



Miehiin kohdistuva henkinen väkivalta lähisuhteissa - kokemuksia avun saannista

Linda Mattila

2023 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Miehiin kohdistuva henkinen väkivalta lähisuhteissa -
kokemuksia avun saannista**

Linda Mattila
Sosionomi, AMK
Opinnäytetyö
marraskuu, 2023

Linda Mattila

Miehiin kohdistuva henkinen väkivalta lähisuhteissa - kokemuksia avun saannista

Vuosi

2023

Sivumäärä

29

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia miehiin kohdistunutta, lähisuhteissa tapahtunutta henkistä väkivaltaa ja miesten kokemuksia avun saannista. Tutkimustuloksilla haluttiin tuoda miesten omaa ääntä kuuluviin, ja antaa heidän kertoa kokemastaan henkisestä väkivallasta, sen seurauksista ja miten he itse ovat hakeneet ja saaneet apua. Tavoitteena oli tehdä miehiin kohdistuvaa väkivaltaa, ja erityisesti henkistä väkivaltaa näkyväksi. Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimi Miessakit ry, jolla on pitkä kokemus miesten kanssa työskentelystä erilaisissa elämäntilanteissa. Miessakit ry:n kautta tavoitettiin kohderyhmään kuuluvia, henkistä lähisuhdeväkivaltaa kokeneita miehiä vastaamaan kyselyyn.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jonka aineistonhankintamenetelmänä käytettiin verkkokyselyä. Kysely sisälsi monivalintakysymyksiä, sekä avoimia kysymyksiä. Verkkokyselyyn vastasi yhteensä yhdeksän kohderyhmään kuulunutta miestä. Kyselylomakkeen tulokset analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Työn teoreettinen viitekehys käsitteli väkivaltaa, miehiin kohdistunutta lähisuhdeväkivaltaa sekä henkisen väkivallan eri muotoja. Opinnäytetyön teoriaosuus on toteutettu hyödyntäen kirjallisia lähteitä sekä aiempia tutkimustuloksia aiheesta.

Tutkimustulosten perusteella miehet olivat kokeneet lähisuhteissaan useita eri henkisen väkivallan muotoja, joiden vaikutukset ovat voineet olla hyvinkin pitkäkestoisia ja voivat vaikuttaa heihin vielä tänäkin päivänä. Avun hakeminen koettiin pääosin vaikeana, mutta avun saaminen helppona, viranomaisia lukuun ottamatta. Terveystieteiden, sosiaaliviranomaisilta sekä poliisilta apua hakeneet miehet olivat kokeneet vähättelyä kokemuksistaan. Nämä miehet myös kokivat, että väkivaltaan liittyvät asiat nähdään vahvasti sukupuolittuneena. Miehillä suunnattuja tukipalveluita ja miesnäkökulmaan perehtymistä eri viranomaistahoilla olisi hyvä lisätä jatkossa, jotta miesten ei tarvitsisi pelätä vähätellyksi tulemistä apua hakiessaan.

Asiasanat: Miehet, väkivalta, lähisuhdeväkivalta, henkinen väkivalta, avun hakeminen

Linda Mattila

Mental Violence Against Men in Close Relationships - Experiences of Getting Help

Year

2023

Pages

29

The aim of this Bachelor's thesis was to examine mental violence against men in close relationships and men's experiences of getting help. The research aimed to amplify men's voices, allowing them to share their experiences of mental violence, its consequences, and how they sought and received help. The goal was to make violence against men, particularly mental violence, more visible. The thesis was done in close collaboration with Miessakit RA, an organization with extensive experience working with men in various life situations. The survey targeted men who had experienced violence in close relationships and were reached through Miessakit RA to respond to the survey.

The thesis was conducted as qualitative research using an online survey as the data collection method. The survey included both multiple-choice and open-ended questions. A total of nine men from the target group, who had experienced mental violence in close relationships, participated in the online survey. The results were analyzed using inductive content analysis. The theoretical framework of the thesis addressed violence, violence in close relationships against men and various forms of mental violence. The theoretical part of the thesis has been implemented by utilizing literary sources and previous research on the topic.

According to the research results, men had experienced various forms of mental violence in their close relationships, with effects that could be long-lasting and continue to impact them today. Seeking help was mostly perceived as challenging, but obtaining help as easy, except for the authorities. Men who sought help from healthcare, social services, and the police reported experiencing belittlement of their experiences. These men also felt that issues related to violence were strongly gendered. In the future, it would be beneficial to increase support services specifically tailored for men and to familiarize various authorities with a male perspective, so that men wouldn't have to fear being belittled when seeking help.

Keywords: Men, violence, violence in close relationships, mental violence, seeking help

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Työelämäkumppanin esittely	6
3	Väkivalta	7
3.1	Lähisuhdeväkivalta	7
3.2	Henkinen väkivalta	8
3.2.1	Vieraannuttaminen ja huoltokiusaaminen	9
3.2.2	Seksuaaliväkivalta	9
3.2.3	Taloudellinen väkivalta	10
3.2.4	Vaino ja digitaalinen väkivalta	10
3.2.5	Uskonnollinen ja hengellinen väkivalta.....	11
3.3	Miesuhritutkimuksia	11
3.4	Auttavia tahoja	13
4	Opinnäytetyön toteutus.....	13
4.1	Tutkimusmenetelmä	14
4.2	Tulosten analysointi.....	15
5	Tulosten esittely	15
5.1	Henkisen väkivallan ilmenemismuodot	16
5.2	Väkivallan kohteeksi joutuminen herättää tunteita	17
5.3	Avun hakeminen ja saatavuus	17
5.4	Väkivallan kauaskantoiset vaikutukset	18
6	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus	19
7	Johtopäätökset.....	20
8	Pohdinta.....	22
	Lähteet	24

1 Johdanto

Väkivallasta puhuttaessa herättää se tietynlaisen mielikuvan meissä jokaisessa. Toisille tulee mielikuva miehestä, joka pahoinpitelee naista parisuhteessa ja toisille voi tulla mielikuva miesten välisistä yhteenotoista julkisilla paikoilla, kuten ravintolan tai nakkikioskin edustalla. Nämä molemmat ovat väkivaltaisia tekoja, mutta siihenkin on oltava syynsä, miksi nämä teot yhdistetään usein miesten tekemiksi. Honkatukia, Kainulainen & Niemi (2017, 20) kuvaileekin syyksi sitä, että naiseuteen ja feminiinisyteen yhdistetään usein empatia ja hoiva, jotka ovat ristiriidassa väkivaltaisuuden kanssa, kun taas miehisyyteen ja maskuliinisuuteen yhdistetään voima ja valta, jotka sen sijaan eivät ole ristiriidassa väkivallan kanssa. Tämän takia miehen tekemä väkivalta ei yllätä, toisin kuin naisen tekemä väkivalta.

Tämä opinnäytetyö on tutkielma, jonka tavoitteena on selvittää miesten henkisen väkivallan kokemuksia, ja sitä miten he ovat hakeneet ja saaneet siihen apua. Ongelmallista on se, että henkiseen väkivaltaan kiinnitetään vähemmän huomiota, osittain varmasti siitäkin syystä, että sitä voi olla vaikea tunnistaa, eikä siihen osata välttämättä hakea apua. Toisin kuin fyysisestä väkivallasta, henkisestä ei jää näkyvää jälkeä, vaikka sen vaikutukset voivat olla erityisesti uhrin mielenterveydelle haitallisia. Henkinen väkivalta voi alentaa itsetuntoa, aiheuttaa pelkotiloja ja masennusta sekä vääristää uhrin minäkuvaa (MIELI ry 2023a). Tästä syystä aihe on haluttu rajata nimenomaan henkisen väkivallan kokemuksiin, sillä avun hakeminen ja saaminen voi olla vaikeampaa siitä huolimatta, että sen seuraukset voivat olla jopa fyysistä väkivaltaa vakavampia. Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimi Miessakit ry, jolla on kymmenien vuosien kokemus mieserityisestä työstä.

2 Työelämäkumppanin esittely

Opinnäytetyön työelämäkumppanina toimi Miessakit ry, jonka kautta opinnäytetyölle haettiin osallistujia. Miessakit ry on vuonna 1995 perustettu yhdistys, ja vuodesta 1996 lähtien STEA (ent. RAY) on tukenut yhdistyksen toimintaa. Alkuajan yhdistys keskittyi miesten vertaisryhmien kehittämiseen, ja vuodesta 1997 alkaen yhdistyksessä on käynnistetty kohdennettuja toimintamuotoja miesten erilaisiin tuen tarpeisiin. Kaikki toiminta toteutetaan miesvoimin, jolloin he ovat pystyneet kehittämään toimintaa, joka tuntuu miehistä omimmalta. Miessakit ry tekee tärkeää työtä miesten fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin eteen, ja toiminnan perustana on mieserityisyys. Mieserityisyydellä tarkoitetaan sitä, että ymmärretään ja huomioidaan miehiin liittyviä psykologisten, sosiokulttuuristen ja biologisten tekijöiden merkitystä ja vaikutusta. Miessakit ry:n toiminta on jaettu kolmeen päälohkoon: tuki- ja

vertaistoiminta, koulutus- ja kehittämistoiminta ja vaikuttamistoiminta. Toiminta on luottamuksellista ja maksutonta. (Miessakit ry 2023a.)

Yksi Miessakkien toimintamuodoista on Väkivaltaa Kokeneet Miehet. Toiminta tarjoaa väkivaltaa kokeneille miehille keskusteluapua: apua voi saada puhelimitse, sähköpostitse, yksilötaapaamisissa ja ohjatuissa vertaisryhmätapaamisissa. Apua hakiessaan mies pääsee käsittelemään väkivaltakokemustaan ammattilaisen kanssa ja/tai vertaisryhmässä. Samalla etsitään keinoja uusien väkivaltatilanteiden välttämiseksi. Ohjatuissa vertaisryhmissä miehet voivat kokemuksien jakamisen lisäksi saada tietoa ja neuvoja. (Miessakit ry 2023b.)

3 Väkivalta

Väkivalta ei ole yksiselitteinen käsite; fyysinenkin väkivalta on paljon muuta kuin selkeitä tekoja, kuten nyrkillä lyöminen, vaan se voi olla myös esimerkiksi toiseen tarttumista aikomuksena estää ulospääsy huoneesta (Siltala 2022). Väkivaltaa voi tapahtua missä tahansa, ja kenen tahansa toimesta. Maailman terveysjärjestö WHO on määritellyt väkivallan käsitteen niin, että kaikki tahalliset teot, joiden tarkoituksena on aiheuttaa uhrille psyykkistä tai fyysistä haittaa, on väkivaltaa (Siltala 2022).

Väkivalta ei ole ainoastaan fyysistä, mutta kysyessäsi mieheltä, onko hän kokenut väkivaltaa, hän saattaa automaattisesti kuvitella sinun kysyvän ”lyökö kumppanisi/läheisesi sinua?”. Todellisuudessa on paljon todennäköisempää, että miehen kokema väkivalta on henkistä. Moni mies saattaa itse virheellisesti kuvitella, että mikään fyysisiä rajoja rikkomaton käytös toiselta henkilöltä ei voi olla väkivaltaa, eivätkä täten tunnista mitä heille tapahtuu. Tämä on myös yhteiskunnallisesti tietynlainen sokea piste, jolloin monet eivät ymmärrä sitä, kuinka yleistä miesten kokema väkivalta esimerkiksi parisuhteissa voikaan olla. Se on yleisempää kuin haluaisimme uskoa. (Smith 2021.)

Seuraavissa kappaleissa käsitellään tarkemmin lähisuhteissa tapahtuvaa väkivaltaa, ja henkisen väkivallan eri muotoja. Väkivallan eri muodoista kerrottaessa keskityttiin nimenomaan siihen, miten ne ilmentyvät henkisenä väkivaltana.

3.1 Lähisuhdeväkivalta

Lähisuhdeväkivalta tarkoittaa väkivaltaa kumppania (nykyistä tai entistä), perheenjäsentä, lähisukulaista tai muuta läheistä kohtaan (Poliisi 2022). Lähisuhdeväkivaltaan sisältyy erilaiset alakäsitteet, kuten perheväkivalta, parisuhdeväkivalta ja seurusteluväkivalta. Perheväkivallalla viitataan perheenjäsenen kohdistettuun väkivaltaan. Parisuhdeväkivalta on läheisessä parisuhteessa tapahtuvaa väkivaltaa, ja siitä on usein vaikea irtautua. Seurusteluväkivalta tarkoittaa nuorten parisuhteissa tapahtuvaa väkivaltaa, ja eroaa aikuisten parisuhdeväkivallasta

nuoren emotionaalisten ja kognitiivisten taitojen keskeneräisyyden takia, eikä nuori välttämättä ymmärrä mikä on suhteessa hyväksyttävää ja mikä ei. (THL 2022.)

Väkivallasta puhuttaessa merkittävä tekijä on se, onko väkivalta tuntemattoman ihmisen vai läheisen tekemää. Väkivallalla voi olla useita ilmenemismuotoja, ja lähisuhdeväkivalta voi olla hyvin monimuotoista: henkistä väkivaltaa, kontrollointia, taloudellista kontrollia, seksuaalista väkivaltaa. Väkivallan teot ovat tietoisia tekoja, mutta esimerkiksi henkisen väkivallan ja riitelyn eroa voi erityisesti uhrina olla vaikea tunnistaa. Riidassakin tunteet voivat kuohuta ja äänenvoimakkuus nousta, mutta osapuolet ovat tasavertaisia keskenään. Riidan päätyttyä sitä ei tarvitse jäädä miettimään, ja ne voivat olla myös esimerkiksi parisuhteen kannalta rakentavia riitoja. Väkivalta sen sijaan ei koskaan ole rakentavaa eikä hyödyllistä. Väkivaltaan liittyy pelko ja uhka: pelätään väärin asioiden sanomista tai tekemistä, pelätään toisen reaktiota ja mahdollisia seuraamuksia, ja lopulta tilanteen päätteeksi olo tuntuu usein edelleen kamalalta. (Siltala 2022.)

Väkivallan teot tapahtuvat usein kodeissa tai muissa yksityisissä paikoissa. Lähisuhdeväkivallalla voi olla merkittäviä vaikutuksia koko lähipiiriin, ja väkivallan kokija saattaa olla jollain tapaa, esimerkiksi taloudellisesti, riippuvainen väkivallan tekijästä. Yleisimmät syyt avun hakemattomuuteen on pelko ja häpeä. Väkivaltainen käytös kuitenkin harvoin jää yhteen kertaan, vaan se voi jatkua ja pahentua ja lopulta päättyä jopa lopullisiin tekoihin. (Poliisi 2022.)

3.2 Henkinen väkivalta

Miehiin kohdistuvaa väkivaltaa pidetään ikään kuin likaisena salaisuutena. Erityisesti miehet, jotka elävät väkivallan keskellä, eivät välttämättä puhu siitä, vaikka olisivatkin tietoisia siitä mitä tapahtuu. Yhteiskunnallisesti olemme tottuneet kuulemaan miehistä, jotka pahoinpitelevät naisia. Parisuhteessa kontrolloiva ja väkivaltainen nainen voi herättää mielikuvan heikosta ja helposti manipuloitavissa olevasta miehestä, mikä ei tietenkään pidä paikkaansa. Nämä oletukset voivat kuitenkin saada miehet vaikenemaan kokemuksistaan, ja estää heitä hakemasta apua. (Smith 2021.)

Henkinen väkivalta voi olla lähisuhteessa ainoa väkivallan muoto, tai yhtenä osana muita väkivallan muotoja. Lähisuhdeväkivallasta puhuttaessa, fyysiseen ja seksuaaliseen väkivaltaan liittyy aina myös henkinen väkivalta. Yksi yleinen henkisen lähisuhdeväkivallan muoto on muiden läheisten tapaamisen rajoittaminen. Henkistä väkivaltaa on myös aiheeton syyttely, nimittely, uhkailu, alentaminen, määräily ja nöyryyttäminen. (Nollalinja 2019.)

Henkinen väkivalta on monesti vaikeasti tunnistettavissa. Siihen voi vaikuttaa mm. se, että väkivallan tekijä saattaa muiden ihmisten seurassa näyttäytyä ystävällisenä ja kohteliaana, mutta muuttuukin aivan toiseksi ihmiseksi, kun paikalla ei ole muita. (Nollalinja 2019.) Henkiseen väkivaltaan voi myös tottua. Parisuhteessa tapahtuva henkinen väkivalta saattaa

näyttäytyä miehelle jonain muuna, kuten kritiikkinä, jota tulee miehenä kestää. Mies saattaa virheellisesti ajatella, ettei voi olla väkivallan uhri koska on fyysisesti naista vahvempi. (Mies-sakit ry 2021.)

Pitkään jatkunut henkinen väkivalta voi olla itsetunnolle haitallista. Väkivallan kokijan minäkuva saattaa vähitellen vääristyä, ja yhteys omiin tarpeisiin, tunteisiin ja tahtoon voi kadota täysin (Nollalinja 2019). Miehelle väkivallan kohteeksi joutuminen voi vaikuttaa alentavasti miehisyyteen, saaden hänet uskomaan, ettei hän ole oikea mies. Hän saattaa muodostaa erilaisia käytösmalleja tai ajatuksia, joiden avulla hän vähättelee ja selittelee omia kokemuksiaan. (Smith 2021.)

Monet miehet tunnistavat vasta jälkeenpäin, esimerkiksi käydessään asiasta keskustelua ulkopuolisen kanssa, joutuneensa henkisen väkivallan kohteeksi. Nolaaminen, haukkuminen, nimitykset, alentaminen tai seksuaalisuuteen ulottuvat loukkaukset alkavatkin näyttäytymään uudessa valossa henkisen väkivallan teoiksi. (Miessakit ry 2021.)

3.2.1 Vieraannuttaminen ja huoltokiusaaminen

Parisuhdeväkivaltaan voi usein liittyä pariskunnan yhteiset lapset, ja väkivallan vaikutukset hyvin todennäköisesti ulottuvat myös heihin. Lapsia voidaan käyttää yhtenä väkivallan välineenä, esimerkiksi manipuloimalla lasta toista vanhempaa vastaan, ja eronkin jälkeen lapsen käyttö väkivallan välineenä voi jatkua erilaisin tavoin (Kytölä 2021, 75).

Yhtenä henkisen väkivallan muotona on tunnistettava vieraannuttaminen ja huoltokiusaaminen. Vieraannuttaminen on ilmiö, jonka tarkoituksena on pyrkiä hankaloittamaan toisen vanhemman ja lapsen välistä suhdetta tai estää se täysin. Näin voidaan tehdä mm. puhumalla toisesta vanhemmasta lapselle negatiiviseen sävyyn, vääristelemällä asioita ja jopa valehtelemalla. Huoltokiusaaminen on nimensä mukaisesti kiusaamista, suoraa tai epäsuoraa. Kiusaaja pyrkii omalla toiminnallaan kontrolloimaan tai mitätöimään toisen osapuolen vanhemmuutta, tavoitteenaan estää lapsen ja kiusatun välistä tunneyhteyttä. Huoltokiusaaja voi tavallisimmin pyrkiä mitätöimään toisen vanhemmuuden esimerkiksi sivuuttamalla hänet tai jättäen kertomatta lapsen elämästä olennaisia tietoja. (Meritie 2020.)

3.2.2 Seksuaaliväkivalta

Seksuaaliväkivallan tunnusmerkkinä on toisen ihmisen ruumiillisen ja seksuaalisen itsemääräämisoikeuden loukkaaminen. Väkivallan raja ylittyy usein silloin, kun väkivallan kokija ei enää tunne hallitsevansa tilannetta. (Ensi- ja turvakotien liitto 2023a.) Henkilön kokemus seksuaalisen itsemääräämisoikeuden loukkaamisesta on seksuaalista kaltoinkohtelua. Seksuaalista kaltoinkohtelua on seksuaalinen häirintä ja seksuaaliväkivalta. (Väestöliitto 2023.)

Seksuaaliväkivallan tunnistaminen voi myös olla hyvin vaikeaa. Henkinen ja seksuaalinen väkivalta kietoutuvat kuitenkin toisiinsa erilaisin tavoin, kuten seksiin painostamisella, uhkailulla, nöyryyttämällä tai haukkumisella. Toinen osapuoli saattaa esimerkiksi painostaa seksiin syylistämällä, ”koska me ei harrasteta seksiä, se tarkoittaa, ettet rakasta mua, joten mä jätän sut”. (Siltala 2022.) Toinen osapuoli saattaa siis alistua seksiin tahtomattaan, kumppaniaan myötäillääkseen. Kaikilla meistä tulisi olla oikeus kieltäytyä seksistä myös parisuhteessa, pelkäämättä sen seurauksia.

3.2.3 Taloudellinen väkivalta

Kaikilla aikuisilla tulee olla oikeus päättää omista rahoistaan ja omaisuudestaan. Taloudellista väkivaltaa voi kuitenkin ilmetä läheisen tai puolison toimesta, jossa toisen henkilön rahan käyttöä estetään, häntä pidetään rahattomana, rajoitetaan taloudellista päätäntävaltaa ja kontrollia, estetään työssäkäynti tai opiskelu, tai käytetään toisen rahoja tai omaisuutta ilman lupaa. Velan tai luoton ottamiseen pakottaminen on myös taloudellista väkivaltaa. (Ensi- ja turvakotien liitto 2023a.) Puoliso saattaa myös rahoittaa perheen yhteisillä varoilla omia tarpeitaan, kuten riippuvuusongelmaansa (Taloudellinen väkivalta 2023), mikä voi ajaa perheen taloudelliseen ahdinkoon.

Taloudellisella väkivallalla voi olla hyvinkin vakavia seurauksia uhrilleen, sillä rahallisen tilanteen heikentymisen lisäksi se vaikuttaa haitallisesti terveyteen ja omaan varallisuuteen, sekä vaikeuttaa huomattavasti väkivaltaisesta parisuhteesta irtautumista (Taloudellinen väkivalta 2023). Taloudellisen väkivallan tarkoituksena on rajoittaa toista ihmistä niin fyysisesti kuin henkisesti (Ensi- ja turvakotien liitto 2023a).

Parisuhteissa eron yhteydessä tai sen jälkeen taloudellinen väkivalta voi jatkua esimerkiksi kieltäytymällä elatusmaksujen maksamisesta tai viivyttämällä maksujen kanssa, yhteisten varojen panttaamisella tai huoltoriitojen yhteydessä. Entinen kumppani saattaa myös hajottaa yhteistä tai toisen omaisuutta. (Taloudellinen väkivalta 2023.)

3.2.4 Vaino ja digitaalinen väkivalta

Parisuhteessa tapahtunut väkivalta saattaa eron jälkeen muuttua vainoamiseksi, joka ilmenee toistuvana ei-toivottuna yhteydenottona, seuraamisena, tarkkailuna ja uhkailuna. Vainoaminen voi aiheuttaa kohteelleen pelkoa ja ahdistusta. Vainoaminen voi ilmetä eri tavoin, kuten pienimuotoisena uhkailevana vihjailuna, julmana mustamaalaamisena tai jopa fyysisenä väkivaltana. Digitaaliset sovellukset kuten sosiaalinen media ovat nykypäivänä aina jollain tapaa osana vainoamista. (Ensi- ja turvakotien liitto 2023a.)

Digitaalisella väkivallalla tarkoitetaan ilmiötä, jossa toisen henkilön häirintä, kontrollointi, tarkkailu tai seuraaminen tapahtuu teknologiaa hyödyntäen. Se voi tapahtua esimerkiksi

puhelimien tai tietokoneiden välityksellä, sosiaalista mediaa, sähköpostia ja pikaviestipalveluita käyttäen, toisinaan jopa paikantimien tai internetiin yhdistetyn kodinelektronikan kautta. Ilmenemismuotona voi olla myös toisen teknologian käytön rajoittaminen tai pyrkimys siihen. (Rikosuhripäivystys 2019.) Digitaalista väkivaltaa voi olla vaikea tunnistaa väkivallaksi, ja sitä saatetaan vähätellä.

3.2.5 Uskonnollinen ja hengellinen väkivalta

Uskonnollisella väkivallalla tarkoitetaan uskoon perustuvaa väkivaltaa. Henkistä väkivaltaa se on silloin, kun toisen uskonnollisuutta ja uskonnollisia tarpeita halveksitaan, pilkataan tai kielletään. Uskonnollinen väkivalta voi olla myös pakottamista uskonnon mukaisten sääntöjen ja normien noudattamiseen. Yksi osa uskonnollista väkivaltaa on myös kunniaväkivalta, johon liittyy uhrin rajoittaminen ja kontrollointi erilaisin keinoin. Väkivallan syynä voi olla pelko siitä, että toinen loukkaa kunniasääntöjä tai jotain on jo tapahtunut, jossa kunniasääntöjä on rikottu. Tällöin kunniasääntöjen rikkojaa rangaistaan kontrolloimalla, uhkailemalla, eristämällä ja pakottamalla. (Ensi- ja turvakotien liitto 2023a.)

Hengellisellä väkivallalla tarkoitetaan uskonnollisävytteistä käyttäytymistä, jonka tarkoituksena on pyrkiä murtamaan toisen henkilön elämäntapa, elämäntapa tai mielipide uskonnollisilla uhkauksilla, vaatimuksilla tai pakotteilla (Ensi- ja turvakotien liitto 2023a).

3.3 Miesuhritutkimuksia

Hallman-Keiskoskin, Holman & Siltalan (2014, 113, 115) tieteellisessä artikkelissa tutkittiin lähisuhdeväkivallan vaikutusta psykososiaaliseen hyvinvointiin. Yhtenä hypoteesina he esittivät, että eri lähisuhdeväkivaltamuotojen vaikutukset hyvinvointiin eroavat toisistaan. Erityisenä kiinnostuksen kohteena oli henkisen lähisuhdeväkivallan vaikutukset psykososiaaliseen hyvinvointiin muihin väkivallan muotoihin verrattuna. Artikkelissa tuodaankin ilmi se, että lähisuhdeväkivaltaa tutkittaessa keskitytään ensisijaisesti fyysiseen väkivaltaan, vaikka ilmiön moninaisuuden ilmi tuomisessa laajempi näkökulma olisi tarpeen.

Tutkimuksen aineistona Hallman-Keiskoski ym. (2014) käyttivät Keski-Suomen sairaanhoitopiirin henkilöstöltä kerättyä terveys- ja hyvinvointitutkimusaineistoa, joka kerättiin kyselylomakkeella toukokuussa 2010. Kyselyssä kartoitettiin yhtenä kysymyksenä lähisuhdeväkivallan kokemuksia. Kyselyyn vastanneista miehistä (n= 268) henkistä väkivaltaa lähisuhteissaan oli kokenut 20,5 %, kun vastaavasti fyysistä väkivaltaa oli kokenut 8,2 % ja seksuaalista 0,7 %. Yksittäisen tutkimuksen pohjalta henkinen väkivalta on siis miesten kokemana huomattavasti yleisempää kuin muut väkivallan muodot lähisuhteissa.

Sukupuolistunutta väkivaltaa tutkittaessa keskiössä on usein naisiin kohdistuvat väkivallanteot miesten tekeminä perheessä ja parisuhteessa (Honkatukia ym. 2017, 37). Tämän takia vähemmälle huomiolle jää miehiin kohdistunut väkivalta, vaikka todellisuudessa miehet kokevat lähes yhtä paljon väkivaltaa kuin naiset. Heiskasen ja Ruuskasen (2010, 5) kirjoittamassa tutkimusraportissa tuodaankin ilmi, että Suomessa on tehty naisuhritutkimuksia, mutta miehiä koskevia vastaavanlaisia tietoja ei ollut aiemmin kerätty. Siksi he kokivat aiheelliseksi tutkia miehiin kohdistuvaa väkivaltaa, ja tekivät kyselytutkimuksen. Tuloksista selviää, että jopa 55 prosenttia 15-74 vuotiaista miehistä on joutunut väkivallan tai uhkailun kohteeksi 15 ikävuo- den jälkeen. Lukema on todella suuri, mutta syystä tai toisesta miehiin kohdistuvasta väkival- lasta kuulee harvemmin puhuttavan.

Miessakit ry toteutti syksyllä 2016 verkkokyselyn osana Väkivaltaa Kokeneet Miehet- hanketta. Kyselyn toteuttamisen taustalla oli ajatus siitä, että miehiin kohdistuvan väkivallan yleisyy- destä huolimatta aiheesta tiedetään hyvin vähän. Kyselyyn vastasi yksityishenkilönä 119 miestä, joista 86 % vastasi kokeneensa henkistä väkivaltaa. Yleisimmin väkivalta on tapahtu- nut ex-kumppanin toimesta, ja se on ensisijaisesti ollut huonommuuden osoittamista mm. haukkumalla, mitätöimällä ja alentamalla toista. Vastauksista nousi esille myös miesten ko- kema uhkailu, alistaminen, kontrollointi ja painostus. (Peitsalo, Pekkola & Sarlin 2017, 5-9.)

Avun hakemista ja omista kokemuksista puhumista on pidetty miehille haastavana asiana. Syyt voivat olla palvelurakenteista, tai miehistä itsestään johtuvia. Ajatellaan, että perintei- seen miehisyyteen ei kuulu omien heikkouksien näyttäminen, ja vielä vähemmän uhrin ase- massa oleminen. Uhrin asema on nähty suurena riskinä miehen sosiaaliselle statukselle ylival- taisen maskuliinisuuden näkökulmasta. Omien kokemusten käsittely muiden kanssa on mie- hille todella ongelmallista. Sen lisäksi, että väkivallan kohteeksi joutuminen itsessään heiken- tää hyvinvointia ja toimintakykyä, puhumisen vaikeudet altistaa syyllisyyden ja häpeän tun- teille. Vaiettu väkivalta- raportin tuloksissa 40 % yksityishenkilöinä vastanneista piti väkivalta- kokemuksista puhumista toiselle miehelle tai naiselle erittäin haasteellisena. Tulokset puhu- vat kuitenkin sen puolesta, että omista kokemuksista puhuminen on helpompaa ammattihen- kilön kanssa. (Peitsalo ym. 2017, 14.)

EU:lle tilastotietoa tuottava Eurostat järjesti Euroopan laajuisen hankkeen sukupuolistuneesta väkivallasta, jossa tutkittiin ja tutkitaan naisiin kohdistuvaa väkivaltaa vuosina 2021- 2024. Tilastokeskus on laatinut tästä oman raporttinsa osana kyseistä hanketta, Sukupuolistunut vä- kivalta ja lähisuhdeväkivalta Suomessa 2021 (2023). Eurostatin tutkimuskohteena oli erityi- sesti 18-74- vuotiaat naiset, mutta Suomen kansalliseen raporttiin haluttiin myös miehet mu- kaan, sillä väkivaltakokemusten yleisyys on huolestuttavaa sukupuolesta riippumatta. (Tilasto- keskus 2023, 7-8.)

Tilastokeskuksen tutkimukseen osallistuneista miehistä (n=1293) 41 % kertoi kokeneensa henkistä parisuhdeväkivaltaa joskus elämänsä aikana. Vain puolet kaikista väkivaltaa kokeneista oli kertonut kokemastaan väkivallasta jollekulle ja viranomaiselle vain alle kymmenesosa. Miehet kertovat väkivallasta huomattavasti harvemmin kuin naiset. (Tilastokeskus 2023, 16.)

3.4 Auttavia tahoja

Väkivaltaa kokeneille miehille on tarjolla apua mm. näiden tahojen kautta:

- Miessakit ry, keskusteluapua ja vertaistukiryhmiä. Yhteyttä voi ottaa päivystyspuhelimien kautta maanantaista keskiviikkoon klo 9-12, puh. 044 751 1340. Muina aikoina voit jättää vastaajaan viestin, niin he ottavat yhteyttä. Yhteydenotto onnistuu myös verkkolomakkeen kautta tai sähköpostitse. (Miessakit ry 2023b.)
- Kriisikeskukset ympäri Suomea, keskusteluapua saatavilla kasvokkain ja etäyhteydellä. Tukea ja apua saatavilla myös MIELI ry:n kriisipuhelimesta ympäri vuorokauden, puh. 09 2525 0111. (MIELI ry 2023b.)
- Nollalinjan maksuton 24/7 auttava puhelin, puh. 080 005 005. Auttavan puhelimen lisäksi keskustella voi chat-palvelussa, joka on auki arkisin klo 9-15 heidän verkkosivuiltaan. (Nollalinja 2023.)
- Ensi- ja turvakotien liiton Apua väkivaltaan- chat avoinna arkisin klo 12-18, ja se löytyy heidän verkkosivuiltaan (Ensi- ja turvakotien liitto 2023b). Ensi- ja turvakotien liitto tarjoaa myös lyhytaikaisia turvakotipaikkoja tilanteissa, joissa kotiin jääminen on väkivallan, tai sen uhan vuoksi mahdotonta tai jopa vaarallista. Turvakotiin voi olla yhteydessä puhelimitse, ja sinne voi mennä matalalla kynnyksellä. Yhteydenottoon riittää väkivallan uhan aiheuttama pelko. (Nettiturvakoti 2023.)
- Lähisuhdeväkivaltatyön yksikkö Helsingissä tarjoaa keskusteluapua kaikille, joiden perheessä on tai on ollut lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa. Ajan voi varata puhelimitse, sähköpostitse tai suoraan internetistä. (Pääkaupungin turvakoti ry 2023.)

Akuuteissa tilanteissa kannattaa aina olla yhteydessä hätäkeskukseen 112.

4 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyö aloitettiin työelämäkumppanin etsimisellä, ja Miessakit ry tuntui luontevalta valinnalta. Aiheen valinnan jälkeen opinnäytetyötä jatkettiin teorian tiedon etsinnällä ja kasaamisella. Yllättävää oli se, että miehiin kohdistuvasta väkivallasta löytyy huomattavasti vähemmän painettua, ajankohtaista kirjallisuutta, kun suuri osa väkivaltaan liittyvästä kirjallisuudesta koskee naisten väkivaltakokemuksia. Tästä syystä opinnäytetyössä on hyödynnetty paljon sähköisiä, mutta luotettavia lähteitä.

Opinnäytetyön kohderyhmänä oli lähisuhteissaan henkistä väkivaltaa kokeneet miehet, ja heidän kokemuksensa avun saannista. Aineistonhankintamenetelmänä tutkimuksessa toimi verkkokysely, joka sisälsi sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Kyselyn toteuttamiseen päädyttiin siitä syystä, että vastaamiseen olisi matalampi kynnyks. Verkkokyselyn hyötynä on mm. haluamansa kohderyhmän tavoittaminen ajasta ja paikasta riippumatta, ja aineiston nopea kerääminen ilman erillisiä lisävaiheita (Kananen 2014, 156). Kysely koostettiin kysymyksistä, jotka koettiin opinnäytetyön tulosten kannalta merkityksellisinä. Kysymysehdotuksia kyselyyn pyydettiin myös työelämäkumppanilta, mutta he antoivat vapaat kädet kyselyn toteutukseen.

Verkkokysely saatetaan usein yhdistää määrällisen tutkimuksen aineistonhankintamenetelmäksi (Kananen 2014, 156), mutta kysely voi olla myös laadullinen. Laadullisissa kyselyissä käytetään avoimia kysymyksiä, joihin vastaaja voi kirjoittaa mielipiteitään ja kokemuksiaan. Määrällisiä kysymyksiä voi olla esimerkiksi vastaajan ikä, sukupuoli ym. (Deakin University 2022.)

Miessakit ry jakoi kyselyn linkkiä ensin sähköpostitse jäsenilleen, mutta vastauksia ei sitä kautta saatu kuin muutama. Kyselyä jaettiin tämän jälkeen Miessakkien sosiaalisessa mediassa, ja kysely oli auki kaksi viikkoa ajalla 24.4- 8.5.2023 Vastauksia tuli ensimmäisen viikon aikana, mutta toisen viikon aikana ei, joten kyselyä ei päätetty enää jatkaa, sillä alkuperäisenä tavoitteena oli saada opinnäytetyö valmiiksi kesäkuuhun mennessä. Kyselyn laajempi jako, sekä pidempi vastausaika olisi ollut vastausten saamiseksi varmasti eduksi.

Opinnäytetyöstä saatujen tutkimustulosten avulla halutaan lisätä tietoisuutta miehiin kohdistuvasta henkisestä väkivallasta. Tämän opinnäytetyön myötä toivotaan, että väkivallan kokemien ja -tekijöiden sekä ammattilaisten olisi helpompaa ymmärtää ilmiötä, ja hyödyntää esille tulleita seikkoja koskien avun hakemista tai saamista. Tuloksia voisi hyödyntää myös mahdollisissa jatkotutkimuksissa. Opinnäytetyötä ohjaavat tutkimuskysymykset olivat: Millaista on hakea apua henkisen väkivallan kokemuksiin? Miten henkiseen väkivaltaan suhtaudutaan avun piirissä kokijan näkökulmasta?

4.1 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena, jonka tavoitteena on saada tutkittavasta ilmiöstä kokonaisvaltainen ymmärrys. Tutkimusmenetelmänä kvalitatiivinen tutkimus toimii erityisesti silloin, kun tutkittavasta ilmiöstä ei ole aiempaa tutkimusta tai tietoa, tutkimuksesta halutaan saada syvällisempi näkemys tai tarkoituksena on saada tutkittavasta ilmiöstä laajempi kuvaus. (Kananen 2014, 62-63.) Laadullisen tutkimuksen tavoitteena ei ole pyrkiä tilastollisiin yleistyksiin (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98), vaan usein tutkimuksen kohteena on pienempi otanta tapauksia, joita pyritään analysoimaan perusteellisemmin (Eskola & Suoranta 1998, 14). Nimensä mukaisesti aineistossa laatu korvaa määrän.

Laadullisessa tutkimuksessa tulisi olla asettamatta ennakko-oletuksia tutkittavasta aiheesta tai tuloksista. Huomioon otettavaa on kuitenkin se, että aikaisemmat kokemukset väistämättä vaikuttavat tutkijan havaintoihin, mutta niiden ei pidä toimia rajaavana tekijänä tutkimusta toteutettaessa. Päinvastoin tutkimuksen edetessä tulisi oppia uutta ja yllättyä, siitä syystä onkin tärkeää tiedostaa omat ennakko-oletuksensa etukäteen. Laadullisen tutkimuksen aineistojen avulla tutkijan onkin mahdollista ja toivottavaa löytää uusia näkökulmia, omien ennakko-oletusten vahvistamisen sijaan. (Eskola & Suoranta 1998, 15.)

4.2 Tulosten analysointi

Tulosten analysointi tapahtui aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä, jossa aineisto ohjaa lopullisen analyysin tekoa. Kyselyn vastauksista nostettiin esiin keskeisimmät asiat riippumatta siitä, mitä ne olivat tai miten ne sopivat yhteen aiempien tutkimusten kanssa. Teoriatieto ei saa vaikuttaa aineistoista esille nouseviin asioihin, vaan tutkijan tulee olla aineistolle avoin ja analysoida sitä omista lähtökohdistaan. (Leinonen 2018.) Aineistolähtöistä sisällönanalyysiä käytetään silloin, kun tutkittavasta aiheesta tai kohteesta halutaan muodostaa teorioita ja tunnistaa teemoja, jotka nousevat tutkittavasta materiaalista esiin.

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä noudatetaan kolmea eri vaihetta. Ensin aineisto pelkistetään, ja sieltä haetaan tutkimuksen kannalta oleelliset tiedot ja tiivistetään ne. Tiivistetyt ilmaukset jaetaan ryhmiin, joissa samankaltaiset ilmaukset muodostavat alaluokan. Viimeisenä muodostetaan yleiskäsitteitä: alaluokat yhdistellään yläluokiksi, joista muodostuu pääluokkia, ja pääluokista muodostuu yksi yhdistävä luokka. Kaikki luokat nimetään sisältöään kuvaavasti. (Leinonen 2018.)

5 Tulosten esittely

Kyselyyn vastasi yhteensä yhdeksän miestä. Tutkimuksen kannalta hieman laajempi otanta vastauksia olisi ollut toivottavaa, mutta ymmärrettävistä syistä aiheesta on vaikea puhua, mikä on varmasti vaikuttanut lopputulokseen. Kyselyn laajempi levitys olisi voinut myös edesauttaa vastausten saamista. Laadullinen tutkimusmenetelmä kuitenkin mahdollistaa sen, että aineiston koolla ei ole merkitystä tai suoraa vaikutusta onnistuneeseen lopputulokseen (Eskola & Suoranta 1998, 46).

Kysely aloitettiin kysymällä vastaajien ikää: vastaajat olivat iältään 29- vuotiaasta yli 50- vuotiaaseen. Suurin osa vastaajista kuului ikäryhmään 40-50. Kyselyn toinen kysymys oli, kenen toimesta lähisuhdeväkivalta on tapahtunut. Vastaukset jakautuivat niin, että seitsemän vastaajista oli kokenut väkivaltaa entisen puolisonsa toimesta, ja kaksi perheenjäsenen toimesta.

5.1 Henkisen väkivallan ilmenemismuodot

Kolmannessa kysymyksessä kysyttiin, minkälaista henkistä väkivaltaa vastaajat olivat kokeneet. Kaikilla vastaajilla henkisen väkivallan muodot ilmenivät monin eri tavoin, ja väkivalta on saattanut jatkua pidemmänkin aikaa. Eräs vastaajista toi esille sen, kuinka henkinen väkivalta voi jatkua myös parisuhteen päättymisen jälkeen mm. vainoamisella, häirinnällä, omaisuuden tuhoamisella tai huoltokiusaamisen muodossa. Huoltokiusaaminen on pahimmillaan lapsista vieraannuttamista eri tavoin, kuten puhumalla lapsille valheellisesti toisesta vanhemmasta ja hankaloittamalla tapaamisia:

”Uhkailua, alistamista, haukkumista, pelottelua, lapsista vieraannuttamista, perättömät hyväksikäyttösytytökset x2 eron jälkeen, kontrollointia, lapsille mustamaalaamista, omaisuuden tuhoamista muun muassa auton jatkuvaa viiltelyä, omaisuuden varastamista ja asioiden hankaloittamista esim. lasten tapaamisen osalta ym. Olen kokenut eron jälkeistä vainoamista ja asunut myös väliin turvakodissa. Omaisuutta on tuhottu huoltajuuskiistan aikana menemällä minun asuntoon. Pilapuhelut yötä päivää tuntemattomasta ja kaikenlaisen häirintä ja mustamaalaaminen. Itsemurhalla uhkailu parisuhteen aikana ym.”

Muutkin parisuhteissaan henkistä väkivaltaa kokeneet kertoivat joutuneensa parisuhteissaan mm. nöyryytetyiksi, alistetuiksi, nimitellyiksi ja kaksi jopa perättömien ilmiantojen ja/tai rikosilmoitusten kohteeksi. Osalla vastaajista on yhteydenpitoa ystäviin tai sukulaisiin yritetty estää tai rajata, ja monet vastaajista kertoivat entisen kumppanin uhkailleen erolla tai itsemurhalla.

”Pyrkimystä nollata arvoni kaikilla elämän sarjoilla työelämästä sänkyyn ja kaikessa siitä väliltä. Uhkailua itsemurhalla ja pyrkimys eskaloida tilanteet fyysiseksi väkivallaksi”

”Vähättelyä, henkistä lyttäämistä, kosketuksesta kieltäytymistä toistuvasti, nälvimistä. Välinpitämättömyyttä ja kohtaamatta jättämistä. Nöyryyttämistä (etkö tuohonkaan pysty, etkö tuotakaan osaa)? Puhetapani ilkeää imitoimista.”

”Arvostelua kaikesta tekemisestä, vähättelyä, nimittelyä, haukkumista, nöyryyttämistä muiden nähden, koko elämän kontrollointia, sukulaisten haukkuminen ja estäminen, kavereiden haukkuminen ja estäminen. Uhkailu erolla jne.”

Vastaajista muutama sanoi kokeneensa henkisen väkivallan lisäksi myös fyysistä väkivaltaa, toinen entisen puolison ja toinen perheenjäsenen toimesta. Kahdella vastaajista oli

kokemuksia henkisestä väkivallasta perheenjäsenen toimesta, kuten nimitellyksi ja pilkkamiseksi tulemista, alistamista ja huutamista:

”Väkivaltakokemukseni alkoi lapsena -60 luvun alussa kotona jossa n. 7 vuotta vanhempi sisarukseni nimitteli ja pilkkasi minua kehitysviivästymisiini liittyen, mm. Opin vasta reilusti yli kolmevuotiaana puhumaan ja minua nimitettiin esim. mykäksi, tyhmäksi jne. Isä ja äiti olivat paljon poissa kotoa ja olin siis tosi yksin.”

5.2 Väkivallan kohteeksi joutuminen herättää tunteita

Kyselyyn vastanneet miehet kokivat henkisen väkivallan vaikuttaneen heihin monin eri tavoin. Useasta vastauksesta nousi esiin pelko, häpeä, viha ja epävarmuus. Henkinen väkivalta on myös pahimmillaan aiheuttanut miehille ahdistusta, jopa lamauttavaa sellaista, masennusta, itsetunnon alenemista tai vakavan traumastressihäiriön oireita. Oman miehisyyden ja itsensä vähättely on voinut jatkua jopa vuosikymmeniä, ja se on voinut alkaa jo lapsuudesta:

”Häpeä, en ole mitään, aina muiden edessä ja tuottamaton häpeäpilkku perheessä, siis tunsin myötähäpeää perhettäni kohtaan, että olin huono lapsi.–”

Henkisen väkivallan kohteeksi joutuminen voi herättää myös ristiriitaisia tunteita, kun kuvittelee olevansa rakastavassa parisuhteessa, mutta samalla rakkauden kohde saa itsensä tuntemaan vihatuksi tai inhotuksi. Eräs vastaajista kertoi, että hänellä kyllä heräsi halu antaa henkisesti samalla mitalla takaisin, mutta siitä huolimatta hän yritti viimeiseen asti käyttäytyä aikuismaisesti ja keskustella asioista rakentavasti, kuitenkin tuloksetta.

5.3 Avun hakeminen ja saatavuus

Enemmistö vastaajista oli hakenut apua omasta aloitteestaan, ja muutama jonkun toisen kehottamana. Avun hakeminen koettiin enimmäkseen vaikeaksi, ja yksi koki sen olevan jopa ylitsepääsemättömän vaikeaa. Osa vastaajista kuitenkin koki avun hakemisen olleen helppoa tai kohtalaisen helppoa. Yli puolet vastaajista kertoi hakeneensa apua useammalta kuin yhdeltä taholta, ja suurimmalla osalla ystävät/läheiset oli yksi niistä tahoista. Alle puolet vastaajista kertoi hakeneensa apua järjestöstä tai yhdistykseltä, muutama oli hakenut apua viranomaiselta tai terveydenhuollosta, ja jopa seurakunnasta.

Avun saatavuus koettiin pääosin helppona, eritoten ystäviltä ja läheisiltä saatu tuki oli auttanut. Järjestöstä tai yhdistyksestä saatu keskusteluapu oli myös koettu positiivisena. Keskusteluiden myötä esille nousseet kokemukset ovat saattaneet jopa yllättää:

”Henkisen väkivallan laajuus oli itsellenikin vähän epäselvää ja avautui oikeastaan vasta keskusteluissa. En tiennyt mikä kaikki on väkivaltaa.”

Osa vastaajista kertoi avun saatavuuden olleen vaikeaa terveydenhuollon, poliisin tai sosiaaliviranomaisen toimesta. Nämä vastaajat kokivat, että heidän kokemuksiaan miehinä vähäteltiin. Muutamit miehet sanoivat, että heidän kokemuksensa mukaan miehen kokemaan väkivaltaan ei puututa tai sitä on vaikea uskoa, koska ainoastaan nainen nähdään väkivallan kohteena. Erään miehen kokemus avun hakemisesta oli, että miehenä erityisesti fyysisen väkivallan kohteeksi joutuminen oli sosiaaliviranomaisille vaikea käsittää:

”Miehenä se on todella vaikeaa tulla ymmärretyksi, siis sosiaaliviranomaisten kanssa. Varsinkin kun on kokenut fyysistä väkivaltaa, ei se tahdo mennä sossujen ajatukseen ollenkaan.—”

”—sosiaaliviranomaisten kanssa on jatkuva vääntäminen ja todistusvastuu. Naisen ei tarvitse todistella mitään, riittää kun sanoo että mies on väkivaltainen.”

Kyselyssä kysyttiin lisäksi, kokevatko miehet hyötynensä saamastaan avusta. Suurin osa vastasi kyllä, mutta muutamit miehet sanoivat, että tarvitsisivat vielä ulkopuolista apua asioiden käsittelyyn, kuten terapiaa traumaperäiseen stressihäiriöön, ymmärrystä tai ihan vain hyväksyntää:

”Minut hyväksyttäisiin sellaisena kuin olen, herkkä, ajatteleva ja luova ihminen.—”

5.4 Väkivallan kauaskantoiset vaikutukset

Viimeisessä kysymyksessä miehille annettiin vapaa sana. Lähes kaikki kertoivat kokemuksiaan ja ajatuksiaan aiheesta vielä syvemmin. Henkisen väkivallan, tai väkivallan kokemukset ylipäätään eivät lakkaa vaikuttamasta sen päätyttyä. Varsinkin pitkään jatkuneena, väkivalta voi romuttaa toisen elämän pitkäksi aikaa ja vaikutukset voivat olla hyvinkin pitkäkestoisia:

”Omat kokemukset ovat kestäneet 10 vuotta. Kymmeniä muuttoja. Turvakielto ym. piti hakea. Lapsia en edelleenkään ole pystynyt tapaan sillä vanhemmuus on vieraannuttamisen vuoksi katkennut eikä omat voimani riitä enään taistella. Vaino on kohdistunut ilkeästi myös minun läheisiin ja mua on seurattu esim. työpaikalta poistuessa. Olen saanut psykoterapiaa asian vuoksi jo 6 v ja muuta tukea—”

”—Kokemus laukaisi keskivaikean masennuksen, itsetunto meni täysin päreiksi, tuli itsetuhoisia ajatuksia, ja jouduin terapiaan.”

”Olin suhteen loppumisaikoihin niin lopussa, etten edes pystynyt itse eroamaan, etäännytin itseni kumppanistani, joten aloite erosta tuli häneltä. Kesti todella kauan päästä jaloilleen–”

Muutamalla miehellä oli myös mielipide miehen kokemasta väkivallasta yhteiskunnallisesti. Väkivaltaan liittyvät asiat koetaan vahvasti sukupuolittuneena. Suomalainen kulttuuri ja yhteiskunta koetaan ”kylmän mekaanisena”, ja tuntuu että miestä ei kuunnella, etenkin silloin kun mies puhuu tunteistaan tai pahasta olostaan:

”Miesten kokemaa henkistä väkivaltaa vähätellään todella paljon, ja suhtautuminen on vääränlaista usein, jos haet apua ja kerrot avoimesti, että nyt sattuu ja tuntuu pahalta, pidetään nössönä, jos antaa samalla mitalla takaisin ja alkaa tappelemaan vastaan, ympäristö leimaa sekopääksi ja potentiaaliseksi naistenhakkaajaksi. Moinen suhtautuminen tuntuu äärimmäisen pahalta.”

” – Meiltä puuttuu lähimmäisenrakkaus, myötätunto ja toistemme kuuntelemisen taito. On vain suoritettava ja tuotettava jatkuvaa voittoa.–”

Muutama mies halusi tuoda esille sen, kuinka tärkeänä he ovat kokeneet avun saannin, ja on hienoa, että näitä asioita tutkitaan, jotta yhä useampi apua tarvitseva saa sitä myös jatkossa.

”Varsinkin miesten keskusteluryhmät ovat todella value for money nyky-yhteiskunnassamme, jossa pojat usein jäävät tunteidensa kanssa yksin”.

6 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen eettisenä perustana voidaan ajatella ihmisoikeuksia. Tutkimuksen eettisyyttä tarkasteltaessa on kiinnitettävä huomio näihin seikkoihin:

- osallistujille on selvitettävä tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja mahdolliset riskit
- osallistumisen vapaaehtoisuus; oikeus kieltäytyä tutkimukseen osallistumisesta, oikeus keskeyttää osallistumisensa, oikeus kieltää jälkikäteen itseään koskevan tiedon käyttö ja oikeus tietää nämä oikeudet
- on varmistettava, että antaessaan suostumuksensa osallistuja tietää mistä on kyse
- osallistujien hyvinvointi on asetettava etusijalle ja mahdolliset ongelmat tulee huomioida etukäteen
- tutkimukseen kerättyjä tietoja käsitellään luottamuksellisesti, ja niitä käytetään vain luvattuun tarkoitukseen, eikä luovuteta ulkopuolisille

- osallistujien nimettömyys on taattu, ellei osallistuja erikseen anna lupaa identiteettinsä paljastamiseen
- tutkija noudattaa lupaamiaaan sopimuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 155-156.)

Tässä opinnäytetyössä eettisyys on huomioitu niin, että aineistonhankintamenetelmänä käytettävä kysely toteutettiin osallistujien anonymiteetti huomioiden, eikä kyselyssä pyydetty vastaajien tunnustetietoja. Kyselyyn liitettiin saate, jossa kerrottiin, kuka on tutkimuksen tekijä, sekä tutkimuksen tavoitteet ja menetelmät. Kyselyssä varmistettiin, että vastatessaan kysymyksiin ja vastaukset lähettäessään, osallistuja ymmärtää olevansa osana tutkimusta. Kyselystä saatuja vastauksia käsiteltiin ainoastaan tutkimustarkoituksiin, ja vastaukset poistettiin tutkimuksen valmistuttua. Tutkija sitoutui noudattamaan sopimuksia.

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta ei voida samalla tavalla arvioida tai laskea kuin määrällisessä tutkimuksessa. Objektivistista luotettavuutta on tällöin lähes mahdoton saavuttaa, sillä luotettavuus on tutkijan näytön ja arvioinnin varassa. Jokaisella tutkijalla on omat tapansa toimia, ja jokainen tutkija tekee omat päätöksensä käyttämistään menetelmistä ja lähteistä. Luotettavuutta tarkasteltaessa on otettava huomioon tutkimusasetelma, toteutus ja tulos. Luotettavuustarkastelussa tutkitaan sitä, onko tutkimuksen vaiheet tehty oikein. (Kananen 2014, 257-259.) Opinnäytetyön toteutusta ohjaavan teoriapohjan tulee kuitenkin olla peräisin luotettavista lähteistä, jotta henkisen väkivallan tunnusmerkistöt sekä määritelmät pysyvät johdonmukaisina koko tutkimuksen ajan.

Tulosten luotettavuuteen voi vaikuttaa se, että kyselyyn on voinut vastata kuka tahansa, vaikka kohderyhmänä onkin miehet. Tutkimuksen tavoitteiden kannalta kuitenkin riittävä raja on osallistujan oma kokemus siitä, kuuluuko hän kohderyhmään vai ei. Tällä tavoin myös välttyä määrittelemästä osallistujien sukupuolta mahdollisesti väärin perustein.

7 Johtopäätökset

Vastausten perusteella useimmat miehet olivat hakeneet apua omasta tahdostaan, ja kolmasosa jonkun muun kehotuksesta. Suurin osa miehistä koki avun hakemisen vaikeana, mutta lopulta apua haettuaan arvioivat avun olevan helposti saatavilla. Ystävät/läheiset oli mainittu yhtenä tärkeimpänä avunantajana, sekä myös järjestöt tai yhdistykset. Vertaistuki ja kuulluksi tuleminen koettiin tärkeänä, ja keskusteluapu on voinut jopa auttaa ymmärtämään omien väkivaltakokemustensa laajuuden. Aikaisempia tutkimuksia koskien miesten väkivaltakokemuksia Suomessa on hyvin vähän, mutta mm. Miessakkien vuonna 2017 julkaisema Vaiettu Väkivalta- raportti on hyvin linjassa sen kanssa, että ammattihenkilölle puhuminen koetaan kaikista helpoimpana.

Sosiaaliviranomaisten, terveydenhuollon tai poliisin kautta apua hakeneet ovat kokeneet vähättelyä. Erityisesti sosiaaliviranomaisten kanssa kokemukset ovat olleet sellaisia, että miehenä pitäisi todistella tai vakuutella olevansa väkivallan uhri. Pelko siitä, ettei miestä uskota, varmasti osaltaan vaikuttaa myös siihen miksi ulkopuolista apua on vaikeampi hakea. Tästä syystä myös mieserityisyyteen tulisi tulevaisuudessa kiinnittää enemmän huomioita tukipalveluissa (Pekkola 2017, Yli-Räisänen 2017, mukaan).

Ensi- ja turvakotien liiton kehittämispäällikkö Jussi Pulli (2017, Yli-Räisänen 2017, mukaan) kertoo, että avun hakeminen tuntuu olevan myös miehen iästä kiinni. Nuoret miehet ja pojat hakevat herkemmin apua, kuin esimerkiksi yli 45- vuotiaat miehet. Syy tähän löytyy todennäköisesti vanhanaikaisista, sukupolvilta siirtyneistä stereotyyppioista, joiden mukaan poikien ja miesten tulee pärjätä omillaan ja pysyä hiljaa murheistaan tai vaikeuksistaan. Toisella tavalla kasvatuksella ja erilaisen esimerkin näyttämällä kuitenkin voidaan luoda uudenlaisia käsityksiä miehisyydestä. (Yli-Räisänen 2017.) Näin myös vältetään vanhojen stereotyyppien siirtyminen edelleen sukupolvelta toiselle.

Henkisestä väkivallasta, ja myös parisuhdeväkivallasta puhutaan yhä enemmän. Siitä huolimatta moni kokee henkisen väkivallan kokemuksiin avun saannin, ja sen tunnistamisen vaikeaksi. Kesän 2023 aikana Naisten Linja teetti kyselyn yhdessä Parisuhdekeskus Katajan ja Miessakit ry:n kanssa henkistä parisuhdeväkivaltaa kokeneille. Tulokset on äskettäin julkaistu, ja myös ne puhuvat sen puolesta, että miesten on vaikeampi tuoda omia kokemuksiaan näkyväksi: 1292 vastaajasta vain 20 % oli miehiä. Kyselyyn vastanneista miehistä lähes kolmasosa ei ollut kertonut kenellekään kokemastaan väkivallasta. Antti Alén Miessakit ry:stä sanoo, että miesten avun hakemista tai väkivallasta puhumista vaikeuttaa mahdolliset vähättelyn kokemukset, sekä häpeän ja syyllisyyden tunteet. (Naisten Linja 2023.)

Opinnäytetyöhön osallistui yhdeksän miestä. Tämä vaikuttaa tutkimustuloksen luotettavuuteen, mutta jokaisen vastaajan kokemus on silti omanlaisensa, ja tärkeä. Jokaisen henkistä väkivaltaa kokeneen miehen julki tuotu kokemus antaa arvokasta tietoa siitä, mitä lähisuhdeväkivalta voi pitää sisällään. Jokainen ansaitsee tulla kuulluksi, ja jotta useampi mies uskaltaisi kertoa omista kokemuksistaan tulevaisuudessa, on tarpeen jatkaa väkivaltatyön edistämistä ja erityisesti lisätä miesnäkökulman huomioimista eri viranomaistahoilla.

8 Pohdinta

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada vastaukset tutkimuskysymyksiin miesten avun hakemisesta henkisen väkivallan kokemuksiin sekä avunantajien suhtautumiseen apua haettaessa. Vastaukset tutkimuskysymyksiin saatiin, ja tämän opinnäytetyön tulokset osoittivat sen, että avun hakeminen koettiin vaikeana, mutta avun saatavuus koettiin pääosin helppona muuten, paitsi viranomaisen toimesta. Viranomaisilta miehet olivat kokeneet vähättelyä. Ystäviltä ja läheisiltä ja järjestöiltä tai yhdistyksiltä apua hakeneet kokivat suhtautumisen olevan positiivista. Aiempien tutkimusten ja tutkitun teorian pohjalta miesten tuntuu olevan vaikea hakea apua, kuten Tilastokeskuksen raportista Sukupuolistunut väkivalta ja lähisuhdeväkivalta Suomessa 2021 (2023) myös ilmenee. Siinä kerrotaan, että alle puolet kertoo väkivaltakokemuksestaan jollekulle, ja vain alle kymmenesosa viranomaiselle. Se vahvistaa myös sitä ajatusta, että viranomaiselle väkivallasta kertomiseen on korkea kynnyks, jota tulisi madaltaa.

Opinnäytetyön suunnitelma ja toteutus eivät täysin kohdanneet, ja odottamattomien seikkojen vuoksi opinnäytetyön valmistuminen myös viivästy. Vielä syvällisempien vastaustulosten saamiseksi opinnäytetyön kannalta olisi ollut suotavaa saada mukaan myös ainakin muutaman miehen avoin haastattelu, sekä enemmän vastauksia verkkokyselyyn. Ajanpuutteen, ja muiden eteen tulleiden haasteiden vuoksi mm. työntekijän haastattelu jäi toteutumatta. Yhdeksän miehen vastaukset ovat hyvin marginaalinen osa kaikista väkivaltaa kokeneista miehistä, mutta pienestä otannasta huolimatta ovat ne arvokasta tietoa. Yhdessä muiden tutkimustulosten kanssa, ne kertovat siitä, että mieserityisen työtteen lisäämiseksi eri palvelurakenteissa on vielä töitä tehtävänä. Miehiin kohdistuva väkivalta on todellinen ongelma, joka kaipaa enemmän huomiota yhteiskunnassa.

Opinnäytetyötä suunnitellessa aiheesta tutkijalla oli tiettyjä ennako-oletuksia, mutta niiden ei annettu rajoittaa opinnäytetyön etenemistä tai tuloksia. Tulokset analysoitiin sellaisenaan kuin ne kerrottiin, ilman ennakkoon määriteltyjä ajatuksia. Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa Miessakit ry:ltä kysyttiin ehdotuksia tutkittavaan aiheeseen, ja ehdotettiin myös tätä nykyistä aihetta. Joitakin ehdotuksia saatiin, mutta tähän lopulliseen aiheeseen näytettiin myös vihreää valoa. Ennakoajatukseksi oli, että miesten voi olla vaikea puhua väkivallan kokemuksistaan, ja tiedostettiin se mahdollisuus, että vastauksia saataisiin vähän. Siitä huolimatta tutkimusta ja siitä saatuja tuloksia voidaan pitää merkityksellisinä.

Tähän opinnäytetyöprosessiin lähteminen kumpusi mielenkiinnosta väkivaltatyötä kohtaan. Naisiin kohdistuva väkivalta on tunnetusti yleisempää, sitä on tutkittu huomattavasti enemmän, ja siitä puhutaan enemmän. Siitä syystä miesten väkivaltakokemukset koettiin aiheena erityisen tärkeänä, sillä aiempaa tutkimustietoa on vähemmän saatavilla. Miesten on myös vaikeampi hakea apua, sillä aihe tuntuu edelleen olevan tabu. Jokainen aiheesta tehty

tutkimus, opinnäytetyö, artikkeli tai muu vastaava dokumentti, lisää ihmisten tietoisuutta aiheesta ja auttaa myös lisäämään ymmärrystä ilmiön ympärillä.

Miehille suunnatut tukipalvelut, kuten esimerkiksi Miessakit ry tekevät arvokasta työtä miesten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Miessakeilta saadun palautteen mukaan aikovat he hyödyntää opinnäytetyössä esiin nousseita haasteita avun hakemisessa kehittämällä omaa väkivaltatyötään, sekä välittämällä tietoa myös muille organisaatioille.

Lähteet

Painetut

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. E-kirja. Tampere: Vastapaino.

Honkatukia, P., Kainulainen, H. & Niemi, J. 2017. Sukupuolistunut väkivalta. Oikeudellinen ja sosiaalinen ongelma. Tampere: Vastapaino.

Kananen, J. 2014. Verkkotutkimus opinnäytetyönä. Laadullisen ja määrällisen verkkotutkimuksen opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 187. Vantaa: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy.

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

Kytölä, K. 2021. Pahoinpitelystä hyvinpitelyyn. Lähisuhdeväkivalta ja siitä selviytyminen. Helsinki: Basam Books Oy.

Sähköiset

Deakin University. Qualitative study design. Viitattu 06.02.2023. <https://deakin.libguides.com/qualitative-study-designs/surveys>

Ensi- ja turvakotien liitto 2023a. Tunnista väkivalta. Viitattu 05.02.2023. <https://ensijaturvakotienliitto.fi/tukea-ammattilaiselle/perhe-ja-lahisuhdevakivalta/tunnista-vakivalta/#1545922590817-77e3c3da-659d>

Ensi- ja turvakotien liitto 2023b. Apua verkossa. Viitattu 29.11.2023. <https://ensijaturvakotienliitto.fi/apua-sinulle/apua-verkossa>

Hallman-Keiskoski, M., Holma, J. & Siltala, H. 2014. Henkisen, fyysisen ja seksuaalisen lähisuhdeväkivallan vaikutukset psykososiaaliseen hyvinvointiin. Tieteelliset artikkelit: Psykologia 49 (02). Viitattu 20.01.2023. https://www.researchgate.net/profile/Heli-Siltala/publication/261847970_Henkisen_fyysisen_ja_seksuaalisen_lahisuhdevakivallan_vaikutukset_psykososiaaliseen_hyvinvointiin_English_summary_Experiences_of_domestic_violence_and_connections_with_health_and_psychosocial_well-being/links/5714b30d08ae4ef7452918df/Henkisen-fyysisen-ja-seksuaalisen-laehisuhdevakivallan-vaikutukset-psykososiaaliseen-hyvinvointiin-English-summary-Experiences-of-domestic-violence-and-connections-with-health-and-psychosocial-well.pdf

Heiskanen, M. & Ruuskanen, E. 2010. Tuhansien iskujen maa. Miesten kokema väkivalta Suomessa. Viitattu 20.01.2023. https://heuni.fi/documents/47074104/0/HEUNI+report+66_1.pdf/e7607489-75be-31e6-9eb8-4b2bb88c9879/HEUNI+report+66_1.pdf?t=1610020624756

Leinonen, R. 2018. Sisällönanalyysi. Viitattu 06.02.2023. <https://spoken.fi/sisallönanalyysi/>

Meritie, T. 2020. Vieraannuttaminen ja huoltokiusaaminen. Viitattu 31.01.2023. https://uus-perhe.fi/vieraannuttaminen_huoltokiusaaminen/

MIELI ry 2023a. Henkinen väkivalta satuttaa sisältäpäin. Viitattu 26.01.2023. <https://mieli.fi/vaikea-elamantilanne/vakivalta/henkinen-vakivalta-satuttaa-sisaltapain/>

MIELI ry 2023b. Keskusteluapua kriisivastaanotoilla. Viitattu 29.11.2023. mieli.fi/kriisikeskus-verkosto

Miessakit ry 2021. Mies ei aina tunnista väkivaltaa. Viitattu 19.01.2023. <https://www.hyvaksymys.fi/kurssi/miesten-kokema-parisuhdevakivalta-miessakit-ry/mies-ei-aina-tunnista-vakivaltaa/>

Miessakit ry 2023a. Viitattu 16.11.2023. <https://www.miessakit.fi/miessakit-ry/>

Miessakit ry 2023b. Toimintamuodot. Väkivaltaa kokeneet miehet. Viitattu 16.11.2023. <https://www.miessakit.fi/toimintamuodot/vakivaltaa-kokeneet-miehet/>

Naisten Linja 2023. Henkisellä parisuhdeväkivallalla merkittäviä kielteisiä vaikutuksia hyvinvointiin. Viitattu 14.11.2023. <https://naistenlinja.fi/henkisella-parisuhdevakivallalla-merkittavia-kielteisia-vaikutuksia/>

Nettiturvakoti 2023. Näin haet apua. Turvakodit. Viitattu 28.11.2023. <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/turvakodit/>

Nollalinja 2019. Henkinen väkivalta. Viitattu 20.01.2023. <https://nollalinja.fi/mika-on-vakivaltaa/henkinen-vakivalta/>

Nollalinja 2023. Viitattu 29.11.2023. <https://nollalinja.fi/>

Peitsalo, P., Pekkola, J. & Sarlin, T. 2017. Vaiettu väkivalta. Miesten kokema väkivalta sekä mahdollisuus avun hakemiseen ja saamiseen. Miessakit ry:n raportteja 2017:1. Viitattu 05.02.2023. https://www.miessakit.fi/wp-content/uploads/2021/12/Vaiettu-va%CC%88ki-valta_digi.pdf

Poliisi 2022. Lähisuhdeväkivalta. Viitattu 26.01.2023. <https://poliisi.fi/lahisuhdevakivalta>

Pääkaupungin turvakoti ry 2023. Lähisuhdeväkivaltatyön yksikkö. Viitattu 29.11.2023. <https://paakaupunginturvakoti.fi/lahisuhdevakivaltatyon-yksikko/>

Rikosuhripäivystys 2019. Digitaalinen väkivalta ja vaino. Viitattu 26.01.2023. <https://www.riku.fi/erilaisia-rikoksia/digitaalinen-vakivalta-ja-vaino/>

Smith, K. 2021. Invisible victims: when men are abused. Viitattu 29.11.2023. <https://psychcentral.com/blog/invisible-victims-when-men-are-abused>

Taloudellinen väkivalta 2023. Taloudellisen väkivallan muodot. Viitattu 28.11.2023. <https://taloudellinenvakivalta.fi/taloudellisen-vakivallan-muodot/>

THL 2022. Lähisuhdeväkivalta. Viitattu 26.01.2023. <https://thl.fi/fi/web/vakivalta/vakivallan-muodot/lahisuhdevakivalta>

Tilastokeskus 2023. Sukupuolistunut väkivalta ja lähisuhdeväkivalta Suomessa 2021. Viitattu 18.11.2023. https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/187737/sukupuolistunut_v%c3%a4kivalta_ja_l%c3%a4hisuhdev%c3%a4kivalta_suomessa_2021_-loppuraportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Väestöliitto 2023. Seksuaalinen häirintä ja seksuaaliväkivalta. Viitattu 29.11.2023. <https://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/seksuaalinen-hairinta-ja-seksuaalivakivalta/>

Yli-Räisänen, H. 2017. Miehet tukipalveluissa ja kapeasti käsitetty mieheys. Viitattu 13.11.2023. <https://www.riku.fi/rikosuhripaivystys/riku-lehti/riku-lehti-3-2017/miehet-tukipalveluissa-ja-kapeasti-kasitetty-mieheys/>

Julkaisemattomat

Siltala, H. 2022. Psykopodiaa-podcast. Jakso 86: Lähisuhdeväkivalta. Kuunneltu 25.01.2023

Liitteet

Liite 1: Sähköinen kysely	28
---------------------------------	----

Liite 1: Sähköinen kysely

Olen sosionomiopiskelija Laurea-ammattikorkeakoulussa, ja teen opinnäytetyötä aiheesta ”Miehiin kohdistuva henkinen väkivalta – kokemuksia avun saannista”. Kyseessä on hyvin tärkeä aihe, ja tavoitteeni on lisätä tietoisuutta miehiin kohdistuvasta henkisestä väkivallasta. Tämän opinnäytetyön myötä toivon myös, että väkivallan kokijoiden ja -tekijöiden sekä ammattilaisten olisi helpompi ymmärtää ilmiötä, ja mahdollisesti hyödyntää esille tulleita seikkoja koskien avun hakemista tai saamista. Vastauksesi ovat siis tutkimuksen kannalta todella arvokkaita.

Mikäli olet kokenut lähisuhteessasi henkistä väkivaltaa, ja olet hakenut siihen apua, olet kohderyhmääni.

Kysely sisältää sekä avoimia että monivalintakysymyksiä. Kyselyyn osallistuminen, ja kaikkiin kysymyksiin vastaaminen on vapaaehtoista. Kyselyn voit halutessasi keskeyttää milloin tahansa. Kyselyssä ei pyydetä vastaajan tunnistetietoja, ja jokainen vastaus käsitellään nimettömästi. Vastaukset hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

Vastaamalla tähän kyselyyn, annat suostumuksesi hyödyntää vastauksia opinnäytetyössäni.

Kiitos!

Kysymys 1.

Ikä:

- alle 18
- 18-28
- 29-39
- 40-50
- 50+
- En halua vastata

Kysymys 2.

Kenen toimesta kokemasi väkivalta on tapahtunut?

- entisen puolison
- nykyisen puolison
- perheenjäsenen
- muun sukulaisen
- muun läheisen
- jonkun muun, kenen?

Kysymys 3.

Kerro omin sanoin, miten henkisen väkivallan teot ilmenivät? (Henkinen väkivalta voi olla esimerkiksi toistuvaa nimittelyä, uhkailua, alistamista, kontrollointia, määrääilyä tai nöyryyttämistä.)

Kysymys 5.

Millaisia tunteita/ajatuksia se herätti?

Kysymys 6.

Miten päädyit hakemaan apua?

- Omasta tahdosta
- Jonkun muun kehotuksesta

Kysymys 7.

Oliko kynnys avun hakemiseen suuri?

Kysymys 8.

Mistä hait apua?

Kysymys 9.

Miten kuvailisit avun saatavuuden?

- Helposti saatavilla
- Vaikeasti saatavilla
- Jotain muuta, mitä?

Kysymys 10.

Miten koet tulleet kohdatuksi väkivallan kokijana?

Kysymys 11.

Koetko hyötynesi saamastasi avusta?

- Kyllä
- En
- Jotain siltä väliltä, mitä?

Kysymys 12.

Mikäli vastasit edelliseen kysymykseen ”en”, millaista tukea/apua toivoisit saavasi jatkossa?

Kysymys 13.

Onko sinulla jotain muuta, mitä haluaisit vielä kertoa kokemuksestasi?