutusta. Piilomanipuloiduksi tullut uhri taas voisi vajota epätoivoon ja alkaa ajatella, että ehkä väkivallan tekijä, eli harhauttaja on sitenkin oikeassa hänen suhteensa. (Stern 2019, 23–25, 29.)

Harhautusta tapahtuu kaikenlaisissa ihmissuhteissa. Useammin kuitenkin harhauttajat ovat miehiä ja harhautetut naisia. Harhauttaminen on usein salamyhkäistä, eivätkä osapuolet välttämättä ole edes tietoisia siitä, mistä on kyse. Harhauttaja voi olla henkisesti vahva tai heikko, mutta joka tapauksessa hänen on oltava aina oikeassa. Kaikesta huolimatta harhautettu haluaa harhauttajansa hyväksyntää. Harhauttajan käytöstä todennäköisesti ei pysty muuttamaan, mutta omaa käytöstään voi muuttaa, helpolla ei selviä. Yksinkertaisimmillaan pitää vain lopettaa yhteinen harhautustanssi. (Stern 2019, 38–41, 84–85.)

Kuten aiemmin todettiin, lähisuhdeväkivaltaa voi kokea kuka tahansa. Lähisuhdeväkivallan uhrille kokemus tulee yleensä yllättäen, sillä varautuminen siihen, että läheinen käyttäytyy väkivaltaisesti, tuntuu ajatuksena mahdottomalta. Pitkään jatkunut lähisuhdeväkivalta muuttuu uhrin mielessä arkeen kuuluvaksi toiminnaksi, jonka vuoksi uhri kokee itsensä riittämättömäksi. Pelon, syyllisyyden ja häpeän tunteet estävä uhria hakemasta apua tilanteeseensa. Väkivallalla on tapana lisääntyä ajan kuluessa ja uhri saadaan kokemaan syyllisyyttä siitä, että tulee pahoinpidellyksi. Tavanomaista lähisuhdeväkivallalle on se, että se tulee aalloittain. Väkivallattoman ajanjakson aikana, väkivallan tekijä saattaa hyvittää ja lahjoa uhriaan, joka onkin yksi syy siihen, miksi uhri pysyy väkivaltaisessa suhteessa. Näiden hetkien vuoksi uhri saattaa uskoa siihen, että lähisuhdeväkivallan tekijän käytös muuttuu. Hyvien ja huonojen hetkien vuorottelu tekee uhrin olosta hämmentyneen ja sekavan. Luottamus hiipuu pikkuhiljaa, mutta siltikin uhri saattaa jäädä suhteeseen vuosikausiksi odottamaan tilanteen paranemista. (Lähisuhdeväkivalta voi koskettaa jokaista 2019.) Hyvien ja huonojen hetkien jaksoittaisuutta kutsutaan väkivallan sykliksi (Naisten linja 2021).

2 LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖ

Brunou toteaa pro gradu -tutkimuksessaan (2020), että Sullivanin mukaan (2018, 124–125) tärkeimpinä tavoitteina lähisuhdeväkivaltatyössä on väkivallan uhrien henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin lisääminen ja elämänlaadun parantaminen. Lähisuhdeväkivaltatyöhön sisältyy lähisuhdeväkivaltaan puuttuminen ja sen tunnistaminen, avun järjestäminen ja lähisuhdeväkivaltaa ehkäisevä työ. Psykososiaalisen työn tarkoituksena on kriisin keskellä olevan uhrin

lohduttaminen, ymmärtäminen, kuunteleminen ja käytännön asioissa opastaminen. Uhrin omien voimavarojen etsiminen ja hänen tukemisensa ovat tärkeässä asemassa. Suomessa Ensi- ja turvakotien liiton merkittävä toiminta-ala on turvakotipalvelujen järjestäminen. Nämä kolmannen sektorin järjestämät palvelut ovat kuitenkin myös tärkeä osa julkisia palveluja ja se vaatii lähisuhdeväkivaltatyön osaamista monilta ammatti- ja viranomaistahoilta. (Brunou 2020, 13.)

Jotta lähisuhdeväkivaltatyö voi alkaa, on tunnistettava ja otettava lähisuhdeväkivalta puheeksi. Työ ei voi alkaa, ennen kuin uhri ymmärtää olevansa lähisuhdeväkivallan uhri. Puheeksi ottamisen tueksi on luotu työkaluja, jotka auttavat ammattilaista sensitiivisessä tilanteessa. Näitä ovat muun muassa lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomake. Lähisuhdeväkivallasta tulisi pysyä kysymään rutiininomaisesti ja luontevasti osana erilaisia palveluita kuten esimerkiksi terveydenhuollossa, varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Tämä saattaa toimia tärkeänä interventiona ja voi auttaa asiakasta havahtumaan omaan tilanteeseensa. Ennaltaehkäisyn näkökulmasta katsottuna rohkea puheeksi ottaminen viestittää myös siitä, että vaikka asia ei sillä hetkellä ole ajankohtainen, voi ilmiön esille tuominen madaltaa jatkossa kynnystä siihen, että asia kerrotaan herkemmin ja avun piiriin päästään hyvissä ajoin. (Lähisuhdeväkivaltaan puuttumisen ja ehkäisyn prosessit 2019, 33.)

Lähisuhdeväkivallan tullessa ilmi, tulisi sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten ohjata uhri avun piiriin. Henkilöt, jotka ovat kokeneet lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa voivat itse tai ohjattuna hakeutua turvakotiin. Turvakodissa tehtävä lähisuhdeväkivaltatyö on kriisityötä, jossa uhrin tilanne rauhoitetaan ja tarjotaan hänelle turvattu asuminen. Turvakodin sosiaali- tai terveysalan ammattilainen tarjoaa psykososiaalista tukea, neuvoo ja ohjaa lähisuhdeväkivallan uhria. Tavoitteena on saada väkivalta, pahimmassa tapauksessa väkivallan kierre, katkeamaan ja antaa tukea ja ohjeita turvallisen elämän rakentamiselle. Lähisuhdeväkivaltatyö pitää sisällään asiakkaan omien voimavarojen löytämistä ja vahvistamista sekä erilaisten selviytymiskeinojen kartoittamista. (Mt. 43.) Apuna tässä voi toimia erilaiset voimavara- ja vahvuuskortit.

Väkivallan vastainen työ vaatii ammattilaiselta riittäviä valmiuksia väkivallan tunnistamiseksi sekä uhrien auttamiseksi hyvin varhaisessa vaiheessa. Peruskoulutuksissa tätä osa-aluetta käsitellään hyvin pintapuolisesti ja lähisuhdeväkivaltaa käsittelevät kurssit ovat usein valinnaisia. Kunnat huolehtivat ammattilaisille suunnatuista lähisuhdeväkivallan vastaisen työn täydennyskoulutuksista itsenäisesti. Yksi tuoreimmista koulutuksista liittyen lähisuhdeväkivaltaan ilmiönä on vuonna 2019 julkaistu Terveiden ja hyvinvointilaitoksen ja poliisi-ammattikorkeakoulun kanssa yhteistyössä tehty Luo luottamusta – puutu väkivaltaan -verkkokoulutus. (Mt. 65.) Teoriatiedon lisäksi myös tunnetaidot ja empatiakyky nousevat tärkeiksi ominaisuuksiksi lähisuhdeväkivaltatyössä.

Turvakodin työntekijöille on tarjottava riittävä perus- ja täydennyskoulutus väkivallan eri osa-alueista ja heillä tulee olla mahdollisuus osallistua työtä tukeviin koulutuksiin. Jokainen uusi työntekijä perehdytetään turvakodin työhön. (Ewalds ym. 2019.)

Opinnäytetyömme toimeksiantajana ja yhteistyötahona on Kymenlaakson turvakoti Villa Jensen, joka sijaitsee Kotkassa. Yhteyshenkilömme turvakodilta on johtava sosiaalityöntekijä Auli Metsälä. Turvakotipalvelu kuuluu Kymsoten palveluihin ja sen toimintaa ohjaa Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Turvakoti Villa Jensen on avoinna 24/7, ja sinne voi ottaa yhteyttä mihin vuorokauden aikaan hyvänsä, jos on kokenut lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa. Villa Jensenissä työskentelee vakituisesti 7 sosiaaliohjaajaa, jotka ovat pääasiassa koulutukseltaan sosionomeja sekä palveluesimies, joka on sosiaalityöntekijä.

Turvakotipalveluille on säädetty kansalliset laatusuositukset, joiden mukaan turvakotipalvelua tulee tuottaa. Laatua tarkkaillaan eri näkökulmista ja ulottuvuuksista. Toiminnan laatu itse asiakastyössä eli kohtaamisessa on oltava ystävällistä ja arvostavaa ja asiakkaalle on tarjottava riittävä tieto ja avunsaanti. Turvakoti on kriisityön yksikkö, joka tarjoaa lähisuhdeväkivaltaa kokeneelle tai sen uhan alla elävälle henkilölle psykososiaalista tukea, neuvontaa ja ohjausta. Tämän on tapahduttava yhteistyössä asiakkaan kanssa asiakasta osallistaen. (Ewalds ym. 2019.)

Suomessa on turvakoteja tällä hetkellä 29 kappaletta. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos vastaa laadukkaiden turvakotipalveluiden järjestämisestä lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille huolimatta iästä tai sukupuolesta. (Turvakotipalvelut 2021). Turvakotityö on laajaa yhteistyötä monien eri tahojen kanssa. Näitä ovat muun muassa poliisi, lastensuojelu, rikosuhripäivystys Riku, maahanmuuttovirasto jne. (Turvakodit s.a.)

3 NARSISMI

Tutkimuksessamme lähisuhdeväkivaltaa kokeneista vastaajista valtaosa koki olevansa narsismin uhreja. Tämän vuoksi paneudumme tutkimuksessamme hieman laajemmin narsismiin ja sen uhreihin.

Kun puhutaan narsistista, puhumme tällöin itserakkaasta henkilöstä, joka kerjää jatkuvaa huomiota saavutuksillaan. Hän on ylimielinen, kateellinen, tuntee-ton ja ulkonäkökeskeinen. Narsisti janoaa muiden alistamista ja saa siitä voimaa pönkittää itseään. Narsisti ei tunne sääliä eikä empatiaa. (Narsismin uhrien tuki ry s.a.) Suhteen toimimattomuus on aina toisen osapuolen syytä, eikä narsistin tapoihin kuulu kantaa vastuuta suhteen toimivuudesta. Useimmiten kumppani on narsistin käsittelyssä niin nöyryytetty ja alistettu, että hän kokee olevansa vastuussa huonosta parisuhteesta. (Joutsiniemi ym. 2008, 55.)

Narsismi ei kuitenkaan ole yksiselitteinen ilmiö, eikä tämän vuoksi ole helposti tunnistettavissa. Ensitapaamisella henkilöstä saattaa olla mahdotonta tunnistaa piirteitä, jotka viittaavat narsismiin. Narsistin käyttäytyminen on jäykkien ajattelumallien kirjo, joka tulee esille vuorovaikutustilanteissa toisten ihmisten kanssa. (Välipakka 2020, 12–16.)

Narsistilla on suuret kuvitelmat itsestään, myötätunnon puuttuminen muita kohtaan, sekä tietynlainen huomionhakuisuus ja vaatimus erityiseen kohteluun. (Huttunen 2018.)

3.1 Mistä paha kumpuaa?

Syyt narsistisen persoonallisuuden syntyyn piilee lapsuudessa ja kasvuolosuhteissa. Jos vanhemmat ovat kykenemättömiä osoittamaan rakkauttaan ja

ovat piittaamattomia lasta kohtaan, kokee lapsi olonsa arvottomaksi. Tällaisessa tapauksessa on vaarana, ettei lapsen persoonallisuus pääse kehittymään hyvän raameissa, vaan lapsi turvautuu ainoaan tietämäänsä voimaan, pahan voimaan. Pelko ja pahuus ympäröivät lasta ja hän oppii elämään siinä uskossa, että ainoastaan väkivallan ja pahuuden kautta voi menestyä ja selvitä elämästä. (Jokinen 2012, 31–32).

Kehityäksemme tunnetasolla normaaleiksi, me tarvitsemme vastavuoroista suhdetta hoitavaan aikuiseen, jolta haemme hyväksyviä katseita ja myötätuntoa. Narsistin lapsuutta on leimannut yleensä erinäiset vaurioittavat tekijät ja epävakaa tunnesiteet, jotka ovat aiheuttaneet henkilölle poikkeuksellisen huonon itsetunnon. Itsetuntoa kohottaakseen tarvitsee narsisti muita ihmisiä ympärilleen manipuloitavaksi ja alistettavaksi. (Välipakka 2020, 17.)

Taustalla voi olla muitakin tekijöitä, jotka vaikuttavat narsistisen persoonallisuushäiriön syntyyn. Lapsuudessa on saattanut tutkijoiden mukaan olla sellaisia traumaattisia tai pelottavia tapahtumia, joiden läpikäyminen on laiminlyöty tai niiden käsittelemiseen ei ole ollut mahdollista saada vanhempien apua ja tukea. Ylisukupolvisuus saattaa näyttäytyä myös narsismissa, sillä vanhempien lapsuuden trauma voi olla syy siihen, ettei omaa lasta kyetä hoivaamaan empaattisesti. Lapsuuden olosuhteet ovat voineet olla väkivaltaiset ja fyysisistä kuritusta on käytetty lapsen kasvatuksessa. Kaaottiset lapsuuden kasvuolosuhteet ilman rajoja ja raameja voivat enteillä narsistisen luonteenpiirteen syntymää. (Joutsiniemi ym. 2008, 33–34.)

Nyky-yhteiskunnan voidaan katsovan ruokkivan narsismia kertakäyttökulttuurilla, sosiaalisen median pinnallisuudella, sekä kiireen, uran ja arjen tasapainoilulla. Ihmisten välinen kohtaamattomuus, läsnäolon puute ja jatkuva julkisuuskuvan kiillottaminen vievät aikaa siltä tärkeimmältä: lastemme kasvun ja kehityksen tukemiselta. Kaltoinkohdeltu lapsi kantaa haavansa aikuisuuteen asti. (Välipakka 2020, 16–17.)

Vaikka aikakauttamme leimaakin narsismia ruokkiva elämäntyyli, persoonallisuutemme, tapamme suhtautua muihin ja luonteenpiirteemme kehittyvät jo ensimmäisen ja toisen elinvuotemme aikana (Joutsiniemi ym. 2008, 12).

3.2 Narsismin uhri

Tutkimukseemme osallistuneista vastaajista reilu enemmistö koki olevansa narsismin uhreja. Tämän vuoksi koimme tärkeäksi tuoda esille sitä, miltä narsistin uhrista tuntuu ja millaista hänen elämänsä on.

Ihmiset, joiden itsetunto on matalalla, ja jotka pyrkivät tekemään kumppaninsa mieliksi asioita, joita eivät oikeastaan tahtoisi tehdä, ovat suurella todennäköisyydellä unelmakumppaneita narsistille. Narsisti nauttii siitä, että saa päättää asioista kumppaninsa puolesta ja että kumppanille omaa hyvää oloa ja onnea tärkeämpää ovat narsistin tunteet. Vaikka mikään näistä edellisistä ei kuvaisi henkilön luonteenpiirteitä, voi hän silti joutua narsistin uhriksi. Jopa ammattilaisten on vaikea tunnistaa hurmaavaa narsistia. Tavanomaista narsistille kuitenkin on, että hän hakee ja tarvitsee rinnalleen fyysisesti, taloudellisesti tai älyllisesti heikompaa kumppania kuin mitä itse on. (Välipakka 2020, 84.)

Elämä narsistin kanssa on ihanien ja raastavien hetkien, hyvän ja pahan vuorottelua. Narsisti loukkaa uhriaan loputtomilla tyhjillä lupauksilla ja pettymykset seuraavat toisiaan. Nöyryytys ja jatkuva stressi kuluttavat uhrin lopulta loppuun. Uhri tulee kuin huomaamattaan riippuvaiseksi narsistista ja hänen oma tahtonsa ja minuutensa on alistettu narsistin tarpeisiin ja mielen mukaiseksi. (Välipakka 2020, 91.) Usein narsistien kumppanit ja perheet kärsivät masennuksesta ja toivottomuudesta. Uhrin uupuvat psyykkisesti ja huono itsetunto, epätoivo ja ihmisarvon polkeminen lamaannuttavat uhrin tilanteeseen, josta on vaikea päästä irti. (Joutsiniemi ym. 2008.)

4 KOSKETUS JA LOHDUTUS

Kosketus tarkoittaa kontaktia kahden ihmisen välillä ilman etäisyyttä. Kosketuksella tarkoitetaan fyysistä kosketusta konkreettisesti kahden ihmisen kesken. Koskettelu taas on toistuvasti tehtyä koskettamista käsin.

Kosketustilanteessa on suuri merkitys sillä, mikä on kahden koskettavan tai kosketetuksi tulevan ihmisen suhde keskenään. Kosketus voi sisältää seksuaalisia tapoja, se voi tarkoittaa tykkäämistä, mutta se voi olla myös fyysistä vallankäyttöä ja -väkivaltaa. Kosketustilanteessa on myös muita tekijöitä, jotka vaikuttavat kosketustapahtumaan ja sen seurauksiin kuten kosketuksen kesto,

intensiteetti, muiden henkilöiden läsnäolo, tilanne ja tyyli. Tilanteella ja ihmisten välisellä suhteella on Enäkosken ja Routasalon mukaan suurin merkitys (1998, 71–72.)

Kosketuksen sanotaan olevan yksi työväline sosiaali- ja terveydenhuollossa. Tyypillisiä ja välttämättömiäkin tilanteita kosketukselle ovat esimerkkeinä vanhusten hoitotyössä avustaminen liikkumisessa, sairaaloiden vuodeosastoilla hoitotoimenpiteiden aikana, päiväkodeissa ja varhaiskasvatuksessa pienten lasten pukemis- ja lohduttamistilanteissa. (Kinnunen ym. 2019 10–11.)

Hoitaja voi hoitotilanteessa sisällyttää ”ylimääräisen” hoitotoimenpiteeseen kuulumattoman välittävän kosketuksen, kuten laskea kätensä potilaan olkapäälle. Näin toimiessaan hoitaja osoittaa empatiaa ja potilaan huomioimista. Kosketuksen on oltava potilaalle kunnioittavaa ja ”turva-alueet” huomioivaa. Tällaisina neutraaleina kosketusalueina pidetään hartioita ja olka- ja käsivarsien seutua. (Kinnunen ym. 2019, 53–54.)

Lääketieteessä on tutkittu ja tiedetty pitkään kosketuksen hyödyistä. Se muun muassa tasaa hermosysteemiä, lisää verenkiertoa, rentouttaa jännittyneitä lihaksia ja vahvistaa vastustuskykyä. Kognitiivisia hyviä vaikutuksia voi olla myös helpompi oppiminen. Rentoutuessaan kosketuksesta ihmisen pelko ja aggressiot voivat vähentyä. Oksitosiinihormonilla on suuri merkitys. Sen erityksen on todettu voimistuvan kosketuksessa. Sillä on rauhoittava ja rentouttava vaikutus, ja tämä koetaan mielihyvän tunteena vähentäen stressihormoneita. (Gothóni 2012, 50–51.) Lähisuhdeväkivallan uhri on usein turvakotiin saapuessaan peloissaan tilanteestaan ja ahdistunut epävarmasta tulevaisuudesta. Väkivaltaisesta suhteesta irti pääseminen aiheuttaa uhrille usein stressiä ja kuten Gothóni (2012) tutkimuksessaan toteaa, voi kosketuksen avulla uhrin olo helpottua ja rauhoittua.

Terveydenhoidossa ja lääketieteellisissä toimenpiteissä potilaiden kosketukselta ei voi välttyä. Tutkimusten mukaan potilaille tehdyistä hoitotoimenpiteistä noin 90 % sisältää koskettamista. Hoitotyössä koskettaminen jaetaan erilaisiin koskettamisen tapoihin riippuen siitä, mitä tehdään. **Tehtäväkeskeisessä kosketuksessa** hoitotoimenpiteissä käytetään yleensä erilaisia laitteita ja apuvälineitä, jotka saattavat aiheuttaa tahatonta kipua. **Avustava kosketus**

liittyy yleensä siihen, että potilaan tai asiakkaan oma toimintakyky on heikentynyt niin paljon, että hän tarvitsee apua esimerkiksi vuoteesta nousemiseen ja peseytymiseen. **Kuntouttavassa kosketuksessa** voi olla kyse fysioterapeutin avustuksella tehtävissä harjoitteissa, jotta asiakkaan toimintakyky säilyisi. **Tutkivaa kosketusta** voi toteuttaa lääkäri tunnustellessaan potilasta. Tällainen kosketus voi tuntua potilaasta miellyttävältä, jos hän kokee kosketuksen myötätuntoiseksi itseään kohtaan. **Välittävä kosketus** on nostettu tutkimuksissa esiin siksi, että sen lisäämisellä hoitotyössä voitaisiin saada aikaan potilaalle positiivinen tunnetila hoidon aikana ja hän saisi aidon tunteen hoitajan myötunnosta. Tarkoituksena on osoittaa välittämistä ja empatiaa ihmisen ihmiselle ilman hoitajan henkilökohtaisia tunteita. (Kinnunen ym. 2019, 40–53.) Välittävä kosketus on keskeisin kosketuksen muoto väkivaltatyössä.

Kaikkea kosketusta ei suinkaan koeta miellyttäväksi. Hyväksikin tarkoitettu kosketus saatetaan kokea negatiivisesti. Kosketusta melkeinpä tärkeämpää ovat aika, paikka ja koskettajan luontevuus tilanteessa. Se, miten henkilö kokee kosketuksen, on hyvinkin yksilöllinen asia. Tilanteessa vaikuttavia asioita ovat kosketettavan henkilön persoonallisuus, aiemmat kokemukset, asenteet ja kulttuurilliset seikat. Koponen pro gradu -tutkimuksessaan toteaa Enäkosken ja Routasalon (1998) olevan sitä mieltä, että luontevaa koskettamista ja kosketettavana olemista voi opetella. Oleellista tilanteessa on tarkkailla kosketettavan henkilön reaktioita koskettamiselle. (Koponen, 2009, 11.)

”Jokainen tarvitsee joskus lohdutusta” toteaa Mirja Sinkkonen (2016, 11). Jo vauva kertoo avuntarpeestaan itkulla ja hän oppii hoivan kautta tuntemaan olevansa turvassa. Syli mielletään turvalliseksi paikaksi, joka on kuin lohdutuksen kehto. Vauvasta saakka saatu varhainen hoiva luo vahvaa pohjaa elämälle. Kuitenkin lohdutuksen tarve säilyy useimmiten läpi elämän, vaikkakin fyysinen ja emotionaalinen tuki olisivat olleet miten vahvoja tahansa. Elämän pettymykset ja ongelmat esimerkiksi parisuhteissa altistavat mielen järkkymiselle ja tätä myöden lohdutuksen tarpeelle. (Sinkkonen 2016, 11–12.)

Ihmiset kehittyvät vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Kosketettaessa ihminen tulee kohdatuksi. Jo pienelläkin kosketuksella voi olla suurta merkitystä. Tämä vuorovaikutus alkaa jo vastasyntyneellä, joka kätilön käsien kautta siirtyy äidin ja isän syliin. Vauvan varhaisimmat kokemukset omasta

olemassaolostaan syntyvät juuri kosketuksen kautta. Oma lähikulttuuri lapsen kasvaessa muovaa ja vaikuttaa siihen, millainen vuorovaikutus on sopivaa ja luontevaa. Vuorovaikutukseen kuuluu kosketus, ja kosketus toimii ikään kuin viestinä. Kaikilla aisteilla on oleellinen merkitys oman todellisuuden syntyyn ja kehittymiseen. Kosketus on konkreettinen keino antaa henkistä ja fyysistä tukea tarvittavassa tilanteessa. Ihmistä kunnioittava kosketus voi lohduttaa, rentouttaa, rauhoittaa ja lievittää kärsimystä kokonaisvaltaisesti. (Styrman & Torniainen 2018, 25–26, 53.)

Turvakotityö on vaativan tason kriisityötä, jossa lähisuhdeväkivaltaa kokenut kohdataan usein shokkitilassa. Turvakotiin voi tulla myös tarkkaan suunnitellusti. Olkoonkin, että tilanne on mikä tahansa, on tärkeää, että huomioidaan asiakas ja lohdutetaan häntä. Hän kaipaa tukea, ymmärrystä ja turvallisen ympäristön rauhoittumiseen. Styrmanin ja Torniainen (2018) mukaan kohtaamisessa käytettävä kunnioittava kosketus voi toimia rauhoittavana ja lohduttavana elementtinä. Kosketuksessa vapautuu oksitosiinia, joka aktivoi fysiologisen rauhoittumisreaktion (Moberg 2007, 116).

Kinnusen ym. (2019) tutkimuksen ja ammattilaisten haastatteluiden mukaan kosketuksella on monia mahdollisuuksia ja se on merkittävä taito työssä. Tässä yhteydessä he havaitsivat myös, että koulutusta ammatillisesta kosketuksesta olisi tärkeää lisätä. Monissa koulutuksissa huomioidaan jo niin sanottu välttämätön kosketus, mutta muunlaista lohduttavaa ja kannustavaa vähemmän. Kinnunen ym. kuvaavat kosketuksen voivan olla jollekin jopa elintärkeää ja korjaava kokemus. Kosketuksen kohteena voi olla tällöin kosketustavalle jäänyt lapsi lastensuojelun asiakkaana tai väkivallan uhri tai saattohoitossa oleva ihminen. (Kinnunen, T. ym. 2019, 11–13.)

Myös päinvastaisesti kosketuksen loppumista ja sen puuttamista on tutkittu. Pitkäaikaisen stressin on todettu lisäävän sairastamisriskiä ja sitä pidetään epäterveellisenä muutenkin. Haittavaikutuksina mainittakoon muun muassa kohonnut verenpaine ja muut sydämen johtumishäiriöt. Esimerkkinä paris-kunta, joka eroaa ja tästä aiheutuu suuri stressitilanne tai toinen heistä kuolee aiheuttaen reilusti suurentuneen sairastumisriskin. Suhteen loppuessa loppuvat kosketuksetkin ja niiden aikaan saamat hyvinolontunteet. (Moberg 2007, 129–130.)

5 TUTKIMUKSEN TAUSTA

Tämän luvun tarkoituksena on kuvata opinnäytetyömme tarvetta ja sitä kautta aiheenvalintaa tarkemmin. Lähisuhdeväkivallan uhrin auttaminen on vaativan tason psykososiaalista työtä, jonka tarkoituksena on kriisin keskellä olevan uhrin lohduttaminen, ymmärtäminen, kuunteleminen ja käytännön asioissa opastaminen. Uhrin omien voimavarojen etsiminen ja hänen tukemisensa ovat turvakotityön keskiössä. Voisiko kosketus antaa lisäarvoa uhrin toipumisprosessiin?

Olemme molemmat tehneet opintoihimme liittyvän harjoittelujakson turvakoti Villa Jensenissä. Hakeuduimme sinne, koska turvakotityö tuntui kiinnostavalta ja halusimme oppia kriisi- ja lähisuhdeväkivaltatyöstä. Toinen meistä on myös työskennellyt sijaisena kyseisessä turvakodissa.

Opinnäytetyömme aiheen taustalla on turvakodilla tapahtunut asiakastilanne, jossa asiakas oli loppukeskustelun jälkeen lähdössä pois turvakodista. Tilanteessa hyvästeltiin asiakasta, joka oli koko loppukeskustelun ja kotiin lähdön ajan silminnähden tunteellinen. Hän pidätteli itkua ja vaikutti siltä, kuin olisi odottanut halausta hyvästiksi. Hyvästelyn jälkeen asiakas jäi edelleen paikalleen seisomaan ja katselemaan meitä, kuin odottaakseen jotain. Kukaan ei tehnyt mitään. Se lyhyt ja odottava hetki oli käänteentekevä opinnäytetyömme aiheen näkökulmasta katsottuna. Tämä tilanne sai turvakodilla aikaan keskustelua aiheesta, saako asiakasta lohduttaa koskettamalla?

Seuraavaksi esittelemme tutkimuskysymykset ja kerromme tutkimusmenetelmistä sekä aineiston keruusta ja analyysistä. Luvun lopussa pohdimme laadullisen tutkimuksemme eettisyyttä ja luotettavuutta.

5.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten kosketus toimii

lähisuhdeväkivaltatyössä lohduttavana tekijänä. Lähisuhdeväkivallan muotoja on monia ja onkin mielenkiintoista saada selville vaikuttaako kokemus väkivalta-
lasta siihen, miten kosketukseen suhtaudutaan. Voisiko oikealla hetkellä ja ti-
lanteeseen sopivalla tavalla tehty kosketus nopeuttaa asiakkaan toipumispro-
sessia?

Tutkimuksemme tavoitteena on saada arvokasta ja ajankohtaista tietoa, joka
palvelee sosiaalialan ammattilaisia työssään lähisuhdeväkivaltaa kohdannei-
den parissa. Suurimman hyödyn tästä tutkimuksesta saa kuitenkin itse
lähisuhdeväkivallan uhri. Tavoitteenamme on auttaa kehittämään
lähisuhdeväkivallan uhrien parissa tehtävää työtä ja antaa ammattilaisille lisää
työkaluja asiakkaan tukemiseen ja kohtaamiseen.

Olemme laatineet seuraavanlaiset tutkimuskysymykset:

1. Miten lähisuhdeväkivaltaa kokenut suhtautuu väkivaltatyötä tekevän so-
siaalialan ammattilaisen kosketukseen?
2. Millaista lohduttavan kosketuksen tulisi olla asiakkaan näkökulmasta?

5.2 Tutkimusmenetelmä ja aineiston kerääminen

Tutkimusmenetelmä opinnäytetyössämme oli laadullinen eli kvalitatiivinen me-
netelmä. Perehdymme ilmiöön, jota on tutkittu hyvin vähän, jos ollenkaan, eikä
selittäviä teorioita löydy. Opinnäytetyömme tarkoitus on oppia ymmärtämään,
voiko kosketus toimia lohdutuskeinona lähisuhdeväkivaltatyössä. Työssämme
meitä kiinnostaa tutkittavien ihmisten asenne ja suhtautuminen kosketukseen.

Laadullisessa opinnäytetyössä tarkastellaan merkitysten maailmaa kokonais-
valtaisesti. Se tutkii ihmisten tuntemuksia koetusta todellisuudesta ja ainutker-
taisia ilmiöitä kuten esimerkiksi ihmisten yksilöllisiä kokemuksia ja sitä, mitä ih-
minen pitää itselleen tärkeänä ja merkittävänä. (Vilkka 2015, 118.)

Alkuun tarkoituksenamme oli haastatella turvakodin asiakkaita kasvotusten,
mutta maailmanlaajuisen koronapandemian keskellä huomasimme sen olevan
erittäin vaikeaa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen suositukset kokoontumi-
sista ja vierailijoista turvakodilla rajoittivat ja haastoivat suunnitelmaamme.

Päädyimme luomaan kyselyn saatesanoin, jota jaoin yhteistyössä eri lähisuhdeväkivallan toimijoiden sosiaalisen median kanavien kautta.

Tässä tutkimuksessa sosiaalinen media tarkoittaa Internet-pohjaista Web-tekniologiaa käyttävää alustaa ja siellä palvelua Facebook. Sosiaalisen median käyttö tutkimuksessa vaatii eettisyyttä. Haittojen on jäätävä mahdollisimman pieniksi suhteessa hyötyyn. Tutkimuksen keskellä on kuitenkin ihmisarvo, itsemääräämisoikeus, turvallisuus ja luotettavuus. Mitä herkemmästä tutkimuskohderyhmästä on kyse, sitä suurempi vastuu on tutkijoilla suojella ryhmää. (Terkamo-Moisio ym. 2016.)

Sosiaalisessa mediassa oli mahdollisuus jakaa tietoa tehtävästä tutkimuksestamme ja saada infoa tavoitellulle kohderyhmälle, eli lähisuhdeväkivaltaa kokeneille uhreille. Sosiaalisessa mediassa jaetun tutkimuksemme tulosten luotettavuustekijänä mainittakoon se, että kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista ja koska kyseessä oli varsin sensitiivinen aihe, niin avoimet kysymykset mahdollistivat sen, että vastaaja sai kirjoittaa ja muotoilla vastauksensa kuten halusi.

Vastauksien keräämistä varten loimme oman sähköpostiosoitteen. Aikaa kyselyyn vastaamiseen annoimme kaksi viikkoa. Päädyimme tähän sen vuoksi, että koimme vastaajien tarvitsevan riittävästi aikaa prosessoida ja muistella kokemaansa lähisuhdeväkivaltaa ja siirtää ajatuksiaan kyselyymme. Pidempi aika olisi mielestämme saattanut toimia käänteisesti ja jopa vähentää vastauksen määrää, sillä kyselyyn vastaamista olisi saatettu siirtää ja tämän myötä se olisi unohdettu.

Valtaosa vastauksista tuli lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden sosiaalisen median suljetusta ryhmästä, Narsistin uhrien vertaistukiryhmästä. Tämän lisäksi jaoin kyselylomaketta yhteistyössä muiden vertaisryhmien kautta: VIOLA – väkivallasta vapaaksi ry., Hyvinpitely, Narsismi.info ja Ensi- ja turvakotien liitto. Tämän vuoksi meillä on syytä olettaa, että vastaajat ovat kokeneet lähisuhdeväkivaltaa ja vastaavat kyselylomakkeen kysymyksiin rehellisesti toivomiemme kriteerien mukaisesti. Tutkimuksessa mukana olleet yhteistyötahot toimivat lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden uhrien parissa. Tämän lisäksi olimme

yhteydessä sosiaalisen median vaikuttajaan, Sami Minkkiseen, joka ystävällisesti jakoi kyselylomakkeemme omilla Facebook-sivuillaan ”Havaintoja parisuhteesta”. Minkkisellä on kyseisellä sivustolla yli 90 tuhatta seuraajaa ja hän on käsitellyt rohkeasti blogipäivityksissään lähisuhdeväkivaltaa.

Kyselylomake (Liite 1) koostui neljästä avoimesta kysymyksestä. Haimme täysi-ikäisiä vastaajia, jotka ovat kokeneet jonkinlaista lähisuhdeväkivaltaa. Avointen kysymysten tarkoituksena oli antaa vastaajalle vapaus vastata laajasti tai lyhyesti, parhaaksi katsomallaan tavalla. Kysymysten runko oli kuitenkin tarkasti sidottu opinnäytetyömme aiheeseen ja tutkimuskysymyksiin. Pyrimme välttämään kysymyksiä, joihin vastaajan on mahdollista vastata kyllä tai ei vastauksilla. Kysymyksemme alkoivatkin millainen, mitä ja miten sanoilla, joiden avulla pääsimme laajemmin käsiksi tutkittavien kokemuksiin ja käsityksiin aiheesta. Alkuperäisen suunnitelman kariuduttua tiedostimme sen, että kysymysten on oltava riittävän laajoja mutta strukturoituja, koska lisäkysymyksiin ei ollut mahdollisuutta. Kysymyksiä laatiessamme kiinnitimme erityistä huomiota siihen, että kysymykset ovat selkeitä mutta mahdollistavat vastaajalle myös laajemman kuvauksen kokemuksistaan. Kysymyksiä miettiessämme tarkoituksenamme olikin hakea laadulliseen tutkimukseemme pikeminkin laajaa sisältöä, eikä niinkään vastauksien määrää kappaleina. (Vilkkä 2015, 127–129.)

Kysymyslomakkeessa laatimiamme avoimia kysymyksiä oli yhteensä neljä. Pyysimme vastaajia kertomaan **ensin** omin sanoin kokemastaan lähisuhdeväkivallasta. Milloin väkivaltaa on tapahtunut, kuinka kauan sitä on jatkunut ja kenen toimesta. Tällä kysymyksellä halusimme saada selville, voiko väkivallan kesto ja muoto olla yhteydessä siihen, kuinka uhri kokee kosketuksen lohduttavana. **Toisessa** kysymyksessä toivoimme vastausta siihen, miten vastaaja toivoisi tulevansa kohdatuksi väkivaltatyötä tekevän ammattilaisen taholta. Tämän kysymyksen avulla halusimme herätellä vastaajaa miettimään mitkä olisivat ne mieleiset tavat, joilla hän haluaa tulla kohdatuksi. **Kolmannessa** kysymyksessä pyysimme vastaajaa miettimään hetken ajan, millaisessa tilanteessa hän toivoisi tulevansa lohdutetuksi koskettamalla. Tämä kysymys oli opinnäytetyömme näkökulmasta oleellinen, sillä sen avulla saimme tärkeää tietoa tutkimuskysymyksiimme. **Neljännessä** kysymyksessä kysyimme vas-

taajalta, että millainen kosketus olisi hänen mielestään lohduttavaa. Tämä kysymys antoi meille vastauksia siihen, toivoiko uhri tulevansa kosketetuksi lohdutettaessa laisinkaan. Viimeiseksi pyysimme vastaajaa lähettämään terveisiä ammattilaiselle, joka kohtaa lähisuhdeväkivaltaa kokevia työssään. Koimme, että laatimamme kyselylomakkeen avoimet kysymykset olivat linjassaan asettamiemme tutkimuskysymysten kanssa.

Tällä tiedonkeruunmuodolla oli myös haasteensa, sillä emme voineet olla varmoja, saammeko riittävästi vastauksia. Avoimet kysymykset vaativat vastaajalta enemmän kuin kyselylomake, jossa vastausvaihtoehdot ovat annettu valmiiksi. Meidän tuli muotoilla kysymykset niin monipuolisiksi, kattaviksi ja selkeiksi vastaajille, että saisimme varmasti niiden avulla runsaasti materiaalia pohtia ja saada vastauksia tutkimuskysymyksiimme. Mahdollisuuksia lisäkysymysten esittämiseen ei tällä tiedonkeruunmenetelmällä ollut. Näimme kuitenkin avoimilla kysymyksillä mahdollisuuden siihen, että vastaajat vastaavat annettuihin kysymyksiin laajemmin. Vallitsevan koronaepidemian vuoksi päädyimme tähän aineistonkeruun menetelmään.

5.3 Aineiston analyysi

Saimme asettamaamme määräaikaan mennessä sähköpostitse kaksitoista vastausta. Aloitimme analysoimisen lukemalla saadut vastaukset läpi useaan kertaan. Tämän jälkeen siirryimme tekemään sisällönanalyysiä teemoittamalla vastauksia ja peilaten niitä kysymyslomakkeessa olleisiin kysymyksiin. Teemoittelussa käytimme eri värejä, joka auttoi meitä keskittymään tutkimuksen kannalta oleellisiin asioihin ja hakemaan vastauksia tutkimuskysymyksiin. Etsimme aineistosta kyselylomakkeemme kysymyksiin vastauksia niin, että joka kysymyksen vastauksella oli oma värinsä. Haimme siis tietoa väkivallan muodosta, kestosta, tekijästä, kosketuksesta ja kohtaamisesta sekä vastaajan mielestä soveliaasta tavasta lohduttaa ja alleviivasimme näihin liittyviä asiansanoja vastauksista. Tämän jälkeen teimme taulukon ja siirsimme vastaukset sinne värikoodeittain. Taulukosta pystyimme poimimaan oleelliset tiedot tutkimuksemme kannalta, ja tämä myös selkeytti tutkimuksen analysointia.

Sisällönanalyysissä on tarkoitus keskittyä tutkimuksen kannalta oleellisiin seikkoihin ja poimia materiaalista vain merkittävät tekijät, jotka auttavat hahmottamaan tutkittavaa aihetta. Vaikka vastauksien joukossa olikin paljon mielenkiintoisia näkökulmia, pitäydyimme tarkasti ennalta määritellyssä aiheessa. Pilkkomalla ja ryhmittelemällä laadullisen aineiston sisältöä aihepiireittäin, voidaan vertailla sitä, miten kysytyt teemat esiintyvät tutkimusaineistossa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 107).

Kysymysten vastaukset analysoimme niin, että fokus säilyy tutkimuskysymyksissämme, eli siinä, mistä olemme kiinnostuneita saamaan tietoa. Tutkimuksessamme olemme kiinnostuneet saamaan tietoa kaikkeen kosketukseen liittyvästä. Tarkoituksena on pilkkoa avoimista kysymyksistä saatu aineisto erilaisten teemojen mukaan. Tutkimuskysymykset tulee olla linjassa raportoitavien vastausten kanssa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 103).

5.4 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Laadullisen tutkimuksen luotettavuus perustuu tutkimuskohteen ja saadun materiaalin yhteensopivuuteen, eikä tutkimuksen luotettavuutta alenna epäolennaiset seikat, kuten esimerkiksi väärin ymmärretyt kysymykset. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuus perustuu myös tutkijaan itseensä ja hänen rehellisyyteensä. Luotettavuutta arvioidaan opinnäytetyön edetessä jokaisessa vaiheessa ja jokaisen valinnan kohdalla. Tutkimuksessamme meidän tulee pystyä perustelemaan valintamme ja tutkimuksemme tulokset. (Vilka 2015.) Tutkimuksemme teoreettisessa viitekehyksessä käytimme mahdollisimman tuoretta kirjallisuutta ja ajankohtaista sähköistä materiaalia.

Arvioitaessa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta ei yksiselitteistä ohjetta tähän ole. Tutkimuksen luotettavuutta tarkastellessa tulisi muun muassa huomioida mitä ollaan tutkimassa ja miksi. Luotettavuuden kannalta on merkittävää, miten aineisto on kerätty ja millaisia yhteistyötahoja tutkimuksessa on käytetty. Tutkijan on tuotettava luotettava raportti tutkimustulosten pohjalta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 163–164.)

Tutkimuksen luotettavuutta lisää mielestämme myös se, että tutkimukseen osallistuneet vastasivat omalla nimellään, vaikka mahdollisuus oli vastata

myös anonymisti. Toimme kyselylomakkeen saatesanoissa selkeästi ja rehellisesti julki sen, että vastaukset käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti eikä henkilötiedot tule esille missään tutkimuksen vaiheessa. Tutkimukseen saadut henkilökohtaiset vastaukset ja muu tunnistettava materiaali tuhotaan opinnäytetyön valmistuttua. Tämä on oleellinen seikka luotettavuuden osalta.

Laatimamme kysymykset olivat tarkkaan harkittuja ja selkeäksi muotoiltuja. Tällä pyrimme siihen, että kysymykset ymmärrettiin niin, kuin halusimme ne ymmärrettävän. Hirsjärven ym. (2004) mukaan laadullisen tutkimuksen periaatteena on tutkia asiaa kokonaisvaltaisesti kuvaten todellista elämää. Laati-
miemme kysymysten avulla pyrittiin saamaan laadukkaat ja laajat vastaukset.

Eettisyydellä on tärkeä rooli tutkimuksessa. Se on luotettavuuden lisäksi laadukkaan tutkimuksen toinen puoli. Tutkimuksessamme noudatimme hyvää tieteellistä käytäntöä aineiston keruussa, tuloksia analysoidessa ja raportointia tehdessämme. Olimme huolellisia, rehellisiä ja tarkkoja. Tämän tutkimuksen eettinen lähtökohta oli sen sensitiivisyyden vuoksi ihmisarvon kunnioittaminen ja jokaisen vastaajan itsemääräämisoikeus siitä, mitä ja kuinka paljon tietoa hän on valmis kanssamme jakamaan. Opinnäytetyömme sensitiivisyyden takia on tutkimuksessamme pidettävä huoli tutkittavien yksityisyyden säilymisestä. Aiheen arkaluontoisuuden vuoksi vastaajien henkilötietojen suojaamista pidimme äärimmäisen tärkeänä. Tutkimuksessamme käyttämät tutkimustiedot pidämme luottamuksellisina eikä niitä luovuteta ulkopuolisille. Vastauksissa saamiamme tietoja käytämme ainoastaan opinnäytetyömme raportoinnissa. (Hirsjärvi ym. 2009, 25–27.)

6 TUTKIMUSTULOKSET

Kysymyslomakkeemme kysymykset olivat avoimia, mutta kuitenkin selkeästi raamitettuja. Saimme kysymyksiimme monipuolisia ja kattavia vastauksia. Osa vastaajista totesi kirjoittamisen toimivan terapeuttisena kokemuksena. Vastaajien kokemuksia lukiessa välittyi vahva tunne siitä, että monelle heistä asioiden pohtiminen ja niihin palaaminen auttoi jäsentämään tunteita ja väkivallan kokemuksia.

Halusimme tutkia kosketusta lähisuhdeväkivaltatyössä, koska koimme tärkeäksi selvittää, voisiko sosiaalialan ammattilaisen kosketus toimia lohdutuskeinona lähisuhdeväkivaltaa kokeneelle. Kyselyymme saimme vastauksia 12 kappaletta. Vastausten laajuus ja sisällön tuottama materiaali oli mielestämme sopiva, jotta saimme tutkimukseemme luotettavan otannan vastaajien mielipiteistä ja vastaukset tutkimuskysymyksiimme. Tulkitsemme vastaukset olettaen vastaajien vastanneen totuudenmukaisesti antamiimme kysymyksiin.

Tutkimuksemme menetelmä oli laadullinen, eikä tällöin Vilkan (2021, 150) mukaan ole niinkään merkittävää tutkimusaineiston koko, vaan pikemminkin sen laatu, jotta se voisi toimia apuvälineenä tutkimuksessamme. Olemme analysoineet tutkimusmateriaalin mielestämme perusteellisesti ja saaneet tällä otannalla lisää ymmärrystä kosketuksen merkityksestä lohduttavana tekijänä lähisuhdeväkivaltatyössä. Laadullisen aineiston ei tarvitse olla määrältään suuri, jotta päästään luotettavaan tulokseen, kunhan analyysi on tehty perusteellisesti (Vilka 2021, 150).

Kyselyyn vastanneista kahdestatoista henkilöstä kaikki olivat naisia. Kyselyyn vastaaminen edellytti täysi-ikäisyyttä. Muulle iän määrittämiselle emme kokeneet olevan tarvetta, mutta vastauksista selvisi, että olimme saaneet vastauksia kaikista ikäryhmistä, 20 vuodesta aina 70 ikävuoteen saakka. Kaikki vastaajat ovat kokeneet lähisuhdeväkivaltaa aikuisella iällä puolisonsa toimesta, ja kaksi vastaajista ovat tämän lisäksi kokeneet lähisuhdeväkivaltaa lapsena isän tekemänä. Vastaajista neljä on kokenut lähisuhdeväkivaltaa puolison lisäksi myös muilta tahoilta. Näitä olivat kommuunissa asuva seinänaapuri, perhetuttu ja seurustelukumppani.

Koska suurin osa vastauksista, kahdeksan kappaletta, tuli Narsistin uhrien vertaistuki ry ryhmän kautta, päättelimme valtaosan uhreista kokeneen eläneensä narsistin kanssa. Nämä kahdeksan vastaajaa kertoivat itse nähneensä ilmoituksemme kyseisessä ryhmässä. Heistä kolme käyttivät myös itse nimitystä "narsisti" väkivaltaisesta puolisostaan.

Vastaajien kokemia lähisuhdeväkivallan muotoja olivat fyysinen, henkinen, seksuaalinen, taloudellinen ja digitaalinen. Kaikki vastaajat olivat kokeneet

sekä henkistä että fyysistä väkivaltaa. Neljä vastaajista olivat kokeneet seksuaalista sekä taloudellista väkivaltaa. Yhdessä vastauksista mainittiin myös *gaslightning* väkivallan muotona ja eräs toinen vastaajaa mainitsi digitaalisen väkivallan. Yleensä henkistä väkivaltaa on jatkunut jo hyvin pitkään ennen kuin fyysinen väkivalta astuu kuvioon mukaan (Fyysinen väkivalta 2021).

Lähisuhdeväkivallan kesto vaihteli vastaajien kesken suuresti. Heidän kokemansa lähisuhdeväkivalta oli jatkunut puolestatoista vuodesta aina vuosikymmeniin asti. Puolet vastaajista olivat kokeneet elämänsä aikana lähisuhdeväkivaltaa useammalta taholta. Viidellä vastaajalla on väkivalta jatkunut suhteissa, vaikka puoliso on vaihtunut. Kaksi vastaajista on kärsinyt lähisuhdeväkivalta elämänsä aikana jopa kolmen eri läheisen toimesta.

Kyselyssä kysyimme, miten lähisuhdeväkivallan uhrin toivoivat tulevansa kohdatuksi väkivaltatyötä tekevän ammattilaisen taholta. Vastauksista selkeimmin esille nousi ammattilaisen kiireetön läsnäolo. Ammattilaisen tärkein tehtävä oli vastaajien mielestä kuunteleminen ja uhrin kertomukseen uskomisen ilman syylistämistä. Kytölä (2021, 111) korostaa teoksessaan miten tärkeää on uskoa lähisuhdeväkivaltaa kokeneen tarinaa. Taustalla voi olla niin vakava trauma, että uhrin kertoma voi kuulostaa epäuskottavalta ja epäjohdonmukaiselta. Uhrin kertomus saattaa olla tunneköyhää, joka vaikeuttaa tarinan uskominen. Taustalla voi olla dissosiaatio, joka on psyykeen keino suojautua tapahtumista ja tunteista, jotka ovat psyykelle liian raskaita käsitellä. Dissosiaatioissa henkilön tunteet, ajatukset, koetut tapahtumat ja käytös ovat hajautuneet erilleen psyykettä suojellakseen.

Kohtaamisessa toivottiin ammattilaisilta myös tasavertaista kohtelua. Lähisuhdeväkivaltaa kokeneet kertoivat toivovansa ammattilaisilta rauhallista kohtaamista ja vaikka toivottiinkin empaattisuutta, niin sitä ei pidä sekoittaa sääliin. Sanatonta viestintää korostettiin myös vastauksissa. Eleet, ilmeet, katseet ja kehonkieli ovat tärkeitä vuorovaikutuksen keinoja, joiden avulla kohtaamisesta tulee luottamuksellinen, avoin ja hyvinvointia lisäävä (Tunne & mieli 2018). Konkreettinen apu ja yhteistyötahoista tiedottaminen koettiin myös merkittäväksi asiaksi matkalla kohti väkivallatonta elämää.

Tuloksista käy ilmi, että lähisuhdeväkivallan piirissä pitkään eläneet uhrin koki-
vat tarvitsevansa konkreettista apua löytääkseen omat piilossa olevat voima-
varansa. Myös vertaistuen tarve tuotiin esiin kahdessa vastauksessa. Halut-
tiin, että joku sanoo ääneen, että et ole yksin, vaan monet muutkin ovat koke-
neet saman.

*V9: Toivoisin, että kun ammattilainen kohtaa väkivaltaa kohdanneen ihmisen,
hän ottaa ihmisen ihmisenä, ei säälisi, mutta olisi empaattinen ja tukeva. An-
taisi toivoa tulevasta, että asiat muuttuvat parempaan ja apua on saatavilla.*

V1: ...silmiin katsomista, kiireettömyyttä, hymyä.

V8: Muistan hetkiä jolloin lämmin äänensävy ja katse loivat suurta turvaa.

*V5: Tarkkakohtaiset ohjaukset miten päästä tilanteesta askel, askeleelta pois,
mihin soittaa, mistä saa apua eri vaiheissa.*

Kysyttäessä vastaajilta, millaisessa tilanteessa he toivoisivat tulevansa lohdu-
tetuksi koskettamalla, vastaajista neljä suhtautuivat ehdottoman kielteisesti
kosketukseen, eivätkä toivoneet tulevansa kosketetuksi laisinkaan. Seitsemän
vastaajaa suhtautui kosketukseen lohdutettaessa myönteisesti. Yksi vastaa-
jista ei osannut vastata kysymykseen. Kosketukselle soveliaaksi tilanteeksi ei
osattu kuvata mitään tiettyä yksittäistä hetkeä, vaan tärkeämmäksi koettiin ti-
lanteen tunnelma ja herkkyys. Vastaajat toivat esiin, että kosketuksen täytyy
tapahtua luontaisesti, sillä teennäisyys tekee tilanteesta kiusallisen. Suoranai-
sesti tilanteita, joissa kosketus koettiin sopivaksi, oli hyvästellessä, lohdutetta-
essa tai osoitettaessa myötätuntoa lähisuhdeväkivallan uhria kohtaan. Kaksi
vastaajaa koki erittäin tärkeäksi sen, ettei kosketus tule yllättäen, vaan siitä pi-
tää varoittaa etukäteen tai kysyä lupa.

Tutkimustuloksista selvisi, että vastaajista neljä korostivat koskettajan luotetta-
vuutta, eli sitä, että kosketus tulee luotettavalta ja turvalliselta taholta. Tällai-
siksi mainittiin esimerkiksi läheinen ihminen, ystävä tai tuttu työntekijä.

Kysyimme vastaajilta millainen kosketus olisi lohduttavaa. Sovelaita tapoja
koskettaa väkivallan uhria olivat vastaajien mielestä hellä kosketus olkapäälle,

hartiaan, selän silittäminen, kädestä kiinni pitäminen ja silittäminen. Vastaa- jista neljä toivoi halaamista. Kaksi vastaajista koki ainoastaan hoidollisen kos- ketuksen suotavaksi. Hoidollinen kosketus tarkoittaa terveydenhuollon ammat- tilaisen tekemää hoidollista toimenpidettä (Kinnunen ym. 2019, 40).

V9: Halauksesta sain voimaa itselleni ja itsellenikin sen tunteen, että kaikki koskeminen ei tarkoita satuttamista.

Yksi vastaajista koki pitkän lähisuhdeväkivallan seurauksena olevansa arvo- ton eikä ansaitse halausta. Vastaajan mukaan tähän on saattanut vaikuttaa myös lapsuuden suurperhe, jossa halaamiselle ja lämpimille tunteille ei ollut tilaa. Ainoastaan vihan tunteita näytettiin.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuskysymyksemme olivat: *miten lähisuhdeväkivaltaa kokenut suhtautuu väkivaltatyötä tekevän sosiaalialan ammattilaisen kosketukseen ja millaista lohduttavan kosketuksen tulisi olla asiakkaan näkökulmasta?*

Saamiemme vastausten valossa voimme todeta, että asia ei ole kovinkaan yk- siselitteistä. Kysyttäessä millaisessa tilanteessa kosketus olisi suotavaa, vas- taajista neljä olivat ehdottomasti sitä mieltä, ettei heitä sovi koskettaa missään tilanteessa. Kuitenkin vastauksia tutkiessamme nämä ehdottomasti koske- tusta vastaan olleet toivat esille sen, että kosketus voisi olla hyväksyttävää joissakin tilanteissa. Hyväksyttäväksi koettiin läheisen tai luotettavan ihmisen hellä kosketus ja hoidollinen kosketus. Tämä käy yksiin sen teorian kanssa, että ihmiskeho ja -mieli tarvitsevat kosketusta ja tieteelliset faktat osoittavat kosketuksen vaikuttavan positiivisesti mielihyvähormoneihin sekä rauhoitu- misjärjestelmiimme. (Kinnunen ym. 2019, 13). Pohdimmekin sitä, voisiko kos- ketus olla ihmisen mielen ja kehon yksi perustarpeista sellaisissakin tilan- teissa, joissa sitä ei itse edes tiedä toivovansa?

Tutkimustuloksemme antavat tukea sille teorialle, että haavoittuvassa ase- massa olevat lähisuhdeväkivallan uhrin ovat kosketusta vailla. Valtaosa vas- tanneista (seitsemän) oli sitä mieltä, että kosketus toimisi lohduttavana kei-

nona kriisin jälkeen ja suhtautui siis kosketukseen myönteisesti. Heidän mielestään kosketus on sopiva ja toivottava lohdutuskeino ammattilaisen taholta. Yksi vastaajista totesi jääneensä sitä kaipaamaan turvakodissa ollessaan.

V8: "Kosketusta kaipasin esimerkiksi turvakodissa ollessa, kättä olkapäällä tai käden puristusta."

Asiakkaan näkökulmasta lohduttavan kosketuksen tulisi olla hellää ja sen tulisi olla ennakoitavissa. Kädestä kiinni pitäminen ja selän silittäminen on vastaajien mukaan riittävää lohduttamista. Olkapäät ja hartiansoutu koetaan myös neutraaleiksi paikoksi koskea lohdutettaessa. Vastaajien mielestä kosketuksen ei tarvitse olla suurieleistä, vaan pienikin hipaisu voi olla merkittävä hetki lähisuhdeväkivallan uhrille. Se kertoo siitä, että työntekijä on hetkessä läsnä ja että hän elää asiakkaan tilanteessa vahvasti mukana.

Kyselyymme vastanneista neljä henkilöä oli sitä mieltä, että heitä ei saa koskettaa laisinkaan. Yhteistä näille neljälle vastaajalle oli se, että he olivat kärsineet lähisuhdeväkivallasta vähintäänkin vuosia, jopa vuosikymmeniä. Pitkään kestänyt fyysinen väkivalta on jättänyt jäljet ja kosketus koetaan ainoastaan rakkaan läheisen ihmisen yksinoikeudeksi.

V3: "Traumojeni vuoksi en pysty sietämään kosketusta. Koska se sama käsi joka hellästi koskettaa saattaa seuraavaksi yhtäkkiä kohota kipeään iskuun."

Lähisuhdeväkivalta on jättänyt kehoon muistijäljen kosketuksesta. Toistuvat kosketuskokemukset, olivat ne sitten mieluisia tai epämiellyttäviä, tallentuvat kehomme muistiin ja palauttavat mieleemme kosketukseen liittyvät tilanteet (Kinnunen ym. 2019.) Tästä syystä pitkään lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden on päättelymme mukaan vaikeampaa suhtautua kosketukseen.

Sinkkonenkin (2016) toteaa tutkimuksissaan, että ihminen on vailla lohduttavaa kosketusta, varsinkin silloin, kun hän on kokenut jotain traumatisoivaa ja mieltä järkyttävää. Kun uhri on mieltä myllertävässä tilanteessa, voi tutkimustulostemme valossa todeta, että pienelläkin kosketuksella voi olla suuri merkitys.

Vastaajista seitsemän hyväksyi kosketuksen lohdutuskeinona. Yhteistä näille kaikille kokijoille oli alle viisi vuotta kestänyt lähisuhdeväkivalta. Viisi heistä kokivat kosketuksen erittäin tärkeäksi ja kertoivat kosketuksen auttaneen heitä heidän omassa toipumisessaan. Koskettamiselle ja läheisyydelle oltiin avoimia. Tämä tuli esille etenkin yhden vastaajan vastauksesta, hän myönsi olevansa tunneihminen.

Mielestämme Kinnusen (2019) ja kumppaneiden ajatus siitä, että koskettamisen taitoja voisi kouluttaa ammattilaisille kuulostaa ideana varsin toteuttamiskelpoiselta ja hyödylliseltä. Tutkimustuloksissamme saimme selville, että vaikka valtaosa vastaajista olikin sitä mieltä, että kosketus voi toimia lohduttavana elementtinä kriisin keskellä, on kuitenkin huomioitava tilanne ja tapa, jolla kosketetaan. Päätelimme vastauksista, että turvallisoin tapa ammattilaisen lähestyä lähisuhdeväkivallan uhria koskettamalla, olisi ennakoita kosketusta elein ja ilmein, mahdollisesti jopa kysymällä lupaa. Äkkiseltään tulevat kosketukset voivat laukaista lähisuhdeväkivallan uhrissa pelkoa ja vastareaktion.

Tutkimustuloksissamme kävi ilmi, ettei kosketusta koeta lohduttavaksi, jos se on teennäistä. Enäkosken ja Routasalon (1998, 36) mukaan kosketusta ja sen hyväksymistä on mahdollista opetella. Jokainen kokee kosketuksen omalla tavallaan ja se on sidonnainen omaan persoonaan, tilanteeseen, kulttuuriin ja aikaisempiin kokemuksiin. Koska lähisuhdeväkivaltaa kokeneet ovat useissa tapauksissa kärsineet fyysisestä väkivallasta, tulisi heitä lähestyä äärimmäisen herkästi ja signaaleja haistellen ja itseltään kysyen, onko minun soveliaasta koskettaa?

Olemme sitä mieltä, että kosketustaitojen opiskeluun ja vastapuolen sanattoman viestinnän tulkitsemiseen tulisi kiinnittää enemmän huomiota lähisuhdeväkivaltatyössä. Kinnusen ym. mukaan välittävää kosketusta pitäisi tietoisesti kehittää edelleen ammatillisesti, jotta se ei olisi vain spontaania ja tilannesidonnaista toimintaa. Tutkitusti kosketuksella on positiivisia vaikutuksia henkilön koko psykofyysiselle hyvinvoinnille. Se voi lohduttaa, antaa toivoa ja saada aikaan myönteisiä tunteita ja ajatuksia. (Kinnunen ym. 2019, 53.)

Kyselyyn vastanneet toivoivat ammattilaisilta positiivista otetta, kannustamista, tukea ja toivon luomista tulevaisuuteen. Ammattilaiselta toivotaan kykyä sietää

ja kuunnella rankkojakin tarinoita lähisuhdeväkivallasta ilman, että kertojan tarvitsee pohtia kuulijan voimavaroja. Uhrin tulee luottaa siihen, että ammattilainen on kykenevä kuulemaan sen, mitä hän kertoo. Voimme vetää johtopäätöksen, että luottamuksellinen suhde uhrin ja työntekijän välillä mahdollistaa sen, että kosketusta voidaan käyttää rohkeammin lohduttavana keinona kohtaamisissa.

Tutkimustuloksiimme vedoten voimme todeta, että ammattilaisen tulisi huomioida lähisuhdeväkivallan uhri herkällä intensiteetillä, läsnäololla, herkkyydellä ja koskettamalla, kuten se tilanteeseen ja uhrille sopii. Läsnäolo on muutakin kuin fyysisesti paikallaoloa. Se on ammattilaisen taitoa virittäytyä asiakkaan tilanteeseen ja aistia hänen olotilaansa. Läsnäolo tarkoittaa myös sitä, että on kosketusetäisyydellä toisesta. (Kinnunen ym. 2019, 118.)

Kosketuksen hetki on yleensä ainutkertainen tilanne varsinkin puhuttaessa väkivaltaa kokeneen ihmisen kannalta. Tilanteessa voi olla ohikiitävä kohtaamisen hetki, joka voi olla hyvin merkityksellinen. Kosketus ja läheisyys kuuluvat ihmisyyteen, mutta sopivalla etäisyydellä. Styrmanin ja Torniaisen (2018, 25) mukaan Pulkkinen 2017 on todennut, että sosiaalialan kohtaamisissa kosketuksineen tarvitaan ammatillisuutta, mutta kuitenkin ammatillisen roolin ylitystä toivotaan jossain määrin.

Yhteenvetona voidaan todeta, että kosketus sopii lähisuhdeväkivaltatyön lohdutuskeinoksi tietyin edellytyksin. Tilanne on oltava rauhallinen ja suotuista, kosketus ei saa olla teennäistä, äkkinäistä tai väkinäistä. Pienikin kosketus koetaan riittäväksi. Jos lähisuhdeväkivallan uhrille ja ammattilaiselle on ennähtänyt kehittyä luottamuksellinen suhde, tulee kosketuksesta entistä hyväksyttävämpää. Mitä pidempään väkivalta on suhteessa jatkunut, sitä vaikeampaa on kosketusta ottaa vastaan. Tällöin ammattilaisen tulisi tulkita tilannetta entistä herkemmin ja havainnoida asiakkaan sanatonta viestintää. Asiakkaalta voi myös kysyä lupaa kosketukseen tai antaa asiakkaan tehdä aloite. On kuitenkin hyvä muistaa, että pitkään lähisuhdeväkivallan kanssa kamppaillut henkilö voi saada kosketuksen voimasta positiivisia kokemuksia.

V2: *“Koskettaa voi niin monella tavalla.*

Inhimillisesti.

Sydämellään.

Sielullaan.

Vertaistuella.

Katseellaan.

Pienillä eleillä.

Hymyllä.

Ystävällisyydellä.

Positiivisuudella.

Kehonkielellä.

Äänensävyllä.”

8 POHDINTA

Tämä opinnäytetyö ja sen tekeminen on ollut meille alusta saakka erittäin mieluista, opettavaista sekä sopivasti haastavaa. Olemme mielestämme onnekkaita, että eteemme tuli juuri tämä opinnäytetyön aihe, koska meillä on ollut henkilökohtainen halu oppia kriisi- ja väkivaltatyöstä ja turvakotityö on tullut tutuksi harjoitteluiden ja työskentelyn ansiosta.

Meillä oli mahdollisuus tuottaa uutta tutkittua tietoa lähisuhdeväkivaltatyön parissa työskenteleville ammattilaisille, sekä oppia itse lisää opinnäytetyön tekemisen kautta yhteiskunnallisesti tärkeästä aiheesta. Mielestämme olemme onnistuneet prosessissa hyvin omien tavoitteidemme mukaisesti.

Yhteinen työskentelymme kohti samaa päämäärää on sujunut hyvin ja motivaatiomme on säilynyt koko prosessin ajan. Meidän on ollut helppoa ja vaivatonta jakaa työtehtäviä liittyen opinnäytetyön tekemiseen, sekä materiaalin ja kirjallisuuden etsimiseen.

Alun perin yhdessä suunniteltu aikataulu ei ihan pitänyt, koska työelämä ja muut asiat tulivat syömään ajasta ison osan. Tämän jälkeen tutkimuksen tekeminen ja valmiiksi saattaminen sujuivat loistavasti toinen toistamme tukien ja kannustaen.

Oli ilo huomata, miten kyselylomakkeemme koettiin myös terapeuttisena asiana. Meille kerrottiin, miten asioiden miettiminen ja niistä kirjoittaminen toimi terapeuttisena menetelmänä.

Kysyimme kyselylomakkeessa viimeiseksi vastaajilta, olisiko heillä lähettää terveisiä ammattilaisille asian tiimoilta. Ammattilaisille suositeltiin koulutusvaiheessa koulutusta kosketukseen ja lohdutukseen liittyen. Koettiin, että esimerkiksi ensi- ja turvakotien ja muiden väkivaltatyötahojen palveluista olisi hyvä sijoittaa esitteitä moniin paikkoihin esille, jotta ne tavoittaisivat enemmän ihmisiä. Yksi vastaajista halusi sanoa, että ammattilaisten olisi työssään pidettävä itsensä ammatillisina tilanteesta huolimatta. Väkivaltatyön ammattilaisille haluttiin lähettää suuret kiitokset tekemästään tärkeästä työstä. Myös moniammatillista, tehokasta ja nopeaa yhteistyötä toivottiin väkivallanuhrin asioissa.

Pohdimme myös mahdollista jatkotutkimusaiheita työhömmme. Miten vallitsevalla Covid-19-tilanteella ja olosuhteilla tulee olemaan vaikutuksia puuttuvan kosketuksen, läheisyyden ja konkreettisen läsnäolon kannalta? Tehtävä asiakastyö etänä ja maskien takana turvaväleillä – miten nämä vaikuttavat palveluihin, asenteisiin ja asiakkaiden kokemuksiin?

Haluamme kiittää tutkimukseemme osallisia ihmisiä ja muita tahoja. Erityisesti kyselyymme vastanneita lähisuhdeväkivallan uhreja, turvakoti Villa Jensenia, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun ohjaavaa opettajaamme Harri Mäkistä, perheitämme sekä toisiamme.

LÄHTEET

Ahola, T. & Ahola, M. 2016. Väkivallasta turvallisuuteen. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti.

Bradbury-Jones, C. 2020. The pandemic paradox: The consequences of COVID-19 on domestic violence. Journal of Clinical Nursing / Volume 29, Issue 13–14. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jocn.15296> [viitattu 11.1.2021].

Brunou, M. 2020. Yhteisölliset käytännöt turvakodissa. Pro gradu -tutkielma. Sosiaalipedagogiikka. Yhteiskuntatieteiden laitos. Itä-Suomen yliopisto Marraskuu 2020. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/23986/1608209398209771287.pdf> [viitattu 13.9.2021].

Ewalds, H., Karjalainen, R. & Peltonen, J. 2019. Turvakotipalvelujen kansalliset laatusuosituksen. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Ohjaus nro 5/2019. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138009/URN_ISBN_978-952-343-335-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 3.9.2021].

Fyysinen väkivalta. 2021. Naisten linja ry. Saatavissa: <https://naistenlinja.fi/fyysinen-vakivalta> [viitattu 1.9.2021].

Fyysinen väkivalta 2021. Naisten linja ry. Saatavissa: https://naistenlinja.fi/fyysinen-vakivalta/?gclid=CjwKCAjwj8eJBhA5EiwAg3z0myJmtDWZDeRtQBIL-BkiJcuxltar45hUECbrLpLdCPWVj-5WCJnzsJhoCU4sQAvD_BwE [viitattu 3.9.2021].

Gothöni, R. 2012. Kosketuksia arjessa, hoidossa ja pyhässä. Helsinki: Kirjapaja.

Hengellinen väkivalta. 2021. Naisten linja ry. Saatavissa: <https://naistenlinja.fi/hengellinen-vakivalta> [viitattu 1.9.2021].

Henkinen väkivalta. S.a. Nollalinja. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://nollalinja.fi/mika-on-vakivaltaa/henkinen-vakivalta/> [viitattu 27.8.2021].

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hurtig, J. 2013. Taivaan taimenet. Uskonnollinen yhteisöllisyys ja väkivalta. Tampere: Vastapaino.

Huttunen, M. 2018. Persoonallisuushäiriöt. Duodecim terveyskirjasto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00407> [viitattu 31.8.2021].

Jokinen, B. 2012. Narsisti keskellämme. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Joutsiniemi, M., Kaulio, P., Mäkelä, R., Pekola, J. & Schulman, G. 2008. Naimisissa narsistin kanssa. 3. painos. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Kallio, M. 2015. Oon siellä jossain mun. Seksuaalisesta väkivallasta toipuminen. Helsinki: Väestöliitto ry.

Kinnunen, T., Parviainen, J., Haho, A. & Jolkkonen, M. 2019. Ammatillinen kosketus. Kuinka tunnettyötä tehdään. Helsinki: Kirjapaja.

Koponen, J. 2009. Kosketuksen merkitys. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma. Syksy 2009. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://docplayer.fi/9605014-Kosketuksen-merkitys-iukka-koponen-kasvatustieteen-pro-gradu-tutkielma-syksy-2009-opettajankoulutuslaitos-jyvaskylan-yliopisto.html> [viitattu 13.9.2021].

Kytölä, K. 2021. Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn – Lähisuhdeväkivalta ja siitä selviytyminen. Paino Tallinna Raamatütrukikoja OÜ: Basam Books Oy

Lidman, S. 2015. Väkivaltakulttuurin perintö. Sukupuoli, asenteet ja historia. Helsinki: Gaudeamus.

Linjakumpu, A. 2015. Uskonnon varjot. Hengellinen väkivalta kristillisissä yhteisöissä. Tampere: Vastapaino.

Lähisuhdeväkivaltaan puuttumisen ja ehkäisyn prosessit. Lähisuhdeväkivalta-työn hyvät käytännöt rakenteisiin. 2019. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen raportteja ja muistioita 2019:55. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4121-2> [viitattu 13.9.2021].

Lähisuhdeväkivalta voi koskettaa jokaista. 2019. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.riku.fi/erilaisia-rikoksia/lahisuhdevakivalta/> [viitattu 26.9.2021].

Mikä on väkivaltaa s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://nolla-linja.fi/mika-on-vakivaltaa/?gclid=CjwKCAjwj8eJBhA5Ei-wAq3z0m0qdCg0oa0pJ-boC9a7VxUQiN9mecnJ-dN9zLfOBoGTLcU-5nQWI2BoCTJQQA_vD_BwE [viitattu 3.9.2021].

Moberg, K U. 2007. Rauhoittava kosketus. Oksitosiinin parantava vaikutus kehossa. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Naisenväkivalta.fi.2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.naisenvakivalta.fi/vanhemman-mentalisaatiokyky-tukemalla-lisataan-itseymmarrysta-ja-tunnesaatelya/> [viitattu 2.9.2021].

Naisten linja Suomessa ry 2021. Mitä on digitaalinen väkivalta? <https://naistenlinja.fi/digitaalinen-vakivalta> [viitattu 31.8.2021].

Narsismi.info. S.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://narsismi.info/mista-narsistin-tunnistaa/> [viitattu 31.8.2021].

Narsismin uhrien tuki ry. S.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.narsisminuhrientuki.fi/tietoa-narsismista/> [viitattu 2.9.2021].

Ruuhonen, M. 2006. Perhe- ja lähisuhdeväkivallan vastaisen työn kehitys Suomessa. Teoksessa Perhe- ja lähisuhdeväkivalta. Auttamisen käytäntöjä. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 35. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry. 9–15.

Stern, R. 2019. Manipulaatio-sokeus. Huomaa harhauttajat ja saa takaisin oman elämäsi hallinta. Helsinki: Viisas Elämä Oy.

Styrman, T. & Torniainen, M. 2018. Kunnioittavan kosketuksen käsikirja. Ammatillinen hoitokohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Jyväskylä: PS-kustannus

Taloudellinen väkivalta 2021. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://naistenlinja.fi/taloudellinen-vakivalta/> [viitattu 3.9.2021].

Terkamo-Moisio, A., Halkoaho, A. ja Pietilä, A-M. 2016. Sosiaalinen media teollisessa tutkimuksessa – Tutkimuseettisiä näkökulmia. SOSIAALILÄÄKETIETEELLINEN AIKAKAUSLEHTI 2016: 53 141–143. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/sla/article/view/56923> [viitattu: 13.9.2021].

Tilastokeskus. 2020. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.stat.fi/til/rpk/2019/15/rpk_2019_15_2020-06-02_tie_001_fi.html [viitattu 30.8.2021].

Tunne & mieli. 2018. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.tunnejamieli.fi/2018/07/16/aanettomalla-sanatonta-viestintaa-voi-harjoitella-mutta-aito-vaikutelma-syntyy-hetkissa/> [viitattu 1.9.2021].

Tunnista väkivalta. s.a. Ensi- ja turvakotien liitto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/tukea-ammattilaiselle/perhe-ja-lahisuhdevakivalta/tunnista-vakivalta/> [viitattu 10.1.2021].

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Turvakodit s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/turvakodit/> [viitattu 31.8.2021].

Turvakotipalvelut 2021. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut/turvakotipalvelut> [viitattu 3.9.2021]

Vainoaminen 2020. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://poliisi.fi/vainoaminen> [viitattu 3.9.2021]

Villa, J. 2013. Hengellinen väkivalta. Helsinki: Kirjapaja

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilka, H. 2021. Tutki ja kehitä. 5., päivitetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Naisten linja. 2021. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://naistenlinja.fi/vakivallan-syklisyys-ja-muodot/> [viitattu 26.9.2021].

Välipakka, T. 2020. Sata tapaa tappaa sielu. Narsismin uhrit kertovat. Helsinki: Gummerus

Hei,

Oletko sinä kokenut **lähisuhdeväkivaltaa**?

Olemme kaksi keski-iän kynnyksellä olevaa perheellistä sosionomi opiskelijaa Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulusta. Olemme opintojemme loppusuoralla ja teemme opinnäytetyötämme liittyen lähisuhdeväkivaltaan, joka on viime aikoina saanut julkisuutta monen eri kanavan kautta. Olemme kiinnostuneita selvittämään tarkemmin sitä, miten ammattilaisen kosketus voisi toimia lohdutuskeinona lähisuhdeväkivaltaa kokeneille. Kosketuksella tarkoitamme tässä yhteydessä neutraalia tapaa osoittaa myötätuntoa, kuten halausta, silitämistä tai muuta lempeää tapaa, kuten esimerkiksi koskettamalla kämmentä tai olkapäätä.

Opinnäytetyömme aihe on
KOSKETUS LOHDUTUSKEINONA LÄHISUHDEVÄKIVALTATYÖSSÄ.

Toivoisimme sinun kertovan meille sähköpostitse seuraavat asiat:

- kerro omin sanoin, lyhyesti tai pitkästi, oma tarinasi kokemas-tasi lähisuhdeväkivallasta (milloin, kesto, millaista, kuka jne.)
- Miten toivoisit tulevasi kohdatuksi väkivaltatyötä tekevän ammatti-laisen taholta?
- Mieti hetki, millaisessa tilanteessa toivoisit, että sinua lohdutettaisiin koskettamalla?
- Mitä terveisiä haluat kertoa ammattilaiselle, joka kohtaa lähisuhdeväkivaltaa kokevia?

Toivoisimme vastaukset viimeistään 15.2.2021 mennessä osoitteesen:

lohduttavakosketus@gmail.com

Toivoisimme sinun vastaavan rehellisesti ja avoimesti. Vastauksesi käsitellään ehdottaman luottamuksellisesti eikä henkilötietojasi tule esille missään kohtaa opinnäytetyötämme. Kyselyyn vastaaminen edellyttää, että olet täysi-ikäinen. Vastaukset antavat arvokasta tietoa sekä meille, että lähisuhdeväkivaltatyön parissa työskenteleville ammattilaisille. Se myös auttaa muita samassa tilanteessa olevia uhreja.

Lämmin kiitos Sinulle vastaamisesta, vaikka aihe on varmasti rankka ja henkilökohtainen.

Mira Lanki ja Nanna Kukkola