



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Lähisuhdeväkivallasta puheenollen - Vertaistuellisen ryhmätoiminnan käynnistäminen turvakodilla

Miika Koponen & Miro Turunen

2018 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Lähisuhdeväkivallasta puheenollen -
Vertaistuellisen ryhmätoiminnan
käynnistäminen turvakodilla**

Miika Koponen & Miro Turunen
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2018

Miika Koponen & Miro Turunen

Lähisuhdeväkivallasta puheenollen - Vertaistuellisen ryhmätoiminnan käynnistäminen turvakodilla

Vuosi 2018

Sivumäärä 60

Tämän toiminnallisen oppinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa toimintamalli vertaistuellisten keskusteluryhmien ohjaamiseen turvakotiympäristössä. Tarve tälle nousi työntekijöiden ajatuksesta hyödyntää vertaistuen voimaa Vantaan Turvakodin asiakkaille tarjottavissa palveluissa. Tavoite oli käynnistää vertaistukea hyödyntävä keskusteluryhmä, jota turvakodin työntekijät voisivat jatkaa tekemäämme mallia hyödyntäen. Suunnittelimme ja ohjasimme keskusteluryhmiä, joiden pohjalta laadimme toimintamallin oppaan muotoon hyödyntäen aiheeseen liittyvää teoriaa. Teoreettinen viitekehys rakentui käsitteiden vertaistuki ja lähisuhdeväkivalta ympärille.

Ryhmiin kutsuttiin kaikki toteuttamishetkellä Vantaan turvakodissa asiakkaana olleet suomenkieliset aikuiset, joiden tilannetta vertaistukiryhmien ajateltiin palvelevan. Keskusteluryhmät onnistuivat hyvin, joskin niihin oli haasteellista saada riittävästi osallistujia. Tämän seurauksena aikataulu venyi hieman. Ryhmissä mukana olleet asiakkaat kokivat toiminnan hyödylliseksi. Laatimastamme oppaasta saatu palaute oli hyvää. Työntekijän mukaan se oli monipuolinen, mutta tiivis ja selkeä. Tähän olimme pyrkineetkin. Kehitysehdotuksena haluamme nostaa esiin erilaiset kieliryhmät huomioivan vertaistuellisen toiminnan järjestämisen.

Asiasanat: lähisuhdeväkivalta, turvakoti, vertaistuki, keskusteluryhmä

Miika Koponen & Miro Turunen

Speaking of Domestic Violence - Launching Peer Support Activity at a Shelter

Year	2018	Pages	60
------	------	-------	----

The objective of this functional thesis was to create an operational model for guiding peer support based discussion groups in a shelter environment. The need for this rose from the employees' idea to make good use of peer support in providing services for residents in Vantaa Shelter. The primary goal of the model was to start peer activity that the employees of the shelter could carry on in the future taking advantage of our model. The model itself consisted of a written guidebook for which we gathered general knowledge on guiding groups which we ourselves also piloted in practice. The theoretical framework was largely built on concepts of peer support and domestic violence.

All Finnish speaking clients were asked to participate in peer support groups. The group situations themselves turned out fine, even though it proved challenging to get enough Finnish speaking participants. Because of this, we had to stretch our initial schedule a little. The participating shelter residents considered group experience beneficial for them. The feedback received from the guidebook was also positive and according to the employee, it was versatile, yet compact and clear. This was what we strived for. As a suggestion for further research, we would like to point out organizing peer support activities that take into account the different language groups.

Keywords: domestic violence, shelter, peer support, discussion group

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Lähisuhdeväkivalta	7
2.1	Ilmiön historiaa	8
2.2	Lähisuhdeväkivalta mediassa	9
2.3	Lähisuhdeväkivalta ja lapset	10
3	Turvakoti	11
3.1	Asiakaspolku	11
3.2	Tilastotietoa	12
3.3	Vantaan Turvakoti ry	13
4	Vertaistuki	13
5	Vertaistuelliset keskusteluryhmät	15
5.1	Asiakkaiden kohtaaminen	17
5.2	Lähisuhdeväkivallan ilmentymät	18
5.3	Lähisuhdeväkivallan puheeksiottaminen	19
5.4	Läheisriippuvuus	21
5.5	Väkivalta ja päihteet	22
6	Opinnäytetyöprosessin kuvaus	23
7	Toteutuksen arviointi	25
7.1	Palaute asiakkailta	26
7.2	Palaute työntekijöiltä	27
7.3	Omat kokemukset	28
8	Eettisyys ja luotettavuus	29
9	Pohdinta	30
	Lähteet	34
	Liitteet	40

1 Johdanto

Vuosittain sadat lähisuhdeväkivaltaa kohtaavat ihmiset saavat tukea kriisiytyneisiin elämäntilanteisiinsa turvakodeilta. Väkivalta tai sen uhka vaarantaa sekä henkisen että fyysisen terveyden ja murentaa turvallisuuden tunnetta. Ihmisen perustarpeisiin kuuluvat hyväksyntä ja turvallisuus, erityisesti omassa kodissaan. Väkivallan ollessa arjessa läsnä tarvitaan ympäristö, joka voi väliaikaisesti vastata noihin perustarpeisiin. Tällöin on mahdollista saada tilaa kulkea rauhassa kohti turvallista arkea, jossa on mahdollista kokea olevansa aktiivinen ja kykenevä oman elämänsä toimija. Turvakodit ja väkivaltatyöhön perehtyneet työntekijät vastaavat tähän tarpeeseen. Tarve on myös lähisuhdeväkivallan kokijoiden keskinäiselle kokemusten jakamiselle. Perusturvallisuuden ollessa uhattuna voi tilanteen parhaiten ymmärtää vain samankaltaisia asioita kokenut henkilö.

Vantaan Turvakoti ry:ssä oli huomattu tarve keskusteluryhmille, joissa heidän asiakkaansa, lähisuhdeväkivaltaa kokeneet ihmiset, voisivat jakaa kokemuksiaan ja niitä voimavaroja, joiden avulla he ovat vaikeista tilanteistaan selvinneet. Tällaisen yhteyttä luovan keskusteluryhmämallin kehitimme teoretiedon ja turvakodin työntekijöiden kanssa käymiemme keskustelujen pohjalta. Kehitimme ryhmänohjaamisen toimintamallin, joka osaltaan tukee turvakodin asukkaita kohti osallisuutta ja väkivallatonta elämää. Tavoitteeseen pääsemiseksi jokaiselle ryhmäkerralle oli määritelty lähisuhdeväkivaltaan liittyvä teema.

Teoreettinen viitekehyksen keskiössä tässä opinnäytetyössä oli lähisuhdeväkivalta ja sen käsittely vertaistuen kautta turvakotiympäristössä. Suunnittelimme toteutushetkellä turvakodissa asuville suomenkielisille aikuisille vertaistukeen nojaavia keskusteluryhmiä, joissa käsiteltiin asiakkaiden elämäntilanteisiin tyypillisimmin liittyviä ongelmia keskittyen voimavaroihin ja tulevaisuuteen. Erityispiirteenä turvakodissa pidettävässä ryhmätoiminnassa on asiakaskunnan vaihtuvuus. Tästä syystä perinteistä ryhmäytymisen kautta muodostuvaa yhteisöllisyyttä ei ryhmädynamiikkaan muodostu, vaan jokaisessa ryhmässä on todennäköisesti ainakin osittain uusi kokoonpano.

Suunnittelemiemme ryhmien toimivuutta kokeilimme myös itse käytännössä. Ohjauskokemuksemme pohjalta laadimme oppaan, jota työntekijät voivat hyödyntää ryhmätoiminnan jatkuessa. Erilaisia vertaistukeen liittyviä käsikirjoja on kyllä olemassa, mutta tuotoksemme pyrkii vastaamaan juuri Vantaan turvakodin tarpeisiin, joskin on varmasti hyödynnettävissä myös muissa ympäristöissä. Mainitun toimintamallin tarkoituksena oli asiakkaiden voimaantumisen tukeminen vertaistuen keinoin. Taustalla vaikutti myös ajatus toiminnan jatkuvuuden mahdollisuudesta mallin osoittautuessa toimivaksi. Omasta puolestamme halusimme tutustua lähisuhdeväkivaltaan ilmiönä ja sen parissa tehtävään työhön sekä kehittyä ohjaajina, erityisesti elämässään todella haastavia asioita läpikäyvien ihmisten kohtaamisessa. Näin ollen opinnäytetyön voidaan katsoa hyödyttäneen niin meitä, turvakotia, kuin turvakodin asiakkaitakin.

2 Lähisuhdeväkivalta

”Väkivalta 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.” (Maailman terveysjärjestö WHO 2005, 21.)

Voimankäyttö on hallinnan ja alistamisen väline, jota yhteiskunnassamme saavat laillisesti käyttää tietyt tahot, kuten poliisi, heille tarkoin demokraattisesti säädelyin edellytyksin (Poliisi 2018). Tällä menettelyllä on pyritty rajaamaan väkivaltaa kauemmas tavallisen ihmisen arjesta. Mikäli voimankäyttöä tarvitaan, on ensisijaisesti tarkoituksenmukaista kutsua paikalle poliisi sen sijaan, että kohdistaisi itse voimakeinoja muihin ihmisiin. Yleisillä paikoilla tapahtuvaan väkivaltaan virkavallan onkin varsin helppo puuttua, mutta tilanne on toinen, kun väkivalta ilmenee kodin seinien sisäpuolella. Lähisuhdeväkivalta ilmenee usein asiallisen ja väkivaltaisen käytöksen vuorotteluna. Hyvien ja huonojen hetkien voimakas vaihtelu turruttaa kokijan. Erittäin väkivaltaisenkin käytös saattaa alkaa tuntua normaalilta. Läheisen ihmisen väkivallan kohteena oleminen on absurdia ja vaarantaa mielenterveyden. Epävarmuus ja häpeä vaikeuttavat avun hakemista ja tilanne hankaloituu entisestään. (THL 2013, 13.) Turvallisuuden lisäämiseksi lähisuhdeväkivallasta on uskallettava puhua, ja mitä varhaisemmassa vaiheessa sen parempi (Ahola & Ahola 2016, 55).

Lähisuhdeväkivalta on terminä viime aikoina korvannut osittain perheväkivalta-termin ja sisältääkin väkivallan laajemmin kuin vain ydinperheen osalta (Ahola & Ahola 2016, 54). THL:n (2018a) mukaan lähisuhdeväkivalta tarkoittaa *”väkivaltaa, jonka tekijänä on nykyinen tai entinen kumppani, perheenjäsen tai muu läheinen ihminen. Se voi ilmetä esimerkiksi fyysisenä, henkisenä, seksuaalisena, taloudellisena tai kulttuurisena väkivaltana sekä laiminlyöntinä ja kaltoinkohteluna.”* Lähisuhdeväkivallan käsite ei rajoitu vain henkilön sukulaisiin ja ystäviin. Sillä voidaan tarkoittaa myös työpaikalla, erilaisissa oppilaitoksissa tai muissa ihmisen lähiyhteisöissä tapahtuvaa väkivaltaa. Kohteena ei ole välttämättä kokija itse. Fyysinen toiminta saattaa kohdistua kotieläimiin tai esineisiin. Henkinen väkivalta on usein sanallista tai ulkopuoliselle vaikeammin havaittavissa olevaa hyvinkin hienovaraista kehollista viestintää, jonka merkityksiä uhrin oppivat tulkitsemaan. Seksuaalinen väkivalta voi pitää yleensä sisällään molempia edellisiä. Teot, esimerkiksi raiskaus tai puhe, jossa on loukkaava seksuaalinen sävy kuuluvat molemmat tähän väkivallan muotoon. (Nyqvist 2006, 142.)

Taloudellinen väkivalta voidaan tutkimuksien pohjalta jaotella neljään osaan: *”työssäkäynnin rajoittaminen ja häiriköinti, rahaan liittyvä kontrollointi, taloudellinen hyväksikäyttö sekä eron jälkeinen taloudellinen väkivalta.”* Raha-asioihin liittyvät ongelmat ovat monien perheisiin liittyvien ongelmien taustalla, joten tämän kaltainen määrittely on tärkeää. Näin usein monimutkaisen tilanteen avaaminen on helpompaa niin yksityishenkilön, kuin ammattilaisen

näkökulmasta. (Kaittila & Nyqvist 2015, 263.) Kulttuurin vaikutus lähisuhdeväkivallan ilmene- miseen on merkittävä tekijä. Suomessa vallitseva yksilökeskeinen kulttuuri näyttäytyy laajana vapautena toteuttaa ”omanlaistaan” elämää. Toisin oli vielä vaikkapa viime vuosisadan puoli- välissä. Tuon ajan yhteisöllisemmät piirteet tulevat nyt maahanmuuttajien lähtömaiden kult- tuureja heijastaen. Kollektiivisen kulttuurin ote yksilöstä on tiukempi ja määrittelee, minkä- lainen käytös on hyväksyttyä ja minkälainen ei. Riippuen tilanteista vääränlaisen käytöksen rankaisu voi tarkoittaa nuhtelua, eristämistä, pahoinpitelyä tai jopa kuoleman. (Lidman 2015, 181-186.) Erilaiset väkivallan muodot tulevat esiin kaikissa yhteiskuntaluokissa. Lähisuhteissa tapahtuva väkivalta on ongelma, joka ei katso taloudellista, sosiaalista tai yhteiskunnallista asemaa (Väänänen 2011, 109).

Väkivalta ei ole ilmiö, joka hiipuisi itsestään pois. Onkin tärkeä tiedostaa, että kaikilla lähi- suhdeväkivallan muodoilla on hyvin suuri todennäköisyys jatkua ja muuttua ajan myötä en- tistä raaemmiksi (Kaittila & Nyqvist 2015, 262). Tässä opinnäytetyössä lähisuhdeväkivalta kä- sitteenä painottuu puolisojen välillä tapahtuvaan väkivaltaan. Väkivalta perheissä on tilastol- lisesti vaikea näyttää toteen, koska se jää helposti taustalle näkyvämpien ja helpommin lä- hestyttävämpien ongelmien noustessa keskusteluun (Piispa 2011, 15-16). Lähisuhdeväkivalta- teemaa onkin hyvä pitää esillä, jotta sen kokijat voisivat huomata, etteivät ole yksin. Selviy- tyminen on mahdollista, mutta yksin todella vaikeaa.

Suhteen laadusta riippumatta selkeä riskikohta parisuhteessa tapahtuvalle väkivallalle on suh- teen päättymisen. Tutkimustiedon mukaan erityisesti naisella korkein riski tulla surmatuksi on juuri erotilanteessa. Väkivalta voi myös jatkua eron jälkeen uhkailuna, vainoamisena tai jopa fyysisenä väkivaltana. Väkivaltaisuus puolisoa kohtaan voi myös alkaa erotilanteesta, mutta tämä on selkeästi harvinaisempaa. (Karhuvaara, Kaitue & Ruuhilahti 2013, 12-13.)

Apua lähisuhdeväkivallasta selviämiseksi on tarjolla kohtuullisen monipuolisesti. Internetin kautta löytyy erilaisia tahoja, jotka ovat erikoistuneet lähisuhdeväkivallan kohteeksi joutunei- den auttamiseen. Esimerkkeinä yhdistyspohjaiset Naisten linja ja Lyömätön linja, Ensi- ja tur- vakotien liiton verkkopalvelu Nettiturvakoti sekä Nollalinja, jonka järjestämisestä vastaa Ter- veyden ja hyvinvoinnin laitos. Kaikilla edellisillä on vähintään puhelinpalvelu, jonka kautta on mahdollista saada apua, tukea ja ohjausta lähisuhdeväkivallasta selviämiseen. Myös chat- mahdollisuus löytyy usein palveluvalikoimasta. Viranomaisiin, kuten sosiaaliviranomaiset tai poliisi, on mahdollista olla yhteydessä avun saamiseksi ja turvakoteihin voi mennä mihin vuo- rokauden aikaan tahansa (THL 2018b).

2.1 Ilmiön historiaa

Perheen sisällä tapahtuvaan väkivaltaan tartuttiin Euroopassa julkisen keskustelun tasolla vasta niinkin myöhään kuin 1960-luvulla (Ojuri 2001, 15). Suomessa aihepiiriin käsittely eteni tämänkin jälkeen hyvin verkkaisesti vain muutamien julkaisujen kautta kohti vuosituhannen

vaihdetta. Vasta 1990-luvun jälkipuoliskolla nyttemmin lähisuhdeväkivaltana tunnettu väkivallan kenttä sai enemmän huomiota ja julkaisujen määrä kasvoi selvästi myös meillä Suomessa (Husso 2003, 14, 23). Tässä opinnäytetyössä käytämme perhe- ja lähisuhdeväkivallasta lyhennettyä lähisuhdeväkivalta -sanamuotoa.

Rikoslain (39/1889) muutos vuonna 1995 teki aiemmin enemmän perheen sisäiseksi asiaksi mielletyn kodin piirissä tapahtuva väkivallan syytteen alaiseksi (Partanen & Holma 2002). Kokijan asemaa vahvasti lähestymiskiellon asettamisen mahdollistuminen myös perheen sisällä vuonna 2005 (Nyqvist 2006, 143). Kansainvälisesti merkittävä askel otettiin YK:n kaikkinaisen naisiin kohdistuvan syrjinnän kieltävän sopimuksen (1979) myötä, joka sai Suomessa lainvoiman vuonna 1986 (YK-liitto 2017). Tällä vuosituhanella merkittävin uudistus on ollut Euroopan Unionin naisiin kohdistuvaan väkivaltaan ja perheväkivaltaan liittyvä, jo aikaisemmin mainittu Istanbulin sopimus (53/2015). Siinä tuodaan esiin sopimuksen kattavuus kaikkiin perheväkivaltaa kokeviin henkilöihin sukupuoleen katsomatta (Ulkoasiainministeriö 2017).

2.2 Lähisuhdeväkivalta mediassa

Lähisuhdeväkivalta aiheuttaa suunnatonta inhimillistä kärsimystä ja tulee myös taloudellisesti kalliiksi yhteiskunnalle. Tilanteeseen puuttamalla ja katkaisemalla myös helposti jälkipolvia seuraava väkivallan kierre, säästetään paitsi ihmisiä traumaattisilta kokemuksilta, myös yhteiskunnan varoja. (THL 2013, 13.) Lähisuhdeväkivalta ja sen seuraukset ovat jatkuvasti totta monien arjessa ja aika ajoin aihe on myös esillä mediassa. Turun Sanomien artikkelissa kerrotaan yli tuhannen ihmisen jääneen ilman tarvitsemaansa turvakotipaikkaa (Puukka 2017). Suomen valkonauhaliiton varapuheenjohtaja Hannele Nykänen nosti Helsingin Sanomien mielipidepalstalla (22.9.2017) esiin huolensa alkoholin ja väkivallan yhteydestä. Nykäsen mukaan Euroopan neuvoston vaatimat 500 turvakotipaikkaa Suomessa ovat kaukaista tulevaisuutta, koska kirjoitushetkellä paikkoja oli vain 143.

Yle julkaisi artikkelin Ruotsissa asuvasta Berndt Arnellista (Aromaa 2018), joka oli joutunut lähisuhdeväkivallan uhriksi miesystävänsä taholta. Korkeissa kulttuurialan viroissa sekä Suomessa, että Ruotsissa toiminut Arnell toteaa miesten välisen parisuhdeväkivallan olevan Ruotsissa aihe, josta ei mielellään puhuta. Omalla ulostulollaan hän on kuitenkin saanut keskustelua aikaan ja hänellä on omasta lähipiiristäänkin jaettu vastaavanlaisia kokemuksia. Väkivaltaa ilmenee kaikenlaisissa parisuhdemuodoissa, mutta joskus siitä on erityisen vaikea puhua. Naisten miehiin kohdistama lähisuhdeväkivalta on Ylen julkaiseman artikkelin mukaan tabu Suomessa (Rinne 2016). Miesten kertomuksia lähisuhdeväkivallan uhrina olemisesta ei oteta todesta välttämättä edes auttamisalan ammattilaisten taholta. Artikkelissa esiintyvät miehet toivovat asenteiden muutosta ja avun tarjoamista myös miehille pienemmällä kynnyksellä. Puolison henkinen yliote ja mitätöinti tekevät lähtemisen todella vaikeaksi. Lisäksi miesten on usein vaikea myöntää tarvitsevansa apua, artikkelissa kerrotaan.

Kaunokirjallisuudessa lähisuhdeväkivalta on noussut tänä vuonna erityisellä tavalla pinnalle. Ylen artikkelissa (Thynell 2018) haastateltiin Laura Mannista, jonka tänä vuonna julkaistu esikoisromaani "Kaikki anteeksi" käsittelee teemaa kainostelematta. Teos on selviytymistarina rajun lähisuhdeväkivallan kohteeksi päätyvästä naisesta. Manninen peräänkuuluttaa yhteiskunnan vastuuta parisuhdeväkivallan uhrien auttamisessa varmistamalla, että turvakotipaikoja olisi sen tarpeessa oleville. Itse romaanissa kritisoidaan myös virkavaltaa. Poliisi saattaa Mannisen käsityksen mukaan käydä hälytyskäynnillä ja kysyä lähisuhdeväkivallan uhrilta haluaako tämä tehdä rikosilmoituksen. Tämä tarkoittaa, että syytettä ei nosteta, jos uhri ei tee rikosilmoitusta. Usein voimakkaan kontrollin alaiselta lähisuhdeväkivallan kokijalta rikosilmoituksen tekeminen voi olla ylivoimainen, ellei mahdoton ponnistus pelon varjostaessa elämää. (Manninen 2018, 319.)

2.3 Lähisuhdeväkivalta ja lapset

Lastensuojelulain (417/2007) 2 §:n mukaan vastuu lapsen hyvinvoinnista ja tasapainoisen kehityksen turvaamisesta kuuluu ensisijaisesti vanhemmille. Laissa lapsen huollosta ja tapaamisoi-keudesta (361/1983) kielletään lapsen alistaminen, ruumiillinen kurittaminen sekä muu loukkaava kohtelu. Näiden sijaan lasta tulisi kasvattaa ymmärryksellä, turvalla ja hellyydellä. Osa vanhemmista tästäkin huolimatta hyväksyy fyysisen kurituksen, kuten tukistamisen tai luunapit, osana kasvatusta (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017a).

Mannerheimin lastensuojeluliiton mukaan kaikki väkivalta on lapselle haitallista. Vaikka lapsi tahdostaan riippumatta altistuu eri medioissa näkyvälle väkivallalle, kärsii tämä eniten sekä vanhempien välisestä, että tähän itseensä kohdistuvasta väkivallasta. Vanhempiin tai sisaruksiin kohdistuvan väkivallan todistaminen aiheuttaa samankaltaisia henkisiä seurauksia kuin lapsen itsensä joutuminen väkivallan kohteeksi. Aggressiivisen kanssakäymisen seuraaminen aiheuttaa ahdistusta ja hämmennystä ja voi saada lapsen pelkäämään itse sen kohteeksi joutumista. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017a.) Pelko ei ole täysin aiheeton, sillä Englannissa on tutkittu, että noin puolet kotonaan vanhempien väliselle väkivallalle altistuneista lapsista joutuvat myös itse kohtaamaan väkivaltaa, usein erotilanteissa (Karhuvaara ym. 2013, 22-23).

Koska vanhemmalla on lapsen elämässä erityisen tärkeä rooli, on lapselle hyvin vahingollista tulla vanhemman satuttamaksi. Väkivallan kokemukset haittaavat lapsen itsetuntoa ja kykyä luottaa aikuiseseen. Koetulla väkivallalla voi olla kauaskantoisia seurauksia jopa aikuisuuteen asti. Vaikutuksina voi ilmetä esimerkiksi stressiä, masennusta, aggressiivisuutta tai päihteiden käyttöä. Haitallisinta lapselle on kuitenkin väkivallan pelossa eläminen. (Karhuvaara ym. 2013, 23.)

Siinä missä aikuistakin, fyysisen koskemattomuuden loukkaamisen lisäksi lasta voidaan vahingoittaa myös henkisesti väkivallalla. Lapsen kohdistuvaa henkistä väkivaltaa voi olla esimerkiksi uhkailu, pelottelu, nöyryyttäminen ja mitätöinti. Nämä voivat aiheuttaa ahdistusta tai turvattomuuden tunnetta. Tällä tavoin epävakaa kotiympäristö on haitallinen lapsen ja vanhemman väliselle luottamussuhteelle. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017a.) Vaikkei vauva ymmärtäisi puhetta, aistii tämä kuitenkin ympäristössä vallitsevan tunnelman ja saattaa vaikuttua tästä (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b).

3 Turvakoti

Turvakodit ovat kunnallisten tai yksityisten toimijoiden ylläpitämiä yksiköitä, jotka tarjoavat väliaikaista majoitusta kotonaan väkivaltaa tai sen uhkaa kokeville henkilöille. Sosiaalialan laajalla kentällä turvakodeilla työntekijöineen on tärkeä rooli väkivaltaerityisen työn tuottajina. Paitsi välittömän avun tarjoaminen, turvakotien keskeinen tehtävä on myös väkivaltaan, sen ennaltaehkäisyyn ja siitä selviämiseen liittyvän tiedon välittäminen. Väkivaltatietous on keskeisessä roolissa niin lähisuhdeväkivallan kriisivaiheessa kuin selviytymisessäkin. (Laitinen & Ojuri 2016, 28.)

Kotoaan väkivaltaa paenneet naiset lapsineen kiinnittivät aikanaan alan ammattilaisten huomion. Sen myötä turvakotien tarpeeseen havahduttiin 1970-luvulla, jolloin Suomen ensimmäiset turvakodit perustettiin. Avun tarvitsijoiksi laskettiin jo tuolloin jokainen lähisuhdeväkivallan piiriin joutunut, oli hän sitten tekijä, kokija tai todistaja. (Ojuri 2001, 15-16.) Mies on nähty helposti kuitenkin pelkän väkivallan tekijän roolissa, jolloin tuki on suunnattu muulle perheelle ja mies jäänyt sivuun. Isän roolin merkitys on kuitenkin parantunut vuosikymmenien saatossa, vaikka edelleen äitien rooli helposti korostuu isän kustannuksella (Salonen 2018).

Suomessa turvakoteja pitävät yllä pääasiassa kolmannen sektorin toimijat, kuten aktiivisten kansalaisten perustamat turvakotiyhdistykset. Näillä yhdistyksillä on tiiviit suhteet turvakodin kannalta keskeisiin sosiaalipalveluihin kunnissa, kuten perhetyöhön ja lastensuojeluun (Laine 2005, 24-25). Kunnat ovat velvollisia kantamaan taloudellisen vastuun asukkaidensa mahdollisuudesta saada turvakotipalveluja väkivallalta suojautumiseksi (THL 2013, 18). Turvakodissa työskentely vaatii laajaa ammattitaitoa ja toimivia verkostoja muihin sosiaalialan toimijoihin, jotta tarvittavaa tukea pystytään tarjoamaan. Turvakodin keskeisimpänä tehtävänä on fyysisen turvallisuuden lisäksi myös tarjota vahvaa psykososiaalista tukea. Tässä työntekijöillä on keskeinen rooli, jotta asiakkaat voivat kokea ympäristön turvallisena ja tuki saavuttaa tarvittajansa. Työntekijän on osattava olla läsnä. (Laitinen & Ojuri 2016, 27.)

3.1 Asiakaspolku

Asiakkaalle maksuttomiin turvakodin palveluihin voi hakeutua kuka tahansa lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeva. Oma-aloitteisuuden lisäksi sinne voidaan ohjata esimerkiksi poliisin tai sosiaaliviranomaisen toimesta. Turvakodissa on aina paikalla työntekijä, joten apua on

mahdollista saada mihin vuorokauden aikaan tahansa. (THL 2018b.) Palveluprosessi perustuu asiakaslähtöisyyteen, koska jokaisen asiakkaan tilanteessa on omat erityispiirteensä. Ensimmäinen asiakaspolun vaihe on vireille tulo, joka alkaa turvakotiin tulleesta yhteydenotosta henkilön itsensä tai jonkin viranomaisen toimesta. Tällöin tilannetta arvioidaan ja riskitekijöitä kartoitetaan. Jos edelleen tilanne sitä edellyttää, asiakas otetaan turvakotiin ja siirytään prosessin seuraavaan vaiheeseen. (THL 2013, 20-21.)

Aloituvaiheessa asiakas haastatellaan, hänelle tarjotaan tarvittavaa kriisiapua ja lasten ollessa osallisina tehdään lastensuojeluilmoitus. Tekijään ollaan tässä kohtaa yhteydessä, jos tilanne sen mahdollistaa. Eri viranomaisten väliset neuvottelut käynnistyvät kattavan avun takaamiseksi. Aloitusvaiheen jälkeen alkaa varsinainen työskentelyvaihe. Siihen sisältyy arjen järjestelyn tukemista kotiaskareista lähtien toimeentulon varmistamiseen, tulevaisuuden asu- ja elämäntilanteiden selvittelyyn ja mahdollisen oikeusprosessin läpiviemisen neuvontaan. Tilannetta arvioidaan ja erilaisia tukitoimia henkilökohtaisen voimien tukemiseksi tarjotaan mahdollisuuksien mukaan. Esimerkkinä henkilökohtaiset keskustelut ja vertaistukea hyödyntävät ryhmät. Mahdolliset lasten ja väkivallan tekijän valvotut tapaamiset ovat osana prosessin tätä vaihetta. Lopetusvaihe sisältää jatkoon suunnittelua, mm. turvasuunnitelman ja tukiverkostojen kartoittamisen sekä arvion turvakotijaksosta. (THL 2013, 20-21.)

Asiakkuus turvakodissa kestää keskimäärin 2-3 viikkoa. Pikaisimmillaan asiakas lähtee pois jo saapumispäivänään tai saattaa poikkeustapauksissa asua turvakodissa jopa useamman kuukauden. (Hanelius 2018.) Turvakotijakson jälkeen asiakkaille on tarjolla väkivaltatyön avopalveluja, joiden avulla palvelupolkua johdetaan kohti turvallista ja itseohjautuvaa elämää (Laitinen & Ojuri 2016, 13). Palvelujen tarjoaminen perustuu kansainvälisiin ja kansallisiin sopimuksiin, kuten esimerkiksi Euroopan neuvoston yleissopimukseen naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemiseksi ja torjumiseksi (53/2015). Tämä ns. Istanbulin sopimus (2011) tuli Suomessa voimaan vuonna 2015. Esimerkiksi sopimuksen 23 artikla velvoittaa Euroopan neuvoston jäsenmaita järjestämään asianmukaiset ja helposti saavutettavat turvakoti- ja palvelut perhe- ja lähisuhdeväkivallan uhreille - erityisesti naisille ja lapsille. Tarkoituksena on tarjota turvallinen majapaikka ja ennakoivaa apua.

3.2 Tilastotietoa

Vuonna 2017 Suomessa oli 23 turvakotia. (THL 2017.) Ensi- ja turvakotien liiton (2018) tilastojen mukaan sen 13 turvakodissa vuonna 2017 olleista noin viidesosa oli siellä vanhempiensa aiheuttaman väkivallan takia, 16 % väkivallan tekijä oli ollut kumppani ja 11 % entinen kumppani. Muu perheenjäsen tai sukulainen oli väkivallan takana 10 % tapauksista. Nykyinen tai entinen seurustelukumppani sekä lapsi tai lapsipuoli olivat kukin 9 % osuudella kyselyn mukaan turvakotiin tulon syy. Asiakkaan omaa väkivaltaisuutta kartoitettaessa 13 % vastasi käyttäneensä väkivaltaa väkivallan käyttäjää kohtaan.

Ylen verkkosivuilla julkaistiin artikkeli Espooseen vasta-avatusta turvakodista (Thynell 2018). Sen tarjoamat seitsemän uutta huonetta tulevat artikkelissa haastatellun Pääkaupunkiseudun turvakotiyhdistyksen toiminnanjohtaja Karola Grönlundin mukaan tarpeeseen ja vielä voisi yhden turvakodin rakentaa lisääkin. Espoon lisäksi vuoden 2018 aikana perustetaan turvakoti Seinäjoelle, Hämeenlinnaan ja Tampereelle. Näin turvakotiverkoston 143 perhepaikkaa kyetään nostamaan 185 paikkaan. Tavoitteena on mahdollisimman kattava turvakotiverkosto, jotta kaikilla avun tarvitsijoilla olisi kohtuulliset mahdollisuudet päästä tarvittaessa turvaan lähisuhdeväkivallalta. (THL 2018b.)

3.3 Vantaan Turvakoti ry

Vantaan Turvakoti ry on Suomen ensi- ja turvakotien liittoon kuuluva kansalaisjärjestö. Sen tarkoituksena on tuottaa väliaikaisia asumispalveluja väkivaltaa tai sen uhkaa kokeville. Yhdistyksellä on monipuoliset yhteistyöverkostot. Niiden kautta se tukee väkivallan tekijöitä tiellä väkivallattomuuteen sekä edistää laajasti väkivaltatietoisuutta. Henkilökuntaan Vantaan Turvakoti ry:ssä kuuluu toiminnanjohtaja, kuusi ohjaajaa ja viisi väkivaltatyön asiantuntijaa. Asiakashuoneita Vantaan Turvakodilla on kahdeksan kappaletta. Näihin huoneisiin majoitetaan sekä vanhempi-lapset -kokoonpanoja että yksittäisiä ihmisiä. Turvakodin työntekijät pyrkivät tukemaan mahdollisimman tavallisen arjen sujumista asiakkaan kriisin keskellä. (Aydoğan 2017.)

Vantaan Turvakoti perustettiin vuonna 1978. Vuonna 1991 siihen asti kerhotoiminnan, puhelinauttamisen ja kriisiasuntojen kautta väkivallasta kärsiviä auttanut toimija alkoi tarjota myös turvakotipalveluja. Merkittävimmät yhteistyökumppanit yhdistyksellä ovat mainittu Ensi- ja turvakotien liitto jäsenyhdistyksineen, Vantaan kaupunki sekä valtakunnalliset Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos (THL) sekä Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA). (Vantaan turvakoti ry 2018a, Väänänen 2018.) Vantaan turvakotiyhdistykseen kuuluu myös vuonna 2017 käynnistetty avohuollon yksikkö Koivula, josta on mahdollista saada keskustelua apua lähisuhdeväkivallan käsittelyyn (Vantaan turvakoti ry 2018a). Koivulassa työskentelee viisi väkivaltatyön asiantuntijaa. Heidän kanssaan lähisuhdeväkivallan kaikkien osapuolten on mahdollista selvittää tilannetta. Avohuollon tukipalvelut voivat toimia siltana turvakotiasumiseen tai jälkihuoltona sen jälkeen. On myös mahdollista, että avopalvelut riittävät tilanteen ratkaisemiseksi eikä majoituspalveluja tarvita lainkaan. (Vantaan turvakoti ry 2018b.)

4 Vertaistuki

Ihmisen hyvinvointi on vahvasti kytköksissä sosiaaliseen ympäristöön, jossa tämä elää. Ihanteellisessa tilanteessa ympäristö tarjoaa myötätuntoa, kuuntelemista, vuorovaikutusta, ystävällisyyttä, ystävyyttä ja rakkautta. Tällaisia elementtejä sisältyy automaattisesti ystävyys-suhteisiin ja niitä voidaan hyödyntää myös ryhmämuotoisessa toiminnassa toisilleen entuud-

taan tuntemattomien ihmisten kesken. (Cowie & Wallace 2000, 20.) Keskeistä on jokin yhteinen nimittäjä, jonka kautta ihmiset voivat samaistua toistensa tilanteisiin esimerkiksi taustaan, ikään tai sosiaaliseen asemaan liittyen (Sunwolf 2008, 2). Vertaistuen hyödyntäminen keskusteluryhmässä on vahva työkalu. Osallistujat saavat vertaistuesta voimaa, jonka on todettu vahvistavan ja yhdistävän ihmisiä joilla on samankaltaisia kokemuksia elämässään. Asetelma, jossa jokainen saa apua ja on auttaja luo perustaa hyvälle itsetunnolle ja itsensä tärkeäksi kokemiselle. (Laimio & Karnell 2010, 18-19.) Lisäksi vertaiselta kuultu rohkaiseva kertomus on merkittävä toivon ja ymmärretyksi tulemisen kokemuksen synnyttäjä (Laitinen & Ojuri 2016, 29).

Osallisuudesta puhuttaessa tarkoitetaan ihmisen kuuluvuutta yhteisöön ja ymmärrystä siitä, että tällä on vaikuttamisen mahdollisuuksia elämässään ja ympäristössään (Mönkkönen 2018, 159). Jotta yksilö voisi saavuttaa autonomisen aseman omassa elämässään, tulisi elämä olla ymmärrettävää ja hallittavaa. Hallinnantunteen ohella osallisuudesta on puhuttu omiin mittoihin kasvamisena. Osallisuutta voidaan vahvistaa vastaamalla yksilön perustarpeisiin ja tarjoamalla tilaisuuksia yhteyden muodostamiselle muihin ihmisiin. Lopulta kohdattu arvostus kääntyy arvostukseksi itseään kohti. (Isola ym. 2017, 25.)

Voimaantuminen taas tarkoittaa yksilön tai yhteisön kykyä hallita olosuhteita ja tavoittaa elämänsä koskevia päämääriä. Synonyymina tälle voidaan pitää sisäistä voimantunnetta. Voimaantuminen lähtee siis ihmisestä itsestään, eikä tätä voi kukaan ulkopuolinen toiselle antaa. Sen tukeminen on kuitenkin mahdollista, sillä ympäristön asettamat edellytykset, kuten turvallisuus ja mahdollisuus valintoihin, ovat voimaantumisen kannalta erittäin merkityksellisiä asioita. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2011, 132-133.)

Vertaistuen muodoiksi voidaan lukea kahden ihmisen väliset arkisetkin vuorovaikutustilanteet. Olennaista on, että heillä on jokin vertaisuuden kokemusta tuottava yhdistävä kokemus. Eri-laiset ryhmät ovat organisoidumpi muoto vertaistuen käytöstä. Ryhmän ohjauksesta voi vastata esimerkiksi yksi ryhmäläisistä, jokin järjestö tai ammattilainen. Vertaistuki voi toteutua myös verkostomuotoisena esimerkiksi internetin keskustelupalstalla. (Nylund 2008; HUS 2018.) Vertaistuen avulla on tarkoitus saada käyttöön ihmisen sisäisiä voimavaroja (Laimio & Karnell 2010, 12).

Pelkän vertaisryhmän käynnistäminen akuutissa kriisissä olevien asiakkaiden kanssa olisi eettisesti kestävämmällä pohjalla. Mahdollisesti vuosiakin jatkunut alistaminen ja väkivaltainen kohtelu jättävät jälkensä. Tästä syystä on ensiarvoisen tärkeää, että mukana on työntekijä, jolla on kyky olla läsnä ja kuunnella. Tämän on myös kyettävä luomaan tilanteeseen rajat ja sitä kautta rohkaista ryhmäläisiä keskustelemaan ja hahmottamaan omia rajojaan suhteessa toisiin ihmisiin. (Laitinen & Ojuri 2016, 27.) Vertaistuen voimauttava vaikutus perustuu osalli-

suuden kokemukseen, joka on keskeinen elementti ihmisen toipuessa väkivallan kohteena olemisesta. Vastavuoroiset ihmissuhteet vertaisryhmässä auttavat luomaan osallisuuden perustaa, kokemusta kuulumisesta tasa-arvoiseen yhteyteen toisten ihmisten kanssa. (Mehtola 2014, 7.)

Toipumisen edetessä herää toivo myönteisestä tulevaisuudesta. Lopulta toivo muotoutuu uskoksi, että elämällä on tarjota hyviäkin asioita. Tämä innostaa myös oman elämänsä aktiiviseksi toimijaksi sivustakatsomisen sijaan. Uhrin asema, jossa muiden määritelmät ovat keskiössä jää taakse ja vastuunkantaminen on tullut tilalle. Taistelu on todellinen, koska uhriksi on helppo jäädä, mutta menneisyytensä kohtaamisen ja vastaantulevien asioiden hyväksymisen kautta selviytyminen on mahdollista. Näin itsetunto vahvistuu ja itsetuntemus kasvaa. Itsensä ympäröiminen niillä ihmisillä jotka herättävät luottamusta tukee prosessia. He ovat niitä, joiden seurassa uskaltaa olla avoin ja tunnemylläkässäkin uskoo heidän haluavan hyvää. (Hellsten 1999, 405-406, 408.)

5 Vertaistuelliset keskusteluryhmät

Väkivaltaisessa ihmissuhteessa kommunikointi on yksipuoleista väkivallantekijän määritellesä säännöt (Mehtola 2014, 8). Pelkkä väkivallan uhan poistuminen ei palauta luottamusta ihmisiin. Vertaistuellinen ryhmä toimiikin eräänlaisena tavallista arkea turvallisempaan harjoittelutilanteena, jossa voi opetella luottamaan itseensä ja ympäristöön. Taakan jakaminen tulee hyvin konkreettiseksi kuunnellessa muiden samankaltaisia kokemuksia. Ymmärtävä ja avoin ilmapiiri rohkaisee nostamaan esille asioita, joita on ehkä hävennyt ja piilotellut kuvitellen olevansa epäonnistunut ja kelpaamaton. Itsetuntemus on mahdollista, jos antaa itselle ja toisille mahdollisuuden olla näkyvä niidenkin asioiden kanssa, jotka ovat monesti epämiellyttäviä kohdata. (Hellsten 1999, 345-346.) Arjen tilanteisiin on helpompi reagoida hylkäämättä itseään, kun itsensä mukana pitämistä on saanut harjoitella vertaisten kanssa jolloin ei tarvitse käyttää energiaa hylätyksi tulemisen pelkoon. Vertaisryhmässä merkittävin yhdistävä tekijä on samankaltaiset kokemukset. Esimerkiksi sukulaisuus tulisi liian lähelle osallistujia ja muutaisi helposti asetelmaa, koska vahvoja yhdistäviä asioita olisi niin paljon enemmän (Terveyskylä 2018).

Opinnäytetyösuunnitelmaa varten kartoitimme lähisuhdeväkivallan teoreettista maastoa, jossa vertaistuki nousi esiin selkeänä toipumista ja turvallisen elämän hallintaa tukevana elementtinä (ks. 4 Vertaistuki). Tavoitteenamme oli kehittää toimintamalli lähisuhdeväkivallan vertaistuelliseen käsittelyyn turvakodin asiakkaiden kanssa. Mallissa nostamme esille neljä turvakodin työntekijöiden kanssa käydyissä keskusteluissa ilmennyttä keskeistä teemaa asiakkaiden arkitodellisuudesta. Mallilla pyrittiin turvakodin asiakkaiden kriisin prosessoinnin tukemiseen ja oman elämänhallinnan vahvistamiseen. Tässä tehtävässä turvakodin työntekijöillä on keskeinen rooli, jota mallin on tarkoitus tukea ja vahvistaa. Keskusteluryhmien teemojen valikoitumiseen vaikuttivat merkittävästi keskustelut Vantaan turvakodin työntekijöiden

kanssa. Ryhmien teemat ovat väkivallan muodot, puheeksiottaminen, läheisriippuvuus sekä päihteet. Lisäksi toteutusjärjestyksessä noudatimme työntekijöiltä tulleita toiveita. Kolme ensimmäistä teemaa koskevat pääsääntöisesti kaikkia asiakkaita ja neljäs vain asiakkaita, joiden tilanteeseen liittyy myös päihteiden ongelmakäyttö. Jokaisesta ryhmästä laadimme kutsun (liite 1), josta kävi ilmi oleelliset tapaamiseen liittyvät tiedot.

Turvakodin asiakkailta ja työntekijöiltä keräämämme palaute oli keskiössä arvioidessamme opinnäytetyön tavoitteiden saavuttamista ja hyödyllisyyttä sekä asiakkaille, että työntekijöille. Ryhmätoiminnan tulisi mahdollistaa asiakkaiden ääneen pääseminen ja kuulluksi tuleminen. Näimme myös tärkeäksi, että ohjaaja ei saa liian keskeistä roolia ryhmässä. Sen sijaan halusimme vertaistuen läsnäolon tuottavan osallisuuden kokemusta ryhmäläisissä ja sen kautta voimaa viedä prosessiaan eteenpäin kohti väkivallatonta elämää. Vantaan turvakoti on avoin kaikille sukupuoleen ja kulttuuritaustaan katsomatta (Aydogan 2017). Rajasimme kuitenkin keskusteluryhmät riittävän suomen kielen taidon omaaville, jotta vuorovaikutus ja ajatusten jakaminen olisi mahdollisimman luontevaa. Turvakodin työntekijät myös arvioivat osallistujien valmiuksia osallistua ryhmiin, joten kaikista akuutimmassa kriisivaiheessa olevat, vastikään asiakkuutensa aloittaneet rajautuivat myös ulkopuolelle. Selkeillä rajauksilla loimme mahdollisimman vahvan pohjan vertaistuelle, joka mahdollistuu yhteisten kokemuspintojen ja kielellisen kommunikoinnin kautta (Natunen 2014a, 20).

Opinnäytetyön tuotoksena laitimamme toimintamalli (liite 5) koostuu käytännön ohjauksen ja teorian pohjalta rakennettuna käytännön työkalupakkina. Oppaaseen olemme tiivistäneet ohjaukokemusten ja teorian pohjalta ohjeet keskusteluryhmien ohjaamiselle. Näin pyrimme konkreettisesti tukemaan ryhmätoiminnan jatkuvuutta. Vantaan turvakodilla ei ole tällä hetkellä tämänkaltaista ryhmätoimintaa ja tähän materiaaliin toiminnan käynnistämisen on mahdollista nojata. Tahdoimme tukea ajatusta, että turvakodin asiakkaat voivat jatkossakin toimia toisilleen arvokkaana vertaistukena. Puhtaasti lapsiaiheisen ryhmän peruunnuttua, yhdistimme ulottuvuuksia siitä muihin ryhmiin. Väkivallan vaikutuksesta lapsiin (ks. 2.3 Lähi-suhdeväkivalta ja lapset) keskustelimme erityisesti puheeksiottamisen, mutta hieman myös muiden teemojen alla. Jokaisella ryhmäkerralla oli vanhempansa mukana vähintään yksi taaperoikäinen lapsi.

Toimintakertojen etenemisen selkeyttämiseksi sovimme, että jokaisella kerralla toinen meistä ottaa päävastuun ohjauksesta. Tällöin toiselle jäi parempi mahdollisuus havainnointiin ja muistiinpanojen tekemiseen sekä ohjausvuorossa olevan tukemiseen. Keskusteluryhmien keston asetimme lopulta puoleentoista tuntiin. Alun perin ajatuksena oli yksi tunti, mutta ryhmien rakennetta suunnitellessa totesimme, ettei se tule riittämään. Tapaamiskertojen rakenteen huolellinen miettiminen onkin tärkeää, jotta tiiviit ryhmähetket voisivat tuntua kii-reettömiltä, mutta samalla kuitenkin eteneviltä. Virittäytyminen ryhmän alussa on tärkeä

hetki, jotta jokainen voisi kokea olonsa mahdollisimman rennoksi ja puhuminen tuntuisi luontevalta. Tähän tarkoitukseen on hyvä käyttää erilaisia toiminnallisia menetelmiä, joita voivat olla esimerkiksi tutustumisleikit erilaisia apuvälineitä käyttäen, kuten kuvia, kortteja tai runoja. Kehon käyttö on myöskin hyvä tapa virittäytyä alkavaan keskusteluun. Toiminnallisuuden kautta on mahdollista saada hieman etäisyyttä aiheeseen tai sitä voi lähestyä uudesta näkökulmasta. (Natunen 2014b, 28.)

5.1 Asiakkaiden kohtaaminen

Käsiteltävät aihealueet olivat hyvin herkkiä ja vielä herkemiksi teemoista keskustelun teki asiakkaiden kriisiytynyt elämäntilanne, joka oli johtanut heidät turvakodin tarjoaman avun piiriin. Kaikkiin teemoihimme sisältyi helposti syviä häpeän elementtejä. Väkivallan tekijä saattaa kieltää täysin vastuunsa väkivaltaan, jolloin usein monin tavoin alisteisessa asemassa oleva väkivallan kokija uskoo olevansa syyllinen tilanteeseen. Siksi tämä saattaa kantaa hyvin todellisen tuntuista häpeän taakkaa, joka ei tälle kuitenkaan kuuluisi (Dalsegg & Wesche 2010, 113-114).

Jokaisen yksittäisen teeman kohdalla oli mietittävä, miten löytää pieniäkin elementtejä häpeän voiman vähentämiseen ja itsekunnioituksen vahvistamiseen. Tämän kaltaisia ryhmiä toteutettaessa ohjaajan rooli oli toimia enemmänkin fasilitaattorina eli mahdollistajana sisältörikkaan, ryhmäläisiä aktivoivan keskustelun syntymiselle (Kantojärvi 2012, 11). Erityisen olennaista oli asiakkaiden itsemääräämisoikeuden vaaliminen (Aydogan 2017). Ryhmät perustuvat vapaaehtoisuudelle eli jokaista kunnioitettiin omat rajansa asettavana yksilönä. Keskusteluun ei ollut pakko osallistua, mutta oli kuitenkin tärkeää rohkaista asiakkaita laajentamaan näkökulmiaan keskustelun avulla. Johtoajatuksena voi pitää sitä, että asiakas saa itse määritellä rajansa.

Ryhmäläisille oli tarkoitus antaa tilaa tuoda omia ajatuksiaan ja kokemuksiaankin esille, mutta valmistauduimme myös johdattamaan keskustelua eteenpäin, jos luontaista imua ei löytyisi. Vertaistuellisuuden toteutumisen kannalta oli tärkeää, etteivät tilaisuudet muuttuneet luennoiksi. Ryhmissä tarjotun tiedon oli tarkoitus toimia herättelijänä refleктоivalle pohdinnalle ja vertaistuelliselle keskustelulle. Toiminnan eettisyyden varmistamiseksi oli tärkeä hahmotella rajat ja toiminnan säännöt. Ohjaajan muistutti ryhmäläisiä jokaisen ryhmäkerran alussa, että jokainen on ihmisenä kokemuksineen ainutlaatuinen. Tämä loi pohjaa keskinäiselle kunnioitukselle. Käsiteltävät asiat olivat erittäin henkilökohtaisia, joten toisten asioista puhuminen ryhmän ulkopuolella oli ehdottomasti kielletty. Jokaisella oli oltava mahdollisuus määritellä, kenelle asioistaan kertoo. (Jyrkämä 2010, 49.) Ryhmäläisille annettiin myös mahdollisuus ilmaista tärkeinä pitämiään asioita, joita he halusivat ryhmäsopimuksen sisältävän.

Jokaisella ryhmäkerralla oli mukana yksi tai useampi vanhempansa mukana tullut vauvaikäinen lapsi. Tämä ei ollut ennalta suunniteltua, vaan jokaisessa tilanteessa yhdessä ohjaavan

työntekijän kanssa tehty ratkaisu. Pienen lapsen läsnäolo toimi osaltaan tunnelmaa keventävänä tekijänä, mutta vaikutti vauva itse ymmärtäisi puhetta tai sanoja, voi tämä silti aistia vallitsevan ilmapiirin (ks. 2.3 Lähisuhdeväkivalta ja lapset). Laitimassamme oppaassa (liite 5) kehotamme käyttämään näissä tapauksissa tilannekohtaista harkintaa.

Seuraavissa alaosioissa käymme läpi suunnittelemamme ryhmäkerrat. Aiheeseen liittyvän teoriakatsauksen lisäksi kuvaamme toimintaamme käytännössä. Toteutuksen jaottelun ollessa ryhmien mukaan jäseneltynä selkeä, katsoimme tässä yhteydessä ratkaisun epätavanomaisuudesta huolimatta parhaaksi vaihtoehdoksi käsitellä teorian ja käytännön koostetusti. Asiakkaiden yksityisyydensuojan turvaamiseksi emme kuvaa yksittäisten asiakkaiden jakamia asioita ja kokemuksia lainkaan.

5.2 Lähisuhdeväkivallan ilmentymät

Arkisten, hieman kärjistyneiden kanssakäymisten ja väkivaltatilanteiden rajaseutuja on tärkeä osata hahmottaa. Väkivaltaisessa ympäristössä elävän voi olla vaikea hahmottaa turvallisia rajoja. Ulkopuolisen silmissä selkeä väkivallanteko voi näyttäytyä väkivallan kohteelle normaalina, hyväksyttävänä käytöksenä. (Ahola & Ahola 2016, 54). Väkivallan voi määritellä esimerkiksi seuraavan kaltaisiin kategorioihin: henkinen, fyysinen, seksuaalinen, taloudellinen, kulttuurinen ja uskonnollinen väkivalta, laiminlyönti ja kaltoinkohtelu sekä eron jälkeinen vaino (Nettiturvakoti 2017). Väkivallan muodosta riippumatta vastuuta ei tekijä voi vierittää toisen, esimerkiksi väkivallan kohteen harteille, mikä kokijan voi olla vaikea, mutta tärkeää ymmärtää.

Henkinen väkivalta voi olla hyvin vaikea näyttää toteen, koska siitä ei jää fyysisiä jälkiä, mutta kokijan elämään sillä on suuri rajoittava ja kahlitseva vaikutus. Jokaisessa ihmissuhteessa on erimielisyyksiä ja hyvänä terveen tilanteen mittarina voidaan pitää mahdollisuutta sanoa mielipiteensä ilman pelkoa. Vähättelevä suhtautuminen täyttää myös henkisen väkivallan tunnuspiirteet. Siihen liittyy kaikessa henkisessä väkivallassa läsnä oleva syyllisyyden kasaaminen kokijan harteille, joka sitoo kokijan mielikuvaan, että hän olisi huono ja hyvityksen velassa tekijälle. Yksinäisyys, huonommuuden kokemus, itsensä vähättely ja alakuloisuus ovat tyypillisiä henkisen väkivallan seurauksia. Henkinen väkivalta on aina läsnä kaikessa väkivallassa. Henkisen väkivallan toteen näyttäminen vaatii järjestelmällistä erilaisten viestien talentamista ja päiväkirjan pitämistä väkivaltaisista tilanteista ja eri auttavien tahojen kanssa käydyistä keskusteluista. Kaikki materiaali kannattaa tallettaa, jotta asioita purettaessa totuus tulisi esiin. (Naisten linja 2018a.)

Fyysistä väkivaltaa on esimerkiksi iskut, potkut, raapiminen ja pureminen. Sitä on myös esimerkiksi sylkeminen tai liikkumisen estäminen. Vaikka jälkiä ei jäisikään eikä kosketus sattuisi, on kyseessä silti fyysinen väkivalta. (Naisten linja 2018b.) Eron jälkeinen vaino tai suhteen aikana tapahtuva voimakas kontrollointi ovat väkivallan muotoja, joiden esille ottamista

turvakodilta erityisesti toivottiin. Vainoamisen tematiikka, kontrollin sekä rajoittamisen ilmentymät ovat työntekijöiden mukaan usein turvakodin arjessa esillä. (Aydogan 2017). On mahdollista esimerkiksi keskustellen miettiä kuinka taajat yhteydenotot entiseltä puolisoilta - lapsen liittyvät tai muuten - ovat kohtuullisia ja missä vaiheessa puhutaan jo vainoamisesta.

Ensimmäiseen ryhmään tuli paikalle kaksi asiakasta. Kerroimme työmme taustasta, tavoitteista ja herätimme keskustelua ryhmäsopimuksesta. Sitten siirryimme varsinaiseen virittäytymisiosioon. Olimme levittäneet lattialle kuvakortteja, joista pyysimme osanottajia valitsemaan tämänhetkistä tunnetilaa parhaiten vastaavan kortin. Tällä pyrimme luomaan vuorovai- kutusta tilanteeseen ja pääsemään hieman kiinni minkälaisia tunteita ryhmäläisillä on pääl- limmäisenä. Tämän jälkeen otimme kahvit ja leivonnaiset, joita nautimme varsinaisen tee- man lomassa.

Toimme teemaan liittyen esiin erilaisia väkivallan muotoja. Molemmat ryhmäläiset tunnistivat määritelmät tutuiksi. He kertoivat taustoistaan ja omista tilanteistaan. Nostimme esiin Maail- man terveysjärjestö WHO:n (2005, 21) väkivaltamääritelmän. Hyödynsimme kuvakortteja vielä myöhemminkin keskustelun lomassa katseen suuntaamiseksi tulevaisuuteen. Ohjeis- timme ryhmäläisiä ottamaan lattialla olevista kuvista sellaisen, joka edustaa heille toivoa. He osoittivatkin mieleisensä kortit, mutta pysyivät kuitenkin istuimillaan. Ojensimme kortit heille käteen lähempää tarkastelua varten ja keskustelimme kuvien herättämistä tunteista ja ajatuksista. Tämän jälkeen keskustelimme omaisuuteen kohdistuvasta väkivallasta ja kuinka helposti sen rajan saattaa ylittää. Ryhmäläiset toivat esiin tulevaisuuteen liittyviä ajatuksia ja jonka jälkeen pohdimme selviytymiskeinoja väkivaltaa kohdattaessa. Lopuksi annoimme vielä mahdollisuuden kertoa tunnetilasta ja ajatuksista. Palautelomakkeiden täytön jälkeen pää- timme ryhmäkerran.

Ensimmäisen ryhmäkerta oli rauhallinen ja ryhmäläisille jäi paljon tilaa jakaa ajatuksiaan. Mukana ollut työntekijä näki toiminnassa hyviä elementtejä ja antoi rohkaisevaa palautetta: ryhmäläiset olivat saaneet tilaa puhua ja myös hyödynsivät sitä, eli tilanne oli luottamusta herättävä. Kynnys tunteiden ilmaisulle oli matala. Ryhmäläiset vaihtoivat ajatuksia keske- nään, mikä on vertaistuen kannalta yksi tärkeä elementti kuuntelun lisäksi (Mehtola 2014, 7). Vertaistuellisuuden näkökulmasta minimikokoonpano, eli kaksi henkilöä, jätti paljon tilaa kes- kustelulle. Tätä tilaa vastaavan ohjaajan tulisi tarpeen mukaan täydentää, mutta valmistau- tuminen osoittautui siinä kohtaa vajavaiseksi. Ryhmäläiset olivat kuitenkin varsin aktiivisia ja jakamista tapahtui.

5.3 Lähisuhdeväkivallan puheeksiottaminen

Toisella ryhmätoimintakerralla käsittelimme lähisuhdeväkivallan puheeksiottamista. Tarve tälle aiheelle nousi keskusteluista turvakodin työntekijöiden kanssa. Ryhmässä mietimme ke-

nelle ikävistä perheolosuhteista voi kertoa ja miten asian voi ottaa esiin naapureiden, ystävien ja perheenjäsenten kanssa. Tärkeänä näkökulmana on miettiä, miten pienet lapset huomioidaan tilanteessa, ja miten lähisuhdeväkivalta otetaan näiden kanssa puheeksi. Lisäksi keskustelimme turvallisuuden merkityksestä ja sen muodostumisesta. Keskustelun tukikysymykset käsittelivät esimerkiksi lähisuhdeväkivallasta kertomista läheisille ja lasten kanssa aiheesta puhumista.

Pelko ja häpeä saattavat toimia estävinä tekijöinä perheväkivallan puheeksiottamiselle. Häpeä koettua väkivaltaa kohtaan saattaa nostaa kynnyistä myöntää tai puhua ääneen kokemuksesta. Kokija saattaa tuntea itsensä epäonnistuneeksi tai miettiä liialti muiden ihmisten suhtautumista kotitilanteeseensa. On myös mahdollista, että kokija pelkää oman tai läheistensä turvallisuuden puolesta, mikäli tämä jakaa mahdollisesti perheen sisäiseksi asiaksi miellettyjä seikkoja ulkopuolisille. (Aydogan 2017.) Voi myös olla mahdollista, että oma tilanne koetaan niin absurdiksi tai toivottomaksi että avun vastaanottaminen tuntuu lähes mahdottomalta. Toimintakerran yhtenä keskeisimmistä ajatuksista oli herätellä osallistujia tunteiden käsitteilyyn, ymmärtämiseen ja kohtaamiseen, jotta lähisuhdeväkivallan teemoja olisi helpompi käsitellä.

Keskustelukerralla oli tarkoituksena myös pyrkiä hahmottamaan omia verkostoja, pohtia niiden merkityksiä ja jäsentää niiden hyödyntämismahdollisuuksia niin turvakotijakson aikana kuin sen jälkeenkin. Sosiaalinen verkosto koostuu yksilölle merkityksellisistä ihmisistä, joihin tämä voi vallitsevassa elämäntilanteessa turvautua. Tähän voi läheisten lisäksi kuulua esimerkiksi viranomaisia. (Nyyti ry 2018.)

Tällä kertaa oli paikalla kolme osallistujaa. Yksi henkilö lisää osallistujamäärään vaikutti yllättävän paljon. Keskustelu oli runsaampaa ja vuorovaikutusta tapahtui enemmän. Olimme myös ohjaajina valmistautuneet hieman tarkemmin ja se näkyi illan sujuvuudessa ja ilmapiirin rentoudessa. Koimme, että kuvakorttien hyödyntäminen olisi mahdollista myös toisella ryhmäkerralla. Aloituspuheiden jälkeen pyysimme osallistujia nimikierroksen yhteydessä valitsemaan ennakkoon lattialle levittämistämme korteista sellaiset, jotka parhaiten kuvasivat kunkin sen hetkistä olotilaa. Toisin kuin ensimmäisellä kerralla, rohkaisimme asiakkaita ottamaan valitut kortit käteen lähempää tarkastelua varten. Yhteyttä meidän ja osallistujien välillä edistääksemme valitsimme kortit myös itsellemme.

Virittäytymisen jälkeen keskustelimme väkivallan puheeksiottamiseen liittyvien tunnetekijöiden asettamista haasteista sekä toisaalta kuulluksi tulemisen tärkeydestä. Puhuimme myös siitä miltä haasteellisesta kotitilanteesta puhuminen on tuntunut ja miten sen vaikutus nykytilanteeseen on koettu. Tähän keskusteluun sisältyi myös ajatus niin sanotusta valosta tunnelin päässä ja sitä kohti kulkemisesta. Nykyhetkessä jaksamisesta puheenaihe siirtyi lapsiin. Lähisuhdeväkivallan kokonaisvaltaiset haitat lapsen kasvulle ja kehitykselle huomioiden (ks. 2.3

Lähisuhdeväkivalta ja lapset) katsoimme tämän tarpeelliseksi. Hyödynsimme keskustelussa Äänekosken kaupungin (2017) julkaisemaa mallia lapsista puhumiseen väkivallan viitekehyydessä. Tässä kohden keskustelimme lasten tietoisuudesta ja suhtautumisesta väkivaltaan. Pohdimme myös muun muassa perheväkivallan todistajaksi joutumisesta johtuvien toimintamallien mahdollisesti kauaskantoisista vaikutuksista lapsen kasvuun ja kehitykseen.

Hieman keventääksemme tunnelmaa loppua kohden keskustelimme viimeiseksi turvallisuudesta. Mietimme mitä turvallisuus itse kullekin tarkoittaa ja minkälaisista tekijöistä se muodostuu. Keskustelimme myös ennakkoon uhkaavia tilanteita varten laaditun kirjallisen toimintamallin, turvasuunnitelman, olemassaolon merkityksestä hyödyntäen Nettiturvakodin (2018) ohjetta. Ennakkokeskusteluissa työntekijöiden kanssa tämä korostui erityisen tärkeänä aiheena. Aivan lopuksi kertasimme vielä henkilökohtaiset keinot haastavassa arjessa jaksamiseen. Lopettamisen jälkeen siirryimme yleisiin tiloihin kahville.

5.4 Läheisriippuvuus

Ihminen on riippuvainen monista asioista, joita ilman elämänlaatu heikkenisi merkittävästi. Tarvitsemme esimerkiksi ravintoa, lämpöä, hygieniaa, erilaisia virikkeitä, hyväksyntää ja rakkautta. Tervettä riippuvuutta ihmisestä voi olla esimerkiksi halu sitoutua tai tunne yhteenkuuluvuudesta. Riippuvuuden toisista ihmisistä muuttuessa haitalliseksi, oman itsensä sivuuttamiseksi, puhutaan läheisriippuvuudesta. Se voi näkyä esimerkiksi kykenemättömyytenä päästää irti epäterveestä ihmissuhteesta. (Taitto 2005.) Läheisriippuvuus liittyy tavalla tai toisella lähes jokaiseen turvakodin asiakkaan tilanteeseen (Aydogan 2017).

Käsitteenä läheisriippuvuus on työkalu, jonka avulla ahdistus voi saada hahmon ja ihminen apua jäsentää omaa elämäänsä oppiakseen missä kulkevat terveet ja turvalliset rajat. Epätietoisuus omista rajoista uuvuttaa, koska energiaa menee valtavasti pyrkimyksiin vastata odo- tuksiin, joita tulkitsee toisilla olevan. Tällöin myös toivo hyväksytyksi tulemisesta ja pelko hylätyksi tulemisesta määrittyvät toisten asettamista rajoista tai niiden puuttumisesta käsin. Tilanne johtaa helposti pääosin tiedostamattomaan tarpeeseen ylikontrolloida itseä ja toisia, jotta vallitseva tilanne olisi turvallisen tuntuinen. (Huusko 2006, 27.)

Ben Malisen (2014) mukaan läheisriippuvuus terminä tuli keskusteluihin mukaan 1970-luvulla, jolloin havaittiin tietynlaista käytöstä alkoholistien lähipiirissä ja huomio keskittyi erityisesti alkoholistimiestään hoivaaviin vaimoihin. Elämän romahtamisen pelossa vaimo kieltäytyi näkemästä ongelmaa ja pyrki ylläpitämään kulissia, näin toimiessaan huomaamattaan tukien alkoholismia. Nykyisin läheisriippuvuutta ymmärretään olevan kaikenlaisissa ihmisryhmissä ja muistakin lähtötilanteista, kuin alkoholismista johtuen. Juuret ulottuvat yleensä lapsuuden kokemuksiin ja jo tuolloin muodostettuihin mekanismeihin välttää hylätyksi tulemisen kokemus. (Malinen 2014, 18 - 19.)

Alkoholistien aikuiset lapset ovat olleet merkittävässä roolissa läheisriippuvuutta määriteltäessä, mutta myös muunlaisissa voimakasta sopeutumista vaativissa perhetilanteissa kasvaneiden aikuisten on huomattu oireilevan samalla tavoin. Taustalla on nähty läsnäolevan vanhemmuuden puutetta johtuen esimerkiksi mielisairaudesta, väkivaltaisuudesta, työnarkomaniasta tai kahlitsevasta uskonnollisuudesta. (Hellsten 1999, 82.) Selviytymiskeinoksi valikoituu usein muiden auttaminen omien tarpeiden kustannuksella. Toiminta ei ole kovinkaan tietoisista, mutta auttamisen alle hautautuu oma kaipuu huomiosta ja rakastetuksi tulemisesta syvällä sisimmässä. Voimakkaan auttajan roolin takia henkilö antaa itsestään vahvan kuvan itselleen ja muille, jolloin rakkauden ja huomion vastaanottamiselle ei jää tilaa. Ristiriita on näin tarkasteltuna ilmeinen, mutta asianosaiselle vaikea hahmottaa, mikä johtaa helposti epäoikeudenmukaisuuden kokemuksiin ja katkeruuteen. (Malinen 2014, 18 - 19).

Toipumisen haasteisiin liittyy usein voimakas syyllisyys. Se nousee ristiriidasta, joka syntyy uuden kehittyvän ominaisuuden, omien rajojen asettamisen ja vanhan toisia varten elämisen toimintamallin välille. Vanhan käsityksen on kuitenkin väistyttävä, jotta terveiden rajojen asettaminen olisi mahdollista. Ilman taistelua asiat eivät muutu. Muiden on kannettava vastuu omista elämästään ja minun omastani. Tässä tilanteessa omien rajojen asettamisesta koitua syyllisyyden tunne tulisi Hellstenin (1999, 367-368) mukaan kohdata tervetulleena haasteena. Läheisriippuvaisen vastakohtana voidaan ajatella ihmistä, joka myöntää, ettei kykene hallitsemaan kaikkea ja joka tarvitsee muita ihmisiä, mutta ei elä muita varten. Toipuessaan kohti tällaista tilaa läheisriippuvuudesta kärsivällä ihmisellä alkaa vapautua voimavaroja kiinnostua ympärillään olevista asioista uudella aidolla tavalla. On myös tärkeää löytää jonkinlainen yhteisö, jossa kokea yhteenkuuluvuutta ja hyväksyntää eli osallisuutta. Varsinkin toipuessa läheisriippuvuudesta tällainen kokemus on erittäin tärkeä. (Hellsten 1999, 393, 398.)

Kolmannelle ryhmätapaamiselle osallistui kolme turvakodin asiakasta. Alkurutiinien jälkeen olimme suunnitelleet lämmittelyksi toiminnallisen body percussion -tutustumisaktiviteetin. Käsiä taputtamalla toisiaan ja jalkoja vasten tietyssä rytmisessä jokainen sanoi oman nimensä ja muut toistivat. Istuimme ympyrän muodossa ja teimme kierroksen kahteen kertaan. Asiakkaat sekä heidän mukanaan olleet kaksi pientä lasta osallistuivat alkulämmittelyyn. Lämmittelyn jälkeen menimme suoraan asiaan. Läheisriippuvuus-termin avaaminen keskittyi kolmen suomalaisen läheisriippuvuudesta kirjoittaneen henkilön teoksiin: Tommy Hellstenin (1999), Mari Huuskon (2006) ja Ben Malisen (2014). Näiden pohjalta avasimme erilaisia näkökulmia aiheeseen ja annoimme asiakkaille mahdollisuuden löytää yhtäläisyyksiä omiin kokemuksiinsa. Lopussa kohdistimme huomion tukiverkostoihin ja omiin voimavaroihin, joita asiakkaat ovat matkan varrella käyttäneet tai mitä voisivat käyttää.

5.5 Väkivalta ja päihteet

Alkoholilla ja etenkin humalahakuisella juomisella on todettu olevan yhteys sekä lähisuhdeväkivallan tapahtumisen riskiin, sen jatkuvuuteen, että sen vakavuuden asteeseen. Noin kaksi

kolmasosaa väkivallanteoista tehdään päihtyneenä. Tästä huolimatta alkoholi ei yleensä ole perimmäinen syy väkivallanteolle, vaan toimii ennemminkin katalysaattorina sille. Väkivaltainen käyttäytyminen johtuu opitusta käyttäytymismallista, johon vaikuttavat muut niin sosiaaliset, kulttuurilliset kuin yhteiskunnallisetkin tekijät. Rungas alkoholinkäyttö kuitenkin vaikuttaa edesauttavasti väkivallan todennäköisyyteen ja vastavuoroisesti väkivallan jatkuva tekeminen tai kokeminen madaltavat kynnyistä päihteiden käyttöön. (STM 2007, 19.) Tähän nojaten näiden kahden voidaan katsoa herkästi muodostavan kierteen.

Alkoholin lisäksi myös muut päihteet ja etenkin kovat huumeet ovat näytelleet entistä suurempaa roolia viimeaikaisten asiakastapauksissa turvakodilla (Aydogan 2017). Joidenkin lääkkeitä viroitusoireet saattavat itsessäänkin johtaa aggressiiviseen käyttäytymiseen ja varsinkin muiden päihteiden kanssa tai väärin annosteltuna aiheuttavat estottomuutta, jolla voi olla vaarallisia seurauksia. Väkivaltarikollisille päihteiden sekakäyttö onkin melko yleistä. Stimuloivien päihteiden kuten amfetamiinin on todettu lisäävän vainoharhaisuutta ja hyökkäävyyttä. Myös rauhoittavana tunnettu kannabis voi esimerkiksi viroitusoireiden kautta vaikuttaa katalysoivalla tavalla väkivaltaiseen luonteeseen. Toisaalta viime kädessä päihtyneisyyden ilmentymät määrittää persoonallisuus. (Lyden 2009.)

Näistä syistä pidimme tarkoituksenmukaisena perehtyä asiaan osana opinnäytetyötämme ja yhdellä ryhmätoimintakerralla tarkoituksena oli keskustella päihteistä. Pyrkimyksenä olisi ollut saada asiakkaat vaihtamaan ajatuksia alkoholin ja muiden päihteiden vaikutuksesta arkeen sekä miettimään kohtuukäyttöä. Alkoholin kohtuukäytölle on toki olemassa suosituksia (Panimoliitto 2017), mutta nimensä mukaisesti nämä ovat vain suosituksia - eivät suinkaan määräyksiä. Ryhmässä voidaan miettiä kohtuukäytön ja normaalikäytön eroja. Lisäksi kannustaisimme ryhmäläisiä miettimään myös taustalla olevia syitä päihteiden käytölle itsessään sekä pyrkiä tunnistamaan vaaranmerkkejä päihtyneissä läheisissään.

Toteutuessaan päihteitä ja väkivaltaa käsittelevä ryhmä olisi toiminut luonnollisena jatkumona edeltävälle läheisriippuvuutta käsittelevälle teemalle. Asiakastilanteesta johtuen sitä ei ollut kuitenkaan mahdollista toteuttaa käytännössä, mutta tehdyn suunnitelman perusteella olemme silti laatineet oppaaseen aihetta käsittelevän kappaleen.

6 Opinnäytetyöprosessin kuvaus

Opinnäytetyöprosessin ideointivaihe käynnistyi syksyllä 2017. Sovittuamme yhteisestä opinnäytetyöstä kävimme keskusteluja omista kiinnostuksen kohteistamme ja aikaisemmista kokemuksista. Puhuttelevimmilta vaihtoehdoilta tässä vaiheessa tuntuivat erinäiset kriisi- ja perheyön sekä lastensuojelun kentän toimijat. Lisäksi toisen meistä tavoitellussa lastentarhanopettajan kelpoisuutta, oli toivottavaa, että alle 8-vuotiaiden lasten integroiminen opinnäytetyön kuvioihin olisi tavalla tai toisella mahdollista.

Ehdimme alustavasti tiedustella yhteistyön mahdollisuutta muutamilta eri toimijoilta ennen kuin löysimme yhteyden Vantaan turvakotiyhdistyksen kanssa. Tapasimme kasvokkain ensimmäisen kerran marraskuussa ja päätimme aloittaa yhteistyön opinnäytetyön tiimoilta. Opinnäytetyön luonnetta ei tässä vaiheessa määritelty kovin tarkasti, mutta turvakodin edustajien puolelta esitettiin jo tässä vaiheessa toive toiminnallista ryhmistä.

Ensimmäisiä ajatuksia oli turvakodin asiakkaina olevien vanhempien ja lasten välisen vuorovaikutuksen tukeminen yhteisen ryhmätoiminnan keinoin. Tämän ajatuksen pohjalta laadimme aiheanalyysin, jonka palautimme marraskuun lopulla. Keskusteltuamme ohjaavan opettajamme kanssa tulimme kuitenkin yhdessä siihen tulokseen, että vuorovaikutuksen tukeminen itsessään on opinnäytetyön aiheeksi liian laaja ja epämääräinen. Halusimme saattaa suunnitelmavaiheen loppuun nopealla aikataululla, joten aloimme miettiä uutta lähestymiskulmaa työlle.

Seuraavassa tapaamisessa turvakodilla nousi ajatus vertaistukea hyödyntävistä keskusteluryhmistä, joiden kautta voitaisiin tukea koetusta väkivallasta selviytymistä ja voimaantumista. Tämä tuntui jo tässä vaiheessa toimivalta, sillä työn jatkuvuudelle ja myöhemmälle hyödyntämiselle olisi olemassa hyvät edellytykset. Johtoajatuksena oli, että ryhmätoiminta turvakodilla saataisiin vakiinnutettua, ja se voisi jatkua työntekijöiden ohjaamana myös opinnäytetyöprosessimme jälkeen. Lupasimme tätä kehitystä tukeaksemme laatia tiiviin oppaan vastaavanlaisten ryhmien ohjaamisesta. Vaikutelma aidosta tarpeellisuudesta lisäsi suunnitelman työstämisen mielekkyyttä.

Keskusteluissa turvakodin ohjaajien kanssa nousi esiin useita erilaisia ideoita mahdollisiksi teemoiksi tuleville keskusteluryhmille. Perehdyimme itsenäisesti näihin ja lopulta valikoimme näistä viisi näkemyksemme mukaan parhaiten soveltuvaa, jotka esittelimme turvakodilla. Päätimme kuitenkin yhdessä rajata viidennen, turvakodilla olevien lasten kanssa toteutettavan ryhmän, toteutuksesta kokonaan pois siihen liittyvien haasteiden takia. Esimerkiksi lasten kanssa keskusteltaessa olisi mukana pitänyt olla psykologi, joten teemasta jouduttiin luopumaan. Lähdimme tavoittelemaan vähintään neljää keskusteluryhmäkertaa, joille jokaiselle oli suunniteltu tietty teema. Jokainen teema lähestyi eri näkökulmasta lähisuhdeväkivallan kokeneen ihmisen tilannetta, tavoitteena löytää toivon näkökulmia väkivallan takia kriisiytyneeseen elämäntilanteeseen ja siitä selviämiseen.

Esitimme valmiin suunnitelman seminaarissa joulukuun 18. päivänä. Esityksen yhteydessä kävimme keskustelua ja saimme palautetta, jonka perusteella päätimme tarkentaa tavoitteitamme ja rajata keskeisten käsitteiden määrää kuudesta kahteen. Tässä vaiheessa pohdimme myös mahdollisuutta ohjata ryhmät tai osan niistä kahteen kertaan hioaksemme toimintaa enemmän. Tutkimusluvan ja opinnäytetyösopimuksen tekeminen Vantaan turvakodin kanssa

sujui mutkattomasti. Pääsimme myös pari kertaa tutustumaan turvakotiin sekä siihen kuuluvaan lähisuhdeväkivaltatyön yksikkö Koivulaan. Keskustelut työntekijöiden kanssa, kiinnostunut ja kannustava suhtautuminen toimintaamme kohtaan sekä työstään aidosti innostuneet työntekijät mahdollistivat hyvän yhteistyön läpi koko prosessin.

Alkuvuodesta 2018 sovimme tarkat ajankohdat keskusteluryhmille. Ryhmien oli tarkoitus toimia tietyn ajan säännöllisesti viikoittain. Ajatuksena oli mahdollisuuksien mukaan ohjata ryhmät tai osa niistä kahteen kertaan mahdollisimman toimivan toteutustavan löytääksemme. Ensimmäisen ryhmän jälkeen jouduimme omaksi ja myös työntekijöiden yllätykseksi perumaan monta sovittua ryhmäkertaa osallistujien puutteen takia. Suurimpana syynä oli asiakkaiden suomen kielen taidon puute. Usean peruuntuneen ryhmäkerran jälkeen päätimme yhdessä muuttaa lähestymistapaamme ja luopua ajatuksesta säännöllisesti viikoittain toteutuvasta ryhmästä. Sen sijaan otimme päivystävän roolin ja sovimme että olemme määrääjän verran valmiudessa ohjaamaan ryhmiä lyhyelläkin varoitusajalla. Kun soveltuvia osallistujia olisi talossa riittävä määrä ohjaisimme niin monta keskusteluryhmää kuin tässä ajassa mahdollista. Lopulta reilusti alkuperäisestä aikataulusta jäljessä saimme toteutettua vielä kaksi ryhmää. Näiden jälkeen siirsimme huomiomme ohjausoppaan ja tämän raportin työstämiseen. Työn ja tuotoksen esittelimme arvioivassa seminaarissa 17. toukokuuta.

Keskusteluryhmän ohjaaminen on erittäin käytännönläheistä tekemistä, jossa teoria on tärkeänä tukena, mutta yhtä olennaista työkalua ei kirjoista löydy. Omaa persoonaa ja kykyä ohjata ja olla vuorovaikutuksessa ryhmätilanteessa on mahdollista todella tutkia vain käytännön kautta. (Vänskä ym. 2011, 35.) Näin syntyneestä materiaalista ja vertaistukeen sekä lähisuhdeväkivaltaan liittyvästä teorian tiedosta rakensimme työntekijöille tukimateriaaliksi oppaan. Sen tarkoituksena oli osaltaan mahdollistaa turvakodin asiakkaille järjestettävän säännöllisen vertaistuellisen keskusteluryhmätoiminnan toteutuminen tulevaisuudessa. Oppaan viimeistelystä olimme yhteydessä turvakotiin, jotta heidän oli mahdollista kertoa siitä ajatuksiaan, joiden pohjalta teimme vielä toivottuja pieniä, lähinnä kosmeettisia muutoksia.

7 Toteutuksen arviointi

Toteutuksen arvioinnissa pohdimme toiminnan tavoitteiden onnistumista. Mahdollisimman objektiivisen tuloksen saavuttaaksemme huomiomme arvioinnissa useita näkökulmia. Keräsimme palautetta asiakkailta, turvakodin työntekijöiltä sekä toisiltamme. Ryhmän toimintaa arvioidaksemme valitsimme tiedonkeräämismenetelmäksi strukturoimattoman havainnoinnin. Menetelmän valintaan johti tarve saada mahdollisimman laaja ymmärrys ryhmäläisten kokemuksesta toiminnan hyödyn varmistamiseksi. Menetelmä ei sido tiukasti mihinkään tiettyyn toimintamalliin, jolloin ei synny tarvetta rajoittaa keskustelua tai sitä kautta nousevia ajatuksia (Ojasalo 2014, 114; 116). Erytystä huomiota kiinnitimme heikkoihin signaaleihin. Ne ovat indikaattoreita, joiden kautta voi arvioida mihin suuntaan tilanne on kehittymässä (Ojasalo 2014, 150) ja näin ollen positiivisten signaaleja vahvistamalla ja kielteisiä rauhoittamalla voidaan

saada pitkäjännitteinen tulevaisuuteen katsova kehittämisote. Tarkoituksena oli havainnoida tilanteita mahdollisimman tarkasti sanojen, äänenpainojen, eleiden, ilmeiden ja tunnelmien ym. pohjalta.

7.1 Palaute asiakkailta

Jokaisen yksittäisen toimintakerran jälkeen keräsimme asiakkailta palautetta kirjallisesti mielipidelomakkeen (liite 2) avulla. Jotta kynnys vastaamiseen jäisi mahdollisimman matalaksi, suunniteltiin lomake määrälliseksi ja se koostui kahdestatoista väittämästä, joihin vastattiin rastittamalla ruutuun ”samaa tai eri mieltä”-janalle oman kokemuksen mukaan. Lomakkeessa oli mahdollista antaa palautetta myös kirjallisesti vapaan kommentoinnin kenttään. Tähän mahdollisuuteen kukaan vastaajista ei tosin tarttunut. Tätä osasimme odottaa, mutta halusimme kuitenkin tarjota kirjallisen palautteen antamiselle mahdollisuuden.

Saimme yhteensä kahdeksan palautelomaketta, joista kokosimme yhteenvedon (liite 3). Tulokset ovat prosessin onnistumisen arvioinnin kannalta pääosin positiivisia, mutta esimerkiksi oman elämän jäsentämisen tukena kolmen lomakkeen vastaus oli ”ei mielipidettä,” mikä jäi hieman mietityttämään. Se voi tarkoittaa, että ryhmästä ei ole ollut apua jäsentämisessä, mutta sen ilmaiseminen on vaikeaa tai esimerkiksi, että kysymystä on ollut vaikea ymmärtää. Kaikkien ryhmäläisten äidinkieli ei ollut suomi, vaikka hyvin kieltä hallitsivatkin.

Kenties mielenkiintoisin ja herättelevin tulos saatiin väittämällä ”ryhmässä oli myönteinen ja tulevaisuuteen suuntaava ilmapiiri.” Yksi vastauksista oli täysin eri mieltä, yksi ei mielipidettä, neljä melko samaa mieltä ja kaksi täysin samaa mieltä. Tämän valossa toimintamme on ollut puutteellista, koska tarkoituksemme oli ratkaisukeskeisyyden ja tulevaisuuteen suuntaavan ilmapiirin luominen. Yksi ryhmäläinen ei ole kuitenkaan saanut ryhmässä minkäänlaisia myönteisyyden ja tulevaisuuden kokemuksia vastauksen perusteella. Kokemuksemme ryhmistä ei tue tätä ajatusta kovinkaan vahvasti. Lisäksi kaksi ohjaajuutta käsitellyttä väittämää saivat kaikkein parhaimmat arviot. Siitäkin voisi päätellä, että erityisen kielteisiä emme kuitenkaan olleet. Keskustelua olisi kyllä varmasti voinut ohjata myönteisempään ja vielä selkeämmin tulevaisuuteen kurkottavaan suuntaan. Onnistuimme mielestämme kehittämään itseämme asiassa ryhmäkertojen edetessä.

Toteutuneissa ryhmissä tapahtui ajatusten ja kokemusten vaihtoa toisia kunnioittavassa ilmapiirissä, joten vertaisuuden idea tuli todeksi tästä näkökulmasta. Asiakkaiden palautteessa välittyi kuva toiminnasta, joka tuki heitä ja johon he olivat tyytyväisiä. Kaikki palautteen antajat olivat joko täysin samaa mieltä tai melko samaa mieltä väittämän ”voisin osallistua vastaavanlaiseen ryhmään uudestaan” kanssa. Myös ”Tulin sopivasti huomioduksi” ja ”minulla oli mahdollisuus sanoa haluamani asiat” -väittämissä kaikki vastaukset olivat joko melko samaa mieltä tai täysin samaa mieltä vastausten kuitenkin painottuessa jälkimmäiseen. Voidaan siis päätellä, että ryhmässä toteutui nähdynsä ja kuulluksi tuleminen.

Suurimmat notkahdukset vastauksissa olivat väittämässä “ryhmä auttoi minua jäsentämään elämäntilannettani” ja jo aiemmin mainitussa “ryhmässä oli myönteinen tulevaisuuteen suuntaava ilmapiiri” -väittämässä. Tämä painotus on syytä ottaa riittävällä vakavuudella ja itse-tutkiskelulla vastaan. Toki ryhmäläisten elämäntilanteet olivat kriisin sävyttämiä ja vaikeita jäsentää, mutta tämän kaltaisessa ryhmässä olisi tärkeää voida kokea saavansa tukea elämän palasten hallinnassa. Näin vastausten mukaan pääosin tapahtuikin, mutta jokaisen kokemus on tärkeä. Täysin eri mieltä tulevaisuuteen suuntaavan ilmapiirin kanssa ollut yksi vastauksista antaa signaalin, jota ei voi jättää huomioimatta. Jos jotain, niin myönteistä ja tulevaisuuteen suuntaavaa ilmapiiriä halusimme ryhmässä pitää yllä. Erityisesti ryhmän loppuosassa tulisi kiinnittää huomiota ajatusten suuntaamiseen voimavaroihin ja tulevaisuuden toivon näkökulmiin.

Ryhmäläisiltä lomakkeen avulla kerätty palaute antaa jonkinlaista suuntaa toiminnasta ja sen onnistumisesta, mutta sen luotettavuutta voidaan myös kyseenalaistaa. Lomakkeet täytettiin ryhmien jälkeen meidän läsnä ollessamme ja on mahdollista, että tilanne muodostaa painetta todellista positiivisempaan arvioon. Lomakkeiden jättäminen ryhmäläisille, jotka olisivat palauttaneet ne myöhemmin työntekijöiden kautta meille, olisi mahdollisesti voinut antaa erilaisen tuloksen. Halusimme kuitenkin varmistaa palautteen saamisen ja päädyimme palautelomakkeiden keräämiseen heti ryhmän jälkeen. Kyselylomakkeen täyttäminen hutaisten intensiivisen keskustelurupeaman perään on yksi mahdollinen luotettavuuteen vaikuttava tekijä. Kysyimme asiakkailta palautetta ryhmien välittömässä yhteydessä myös suusanallisesti. Asiakkaiden anonymiteettia vaalixsemme, emme siinä yhteydessä saatua palautetta kuitenkaan kuvaa.

7.2 Palaute työntekijöiltä

Jokaisen ohjauksen jälkeen jäimme hetkeksi keskustelemaan mukana olleen työntekijän kanssa purkaaksemme kokemuksiamme ja saadaksemme välitöntä palautetta toiminnastamme. Halusimme ammattilaisten näkemyksiä ja kehitysideoita erilaisiin ohjausratkaisuihin ja laatimiimme kokonaisuuksiin. Ohjaava työntekijä tunsii asiakkaat meitä paremmin ja oli siten myös paremmin perillä näiden henkilökohtaisista prosesseista. Palautteen kautta saimme myös hyviä ajatuksia ohjaukseen liittyen, joihin kiinnitimme seuraavilla kerroilla huomiota. Esimerkiksi haaste keskustelun siirrossa voimavaroihin tai muuhun positiiviseen teemaan ryhmäkerran loppua kohti nousi esiin ensimmäisessä keskusteluryhmässä ja sen jälkipurussa. Kahdessa jälkimmäisessä ryhmässä kiinnitimme tähän erityistä huomiota ja onnistuimme siinä myös ensimmäistä kertaa paremmin.

Vaikka pyysimme asiakkailta palautetta keskustelukertojen välittömässä yhteydessä, varauduimme myös kartoittamaan ryhmän vaikutuksia turvakodin ilmapiiriin myöhemminkin. Google Forms-palveluun luodulla sähköisellä kyselylomakkeella (liite 4) kartoitimme työnteki-

jöiden havaintoja asiakkaiden prosesseista ja näissä mahdollisesti tapahtuvista ilmiöistä. Vastauksista saatu data ei ollut erityisen kattava, joten täysin yksiselitteisiä päätelmiä emme siitä voi johtaa. Palaute antaa kuitenkin viitteitä siitä, että ryhmätoimintaan osallistuminen on ollut asiakkaille pääsääntöisesti myönteinen kokemus, mutta herättänyt yksilöissä tunteita laidasta laitaan - toisaalta epävarmuutta ja ahdistusta, mutta myös toiveikkuutta ja vapautuneisuutta. Lisäksi ryhmätoiminta on ilmeisesti nostanut hieman yleistä keskustelua turvakiyhteisössä. Saadun palautteen hyödynsimme suoraan toimintamme kehittämiseen. Kyselyssä ei kuitenkaan yksilöity millään tavalla keneen liittyen työntekijä vastaa kyselyyn, jotta anonymitteetti voitiin turvata.

Vastauksissa käy ilmi kokemus kuulluksi tulemisesta ja ryhmästä helppona paikkana puhua asioista. Esimerkiksi Laitinen & Ojuri (2016, 27) nostavat esiin puhumisen helppouden tärkeyden asiakkaan kokemuksessa. Ryhmässä näyttäisi toteutuneen luottamuksellinen ilmapiiri, jonka turvin helpon tuntuinen asioiden jakaminen on mahdollistunut. Ryhmässä on palautteen mukaan saatu myös kosketusta heränneisiin tunteisiin, joka on tuntunut ahdistavalta. Tunteen negatiivisesta kaiusta huolimatta näemme sen luottamuksen osoituksena, että uskaltaa avautua ja päästää kielteisiäkin tunteita ulos.

Saimme laatimastamme oppaasta hyvää palautetta turvakodin työntekijältä. Kiitosta saimme mm. oppaan johdonmukaisuudesta, selkeydestä ja soveltuvuudesta hyväksi työkaluksi turvakodin toiminnassa tulevaisuudessa. Vaikka opas on suunnattu Vantaan turvakodille, uskomme että sitä voi halutessaan hyödyntää myös muissa vastaavan kaltaisissa ympäristöissä.

7.3 Omat kokemukset

Vaikka molemmilla on aikaisempaa käytännön kokemusta ohjaamisesta, osoittautui täysin uudenaikaisessa ympäristössä toimimiseen asennoituminen hieman aikaa vieväksi, joskin toiminta muuttui sulavammaksi ryhmien edetessä. Riittävän valmistautumisen tärkeyden opimme ensimmäisellä kerralla kantapään kautta materiaalin loppuessa kesken. Tämän osasimme myöhemmillä kerroilla välttää. Lisäksi käytännön havaintona oli mielenkiintoista huomata fyysisen body percussion -tyyppisen virittäytymisen ja rauhallisemman kuvien avulla virittäytymisen merkittävän eron. Kehorummuttelu sai aikaan selkeästi vapautuneemman alun ryhmälle verrattuna kuvien kanssa toimimiseen. Oli hienoa myös huomata yleisesti ottaen, miten ryhmäläiset olivat valmiita keskustelemaan ja jakamaan ajatuksiaan.

Luonnollisesti tärkeinä osina arviointiin kuuluu vertaispalaute ja itsereflektio. Työparin kanssa ohjaaminen antaa mahdollisuuden sille, että toinen ohjaaja irrotetaan ensisijaisesti tarkkailijan rooliin toisen toimiessa päätoimisena ohjaajana. Vaikka apuohjaajakin osallistui keskustelun kuljettamiseen, oli tämän ensisijainen tehtävä kuitenkin tukea päätoimisen ohjaajan suoriutumista ja tarkkailla ryhmässä tapahtuvia ilmiöitä.

Etukäteen mietimme haastetta, minkä ryhmäläisten nopea vaihtuvuus aiheuttaa ryhmäprosesille. Ihanne erilaisissa vertaistukea käsittelevissä teoksissa (esim. Natunen 2014c, 31) on ryhmäläisten tutustuminen toisiinsa useiden ryhmäkertojen myötä. Nyt tätä mahdollisuutta ei ollut, mutta asiasta ei muodostunut mielestämme ongelmaa. Jokaisella kerralla ryhmäkokoontaminen oli erilainen ja dynamiikka muodostui yllättävänkin luontevasti kussakin ryhmässä. Saamamme palautteen perusteella on mahdollista, että vain yhteenkin keskusteluryhmäkertaan osallistumisella voi olla myönteisiä vaikutuksia asiakkaan elämään.

Pääsimme tavoitteeseen turvakodin toiminnan ja asiakkaiden voimaantumisen tukemisessa sekä asiakkailta, että työntekijöiltä saamamme palautteen mukaan. Myös omat kokemuksemme ja havaintomme tukevat ajatusta onnistumisesta. Ryhmäkertojen jääminen vain kolmeen oli pieni pettymys, mutta se johtui yllättävästä asiakastilanteesta. Siihen oli sopeuduttava. Tavoitteena neljä ryhmää olisi ollut realistista saavuttaa lähtökohtien pohjalta. Kokonaisuudessaan alun perin suunniteltu aikataulu venyi reilulla kuukaudella.

8 Eettisyys ja luotettavuus

Ryhmän tärkeimpänä tavoitteena oli osallisuuden kokemuksen vahvistaminen ryhmäläisten elämässä. Tämän sosiaalialan keskeisen suuntalinjan vaaliminen pyrittiin saamaan näkyväksi jokaisessa ryhmässä tarjoamalla jokaiselle ryhmäläiselle mahdollisuus tasapuoliseen rooliin ryhmässä. Toiminnan sijoittuminen turvakodin tiloihin ja työntekijän läsnäolo kaikissa ryhmässä loivat vahvat ammatilliset puitteet toiminnallemme. Tähän sisältyi myös riski eettisen irtautumismekanismin aktivoitumiseen ja vastuun siirtämiseen liiaksi työntekijän harteille (Talentia 2017, 26). Yhtenä esimerkkinä tästä voidaan pitää seikkaa, että emme pyytäneet osallistujilta kirjallista suostumusta ryhmään ja opinnäytetyöhön osallistumiseen. Näin jälkikäteen ajatellen ulkoistimme eettistä vastuuta ryhmäläisten osallistumisen vapaaehtoisuudesta työntekijöille. Emme kuitenkaan näe syytä uskoa, että asiakkaat olisivat olleet mukana vastoin tahtoaan. Kerroimme ryhmätilanteiden alustuksissa hyvin selkeästi opinnäytetyömme luonteesta, anonymiteetin ehdottomuudesta ja oikeudesta poistua tilanteesta niin halutesaan.

Ryhmiiin kutsuttiin kaikki suomea puhuvat täysi-ikäiset asiakkaat, joiden turvakodin työntekijät arvioivat hyötyvän sen sisällöstä. Vertaistuen toteutumisen takia suomen kielen taidon puute oli ryhmästä ulos rajaamisen peruste. Vertaistoiminnassa kyvyllä tulla ymmärretyksi ja ymmärtää muita oli keskeinen rooli toiminnassa (Naturanen 2014a, 20).

Kirjallisia lähteitä etsiessämme pyrimme kiinnittämään huomiota näiden luotettavuuteen. Lähdekritiikki on osaltamme ollut pintapuolista, mutta mielestämme kuitenkin riittävää. Hyödynsimme materiaalia esimerkiksi sosiaali- ja terveysministeriöltä, THL:ltä sekä Ensi- ja turvakotien liitolta, jotka katsomme aiheen ja ammattimme puolesta luotettaviksi lähteiksi. Muiden lähteiden osalta arvioimme kirjoittajilla olleen riittävästi asiantuntemusta käsitellyistä

aiheista. Pyrimme myös käyttämään mahdollisimman tuoreita ja ajankohtaisia lähteitä. Joukossa on myös joitain yli kymmenen vuotta vanhoja teoksia, mutta näiden on katsottu olevan perusteltuja ja asiallisia esimerkiksi käsitellyn teeman ajattomuuden tai uudemman tiedon puutteen takia. Ääriesimerkkinä voidaan mainita viittaus 1800-luvulta peräisin olevaan rikoslakiin.

Ohjaajille laaditulla Google Forms -kyselyllä (liite 4) pyrimme kartoittamaan asiakkaisissa tapahtuvia prosesseja ryhmäkertojen jälkeen. Saimme tällä mielenkiintoisia ja suuntaa-antavia tuloksia, mutta aineisto jäi ohueksi akateemista uskottavuutta silmällä pitäen. Kenties olisimme voineet suunnitella lomakkeesta tarkemman ja markkinoida sitä ahkerammin. Ohjaajilta henkilökohtaisesti saadun palautteen koimme kuitenkin kattavaksi ja käyttökelpoiseksi.

Aihepiirimme takia asiakkaiden yksityisyyttä on suojeltava huolellisesti ja suhtaudumme tähän vakavasti. Koska opinnäytetyö on julkinen julkaisu, ei tässä kirjallisessa tuotoksessa ole minikäänlaisia henkilöön yhdistettävissä olevia elementtejä. Esimerkiksi ryhmien tarkemmat koontumisajat eivät käy ilmi. Emme myöskään kuvaa yhdenkään yksittäisen asiakkaan sanomisia, reaktioita tai kokemuksia ryhmien ajalta, vaikka tämä toiminnan arvioinnin kannalta olisikin mielekästä ja tästä saisi paljon irti.

9 Pohdinta

Pyrkimyksenämme oli toimintamme kautta vahvistaa turvakodin asiakkaiden kokemusta omien elämänsä vaikuttajina ja hyvinvointiensa puolustajina sekä omien rajojensa asettajina. Perheytymisemme keskusteltaviin teemoihin oli tarkoitus tuoda pohjaa ja tukea ryhmäkeskustelujen käynnistymistä. Tarkoituksena oli rohkaista osallistujia keskustelemaan kokemuksistaan ja näkemyksistään tulevaisuuteen katsovalla toiveikkaalla orientaatiolla. Muistutimme itseämme jatkuvasti oman ammatillisuuden tiedostamisesta. Emme ole väkivaltatyön erikoisasiantuntijoita, vaan vahvuutemme on keskustelullisen avun tarjoamisessa.

Näemme perheiden tukemisen erittäin keskeisenä sosiaalialan työnä, koska se on perusyksikkö, jonka rakkaudesta ja huolenpidosta ihminen pääsee parhaassa tapauksessa osalliseksi koko elämänkaarensa aikana. Väkivaltaan asti kärjistynyt ihmisen rikkinäisyys on kuitenkin maailmassamme alituisesti läsnä. Erityisen pahalta tuntuu ajatus jatkuvassa väkivallan pelossa elämisestä, joten haluamme olla osaltamme viemässä väkivallattomuuden eetosta eteenpäin esimerkiksi tämän opinnäytetyön kautta.

Ajattelemme selkeät ihmisten väliset rajat ja niiden kunnioittamisen yhtenä eettisyyden keskeisenä elementtinä. Tämä vaikutti läpi opinnäytetyöprosessin suunnitellessamme ryhmien sisältöjä. Välillä tuntui, että saavutimme pisteen, jossa rajojen vaaliminen teki meidät liiankin varovaisiksi ja se vaikutti ohjaustoimintaan kangistavasti. Oli kuitenkin rohkaisevaa huomata kokemuksen tuovan kykyä hahmottaa rajoja joustavammin vuoropuhelussa eettisyyden

kanssa. Toki varovaiseen jäähmyteen on tuonut oman lisänsä myös jännittäminen vaikean aiheen äärellä. Ohjaustoiminta muuttui kuitenkin sulavammaksi toiminnan edetessä.

Teemana lähisuhdeväkivalta oli kaikessa rankkuudessaan myös mielenkiintoinen. Yhteistyö turvakodin kanssa avasi konkreettisen väylän aiheen lähestymiseen. Asiakkaiden tilanteet tekevät teoriaa eläväksi ja toivat kunnioitusta, mutta myös paineita työn onnistumisen suhteen. Väkivallan rajapintojen sävyt tulivat tarkastelussa selkeämmin esiin ja opimme huomaamaan väkivallan olevan myös sellaisissa hienovaraisissa yhteyksissä, missä se helposti kuitataan kenties leikkinä tai muuten asiaan kuuluvana käytöksenä. Kaikenlaisen väkivallan kohtaaminen tulee ottaa vakavasti. Sosiaalialan auttamistyön kontekstissa kohtaamisen tärkeys korostuu lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden kanssa työskennellessä, koska aistit ovat pääsääntöisesti hyvin herkällä ja puolivillainen työote hankaloittaa tai jopa estää yhteyden muodostumisen.

Mahdollisuus ohjata vertaistukiryhmää ulkopuolisena on ollut kasvattava ja kunnioitusta herättävä kokemus. Ryhmäläisten rohkeus ja heistä välittyneet elämisen halun ja toivon merkit ovat rohkaisseet vaikeiden tilanteiden käsittelyn yhteydessä. Vertaisuuden toteutuminen arkisissa kohtaamisissa on tärkeää ihmisyyden pääomaa, jonka hyödyntäminen voidaan myös valjastaa organisoidumpaan ja ammatillisuutta lähempänä olevaan toimintaympäristöön. Vertaisuuden voiman hahmottaminen on mielestämme erittäin olennainen osa sosiaalialan ammatillisuutta. Yksinäisyys ja ajatus itsestä epäonnistuneena näyttäisi johtavan ihmisen tekemään liian suuria kompromisseja asettamiensa rajojen suhteen. Yhteys toisten samankaltaisia kokemuksia läpi käyneiden kanssa mahdollistaa rajojen tarkastelun uudelleen. Jokainen voi oppia jotain lisää tässä suhteessa toisilta, koska jokaisen tilanne on aina erilainen, mutta niissä on valtavasti myös yhtäläisyyksiä.

Lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden vertaisryhmien ohjaamiseen liittyen ei ollut täysin sivuseikka, että olemme molemmat sukupuoleltamme miehiä. Tätä pohdimme ennakkoon paljon, sillä suurin osa lähisuhdeväkivallan kokijoista on naisia ja väkivallan tekijänä mies. Tämä lähtökohta voi tarkoittaa, että saatoimme olla varsin eriskummallinen ilmestys naiselle, joka on tottunut arvaamattomaan ja väkivaltaiseen mieskuvaan. Mahdollisuus keskustella, tulla kuuluksi, saada tilaa ja arvostusta suunnasta, josta on tottunut vastaanottamaan vähättelyä, hallintaa tai jopa nyrkin iskuja voi osaltaan olla todistamassa, että väkivalta on valinta eikä sukupuoleen sidottu ominaisuus.

Vaihtoehtoja ryhmissä käsiteltäviksi teemoiksi olisi ollut enemmänkin, mutta AMK-opinnäytetyön laajuuden huomioiden emme kokeneet tarkoituksenmukaiseksi ottaa työhömmme tämän laajempaa tulokulmaa. Ennen keskusteluryhmien teemojen lukkoon lyömistä pyörittelimme useita vaihtoehtoja mahdollisiksi teemoiksi, joista lopulta valikoituivat nyt käsittelyssä olleet neljä. Mielenkiintoisia hyllytettyjä ajatuksia olivat mm. oikeusprosesseihin liittyvät käytännön

asiat, mielenterveysongelmien yhteys väkivaltaisen käyttäytymiseen, väkivallan ylisukupolvis-
tuminen eli ns. "väkivallan kierre" sekä lähisuhdeväkivaltaan liittyvät tunne-elämän haasteet.
Kaikki aiheet nousivat keskusteluista turvakodin työntekijöiden kanssa, joten näihin voisi ha-
lutessaan esimerkiksi joku tuleva opinnäytetyöntekijä jossain myöhemmässä vaiheessa tart-
tua.

Kielitaustojen laaja kirjo turvakodilla tuotti haasteita saada suomenkielisiä ryhmäläisiä mu-
kaan. Tilanne oli meitä ohjanneiden työntekijöiden mukaan poikkeuksellinen, joskin saattoi
antaa viitteitä tulevaisuuden suunnasta. Kulttuurien kirjo tulee jatkossa tuskin vähenemään,
joten jatkossa tutkimus- ja kehittämiskohteena näkisimme eri kulttuuri ja kielitaustojen huo-
mioimisen lähisuhdeväkivaltatyössä. Mari Huusko (2006, 26-27) nostaa esiin ajatuksen eri kult-
tuurien yhteisöllisyyden ja häpeän käsittelyn eroista, joiden mahdollisia vaikutuksia on hyvä
ilmiötä monikulttuurisessa kontekstissa käsiteltäessä huomioida.

Jokaisen ryhmäkerran rakentuminen omaksi kokonaisuudekseen mietitytti meitä, koska ryh-
mäytymisprosessille jää tällöin hyvin vähän aikaa. Ryhmän avoimuus kaikille turvakodin suo-
mea puhuville asiakkaille tarkoitti kulloinkin paikalla olleiden ryhmäläisten vaihtuvuutta. Ryh-
mäkerrat tuli siis suunnitella siten, että jokainen tapaaminen olisi sekä oma itsenäinen koko-
naisuutensa, että osa laajempaa kaarta. Toimintaan pitäisi siis päästä kiinni, vaikka osallis-
tuisi vain yhdelle ryhmäkerralle, mutta toisaalta sen hyödyttää myös heitä, jotka osallistuvat
useampaan tapaamiseen.

Toimintamme näytti palvelevan turvakodin asukkaita jonkinlaisena jäänsärkijänä ja tutustu-
misforumina. Huolimatta yhdistävästä turvakotiasiakkuudesta ryhmäläiset eivät välttämättä
tienneet edes toistensa nimiä ennen ryhmään tuloa. Havaitimme ryhmän toimivan jo alkanei-
den henkilökohtaisten prosessien vauhdittajina tai uusien prosessien käynnistäjänä. Rinnalla
kulkemisen elementti, joka esimerkiksi suljetussa ryhmässä on läsnä, ei toiminnassamme ollut
mahdollista. Tämä seikka hidasti luottamuksen syntymistä yllättävän vähän. Kaikista ryhmistä
jäi vaikutelma, että jokainen lähti mielellään keskusteluun mukaan ja jakoi myös rohkeasti
ajatuksiaan ja kokemuksiaan sekä suhtautui kannustavasti ja kunnioituksella toisiin ryhmäläi-
siin. Onnistuimme nostamaan keskusteluun aiheita, joiden pohtimisen kautta ryhmäläiset löy-
sivät yhtymäkohtia toistensa tilanteista. Vertaistuen idea eli selvästi ryhmässä, sen luodessa
jaettua voimaannuttavaa kokemuspohjaa ryhmäläisten kesken.

Jossain vaiheessa epäusko alkoi jo vallata mieliämme, kun vaikutti siltä, että ensimmäinen
ryhmäkerta jäisi ainoaksi. Tässä tilanteessa olisimme joutuneet laatimaan oppaan lähes aino-
astaan teoratiedon pohjalta. Helpotus olikin suuri saatuamme ohjattua vielä kaksi ryhmää li-
sää, jolloin oppaan rakentaminen tuntui huomattavasti mielekkäämmältä. Kävijämäärät ryh-
mäkerroilla jäivät odotettua matalammiksi. Tiesimme turvakodilla olevan kahdeksan asiakas-
paikkaa, joten odotimme toteutunutta runsaampaa osallistumista. Tämä selittyi suurilta osin

suomen kieltä puhuvien vähäisellä määrällä. Tilanne oli meitä ohjaavien työntekijöiden mukaan poikkeuksellinen, mutta antaa mahdollisesti viitteitä tulevaisuuden suunnasta. Toisaalta pienet ryhmät jättivät kuitenkin enemmän tilaa keskustelulle ja yksilöiden ääneen pääsemiselle ja olivat siten lopulta enemmän mahdollisuus kuin ongelma.

Koemme vastanneemme opinnäytetyölle asetettuihin tavoitteisiin hyvin. Mikäli kuitenkin aloittaisimme tätä työtä nyt uudestaan, paneutuisimme enemmän tieteellisiin menetelmiin ja niiden käyttöön etenkin tiedon keruun ja jäsentämisen osalta. Kantavana ajatuksena oli enemmänkin käytännön hyödyn tuottaminen ja saadun palautteen perusteella se tuntuu myös toteutuneen.

Vastasimme turvakodilta tulleeseen toiveeseen keskusteluryhmien järjestämisestä ja saaneet rohkaisevaa palautetta sekä ryhmäläisiltä, että työntekijöiltä. Tuotimme oppaan ryhmien ohjaamisen tueksi tulevaisuudessa ja se on otettu vastaan hyvin. Koemme kasvaneemme opinnäytetyön asettamien haasteiden kohtaamisen myötä ohjaajina, jäsenneetyn tieteellisen tekstin kirjoittajina sekä havaintojemme ja teoreettisen tiedon yhdistäjinä.

Kiitämme ryhmissä mukana olleita asiakkaita rohkeudesta osallistua toimintaan sekä Vantaan Turvakodin työntekijöitä erinomaisesta yhteistyöstä. Väkivaltaa emme maailmasta voi poistaa, mutta olemme tyytyväisiä, jos olemme edes paikallisesti voineet toimia sitä kohtaamaan joutuvien hyväksi.

Lähteet

Painetut

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

Dalsegg, A. & Wesche, I. 2010. Vapaaksi psykopaatin otteesta. Helsinki: Basam Books.

Hellsten, T. 1999. Virtahepo olohuoneessa & elämän lapsi. Helsinki: Kirjapaja.

Huusko, M. 2006. Hallintaa vai huolenpitoa? Helsinki: Kirjapaja.

Husso, M. 2003. Parisuhdeväkivalta - lyötyjen aika ja tila. Tampere: Vastapaino.

Kantojärvi, P. 2012. Fasilitointi luo uutta. Helsinki: Talentum.

Karhuvaara, M., Kaitue, S. & Ruuhilahti, S. 2013. Lähisuhdeväkivallan kartoittaminen ja siihen puuttuminen lastenvalvojan työssä. Tampere: Juvenes Print.

Laine, T. 2005. Turvakotityön käytännöt - asiantuntijuus ja sukupuolen merkitykset. Helsinki: Yliopistopaino.

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

Malinen, B. 2014. Taakkana läheisriippuvuus: kenen elämää elät? Helsinki: Kirjapaja.

Mäkinen, P., Rahikainen, E., Rahikka, A. & Saarnio, T. 2011. Ammattina sosionomi. 1. - 2. painos. Helsinki: WSOYpro.

Manninen, L. 2018. Kaikki anteeksi. Helsinki: Werner Söderström.

Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä - asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Gaudeamus.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 3. uudistettu painos 2014. Kehittämistyön menetelmät -uudelaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro.

Ojuri, A. (Toim.) 2001. Hukasta kukkaan - naisen tie väkivallasta selviytymiseen. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto.

Partanen, T. & Holma J. 2002. Vaihtoehto väkivallalle. Teoksessa Rönkä, A. & Kinnunen, U. (toim.) Perhe ja vanhemmuus. Jyväskylä: PS-kustannus. 188 - 205.

Piispa, M. 2011. Parisuhdeväkivallan todellisuus. Teoksessa Hannus, R., Mehtola, S., Natunen, L. & Ojuri, A. (toim.) Veitsenterällä - Naiseus ja parisuhdeväkivalta. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 15-36.

Sunwolf 2008. Peer Groups: Expanding Our Study of Small Group Communication. Los Angeles: Sage cop.

Vänskä, K., Laitinen-Väänänen, S., Kettunen, T. ja Mäkelä, J. 2011. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveystieteiden ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki: Edita.

Väänänen, K. 2011. Miten selviytyä väkivallasta? Teoksessa Hannus, R., Mehtola, S., Natunen, L. & Ojuri, A. (toim.). Veitsenterällä - Naiseus ja parisuhdeväkivalta. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto. 109-132.

THL 2013. Turvakotipalvelujen kansalliset laatusuositukset. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvointilaitos.

Sähköiset

Aromaa, J. 2018. Kiasman johtaja Berndt Arnell meni töihin silmä mustana, kun miesystävä löi - nyt hän kannustaa uhreja kävelemään ulos suhteesta. Yle. 22.4.2018. Viitattu 4.5.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-10166883>

Cowie, H. & Wallace, P. 2000. Peer Support in Action - From Bystanding to Standing By. Viitattu 9.5.2018. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/laurea/detail.action?docID=254712&query=peer+support#>

Ensi- ja turvakotienliitto. 2018. Väkivaltatyö: turvakodit ja avopalvelut. Viitattu 30.4.2018. https://ensijaturvakotienliitto.fi/vaikuta-yhteiskuntaan/tilastotietoa/#tilastot_turvakodit_ja_avopalvelut

Euroopan neuvoston yleissopimus naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemiseksi ja torjumiseksi 2015/53. 2015. Finlex - Valtion säädöspankki. Viitattu 7.12.2017. http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/2015/20150053/20150053_2#idp451460832

HUS 2018. Vertaistuki. Terveyskylä. Viitattu 20.5.2018. <https://www.mielenterveystalo.fi/ai-kuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/psykoosi/Pages/vertaistuki.aspx>

Isola, A., Kaartinen, H., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T., Valtari S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Helsinki: Juvenes Print. Viitattu 20.5.2018. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Jyrkämä, O. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. 25-49. Viitattu 14.3.2018. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Kaittila, A. & Nyqvist, L. 2015. Taloudellinen väkivalta parisuhteessa - kirjallisuuskatsaus. Janus sosiaalityön ja sosiaalipolitiikan aikakauslehti, 22(3). 262 - 278. Viitattu 19.5.2018. <https://journal.fi/janus/article/view/51214>

Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta - kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. 9-19. Viitattu 14.3.2018. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Laitinen, M. & Ojuri, A. 2016. Turvakoti työnä - selvitys Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistysten turvakotityön sisällöistä ja vaikutuksista. Viitattu 1.12.2017. https://issuu.com/ensijaturvakotienliitto/docs/ensi_ja_turvakotien_liitto_turvakot

Laki lapsen huollosta ja tapaamisoikeudesta 8.4.1983/361. Finlex - Valtion säädöspankki. Viitattu 10.12.2017. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830361>

Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Finlex - Valtion säädöspankki. Viitattu 7.12.2017. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Lydén, H. 2009. Päihteet ja aggressiivisuus. Päihdelinkki. Viitattu 10.12.2017. <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/aggressiivisuus-ja-vakivalta/paihteet-ja-aggressiivisuus>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017. Väkivalta perheessä. Viitattu 10.12.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/vakivalta-perheessa/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b. Vauvan aistien kehitys. Viitattu 9.5.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauvan-aistien-kehitys/>

Mehtola, S. 2014. Vertaisuus ja osallisuus. Teoksessa Ojuri, A. (toim.). Vertaisryhmä. Väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. 6-9. Viitattu 15.3.2018. https://issuu.com/ensijaturvakotienliitto/docs/vertaisryhma_v__kivaltaa_kokeneiden

- Naisten linja 2018a. Väkivallan muodot. Henkinen väkivalta. Viitattu 16.3.2018.
<https://www.naistenlinja.fi/tietoa-vakivallasta/vakivallan-muodot/henkinen-vakivalta/>
- Naisten linja 2018b. Väkivallan muodot. Fyysinen väkivalta. Viitattu 16.3.2018.
<https://www.naistenlinja.fi/tietoa-vakivallasta/vakivallan-muodot/fyysinen-vakivalta/>
- Natunen, L. 2014a. Mitä tulisi ottaa huomioon - ryhmän tarpeet. Teoksessa Ojuri, A. (toim.). Vertaisryhmä. Väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. 20-21. Viitattu 19.5.2018. https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/vertaisryhma_v__kivaltaa_kokeneiden
- Natunen, L. 2014b. Toiminnallisuus ryhmän tukena. Teoksessa Ojuri, A. (toim.). Vertaisryhmä. Väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. 28-29. Viitattu 20.5.2018. https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/vertaisryhma_v__kivaltaa_kokeneiden
- Natunen, L. 2014c. Vertaisryhmän rakentuminen. Teoksessa Ojuri, A. (toim.). Vertaisryhmä. Väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. 30-33. Viitattu 15.3.2018. https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/vertaisryhma_v__kivaltaa_kokeneiden
- Nettiturvakoti 2017. Mikä on väkivaltaa? Viitattu 16.12.2017. https://www.turvakoti.net/site/?lan=1&page_id=12
- Nettiturvakoti 2018. Turvasuunnitelmat. Viitattu 14.1.2018. <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/turvasuunnitelmat/>
- Nykänen, H. 2017. Helsingin sanomat. Alkoholin kulutuksen kasvu lisää lähisuhdeväkivaltaa. Viitattu 4.5.2018. <https://www.hs.fi/paivanlehti/22092017/art-2000005377292.html>
- Nylund, M. 2008. Vertaistuen monet kasvot - ryhmistä verkostoihin. Luentomateriaali. Virtaa vertaistuen verkostoihin - seminaari. Tampere 23.9.2008. Viitattu 20.5.2018.
<http://www.kansalaisareena.fi/vanha.php?sivu=vertaistuki>
- Nyqvist, L. 2006. Lähisuhdeväkivalta - rationalisoinnit, valtasuhteet ja ammatillinen puuttuminen. Teoksessa Hokkanen, L. & Sauvola, M. (toim.) Puhumattomat paikat: puheenvuoroja perheestä. 142 - 170. Viitattu 19.5.2018. http://www.sosiaalikallega.fi/poske/julkaisut/julkaisusarja/Julkaisu_22.pdf
- Nyyti ry. 2018. Millainen verkosto sinulle tärkeistä ihmisistä muodostuu? Viitattu 14.3.2018.
<https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/mina-ja-muut/>

- Panimoliitto 2017. Paljonko on liikaa? Viitattu 10.12.2017. <http://www.kohtuullisesti.fi/koh-tuukayton-rajat/paljonko-on-liikaa/>
- Poliisi 2018. Poliisitoiminnan ohjaus ja seuranta. Viitattu 12.3.2018. http://www.poliisi.fi/tietoa_poliisista/poliisitoiminnan_ohjaus_ja_seuranta
- Puukka, J. 2017. Yli 1000 jäi ilman turvakotipaikkaa Suomessa - uusia avataan mutta hitaasti. Turun Sanomat. 8.12. 2017. Viitattu 14.12.2017. <http://www.ts.fi/uutiset/kotimaa/3758502/Yli+1000+jai+ilman+turvakotipaikkaa+Suomessauusia+avataan+mutta+hitaasti>
- Rikoslaki 19.12.1889/39. Finlex - Valtion säädöspankki. Viitattu 14.12.2017. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1889/18890039001>
- Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus (STM) 2007. Koko perhe kierteessä: Lähisuhdeväkivalta ja alkoholi. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 8.12.2017. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72104/Selv200727.pdf>
- Taitto, A. 2005. Läheisriippuvuus. Päihdelinkki. Viitattu 10.12.2017. <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/laheiset-ja-paihteiden-kaytto/laheisriippuvuus>
- Talentia. 2017. Heikkinen, A. (toim.) Arki, arvot ja etiikka: sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. Viitattu 20.5.2018. <http://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/>
- Terveyskylä 2018. Mitä on vertaistuki? Viitattu 14.3.2018. <https://www.terveyskyla.fi/vertaistalo/tietoa-vertaistuesta/mit%C3%A4-on-vertaistuki>
- THL 2017. Turvakotipalvelut 2016. Viitattu 12.3.2018. <https://thl.fi/fi/tilastot/tilastot-aiheittain/lasten-nuorten-ja-perheiden-sosiaalipalvelut/turvakotipalvelut>
- THL 2018a. Lähisuhdeväkivalta. Viitattu 18.5.2018. <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tas-arvo/hyvinvointi/sukupuolistunut-vakivalta/sukupuolistuneen-vakivallan-muotoja/lahisuhdevakivalta>
- THL 2018b. Turvakodit. Viitattu 17.5.2018. <https://thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut/turvakotipalvelut/turvakodit>
- Thynell, T. 2018. Lähisuhdeväkivallan uhrin jonottavat turvakoteihin - tulijoita olisi tuplamäärä siihen nähden, miten paljon tilaa on. Yle. Viitattu 4.5.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-10142985>
- Ulkoasiainministeriö 2017. Istanbulin sopimus tulee Suomen osalta voimaan. Viitattu 10.12.2017. <http://formin.finland.fi/Public/default.aspx?contentid=332281&contentlan=1&culture=fi-FI>

Vantaan turvakoti ry. 2018a. Me. Viitattu 30.4.2018 <https://vantaanturvakoti.fi/me/>

Vantaan turvakoti ry. 2018b. Koivula. Viitattu 30.4.2018. <https://vantaanturvakoti.fi/haetko-apua/la%CC%88hisuhdeva%CC%88kivaltatyo%CC%88n-yksikko%CC%88-koivula/>

Väänänen, K. 2018. Blogi. Vantaan Turvakotiyhdistys. Viitattu 6.2.2018 <https://vantaanturvakoti.fi/blogi/>

World Health Organization (WHO) 2005. Väkiältä ja terveys maailmassa. Viitattu 8.12.2017. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/full_fi.pdf?ua=1

YK-liitto 2017. Naisten oikeudet. Viitattu 10.12.2017. <http://www.ykliitto.fi/yk70v/yk/ihmis-oikeudet/naisten-oikeudet>

Äänekosken kaupunki 2017. Ota lapset puheeksi. Viitattu 14.1.2017. <https://peva.aanekosken.fi/yhteystietoja/2-peva/17-ota-lapset-puheeksi>

Julkaisemattomat

Aydogan, S. 2017. Turvakodin työntekijän haastattelu 28.11.2017. Vantaan Turvakoti ry. Vantaa.

Hanelius, K. 2018. Turvakodin työntekijän haastattelu 24.1.2018. Vantaan Turvakoti ry. Vantaa.

Salonen, S. 2018. Vahvista isyyttä -seminaari 1.3.2018. Laurea-ammattikorkeakoulu. Vantaa.

Liitteet

Liite 1: Kutsu	41
Liite 2: Palautekysely	42
Liite 3: Palautekyselyn koonti	43
Liite 4: Google Forms -kysely	44
Liite 5: Vertaistuellinen keskusteluryhmä turvakodilla - Ohjaajan opas.....	46

Liite 2: Palautekysely

Palautekysely

Ympyröi jokaisen väittämän oikealta puolelta numero, joka vastaa parhaiten mielipidettäsi asiasta.

Väittämä	Vastaus				
	Täysin eri mieltä	Hieman eri mieltä	Ei mielipidettä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Tulin sopivasti huomioiduksi	1	2	3	4	5
Ryhmän kesto tuntui sopivalta	1	2	3	4	5
Minulla oli mahdollisuus sanoa haluamani asiat	1	2	3	4	5
Koin hyvää yhteyttä ryhmäläisten kanssa	1	2	3	4	5
Näen vertaistuen arvokkaana	1	2	3	4	5
Minulla on aiempi kokemus vertaistuellisesta toiminnasta	1	2	3	4	5
Ryhmä auttoi minua jäsentämään elämäntilannettani	1	2	3	4	5
Ryhmässä oli myönteinen tulevaisuuteen suuntaava ilmapiiri	1	2	3	4	5
Ohjaajat olivat tasapuolisia	1	2	3	4	5
Ohjaajat olivat rohkaisevia	1	2	3	4	5
Koin ryhmän hyödylliseksi	1	2	3	4	5
Voisin osallistua vastaavanlaiseen ryhmään uudelleen	1	2	3	4	5

Vapaa kommentti

Kiitos!

Liite 3: Palautekyselyn koonti

Palauteyhteenveto

Väittäjä	Vastaus					Keskiarvo
	Täysin eri mieltä	Hieman eri mieltä	Ei mielipidettä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	
Tulin sopivasti huomioiduksi				2	6	4.8
Ryhmän kesto tuntui sopivalta			1	1	6	4.6
Minulla oli mahdollisuus sanoa haluamani asiat				3	5	4.6
Koin hyvää yhteyttä ryhmäläisten kanssa			1	3	4	4.4
Näen vertaistuen arvokkaana				3	5	4.6
Minulla on aiempi kokemus vertaistuellisesta toiminnasta	1		3	2	2	3.5
Ryhmä auttoi minua jäsentämään elämäntilannettani			3	3	2	3.9
Ryhmässä oli myönteinen tulevaisuuteen suuntaava ilmapiiri	1		1	4	2	3.8
Ohjaajat olivat tasapuolisia				1	7	4.9
Ohjaajat olivat rohkaisevia				1	7	4.9
Koin ryhmän hyödylliseksi			1	2	5	4.3
Voisin osallistua vastaavanlaiseen ryhmään uudestaan				2	6	4.8

Liite 4: Google Forms -kysely

Palautekysely

Asiakkailta on kysytty palautetta jo keskustelukertojen välittömässä yhteydessä, mutta on syytä uskoa teemojen elävän ja herättävän reaktioita ja keskustelua myöhemminkin. Tällä kyselyllä tarkoituksenamme on kartoittaa nimenomaan työntekijän tulkintoja prosessin aikana ja jälkeen asiakkaissa tapahtuvista ilmiöistä. Saatua palautetta auttaa meitä kehittämään toimintakertoja ja helpottaa tuotteen luomista sekä mahdollistaa opinnäytetyösuorituksen kriittisen arvioinnin.

Kyselyn voi täyttää useamman kerran.

PS. Muistathan asiakkaan yksityisyydensuojan! :) Emme tarvitse yksilöiviä tietoja.

*Required

1. Vastauspäivämäärä

Example: 15 December 2012

2. Onko asiakas osallistunut ryhmätoimintaamme aikaisemmin? *

Mark only one oval.

- Kyllä, kerran
- Kyllä, useammin
- Ei ole

3. Kuvaile lyhyesti asiakkaan suhtautumista toimintakertaan/-kertoihin.

Liite 4: Google Forms -kysely

4. Onko asiakkaan olemuksessa tapahtunut muutoksia ryhmän jälkeen?

Mark only one oval.

- Kyllä, myönteisiä
- Kyllä, kielteisiä
- Ei havaittavaa muutosta
- Other: _____

5. Asiakkaan vallitsevassa tunnetilassa korostuu?

Tick all that apply.

- toivo
- epätoivo
- pelko
- jännitys
- epävarmuus
- vapautuneisuus
- huoli
- Other: _____

6. Onko ryhmätöiminta/projektimme herättänyt yleistä keskustelua turvakotiyhteisön arjessa?

Mark only one oval.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Ei laisinkaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Erittäin paljon

7. Muuta huomioitavaa?

Kiitos vastauksista!



Vertaistuellinen keskusteluryhmä turvakodilla

OHJAAJAN OPAS

MIIKA KOPONEN & MIRO TURUNEN

VERTAISTUELLINEN KESKUSTELURYHMÄ TURVAKODILLA

Alkusanat	3
Vertaistuellinen ryhmä	4
Turvallisuus	4
Ongelmista ratkaisuihin	4
Ohjaajan rooli	5
Suunnitelmallisuus	5
Lapsia mukana?	6
Käytännön järjestelyjä	6
Kutsu	6
Tila	6
Ryhmäkerran kesto	6
Ryhmän rakenne	7
Purku	9
Esimerkkiaiheita ja keskustelunavauksia	10
Väkivallan ilmentymät - missä kulkee raja?	10
Väkivallan puheeksiottaminen	11
Läheisriippuvuuden tunnistaminen	12
Päihteet ja väkivalta	13
Lisätietoa	14
Keskeisimpiä lähteitä	14

ALKUSANAT

Pitelet kädessäsi opasta, joka on tarkoitettu perehdytys- ja tukimateriaaliksi turvakodissa pidettäville lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden vertaistuellisille keskusteluryhmille. Malli syntyi osana opinnäytetyötä yhteistyössä Vantaan turvakodin kanssa. Ohjasimme kolme ryhmäkertaa, jotka rakentuivat turvakodin arjesta nousseiden kolmen keskeisimmän teeman ympärille. Nämä olivat väkivallan ilmentymät, väkivallan puheeksiottaminen sekä läheisriippuvuus. Ryhmistä saamamme kokemukset yhdessä tutkimustiedon kanssa muodostavat tämän oppaan ytimen. Lisäksi suunnittelimme päihteiden ja väkivallan yhteyttä käsittelevän ryhmäkerran.

Lisää teemoja nousee varmasti turvakodin arjesta, johon työntekijällä on ainutlaatuinen näköalapaikka. Kannattaa siis miettiä mikä tai mitkä asiat ovat tällä hetkellä pinnalla ja tarttua rohkeasti niihin. Toivomme oppaan tuovan selkeyttä ja jatkuvuutta turvakodissa pidettävälle ryhmätoiminnalle.

Rakentavia ohjaushetkiä toivotellen,

Miro ja Miika

Vantaalla kesän kynnyksellä 03.05.2018

VERTAISTUELLINEN RYHMÄ

Vertaistuen varaan nojaavan ryhmän tavoitteena on osallistujien voimaantumisen tukeminen. Lähtökohtana ryhmiin osallistumiselle oli vapaaehtoisuuden lisäksi riittävä suomen kielen taito, jotta itsensä ilmaiseminen ja vertaistuen toteutuminen olisivat mahdollisia. Vaikka ryhmäkerran aikana saatetaan aika ajoin käydä melko syvissä vesissä, on silti tarkoituksena, että kokemus olisi asiakkaalle kokonaisuutta tarkastellen myönteinen.

Asiakkaiden vaihtuessa epäsäännöllisellä taajuudella, oli isona kysymys, voidaanko jo yhdellä tai kahdella osallistumiskerralla saavuttaa myönteisiä tuloksia. Kokemustemme perusteella tämä voisi hyvinkin olla mahdollista.

TURVALLISUUS

Jotta kipeitä, henkilökohtaisia aiheita voidaan luontevasti yhdessä käsitellä, on ensiarvoisen tärkeää kokea ryhmätilanne turvalliseksi. Tavanomaisissa suljetuissa ryhmissä luottamus kehittyi ryhmäytymisen myötä luonnollisesti ajan kuluessa, mutta turvakodin asiakassuhteiden ollessa kestoaltaan hyvin vaihtelevia, ei voida olettaa, että osallistujakokoonpano pysyisi muuttumattomana kerrasta toiseen. Turvallisuudentunteen luomiseksi ryhmätilanteen ensimmäiset minuutit ovat kriittisiä. Ilmapiirin tulisi olla otollinen ensihetkestä alkaen.

Luottamuksen turvaamiseksi on hyvä selittää asiakkaille, etteivät mahdollisesti esiin nousseet henkilökohtaisuudet tule leviämään turvakodin seinien ulkopuolelle. Ohjaaja on vaitiolovelvollinen, mutta lastensuojelulaki velvoittaa työntekijää raportoimaan tietyistä lapsiin liittyvistä asioista, jotka on hyvä tarkistaa lastensuojelulaista (417/2007). On hyvä muistuttaa jokaisen ryhmän alussa, ettei toisten osallistujien kokemuksia jaeta ryhmän ulkopuolelle. Tästä lisää ryhmäsopimus-kappaleen alla.

ONGELMISTA RATKAISUIHIN

Väkivaltaa kohdanneiden ihmisten tarinat tarjoavat mahdollisuuden kurjuudessa vellomiseen, siksi ohjaajan on hyvä pitää mielessä ajatus tulevaisuuteen katsovasta ratkaisukeskeisestä työskentelyorientaatiosta. Ryhmäläisten kertomuksille on tärkeää antaa tilaa, mutta kokonaisuutta ajatellen on hyvä poimia rakentavia teemoja asiakkaan kertomasta. Niihin liittyen voi esittää kysymyksiä, jotka johtavat ajatukset tulevaisuuteen. Ajatus tulevaisuudesta, jossa ongelma on poistunut tai lieventynyt luo toivon näkökulmaa, tuo mittasuhteita ja voi antaa etäisyyttä, jota tarvitaan ongelman mielentason työstämistä varten. Pienet haluttuun suuntaan otettavat askeleet alkavat lopulta määrittää suuntaa ja tuovat muutoksia mukanaan.

OHJAAJAN ROOLI

Opasta laadittaessa oletusarvona on pidetty, että ohjaaja on turvakodin työntekijä, jolloin kaikki ryhmäläiset ja heidän tilanteensa ovat jollain tasolla hänelle tuttuja. Asetelma luo selkeyttä ja turvaa ryhmäläisten kannalta, koska hekin tuntevat ohjaajan. Ohjaajan tulee ennen kaikkea olla turvallinen. Ryhmän tarkoituksena on hyödyntää vertaistukea, joten ohjaaja toimii keskustelun käynnistäjänä ja tarvittaessa ylläpitäjänä sekä turvallisen ja tasapuolisen ilmapiirin varmistajana.

Ryhmätoiminnan järjestäminen turvakodilla asettaa ohjaajalle haasteen, koska asiakkaat saattavat vaihtua hyvinkin nopeasti. Jokaista ryhmää aloittaessa on todennäköistä, että mukana on uusia ryhmäläisiä ja etteivät kaikki edellisellä kerralla olleista välttämättä ole enää mukana. Näin ollen perinteinen ryhmäytymisprosessi, jossa luottamus rakentuu hiljalleen tutustumisen yhteydessä ei toteudu. Ryhmäkokoonpanon muuttuessa muuttuu myös ryhmän sisäinen dynamiikka ja tämä on hyvä huomioida keskustelujen suunnitteluvaiheessa.

Tällaisessa asetelmassa ohjaajan rooli korostuu ja vertaistuen hyödyntäminen voi olla kankeampaa kuin ryhmässä, jossa kaikki ovat tuttuja toisilleen. Vaikka ryhmässä ei päällisin puolin näyttäisi tapahtuvan paljoa on hyvä muistaa, että turvallisen tilan antaminen on tärkeää ja jokainen voi voimiansa mukaan osallistua keskusteluun. Nämä ovat erittäin tärkeitä asioita, mutta niiden vaikutuksia ei välttämättä näy lyhyellä aikavälillä. Kriisissä ajatusten jäsentäminen ja sanoiksi pukeminen voi olla todella vaikeaa, mutta jokin toisen tilanteesta ja kertomassa saattaa tuottaa uusia tapoja hahmottaa omaa tilannetta ja jäsentäminen helpottaa.

Ohjaajan tulee ilmaisussaan pyrkiä välittömyyteen ja suoruteen. Älä kuitenkaan ole tyly. Turha kiertely tekee tilanteesta vaivaannuttavan jokaiselle osapuolelle. Persoonakohtaiset vaihtelut huomioiden asioiden selkeä käsitteleminen kunnioitusta unohtamatta vahvistaa keskinäistä luottamusta.

SUUNNITELMALLISUUS

Erilaisia keskustelunavauksia on hyvä miettiä riittävästi, jotta tarpeen vaatiessa ohjaaja kykenee pitämään niiden avulla keskustelua yllä koko ajan. Paperille voi suunnitella halutessaan melko yksityiskohtaisestikin mistä asioista aikoo ryhmässä itse puhua, mutta kokemuksiemme mukaan paras vaihtoehto on, että tähän "lunttilappuun" turvauduttaisiin mahdollisimman vähän. Ihanteellisessa tilanteessa keskustelu ruokkii itseään.

Hyvä ratkaisu on ottaa lappu mukaan, mutta tukeutua siihen vain tarpeen vaatiessa. Keskustelussa esiin tulleita kokemuksia voi esimerkiksi palauttaa sanojalle, esimerkiksi *"ymmärsinkö oikein, että koet ettet tullut siinä tilanteessa kuulluksi?"* tai osallistaa muita läsnäolijoita keskusteluun, esimerkiksi kysymällä *"onko sinulla samankaltaisia kokemuksia elämässäsi?"*

Mikäli käy niin, ettei kaikkea suunniteltua ehdi keskustelukerran aikana käymään läpi, ei tämä haittaa. Ylijäänyttä materiaalia voi hyödyntää myöhemminkin. Ryhmän tunnelma on parempi pitää liian rauhallisena kuin liian kiireisenä. Hiljaiset hetket tuntuvat ohjaajasta helposti ahdistavilta, mutta ryhmäläisillä on todennäköisesti paljon ajatuksia mielessä ja niiden jäsentämistä hiljaiset hetket voivat tukea.

LAPSIA MUKANA?

Lasten mukaan ottamista tulee harkita tarkkaan. Käsiteltävät teemat eivät missään määrin kuulu lapsen maailmaan. Kaikista pienimpiä voi kuitenkin vanhemman kannalta olla vaikea jättää muille hoidettavaksi, joten näissä tapauksissa voi käyttää tilannekohtaista harkintaa.

Toisaalta hyvin pienen ympärillä käytävän keskustelua ymmärtämättömän vauva- tai taaperoikäisen läsnäolo voi tuoda jopa tiettyä välittömyyttä ilmapiiriin. Useamman kuin kahden taaperon yhtäaikainen touhuaminen voi muuttaa tilanteen paikoin jopa kaoottiseksi. Erityisen raskaita aiheita käsitellessä kannattaa kuitenkin huomioida, että vaikkei pieni lapsi ymmärtäisi puhetta, aistii tämä ilmapiirissä vallitsevan tunnelman. Loppujen lopuksi vauvatkin ovat aina yksilöitä - ole joustava ja järkevä!

KÄYTÄNNÖN JÄRJESTELYJÄ

KUTSU

Mikäli ryhmän toteutumisesta tiedetään riittävän etukäteen, olisi tästä mahdollisuuksien mukaan hyvä jättää jonkinlainen kirjallinen ennakoilmoitus, josta kävisi ilmi aihe, paikka, mahdolliset tarjoilut ja lasten hoidon järjestäminen.

TILA

Ennen ryhmäläisten saapumista on hyvä selvittää, että tila on siisti ja ryhmäläiset voivat keskittyä keskusteluun eikä esimerkiksi lelujen siivoamiseen tai tavaroiden järjestelyyn. On tärkeää, että istuimet on sijoitettu niin, että kaikki ovat fyysisestikin mukana, eikä ns. "takarivinpaikkoja" muodostu. Suurin piirtein ympyrän muotoinen istuinrinki on hyväksi todettu asetelma.

Varaa mukaasi paketti nenäliinoja.

RYHMÄKERRAN KESTO

Ryhmän kestoon on hyvä kiinnittää huomiota. Vaikka asiaa olisi paljon, voi liian pitkä ryhmä tuntua ahdistavalta, kun taas kestoltaan lyhyt muuttuukin herkästi kiireiseksi. Ihanteellinen keskustelutuokio on tiivis, mutta hengittävä. Havaitsimme hyväksi kestoksi 90 minuuttia sisältäen kehystoiminnan kuten mahdolliset alku- ja loppurituualit. Keskeisimmälle sisällölle, eli itse keskustelulle olisi hyvä jäädä aikaa noin tunti.

Lopettamisajasta on syytä pitää kiinni mahdollisimman tarkasti, tämä osaltaan luo varmuutta ja turvallisuutta. Vanhempi on voinut luvata lapselleen palaavansa tiettyyn aikaan tai osallistujana päättänyt jakaa jonkin mieltään askarruttavan asian vaikkapa 5 minuuttia ennen lopetusta. Ei toisaalta kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista ehdoin tahdoin venyttää tai kiirehtiä keskustelua. Jos keskustelu jää pahasti kesken asiasta voidaan sopia jatkokeskustelu, jonka toteutumisesta

ohjaaja on vastuussa. Se voi tapahtua esimerkiksi asiakkaan oman työntekijän kanssa ohjaajan saatua asiakkaalta luvan ilmoittaa tälle asiasta.

RYHMÄN RAKENNE

Alla olevassa taulukossa on havainnollistettu eräs esimerkki ryhmän kulusta. Aikamääreet ovat kuitenkin suuntaa-antavia, joten toimi tässäkin kohtaa toimintaa tilanteen mukaan!

Aihe	Huomioitavaa	Aika (min)
Tervetulosanat, lyhyt esittäytyminen ja ryhmäsopimus	<i>Selkeä ja tiivis</i>	10
Virittäytyminen		8
Kahvit	<i>Tarjoilun voi järjestää keskustelun ohessa tai siitä täysin erillään.</i>	5
Teemaan syventyminen	<i>Valittu keskusteluaihe ryhmän ydinasiiana</i>	50
Keskustelun loppunosto		10
Fiiliskierros		7
Lopetus		

90 min

Tervetuloa

Toivota osallistujat tervetulleiksi. Esittele itsesi lyhyesti, mikäli et ole ryhmäläisille entuudestaan tuttu. Selvitä myös, että ryhmäläiset tuntevat toisensa vähintään etunimen tasolla. Voit kysyä osallistujilta tietävätkö he mihin he ovat tulleet. Kerro lyhyesti ryhmän tarkoituksesta. Halutessasi voit kysyä asiakkaiden omista odotuksista. Mikäli kyseessä ei ole ensimmäinen ryhmäsi ja paikalla on edellisellä kerralla mukana olleita, voit kysyä, minkälaisia ajatuksia viime kerta herätti.

Ryhmäsopimus

Heti alussa, varsinkin täysin uuden ryhmän kanssa, on hyvä tehdä tiettyjä vertaisryhmän edellytyksiä selväksi. "Ryhmäsopimus" voi sanana tuntua jännittävältä tai pelottavalta, joten tässä kohtaa voidaan puhua esimerkiksi yhteisistä pelisäännöistä. Tärkeää on, että jokainen osallistuja ymmärtää ja hyväksyy sovitut asiat.

Ryhmässä jokaisella on oikeus puhua tai olla hiljaa. Ohjaaja voi kysyä johdattelevia kysymyksiä, muttei voi eikä saa pakottaa ketään avautumaan elämästään. Osallistuja jakaa itsestään sen verran kuin katsoo parhaaksi. Osallistujat voivat myös esittää kysymyksiä toisilleen tai ohjaajalle. Mikäli asiakas kokee tilanteen epämiellyttäväksi, tämä voi halutessaan poistua tilasta.

Keskusteluryhmän ohjaaja on lähtökohtaisesti vaitiolovelvollinen (pl. lastensuojeluun vaikuttavat asiat, jotka on pakko kirjata - tuo tämä ilmi parhaaksi katsomallasi tavalla), mutta keskustelijoiden keskinäinen vaitiolo perustuu kunnioitukselle ja hyvälle tahdolle. On siis hyvä linjata, että omista henkilökohtaisista kokemuksista ryhmätoiminnassa voi puhua ryhmän ulkopuolella, mutta muiden jakamia tarinoita ei jaeta eteenpäin.

Matkapuhelinten käytöstä ei välttämättä tarvitse erikseen tehdä linjauksia, mutta jos vaikuttaa siltä, että käyttö äityy ongelmalliseksi, voidaan sopia, että puhelimet pidetään poissa.

Ryhmäsopimus tehdään suullisesti eikä siten vaadi osallistujilta puumerkkejä, mutta on tärkeää, että sovitut asiat hyväksytään yhdessä.

Virittäytyminen

Varsinkin täysin uuden ryhmän kanssa joku pienimuotoinen, lyhyt harjoite voi toimia jäänmurtajana ja orientoida tulevaan toimintaan. Toisaalta teemaan suoraan liittymätön aktiviteetti myös keskustelun lomassa toteutettuna voi osaltaan tuoda lisää energiaa vallitsevaan ilmapiiriin.

Kuvakortit

- Esim. kuvien leikkaaminen lehdistä tai taidepakka Ateneumista tai Kiasmasta
- Kuvat levitetään lattialle tai pöydälle ja jokainen valitsee niistä esim. kuvan, joka kuvaa sen hetken olotilaa tai ryhmän lopussa vaikkapa kuvan, joka kuvastaa selviytymisessä auttaneita asioita. Kuvat on hyvä ottaa omaan käteen lähempää tarkastelua varten.

Läpsytyt/rytmittely

- Yksinkertainen rytmi esim. Käsiä yhteen ja reisiin taputtaen.
- Lisähaastetta tuo esim. oman nimen sanominen rytmin mukana.

Yhteisötaide

- Välineinä esim. vesivärit, iso yhteinen arkki
- Pohjaa kuvitetaan omista ajatuksista lähtien kukin omasta kulmastaan käsin
- Maalaamista voidaan jatkaa keskustelun ohessa ja teos on valmis ryhmän loputtua

Musiikin kuuntelu

- Järjestää tilaan etukäteen riittävän laadukkaan äänentoiston
- Yrittää selvittää etukäteen minkälainen musiikki voisi kyseisten asiakkaiden kanssa toimia virittäytymisessä, mahdollisia toivekappaleita, kenties jotain teemaan liittyvää

Keskustelun loppunosto

Hyvissä ajoin, viimeistään n. 10 minuuttia ennen ryhmäkerran lopettamista, keskustelua kannattaa alkaa johdatella esimerkiksi jaksamiskeinoihin arjessa tai johonkin muuhun mielialoja nostavaan teemaan. Tulevaisuuden haaveet ja toiveet voivat myös viitoittaa ryhmän loppuosan kulkua. Osallistujalle olisi hyvä jäädä ajatus itsestä elämänsä pystyvänä, aktiivisena toimijana.

Fiiliskierros

Jokaiselle tulee lopussa antaa mahdollisuus kertoa lyhyesti minkälaisissa mietteissä ja tunnelmissa on ryhmän päätteeksi. Jos jokin asia on jäänyt erityisesti mietityttämään ja sitä ei ole mahdollista ryhmän puitteissa käsitellä, on hyvä mainita, että aiheeseen voi palata oman työntekijän kanssa.

PURKU

Ryhmän aikana esiin nousee monenlaisia aiheita ja tunteet voivat vaihdella paljon. Tilanne on ohjaajalle henkisesti raskas ja jälkipurkuun on syytä varata riittävästi aikaa. Kollegan kanssa voi sopia, että tämä olisi saatavilla ryhmän jälkeen, jotta päällimmäiset ajatukset saa purettua. Myös työnohjauksessa on hyvä käsitellä, miten ryhmän ohjaaminen vaikuttaa omaan jaksamiseen ja mitä tunteita ja ajatuksia se herättää.

ESIMERKKIAIHEITA JA KESKUSTELUNAVAUKSIA

VÄKIVALLAN ILMENTYMÄT - MISSÄ KULKEE RAJA?

Tavoite

Rajan vetämisen hahmottaminen sopivan ja sopimattoman käytöksen välille.

Väkivallan muotoja ovat esimerkiksi fyysinen, henkinen, seksuaalinen, sosiaalinen, uskonnollinen/kulttuurillinen (elämäntätösumuksellinen), taloudellinen, kaltoinkohtelu, laiminlyönti, em. uhkaaminen... eron jälkeinen vaino...

Keskustelun avauksia

- WHO:n (2005) väkivallan määritelmä: *“Väkivalta 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.”*
- Onko puolison lempikirjan roskikseen heittäminen väkivaltaa?
 - ...vihainen, aggressiivinen ja uhkaavan tuntuinen mulkoilu...
 - ...halveksuva suhtautuminen...
 - ...vähätteleminen...
- Miten sinuun on suhtauduttu kerrottuasi kokemastasi väkivallasta?
 - viranomaisille
 - terveyskeskuksen henkilökunnalle
 - sosiaalihuollon henkilökunnalle
 - läheisillesi
- Oletko kokenut kohtuutonta hallintaa ja kontrollia?
 - lähtökohtana vapaus ilmaista ajatuksiaan ja tehdä valintoja ilman pelkoa
 - onko kontrolli jatkunut eron jälkeen?
 - minkä tekijöiden olet kokenut auttaneen turvallisen elämän luomisessa?
 - uusi ympäristö
 - rajojen selkeä ilmaiseminen
 - lähestymiskielto
 - läheisten tuki
- Mistä olet saanut hyödyllistä tietoa teemasta?
- Väkivallan kulttuurinen konteksti
 - naisen voimakkaan alisteinen asema
- Vastuunotto eri puolten näkökulmasta
 - kokijan hakeutuminen väkivallan ulottumattomiin
 - tekijän vastuunkantaminen väärästä toiminnastaan, ehdottoman väkivallattomuuden vaaliminen ja hakeutuminen avun piiriin

VÄKIVALLAN PUHEEKSIOTTAMINEN

Tavoite

Hahmottaa lähisuhdeväkivallan puheeksiottamiseen liittyviä haasteita ja omien verkostojen hyödyntämismahdollisuuksia omien ja muiden kokemusten kautta. Keskustella lähisuhdeväkivallan vaikutuksesta lapsiin ja miettiä turvallisuuden merkitystä.

Avauksia

- Mitä ajatuksia väkivallan puheeksiottaminen otsikkona herättää?
- Oletko pystynyt puhumaan kokemuksistasi läheisillesi?
- Tunteet mahdollisesti estävinä tekijöinä
 - Pelko, häpeä, syyllisyys, viha, katkeruus, kaipaus, suru, pettymys, muut tunteet... miten nämä näkyvät? Voiko näistä puhua kenellekään? Miksi/miksei?
 - Tilanteen hankaluuden myöntäminen edellytyksenä avun hakemiselle ja saamiselle
- Minkälaisia ihmisiä kuuluu sosiaaliseen verkostoon?
 - Onko sinulla tukevia ihmisiä ympärilläsi?
 - Tällä hetkellä vertaisverkostoa turvakodilla, miten sitä voisi hyödyntää?
 - Läheisten kanssa olemassa oleva luottamussuhde helpottaa kipeiden asioiden jakamista ja ymmärrystä
- Ihmiset ympärillä auttavana ja ennaltaehkäisevänä tekijänä
 - Miten puhua (ja kenelle jos kenellekään) omista kokemuksista turvakotijakson aikana ja sen jälkeen?
- Väkipalta ja lapset
 - Todistettu väkipalta on jopa yhtä vahingollista lapselle kuin koettu (haitalliset toimintamallit)
 - Onko lapsesi kokenut väkipaltta? Pelkääkö tämä sinun tai itsensä puolesta? Miten tämä näkyy? Mitä luulet lapsen toivovan tulevaisuudelta?
 - Voiko lapsi puhua kokemuksistaan kenellekään? Jos voi, puhuuko?
- Turvallisuus ja turvasuunnitelma
- Oletko nähnyt nalleretki-mainoksen? Mitä mieltä?
- Mitä asioita turvasuunnitelmassa tulisi pohtia? (Nettiturvakodilla hyvä malli)
- Mitä turvallisuus merkitsee ja mistä tekijöistä se muodostuu?

LÄHEISRIIPPUVUUDEN TUNNISTAMINEN

Tavoite

Oman ja toisten toiminnan ymmärtäminen läheisriippuvuuden kontekstissa

Avauksia

- Miten tunnistaa haitallisia läheisriippuvuuden piirteitä?
- Jokainen meistä on yksilö, jolla tulee olla omat rajat ja kokemus, että on hyväksytty ja riittävä
- Miksi väkivaltaisesta suhteesta lähteminen on vaikeaa?
- Miten omien rajojen varjelemista voi opetella?
- Minkälaisilla ihmisillä ympäröit itsesi?
- Mitä tarkoittaa omiin tunteisiin kosketuksissa oleminen?
 - Ilo, helpotus, innostus, syyllisyys, häpeä, arvottomuus, rakkaus, hellyys, kaipaus
- Odotatko, että tulevaisuudessa asiat vain lokahtaisivat kohdalleen, kuin itsestään?
- Jos suhteessa on paljon kärsimystä, mutta ei halua hakea apua ja ottaa sitä vastaan, kannattaako sitä jatkaa?
- Minkälaista polkua olet kulkenut kohti omat rajat tuntevaa, itseä ja toisia kunnioittavaa elämää?
- Missä näet itsesi tulevaisuudessa?

PÄIHTEET JA VÄKIVALTA

Tavoite

Pohtia päihteiden ja lähisuhdeväkivallan yhteyttä sekä yleisesti että oman elämän viitekehyksessä.

On hyvä huomioida, ettei osallistuminen ryhmään välttämättä ole tarkoituksenmukaista, mikäli asiakkaalla ei ole kokemusta päihteiden ongelmakäytöstä itsensä tai puolisonsa kautta. Päihteiden sijaan tai ohessa voidaan puhua myös riippuvuuksista yleisemmällä tasolla.

Avauksia

- Minkälainen suhde sinulla on päihteisiin?
 - Oletteko käyttäneet päihteitä yhdessä?
 - Minkälaisia kokemuksia näistä tilanteista?
- Tiesitkö, että alkoholilla (ja muilla päihteillä) on tutkittu yhteys väkivaltaan?
 - Käyttö nostaa väkivallan riskiä, sen jatkuvuuden todennäköisyyttä ja sen vakavuuden astetta
 - Koettu väkivalta voi madaltaa kynnystä turvautua päihteisiin; tämä yhdistettynä edelliseen voi herkästi muodostaa kierteen
 - Perimmäiset syyt ovat kuitenkin usein jossain muualla (opittu toimintamalli), alkoholi tai muu toimii ikään kuin katalysaattorina
- Vastuunvapaus väkivallasta päihteillä?
 - Voiko tekijä pyytää ja saada anteeksi päihtymykseensä vedoten?
- Mitä mielestäsi on kohtuukäyttö?
 - Virallinen suositus miehille on enintään seitsemän annosta päivässä ja 24 viikossa, naisille viisi päivässä ja 16 viikossa
 - Miltä tämä kuulostaa? Suositus on suositus, ei määräys
- Normaalikäyttö ei ole sama kuin kohtuukäyttö - vai onko?
 - Mitä eroa? Mitkä voisivat olla normaalikäytön rajat?
 - Muille kuin alkoholille, ts. laittomille päihteille, ei ole olemassa virallisia suosituksia - missä kohtaa näiden käyttö ei ole enää hyväksyttävää?
- Päihteet ja vanhemmuus?
- Mikä on liikaa? Mitä on ongelmakäyttö?
- Totaalinen raittius kohtuukäytön vaihtoehtona
 - Onko hillitty kohtuukäyttö enää mahdollista?
- Miten irti päihteiden ongelmakäytöstä? Miten palauttaa elämänhallinta?
 - Yleensä addikti kokee selvänä olon ahdistavaksi > miten siirtää ahdistavuuden kokemus päihtyneenä olemiseen?
 - Muita ajatuksia?

LISÄTIETOA

Kuten alussa on jo mainittu, on tämä opas tuotettu osana opinnäytetyötä ja se perustuu niin käytännön ohjauskokemuksiin kuin työtä varten kartoitettuun teoriatietoon. Mikäli jotkut osioista herättävät kysymyksiä, suosittelimme tutustumaan opinnäytetyön raporttiin, sillä näiden on tarkoitus tukea ja täydentää toisiaan.

Raportti on luonteeltaan yksityiskohtaisempi ja syväluotaavampi ja sisältää paljon teoriaa, kun taas oppaasta halusimme ytimekkään ja käytännönläheisen. Työmme on kokonaisuudessaan luettavissa Theseus-tietokannassa ja löytyy sieltä haettaessa tekijöiden nimillä tai otsikolla *Lähisuhdeväkivallasta puheenollen – Vertaistuellisen ryhmätoiminnan käynnistäminen turvakodilla*.

KESKEISIMPIÄ LÄHTEITÄ

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

Hellsten, T. 1999. Virtahepo olohuoneessa & elämän lapsi. Helsinki: Kirjapaja.

Huusko, M. 2006. Hallintaa vai huolenpitoa? Helsinki: Kirjapaja.

Jyrkämä, O. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. 25-49. Viitattu 14.3.2018. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Kantojärvi, P. 2012. Fasilitointi luo uutta. Helsinki: Talentum.

Karhuvaara, M., Kaitue, S. & Ruuhilahti, S. 2013. Lähisuhdeväkivallan kartoittaminen ja siihen puuttuminen lastenvalvojan työssä. Tampere: Juvenes Print.

Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta - kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, T. (toim.) Vertaistoiminta kannattaa. 9-19. Viitattu 14.3.2018. http://www.kansalaisareena.fi/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf

Laitinen, M. & Ojuri, A. 2016. Turvakoti työnä - selvitys Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistysten turvakotityön sisällöistä ja vaikutuksista. Viitattu 1.12.2017. https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/ensi_ja_turvakotien_liitto_turvakot

Lydén, H. 2009. Päihteet ja aggressiivisuus. Päihdelinkki. Viitattu 10.12.2017. <https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/aggressiivisuus-ja-vakivalta/paihteet-ja-aggressiivisuus>

Malinen, B. 2014. Taakkana läheisriippuvuus: kenen elämää elät? Helsinki: Kirjapaja.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017. Väkipalta perheessä. Viitattu 10.12.2017. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/vakivalta-perheessa/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017b. Vauvan aistien kehitys. Viitattu 9.5.2018. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/0-1-v/vauvan-aistien-kehitys/>

Mehtola, S. 2014. Vertaisuus ja osallisuus. Teoksessa Ojuri, A. (toim.). Vertaisryhmä. Väkipaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. 6-9. Viitattu 15.3.2018. https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/vertaisryhma_v_kivaltaa_kokeneiden

Natunen, L. 2014. Mitä tulisi ottaa huomioon – ryhmän tarpeet. Teoksessa Ojuri, A. (toim.). Vertaisryhmä. Väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen. 20-21. Viitattu 19.5.2018.
https://issuu.com/ensi-jaturvakotienliitto/docs/vertaisryhma_v_kivaltaa_kokeneiden

Naisten linja 2018a. Väkivallan muodot. Henkinen väkivalta. Viitattu 16.3.2018.
<https://www.naistenlinja.fi/tietoa-vakivallasta/vakivallan-muodot/henkinen-vakivalta/>

Naisten linja 2018b. Väkivallan muodot. Fyysinen väkivalta. Viitattu 16.3.2018.
<https://www.naistenlinja.fi/tietoa-vakivallasta/vakivallan-muodot/fyysinen-vakivalta/>

Nettiturvakoti 2017. Mikä on väkivaltaa? Viitattu 16.12.2017.
https://www.turvakoti.net/site/?lan=1&page_id=12

Nettiturvakoti 2018. Turvasuunnitelmat. Viitattu 14.1.2018. <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/turvasuunnitelmat/>

Nyyti ry. 2018. Millainen verkosto sinulle tärkeistä ihmisistä muodostuu? Viitattu 14.3.2018.
<https://www.nyyti.fi/opiskelijoille/opi-elamantaitoa/mina-ja-muut/>

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) 2007. Koko perhe kierteessä: Lähisuhdeväkivalta ja alkoholi. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 8.12.2017.
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72104/Selv200727.pdf>

Taitto, A. 2005. Läheisriippuvuus. Päihdelinkki. Viitattu 10.12.2017.
<https://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/laheiset-ja-paihteiden-kaytto/laheisriippuvuus>

Äänekosken kaupunki 2017. Ota lapset puheeksi. Viitattu 14.1.2017.
<https://peva.aanekosken.fi/yhteystietoja/2-peva/17-ota-lapset-puheeksi>