

Valokuvan käyttö kriisityön tukena



Ellilä, Anne-Mari,

Hakuli, Jenni &

Pulkkinen, Susanna

LAUREA AMMATTIKORKEAKOULU
Laurea Hyvinkää

VALOKUVAN KÄYTTÖ KRIISITYÖN TUKENA

Ellilä, Anne-Mari
Hakuli, Jenni
Pulkinen, Susanna
SSB07SN
Maaliskuu 2011

Ellilä Anne-Mari
Hakuli Jenni
Pulkkinen Susanna

VALOKUVAN KÄYTTÖ KRIISITYÖN TUKENA

Vuosi	2011	Sivumäärä	77+1
-------	------	-----------	------

Perinteinen kriisityö on asiakkaan kuuntelua ja tämän kanssa keskustelua senhetkisessä kriisitilanteessa. Kriisityön tavoitteena on auttaa asiakasta pääsemään tilanteesta yli ja jatkamaan elämäänsä siten, että kriisi jää osaksi elämänhistoriaa, mutta ei enää vaikuta jokapäiväiseen elämään. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten valokuvaa voidaan käyttää kriisityön tukena ja apuna keskustelun ohella.

Opinnäytetyön työelämätilaajana toimii Lahden Seudun Kriisikeskus, jossa käytetään voimavara- ja ratkaisukeskeisiä työmenetelmiä ja tilanteeseen kulloinkin soveltuvia toiminnallisia menetelmiä. Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijät toivoivat itselleen tietoa valokuvan käytöstä ja työmenetelmää työskentelynsä tueksi, jossa apuna käytetään symbolisia valokuvia.

Valokuvaa on käytetty erityisesti terapiatyöskentelyssä ja uusin valokuvan terapeuttista voimaa hyödyntävä työmenetelmä on Miina Savolaisen kehittämä Voimauttava valokuva. Olemme tähän opinnäytetyöhön keränneet ja koonneet teoretietoa edellä mainituista aihealueista ja perehtyneet myös siihen, mitä valokuva merkitsee ihmisten elämässä. Tämän teoretiedon pohjalta ja sitä apuna käyttäen olemme luoneet Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijöille opuksen, jossa kerromme valokuvasta ja sen käytöstä. Lisäksi työstimme heille työskentelyrunkon, joka helpottaa kuvien käyttöä asiakastilanteessa. Olemme ottaneet myös erilaisia symbolisia valokuvia, joita työmme tilaaja voi hyödyntää asiakasprosessin eri vaiheissa. Opinnäytetyö on siis luonteeltaan toiminnallinen.

Opinnäytetyömme teoreettiseen viitekehykseen kuuluvat myös käsitteet parisuhde sekä roolit ja vallankäyttö parisuhteessa. Nämä käsitteet ovat keskeisiä tässä työssä, sillä valokuvia ja opusta on tarkoitus käyttää ja hyödyntää ensisijaisesti parisuhdekriisien kanssa työskennellessä. Teoreettiseen viitekehykseen tässä opinnäytetyössä kuuluvat luonnollisesti myös erilaiset kriisit, kriisityö ja kriisikeskusten toiminta. Näin saimme selkiytettyä sitä, minkälaisessa työssä ja minkälaisissa tilanteissa luomaamme materiaalia on tarkoitus käyttää.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli luoda kriisikeskuksen työntekijöitä parhaalla mahdollisella tavalla hyödyttävä työmenetelmä. Emme tämän opinnäytetyöprosessin aikana ole tutkineet ja selvittäneet sitä, kuinka luomamme työmenetelmä on toiminut käytössä tai onko siitä ollut apua työntekijöille ja ennen kaikkea asiakkaille. Tämän asian selvittäminen olisikin oiva aihe jonkun opiskelijan opinnäytetyölle tulevaisuudessa.

Avainsanat: kriisi, valokuva, valokuvan merkitys, voimautuminen, parisuhteen roolit ja vallankäyttö

Ellilä Anne-Mari
Hakuli Jenni
Pulkkinen Susanna

USE OF PHOTOGRAPHS TO SUPPORT CRISIS WORK

Year	2011	Pages	77+1
------	------	-------	------

Traditional crisis work consists of listening to and discussing with the client about his current situation. The purpose of crisis work is to help the client to overcome the situation and move on with his life. The purpose of this thesis was to find out how a photo could be used as a support and assistance to a conversation.

The study was commissioned by the crisis center of Lahti, in which they use resource- and solution- oriented work methods and other functional methods. The employees of the crisis centre hoped for themselves a new work method about photo and knowledge for how it can be used in support of their work. This thesis is a functional.

A photo has been used especially in therapy work but the newest form that utilizes the therapeutic force of photo is Miina Savolainen`s developed work method called The empowering photography. The theoretical part of the study consists of the above-mentioned subjects and of the significance that a photo has to a person. Based on theory we have created a booklet which consists of some theory of photo and how the photo can be utilized in crisis work. In addition of these we took symbolic photos, which employees can use when working with clients. The booklet and the symbolic photos are the concrete output of this thesis.

The theoretical part consists of analysis of the essential concepts of the study, such as intimate relationship, roles and use of authority in relationship. These are the essential concepts of this thesis, because the booklet and the photos are supposed to be used especially when working with couples. Crisis, crisis work and the function of crisis center were also essential concepts in this thesis.

The aim of this thesis was to create a work method which serves the employees of crisis center in the best possible way. The purpose of this thesis was not to find out how the work method, we created, works in general. That would be a great subject for further research in the future.

Keywords: crisis, photograph, significance of the photograph, empowerment, roles and use of the authority in relationship

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA, TARVE JA TAVOITTEET	8
3 TYÖN TILAAJA	11
3.1 Suomen mielenterveysseura ja Päijät-Hämeen mielenterveysseura	11
3.2 Lahden Seudun Kriisikeskus	12
4 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	14
5 KRIISITEOREETTINEN VIITEKEHYS	17
5.1 Kriisit	17
5.1.1 Kehityskriisit	18
5.1.2 Elämänkriisit	19
5.1.3 Traumaattiset kriisit	19
5.1.3.1 Sokkivaihe	20
5.1.3.2 Reaktiovaihe	21
5.1.3.3 Työstämis- ja käsittelyvaihe	21
5.1.3.4 Uudelleenorientoitumisen vaihe	22
5.2 Kriisityö ja sen tekeminen	22
5.3 Kriisikeskukset ja niiden historia	25
6 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET	27
6.1 Parisuhteen määrittelyä ja kriisit parisuhteessa	27
6.1.1 Roolit	31
6.1.2 Vallankäyttö	33
6.2 Luovat ja toiminnalliset menetelmät	39
6.3 Voimautumisen käsite	40
6.4 Kuvasta ja sen merkityksestä	41
6.5 Valokuvaterapia	43
6.6 Valokuva voimauttajana	44
6.6.1 Voimauttavan valokuvan menetelmä	45
6.6.2 Valokuvaterapian ja terapeuttisen valokuvan uranuurtajia ulkomailla	47
6.6.3 Spectro-kortit	48
7 OPUKSEN TYÖSTÄMISPROSESSI	50
7.1 Opuksen tekoprosessi	50
7.2 Kuvan kautta keskusteluun -opus	52
8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	69
LÄHTEET	73
LIITTEET	78

1 JOHDANTO

Jokainen ihminen kohtaa jossain elämänsä vaiheessa erilaisia kriisejä. Vaikka kriisi ei kohdaisikaan henkilökohtaisesti, on ihminen kuitenkin lähes päivittäin tekemisissä kriisien kanssa esimerkiksi työn, lähipiirin tai tiedotusvälineiden kautta. Ihmisillä on hyvin yksilölliset valmiudet kohdata kriisejä. Osa selviää kriisistä esimerkiksi ryhtymällä tekemään jotain konkreettista, kuten siivoamaan, rakentamaan tai hoitamaan keskeneräisiä asioita. Tällä tavoin ihminen pyrkii hakemaan järjestystä kaaokseen. Kun nämä edellä mainitut keinot eivät auta, ihminen saattaa tarvita läheistensä tai jonkun ulkopuolisen tukea. (Peura, Salokangas & Virtanen 1982, 13.)

Viime aikoina Suomessa ja maailmalla on tapahtunut paljon koko maailmaa syvästi koskettaneita tapahtumia, esimerkiksi kouluammuskeluja, luonnonkatastrofeja, terrori-iskuja ja liikenneonnettomuuksia. Nämä tapahtumat ovat nostaneet vahvasti esille kriisityön merkityksen. Kriisityölle on olemassa selkeä tarve ja kysyntä. Kriisityön on nyky-yhteiskunnassa kehittyttävä ja sopeuduttava nopeasti uusiin tilanteisiin. Tämä edellyttää myös uusien työskentelymallien kehittämistä ja käyttöä vaihtelevissa kriisitilanteissa asiakkaan tarpeen mukaan.

Kriisi ei kuitenkaan välttämättä ole aina ole näin suuri ja mullistava tapahtuma, vaan kriisin käsitteeseen sisältyy myös pienemmässä mittakaavassa olevia yksilöä ja tämän läheisiä koskettavia kriisejä. Nämä kriisit ovat luonnollinen osa ihmisen elämänkulkua ja kehitystä. Kriisitilanne voi syntyä sekä kielteisistä että myönteisistä elämänsä tapahtumista (Ruishalme & Saaristo 2007, 26). Näitä tapahtumia voivat olla muun muassa työuupuminen, synnytys, irtisanominen ja avioero.

Perinteinen kriisityö kriisikeskuksissa on pääasiallisesti keskustelua kriisin kohdanneen henkilön kanssa ja kriisitilanteen läpikäymistä asiakkaan kanssa. Kriisityössä on kuitenkin mahdollista hyödyntää myös erilaisia toiminnallisia menetelmiä, joiden avulla työskentelyä on mahdollista syventää ja laajentaa. Toiminnallisia menetelmiä on myös helppo toteuttaa kriisityössä pieninkin resurssein ja ilman sen laajempaa koulutusta, kunhan perusasiat menetelmistä ovat hallussa.

Tämän opinnäytetyön tilaajana on Lahden Seudun Kriisikeskus. Kriisikeskuksen työntekijöiden keskuudessa on noussut esille tarve löytää uusi työmenetelmä keskustelun ohelle erilaisiin asiakastilanteisiin. Erityisesti uusia työmenetelmiä ja -välineitä työmme tilaaja toivoo parisuhdekriisien parissa työskentelyyn, sillä parisuhdeasioiden vuoksi kriisikeskukseen hakeutuvien asiakkaiden määrä on lisääntynyt ja työntekijät kokevat näiden asioiden parissa työskentelyn haastavimmaksi.

Yhdessä opinnäytetyön tilaajan kanssa päädyttiin siihen, että työn peruslähtökohtana on luoda uusi työmenetelmä kriisikeskuksen työntekijöiden käyttöön, jossa hyödynnetään valokuvaa ja sen voimauttavia elementtejä. Juuri valokuvan käytön mahdollisuuksiin kriisityössä päädyimme perehtymään oman kiinnostuksemme ja työmme tilaajan toiveesta. Halkolan, Mannermaan, Koffertin ja Koulun (2009, 10) mukaan joidenkin on vaikea ilmaista itseään sanallisesti, joten he hyötyvät valokuvien käytöstä. Valokuva on tie ihmisen tunteisiin ja kokemuksiin. Valokuvat puhuvat ja niiden avulla on myös luontevaa puhua vaikeistakin asioista. (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 10.) Tutkimusongelmamme on miten valokuvaa voidaan hyödyntää yhtenä toiminnallisena menetelmänä kriisityössä keskustelun ohella ja tukena. Tähän tutkimusongelmaan opinnäytetyössämme haetaan vastausta.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön konkreettisena tuotoksena on opus, johon on koottu ajankohtaista tietoa valokuvan käytöstä voimauttavana välineenä ja luotu sovellettavissa oleva työskentelyrunko valokuvan käytöstä kriisityön tukena. Opuksen lisäksi konkreettiseen tuotokseen kuuluvat myös itse ottamamme valokuvat. Nämä valokuvat on suunniteltu ja otettu siten, että ne soveltuvat erityisesti parisuhdekriisien parissa työskentelyyn. Kriisikeskuksen asiakkaana on usein parisuhdekriisin kohdanneita yksilöitä ja toisinaan myös pariskuntia yhdessä. Opus ja ottamamme valokuvat on tarkoitettu ainoastaan Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijöiden käyttöön.

Rakenne tähän opinnäytetyöhön on muodostunut oman kiinnostuksemme ja työmme tilaajan kanssa yhteistyössä. Opinnäytetyömme alku rakentuu teoriaosuudesta. Teoriaosuuden keskeisiä aihealueita ovat kriisit, kriisityö, voimautuminen, valokuva voimauttajana ja parisuhteen roolit sekä vallankäyttö parisuhteessa. Opinnäytetyömme edetessä siirrymme kuvaamaan toiminnallista osuutta eli opuksen ja valokuvien työstämisprosessia. Tämän jälkeen opinnäytetyössämme on myös Lahden Seudun Kriisikeskukselle osana opinnäytetyöprosessiamme tehty ja kirjoitettu opus. Päättämme opinnäytetyömme tekstiosuuden johtopäätöksiin ja pohdintaan. Opinnäytetyössä on lopussa vielä liitteenä juuri tätä työtä ja työmme tilaajaa varten otetuista ja asiakastilanteisiin käyttöön tulevista valokuvista muutama esimerkkikuva.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA, TARVE JA TAVOITTEET

Tämä opinnäytetyö ja sen aihe on saatu toimeksiantona Lahden Seudun Kriisikeskukselta. Yksi ryhmämme jäsenistä on aiemmin opintojen puitteissa suorittanut työharjoittelujakson tähän kyseiseen työyksikköön ja jo tuolloin käytiin keskustelua siitä, olisiko kriisikeskuksella tarvetta joko tutkimukselle tai käytännön toteutukselle ja tätä kautta mahdollisuus tarjota jokin aihe opinnäytetyölle, kun sen tekeminen tulee ajankohtaiseksi. Tämän pohjalta ryhmämme otti yhteyttä Lahden Seudun Kriisikeskukseen ja opinnäytetyötä ja sen aihetta sekä sisältöä ryhdyttiin yhdessä suunnittelemaan.

Kriisikeskuksen työntekijöiden toiveena on saada itselleen työn tueksi uusi työmenetelmä, jota on helppo käyttää jokapäiväisessä työskentelyssä ja joka ei vaadi mittavia resursseja tai pitkäkestoista koulutusta. Työntekijät kaipaavat erityisesti menetelmää, joka sopii parisuhde-kriisien kanssa työskentelyyn, oli asiakkaana sitten parisuhdeongelmien vuoksi kriisikeskukseen yksin hakeutuva tai pariskunta yhdessä. Työmenetelmää parisuhdeasioiden parissa työskentelyyn toivotaan siksi, että parisuhdeasioiden vuoksi kriisikeskukseen hakeutuvien määrä kokonaisasiakasmäärästä on jopa 36 % ja kriisityöntekijät kokevat, että tällaiset asiakastapa-ukset ovat usein niitä haastavimpia. Se, että työntekijät toivovat uutta työmenetelmää, sopii yhteen ryhmämme toiveen kanssa tehdä toiminnallinen opinnäytetyö ja luoda konkreettinen tuotos, jonka lähtökohtana on työelämästä nouseva tarve. Konkreettinen tilaaja, tarve ja tuotos antavat mielestämme hyvän motivaatiota työskentelyyn.

Opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa meille ehdotettiin, että tekisimme joko valokuvan tai kirjoittamisen käytön mahdollistavan työmenetelmän. Aluksi pohdimme, että tekisimme molemmista menetelmistä työskentelymallin, sillä molemmat olivat hyvin mielenkiintoisia aihe-alueita. Pohdinnan ja keskustelujen jälkeen päädyimme kuitenkin keskittymään ainoastaan toiseen näistä aiheista eli valokuvan käyttöön kriisityössä. Täten aiheen rajaus helpottuu ja saamme tehtyä kattavamman ja monipuolisemman kokonaisuuden, joka palvelee toimeksiantajaamme parhaalla mahdollisella tavalla.

Vaikka valokuvalla on vahva, henkilökohtainen ja ilmaisullinen luonne, valokuvia ei ole systemaattisesti ja terapeuttisesti käytetty kovinkaan kauaa. Valokuvaterapian kehitys on alkanut 1970-luvun lopulla. Valokuvia on käytetty psyko- ja taideterapiassa. Valokuvan avulla voidaan lisätä itsetuntemusta, tarkastella ja kehittää vuorovaikutussuhteita sekä parantaa yhteisöllisyyttä. (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 9-10.) Valintaamme siitä, että luomme uuden työmenetelmän juuri valokuvan käytön mahdollisuuksista, vaikuttivat edellä kuvatut asiat. Valokuvan käyttö on vielä uutta ja valokuvien käytön mahdollisuudet eivät riittävästi ole lyöneet itseään läpi sosiaalialan työssä. Valokuvan käytöstä ilman terapiapainotetta ei ole

paljon kirjallisuutta, joten tällä opinnäytetyöllä tulemme tekemään sellaisen työmenetelmän, jollaista ei tiettävästi ole laajassa käytössä kriisityössä tai sosiaalialalla ylipäänsä.

Opinnäytetyömme keskeisimpänä tavoitteena on hahmottaa valokuvan käytön mahdollisuuksia yhtenä kriisityön menetelmänä ja tuottaa työn tilaajaa palveleva opus, jossa on teoretietoa sekä työskentelyrunko, joka sisältää sovellettavissa olevia ohjeita. Opuksen tehtävänä on olla vaihtoehtoinen työmenetelmä kriisityössä käytettäväksi keskustelun ohella. Opuksen lisäksi kriisikeskuksen työntekijät toivoivat valmiita valokuvia, joita he voivat hyödyntää työssään. Tarkoituksenamme on itse valokuvata erilaisia asioita, kuten maisemia, esineitä ja asioita. Otamme valokuvat itse, jotta meidän ei tarvitse pohtia tekijänoikeuksia ja saamme kuvista sellaiset, jotka palvelevat tarkoitustaan parhaiten. Kuvat on tarkoitus teettää ja laminoida, jotta ne ovat heti valmiita käytettäväksi ja kestävät käyttöä. Kun tämä opus ja kuvat ovat valmiit, luovutamme ne Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijöiden käyttöön. Tekijänoikeudet pysyvät meillä ja työmme eteenpäin luovuttaminen tai kopioiminen tapahtuu ainoastaan meidän luvallamme.

Tekemämme opus ja ottamamme valokuvat tulevat olemaan kriisityöntekijöiden tukena keskustelun ohella. Työskentelyrunгон ja valokuvien on tarkoitus olla vaihtoehtoinen työmenetelmä kriisityöntekijöille, jota jokainen työntekijä soveltaa omaan työhönsä oman intuitsionsa ja ammattitaitonsa pohjalta. Kriisityöntekijän vastuulle jää arvioida, kenen kanssa kuvia on järkevää käyttää ja osata lopettaa kuvien käyttö, jos tilanne niin vaatii.

Haluamme tällä opinnäytetyöllä myös innostaa sosiaalialan ammattilaisia luovien menetelmien käyttöön omassa työssään ja kumota sellaisen ajattelumallin, ettei toiminnallisia menetelmiä voi käyttää ilman pitkää ja laajaa koulutusta. Pohjana luovien ja toiminnallisten menetelmien käytölle riittää työntekijän ammatillinen sosiaali-, terveys- tai kasvatusalan ammattipätevyys (Halkola 2009a, 15).

Opinnäytetyömme aihevalintaan ja kontaktin ottamiseen toimeksiantajaamme vaikutti suuresti ryhmämme sisällä oleva yhteinen kiinnostus kriisityöhön. Haluamme saada lisää ja syventää jo olemassa olevaa tietoa kriisityöstä opinnäytetyömme kautta. Huolimatta siitä, työskenteleekö vanhusten, lasten vai aikuisten parissa, kriisit ja kriisityö ovat väistämättä osa työskentelyä. Kriisit ovat jollain tasolla osa jokaisen elämää, joten sosiaalialan ammattilaisella on oltava vähintäänkin perusvalmiudet kohdata kriisissä oleva asiakas. Mielenkiintoinen ja tärkeä kokemus aihevalinta onkin Hakalan (1998, 44) mukaan opinnäytetyön tekijälle oivallinen motivaation lähde.

Pyrimme saavuttamaan opinnäytetyössämme asetetut tavoitteet tutustumalla mahdollisimman kattavasti saatavilla olevaan, mahdollisimman ajankohtaiseen teoretietoon. Tavoittei-

den toteutumiseen voimme vaikuttaa myös siten, että kysymme vinkkejä ja mielipiteitä työstämme eri tahoilta. Tavoitteisiin pääsemme myös pitkäjänteisellä ja suunnitelmallisella työkentelyllä.

3 TYÖN TILAAJA

Teemme opinnäytetyötämme Lahden Seudun Kriisikeskukselle, joka on Päijät-Hämeen Mielen-terveysseuran yksi keskeisimmistä palveluntarjoajista ja toimintamuodoista. Päijät-Hämeen Mielen-terveysseura on yksi Suomen mielen-terveysseuran jäsenjärjestöistä. Kerromme ensin lyhyesti Suomen mielen-terveysseuran ja Päijät-Hämeen Mielen-terveysseuran toiminnasta, jonka jälkeen kerromme toisessa tämän kappaleen alaluvussa tarkemmin varsinaisesta työmme tilaajasta Lahden Seudun Kriisikeskuksesta. Tämän kappaleen tiedot ovat tulleet pääasiallisesti ryhmämme yhden jäsenen suorittaman työharjoittelujakson kautta, kun harjoittelujakson aikana yksi ryhmäläisistämme tutustui kriisikeskuksessa oleviin tilastoihin ja muuhun kirjalliseen materiaaliin ja kävi keskustelua tämän toimipaikan työntekijöiden kanssa työmuodoista ja toiminnasta yleensä. Tämän lisäksi tässä kappaleessa lähteenä on käytetty myös Suomen mielen-terveysseuran ja Lahden Seudun Kriisikeskuksen Internet-sivuja sekä Lahden Seudun Kriisikeskuksesta saatua kirjallista esitettä, joka on ensisijaisesti tarkoitettu tiedotteeksi yhteistyötahoille.

3.1 Suomen mielen-terveysseura ja Päijät-Hämeen mielen-terveysseura

Suomen mielen-terveysseura perustettiin vuonna 1897 ja se on maailman vanhin vapaaehtoinen mielen-terveysjärjestö. Seura kehittää ennaltaehkäisevää mielen-terveystyötä, psyykkistä hoitoa ja kuntoutusta sekä muita mielen-terveyspalveluja. Mielen-terveysseuran toiminta perustuu mielen-terveyden ymmärtämiseen yksilön ja yhteiskunnan voimavarana. Seura korostaa mielen-terveyden edistämistä ja tukemista sekä ennaltaehkäisevän työn merkitystä niin yksilön, yhteisön kuin yhteiskunnan tasolla. Suomen mielen-terveysseuran alaisuudessa toimii 17 kriisikeskusta eri puolilla Suomea, 54 paikallista mielen-terveysseuraa, 36 jäsenyhdistystä ja noin neljä tuhatta henkilöjäsentä. Lain mukaan Suomessa kriisihoidon järjestäminen on kuntien vastuulla. Kriisityönkentällä on myös järjestöjä, jotka tukevat ja täydentävät julkisia palveluja. Suomen Mielen-terveysseura on ammatillista kriisityötä tarjottavista järjestöistä merkittävin. (Ollikainen 2009, 17-18.)

Päijät-Hämeen mielen-terveysseura on yksi Suomen mielen-terveysseuran paikallisista mielen-terveysseuroista. Päijät-Hämeen mielen-terveysseura on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton järjestö ja se edistää alueensa hyvinvointia mielen-terveyden osalta sekä tuottaa ja kehittää erilaisia ennaltaehkäisevän mielen-terveystyön palveluita. Päijät-Hämeen mielen-terveysseura kouluttaa vapaaehtoisia tukihenkilöitä, tekee yhteistyötä, kehittää ja tuottaa palveluita, konsultoi, tiedottaa sekä tuottaa mielen-terveysaineistoja. Lahden Seudun Kriisikeskus kuuluu tämän alaisuuteen ja onkin Päijät-Hämeen mielen-terveysseuran tärkein toimija.

3.2 Lahden Seudun Kriisikeskus

Lahden Seudun Kriisikeskus aloitti toimintansa vuonna 1985. Toiminnan alkaessa paikka tunnettiin nimellä Kriisikeskus Lahden SOS -palvelu ja se oli Helsingin SOS -palvelun sivupiste. Toiminta käynnistyi yhden palkatun kriisityöntekijän ja 30 vapaaehtoisen kriisipuhelinpäivystäjän voimin. Itsenäisen kriisikeskuksen toiminta edellytti omaa yleis- ja taloushallintoa, joten Lahteen perustettiin vuonna 1992 Päijät-Hämeen mielenterveysseura, jonka osaksi kriisikeskus siirtyi. Kriisikeskus Lahden SOS -palvelu nimi muutettiin vuonna 2009 Lahden Seudun Kriisikeskukseksi ja tällä hetkellä paikassa työskentelee toiminnanjohtaja ja neljä kriisityöntekijää.

Lahden Seudun Kriisikeskuksen painopiste on ammatillisella kriisityöllä ja ensisijaisena työmuotona on henkilökohtainen asiakastyö. Asiakstapaamisia saman asiakkaan kanssa on tilanteesta riippuen yhdestä kymmeneen kertaan ja kriisityöntekijä arvioi koko ajan yhdessä asiakkaan kanssa tuen tarvetta. Tämän lisäksi kriisityöntekijät tekevät Tukinet-työtä, joka on Internetissä tapahtuvaa auttamista ja ohjaamista erilaisissa kriisitilanteissa kirjoittamisen välityksellä. Ammatillisen kriisityön lisäksi kriisikeskus käyttää täydentävänä toimintamuotona vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoistyöhön pääsee haastattelun ja tukihenkilötoiminnan peruskoulutuksen kautta. Kriisikeskuksen muita vakiintuneita toimintoja ovat debriefing-toiminta eli esimerkiksi onnettomuustilanteen jälkipuinti, tiedotus, koulutus, teemaluennot, erilaiset tapahtumat, työnohjaus ja kriisipuhelinpäivystys. Kriisikeskus ei tarjoa lääkäripalveluita, mutta palvelun yhdistäminen muiden toimijoiden kanssa on mahdollista tai asiakas voidaan työntekijöiden toimesta ohjata oikean avun piiriin.

Kriisityössä käytetään ratkaisu- ja voimavarakeskeisiä työmenetelmiä sekä erilaisia, tilanteeseen kulloinkin soveltuvia toiminnallisia työmenetelmiä. Ratkaisukeskeisessä työmenetelmässä keskitytään pääasiallisesti tulevaisuuden tarkasteluun, mutta ei menneisyykseen ole kielletty puheenaihe. Menneisyydestä puhuminen saattaa olla rohkaisevaa, jos aiemmat tapahtumat nähdään kasvattavina kokemuksina ja voimavaroina. Tällaisessa työskentelyssä asiakas halutaan saada huomaamaan omat voimavaransa, vahvuutensa ja asiakkaalla itsellään on avaimet ongelman ratkaisemiseksi. (Lehtonen 2008, 144.) Kriisikeskuksen toiminta on ihmisen kokonaisvaltaista auttamista erilaisissa vaikeuksissa ja kriiseissä. Pääperiaatteena on avun antaminen nopeasti, joustavasti ja maksutta. Asiakkaalla on myös oikeus pysyä nimettömänä niin halutessaan eikä asiakkaista pidetä rekisteriä. Erityisen tärkeää on myös asiakkaan ja työntekijän luottamuksellinen suhde.

Lahden Seudun Kriisikeskus on tarkoitettu yli 18-vuotiaille ihmisille. Kriisikeskus tarjoaa palveluita yhteensä 14 kunnalle, joita ovat Lahti, Asikkala, Heinola, Hollola, Hämeenkoski, Myrskylä, Nastola, Orimattila, Padasjoki, Sysmä, Hartola, Iitti, Kärkölä ja Pukkila. Kriisikeskuksen

kohderymänä on elämäntilannekriisejä kokeneet ihmiset. Kriisikeskukseen voi ottaa yhteyttä, kun kohtaa esimerkiksi parisuhteessaan väkivaltaa tai joku läheinen kuolee. Kriisikeskuksen toiminnan rahoitus tulee kolmelta eri taholta: Raha-automaattiyhdistykseltä, ostopalvelukunnilta tai niiden muodostamalta kuntayhtymältä sekä opiskelijoiden ohjauksesta, työnohjauksesta, koulutuksesta ja erilaisista tapahtumista.

Lahden Seudun Kriisikeskuksen merkitys paikallisessa sosiaali- ja terveystaloudessa on merkittävä. Kriisikeskuksen toiminta on ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä, jota ilman ihmisten mielenterveysongelmat tulisivat todennäköisesti lisääntymään entisestään ja julkisen puolen palvelujärjestelmä tukkeutuisi entistä pahemmin. Kriisikeskuksen antama apu ja tuki erilaisissa kriisitilanteissa auttaa ihmisiä säilyttämään tunteen omasta elämänhallinnasta ja löytämään erilaisia keinoja tilanteista selviytymiseen, kun omat, aikaisemmat keinot tilanteesta selviämiseen ovat riittämättömät.

Lahden Seudun Kriisikeskuksen tarkoitus on tarjota mielenterveystyötä täydentäviä palveluita. Tässä toimipaikassa ihmisen on mahdollista kriisityöntekijän kanssa yhteistyössä löytää itselle sopivat ratkaisut ja toimintatavat, joiden avulla selviytyä kohdatusta kriisistä. Kriisit tulee käsitellä, jotta ihminen voi jatkaa elämäänsä ja säilyttää mielenterveytensä, joka on kriisin yhteydessä järkkynyt.

Lahden Seudun Kriisikeskus täydentää julkisen sektorin tarjoamia palveluja. Lahden Seudun Kriisikeskuksen toiminta rahoitetaan pääosin Raha-automaattiyhdistykseltä saatavilla rahoilla, joten toiminnan rahoitus ei aina ole niin vakaata kuin julkisen sektorin palveluiden rahoitus. Julkisen puolen palvelut rahoitetaan veroilla, joita jokainen maksaa, mutta Kriisikeskuksen palvelut ovat asiakkaalle aina täysin maksuttomia ja rahoitus toiminnan ylläpitoon tulee muita reittejä. Avun maksuttomuus tässä toimipaikassa onkin todella tärkeää ja kynnys avun hakemiseen ei ole niin suuri, kun apu on taattu tuloista ja muista sosiaalista asemaa määrittävistä asioista huolimatta.

Lahden Seudun Kriisikeskuksen omien tilastojen mukaan vuonna 2009 asiakasyhteydenottoja oli 1778. Näistä yhteydenotoista puheluita oli 125, tapaamisia kriisikeskuksessa 916, tapaamisia muualla 14 ja Internetissä toimivan Tukinet-palvelun kautta 746. Suurin osa asiakkaista oli työikäisiä eli 18-64-vuotiaita ja ensisijainen yhteydenoton aihe oli parisuhdeongelmat. Tämän aihepiirin yhteydenottoja Lahden Seudun Kriisikeskukseen tuli vuoden 2009 tilastojen perusteella 632. Muita yleisimpiä yhteydenoton syitä olivat muun muassa perhesyyt, masennus/uupumus/ahdistus sekä kuolemaan liittyvät kysymykset. Yli puolet näistä asiakasyhteydenotoista vaati jatkotoimenpiteitä. (Lahden Seudun Kriisikeskuksen tilastot.)

4 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehtoinen tapa ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle eli kvalitatiiviselle tai kvantitatiiviselle opinnäytetyölle. Toiminnallisella opinnäytetyöllä tavoitellaan omalla ammatillisella työkentällä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista tai toiminnan järjestämistä. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla alasta hieman riippuen esimerkiksi ammatilliseen käyttöön suunnattu ohje tai ohjeistus. Toteutustapana voi olla kohde-ryhmästä riippuen esimerkiksi kirja, kansio tai cd-rom. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla myös jonkin tapahtuman järjestäminen, esimerkiksi messuosaston tai konferenssin järjestäminen. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.)

Opinnäytetyömme on luonteeltaan toiminnallinen, sillä tarkoituksenamme on tehdä työmme tilaajalle ohjeistus valokuvan käytöstä kriisityössä perinteisen keskustelun ohella ja tukena. Toiminnallisen opinnäytetyöstämme tekee myös se, että otamme tämän ohjeistuksen ohelle valokuvia, joita työntekijät voivat hyödyntää työssään tilanteen ja tarpeen mukaan.

Ammattikorkeakoulussa tehtävän toiminnallisen opinnäytetyön toteutuksessa tärkeää on se, että siinä yhdistyy käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.) Ammattikorkeakoulutasoisessa toiminnallisessa opinnäytetyössä ei riitä pelkästään toteutettu tapahtuma, tuote tai ohjeistus. Opinnäytetyössään opiskelijan on osoitettava kykyä yhdistää teoreettiset tiedot oman ammattialan käytäntöön. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on syytä käyttää oman alan teoretiedosta nousevaa tarkastelutapaa valintoihin ja niiden perusteluun. Myös toiminnallisessa opinnäytetyössä on osoitettava, mihin alan näkemykseen, käsitteisiin tai tietoperustaan nojaten opinnäytetyön sisällölliset valinnat on tehty. Hyvä tietoperusta eli aiheeseen liittyvä teoria ja käsitteiden määrittely auttavat opinnäytetyön tekemistä. (Vilka & Airaksinen 2003, 41-43.)

Toiminnallisen opinnäytetyömme aihealueeseen ei löydy suoranaista, juuri tätä aihetta käsittelevää teoretietoa tai aikaisempia tutkimuksia. Olemme valinneet opinnäytetyömme teoreettisen viitekehyksen siten, että teoretieto pohjustaa ja tukee opinnäytetyömme pääaihealueita. Opinnäytetyömme aihetta lähimpänä oleva teoretieto liittyy valokuvan merkitykseen, valokuvaterapiaan ja voimauttavan valokuvan menetelmään. Olemme kartoittaneet näihin aihealueisiin liittyvää teoriaa ja niiden pohjalta lähteneet työstämään ja luomaan tämän opinnäytetyön kautta uutta työmenetelmää, jossa hyödynnetään valokuvan terapeuttista voimaa kriisityössä ilman terapiakoulutusta. Opinnäytetyömme teoriaosuuteen olemme näiden aiheiden lisäksi koonneet teoretietoa myös kriiseistä, kriisityöstä ja kriisikeskuksista. Tähän ratkaisuun päädyimme, koska ne ovat luomamme työmenetelmän käytön taustalla. Lisäksi tarkastelemme parisuhteen käsitettä sekä kriisejä, rooleja ja vallankäyttöä parisuh-

teessa, sillä Lahden Seudun Kriisikeskuksen asiakkaista suuri osa hakeutuu asiakkaaksi parisuhdeongelmien vuoksi. Parisuhdeongelmat ja -kriisit juontuvat usein epäselvistä rooleista ja odotuksista sekä vääristyneestä vallankäytöstä, joten tämän vuoksi opinnäytetyöhömmä on otettu myös nämä käsitteet. Lisäksi käsittelemme teoriaosassa hieman myös luovien ja toiminnallisten menetelmien käsitettä, sillä sellainen on opinnäytetyömme konkreettinen tuotos.

Hyvä toiminnallisen opinnäytetyön aihe on sellainen, joka nousee opinnoista ja aihe on sellainen, jonka avulla voi luoda yhteyksiä työelämään, pitää yllä suhteita aiempiin työharjoittelupaikkoihin ja syventää tietoja ja taitoja itseä kiinnostavasta aiheesta (Vilka & Airaksinen 2003, 16). Ammattikorkeakoulun opinnäytetyön tulisi mielellään olla työelämälähtöinen ja käytännönläheinen sekä kattavalla tavalla oman ammattialan tietojen ja taitojen hallintaa osoittava (Vilka & Airaksinen 2003, 10).

Yksi ryhmämme jäsenistä on suorittanut toisen vuoden opintojen aikana työharjoittelujakson Lahden Seudun Kriisikeskuksessa. Jo tällöin oli puhetta, olisiko heillä tarjota jokin opinnäytetyöaihe. Asiaan palattiin, kun opinnäytetyöprosessin aloittaminen tuli ajankohtaiseksi ja keskustelujen kautta toiminnallisen opinnäytetyön aihe löytyi ja varmentui. Saamamme opinnäytetyön aihe oli todella mielenkiintoinen ja kiinnostustamme vastaava. Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä toteutuvat siis useat hyvän toiminnallisen opinnäytetyön kriteerit, joita edellisessä kappaleessa on mainittu.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä on hyvä, jos opinnäytetyölle löytää konkreettisen toimeksiantajan. Tällä tavoin opiskelijan on mahdollista näyttää omaa osaamistaan laajemmin ja herättää työelämän kiinnostus itseä kohtaa sekä löytää mahdollisesti työpaikka eli luoda suhteita työelämään. (Vilka & Airaksinen 2003, 16.) Vilkan ja Airaksisen (2003, 17) kokemuksen mukaan toimeksiannettu opinnäytetyö myös lisää vastuuntuntoa ja opettaa projektinhallintaa, johon kuuluu suunnitelmien tekeminen, toimintaehdot ja tavoitteet, aikataulun mukaan toimiminen ja tiimityöskentely. Toiminnallisessa opinnäytetyössä, jolla on tietty toimeksiantaja, piilee myös se vaara, että opinnäytetyöaihe laajenee suuremmaksi kuin esimerkiksi ammattikorkeakoulun asettamat opintopistemäärät vaatisivat. Ennen työn aloittamista onkin hyvä miettiä niin toimeksiantajan kuin opinnäytetyön ohjaajan kanssa, voiko toteuttaa toimeksiannon sellaisenaan, jos toimeksiantaja ei esimerkiksi ole valmis rajaamaan aihetta. (Vilka & Airaksinen 2003, 18.) Opinnäytetyön alusta 80 % onkin Juha Hakalan (1998, 39-40) mukaan pelkkää aiheen rajaamista ja 1-3 kysymyksen muotoilemista, joihin opinnäytetyöllä halutaan saada vastaus.

Toiminnallisen opinnäytetyömme aihe on saatu suoraan työelämästä ja konkreettiselta toimeksiantajalta. Työn aihe on suunniteltu ja sovittu yhteistyössä Lahden Seudun Kriisikeskuk-

sen työntekijöiden kanssa. Koemme, että konkreettinen toimeksiantaja ja työelämän tarpeesta noussut aihe on nostanut motivaatiotamme ja vastuuntuntoamme tehdä tätä opinnäytetyötä, kuten aiemmassa kappaleessa on esitetty tapahtuvan, kun työllä on konkreettinen toimeksiantaja. Olemme tämän työn tekemisen puitteissa tehneet suunnitelmia ja aikataulutuksia työn tekemiselle ja koemme, että tämän työn tekeminen on opettanut meille toimimaan ja työskentelemään yhdessä sovittujen asioiden mukaisesti. Tässä opinnäytetyöprosessissa oli vaarana tapahtua myös se, mistä aikaisemmassa kappaleessa mainittiin eli työmme aihe oli laajeta suuremmaksi kuin ammattikorkeakoulun asettamat opintopistemäärät vaativat. Saimme tämän asian kuitenkin hyvin sovittua yhdessä työmme tilaajan kanssa siten, että molemmat osapuolet olivat tyytyväisiä ja opinnäytetyön aihe ja rajaukset vastaavat käytettävissä olevia resursseja. Aiheen rajaaminen ja kysymysten asettelu veivät kuitenkin jonkin verran aikaa, mutta hyvän rajaamisen ja suunnittelun pohjalta työtä oli helppo lähteä toteuttamaan. Opinnäytetyömme aloittaminen vastasikin siis hyvin Juha Hakalan edellä olevassa kappaleessa kuvausta siitä, mitä opinnäytetyöprosessin alkumetrit ovat.

Ryhmämme toiminnallisen opinnäytetyön konkreettisena tuotoksena ovat teoriasta ja ohjeistuksista koostuva opus ja teetetyt valokuvat. Tällaista painotuotetta tehtäessä on Vilkan ja Airaksisen (2003, 52-53) mukaan hyvä pohtia muun muassa tuotteen kokoa, kustannuksia, lähdemateriaalin ajankohtaisuutta ja todenperäisyyttä sekä kohderyhmää, jonka käyttöön lopullinen tuotos on tulossa. Olemme pyrkineet tässä toiminnallisessa opinnäytetyössämme siihen, että käyttämämme teorian tieto ja lähdemateriaali ovat mahdollisimman tuoreita, ajankohtaisia ja todenmukaista tietoa tarjoavaa. Teoriatiedon ajankohtaisuuteen on tämän työn aikana helppo päästä, sillä opinnäytetyömme pääaihe, terapeutin ja voimauttava valokuva, ovat suhteellisen uusia käsitteitä ja vähän käytettyjä menetelmiä sosiaalialalla, joten kaikki aiheesta oleva tieto on melko uutta. Olemme työmme aikana myös pohtineet sitä, mikälaisen työympäristöön luomamme työmenetelmä ja ottamamme valokuvat ovat tulossa. Työmme konkreettisen tuotoksen käyttö tapahtuu kriisikeskuksen työntekijöiden toimesta, joilla on jo laajalti aikaisempaa koulutusta ja työkokemusta. Nämä laajat ja monipuoliset pohjatiedot helpottavat konkreettisen tuotoksen tekemistä, kun pohjatiedot tietyistä aiheista ovat jo olemassa.

5 KRIISITEOREETTINEN VIITEKEHYS

Opinnäytetyömme keskeisin teoriaosuus koostuu kriiseistä, kriisityöstä ja parisuhteen rooleista ja vallankäytön kuvaamisesta parisuhteissa. Lisäksi kokoamme teoriaa valokuvan käytöstä voimauttavana elementtinä kriisityössä keskustelun ohella. Tässä kappaleessa käsittelemme ainoastaan kriisityötä ja kriisin käsitettä, sillä se on työmme peruslähtökohta. Tällä tavoin saamme selkiytettyä, minkälaista työskentely kriisikeskuksessa on ja mitkä työn lähtökohdat ovat.

5.1 Kriisit

Vuonna 1943 Bostonissa syttyi yökerhossa tulipalo, jossa sai surmansa 490 ihmistä. Tulipalosta selviytyneitä sekä uhrien omaisia hoiti lääkäri Erich Lindeman ja hän huomasi ihmisten yrittävän sopeutua uuteen tilanteeseen. Keskustelu antoi heille tilaisuuden jakaa kokemuksiaan. Hän kirjoitti havainnoistaan kirjan, jossa hän kuvasi surua psyykkiseksi kriisiksi, joka on äkillisesti alkava stressioire, kestää hetken ja on hoidettavissa muutaman terapeuttisen keskustelun avulla. Ammattiauttajat voivat auttaa ihmisiä käymään läpi kokemuksiaan ja siten estämään kriisi psykopatologiset seuraukset. Kriisiteorian kehittymisen katsotaan alkaneen näistä tapahtumista. (Samulin 2007, 12-13.)

Käsite kriisi tulee Cullbergin mukaan kreikan kielen sanasta *krisis*, joka ensisijaisesti merkitsee ratkaisevaa käännettä. Sanan *krisis* voidaan kääntää myös sanoilla *tuomio*, *ratkaisu*, *valinta*, *murros* ja *käännekohta*. (Samulin 2007, 13.) Kriisillä tarkoitetaan tilannetta, jossa aiemmat kokemukset ja keinot eivät riitä ongelmanratkaisemiseen. Kriisin käsite pitää sisällään myös mahdollisuuden. Sanan *krisis* sävy ei siis ole ainoastaan negatiivinen. (Palosaari 2007, 23.) Kriisi mahdollistaa ihmisen kehityksen ja itsetuntemuksen parantumisen, mutta voi johtaa myös psyykkiseen häiriöön (Cullberg 1991, 9).

Jokainen ihminen kohtaa elämässään kriisejä. Kun ihmiselle tapahtuu jotakin normaalista poikkeavaa ja omat ongelmanratkaisumenetelmät eivät riitä tilanteesta selviämiseen, voidaan puhua kriisistä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 26.) Kriisin kulku on yksilöllistä eikä kulje eri ihmisillä täsmälleen saman kaavan mukaan (Palosaari 2007, 89). Ihmiset reagoivat kriiseihin eri tavoin persoonallisuuden, taustan, selviytymistaitojen ja kokemusten takia (Heiskanen, Salonen & Sassi 2007, 35). Ihmiset kokevat kriisissä ollessaan paljon erilaisia tunteita, kuten pelkoa, hämmennystä, vihaa, avuttomuutta, katkeruutta ja surua (Halkola 2009c, 107). Traumaattiseen tilanteeseen joutunut henkilö kehittää itselleen suojautumiskeinoja, joista tyypillisiä ovat esimerkiksi vähättely ja torjuminen (Nousiainen & Perttu 2002, 55).

Kriisin käsitettä voidaan tarkentaa, kun kriisitilannetta tarkastellaan neljästä eri näkökulmasta. Ensimmäiseksi on tärkeää tietää, mikä kriisin on aiheuttanut. Tämän jälkeen on selvitettävä, mikä merkitys tapahtuneella on ihmiselle. On myös tärkeää tietää, missä tai millaisessa elämäntilanteessa kriisin kohdannut kyseisellä hetkellä on. Kriisitilanteessa on tärkeää tarkastella myös kriisin kohdanneen sosiaaliset edellytykset ja senhetkinen perhetilanne. (Cullberg 1991, 17-19.) Cullbergin (1979, 31) mukaan apua haetaan pääasiallisesti kriisin kolmessa ensimmäisessä vaiheessa, joita ovat sokkivaihe, reaktiovaihe ja työstämis- ja käsittelyvaihe. Kriisin kohtaaminen ei ole pelkästään negatiivinen asia, vaan myös kasvun paikka. Kriisi ei itsessään ole sairaus, vaan osa jokaisen ihmisen elämää, joka on elettävä. (Ruishalme & Saaristo 2007, 26.)

Kriisin voimakkuuteen vaikuttavat ihmisen elämäntilanne kokonaisuudessaan ja sen kuormittavuus. Jos ihminen elää muutenkin raskasta aikaa, saattaa kriisitilanne ajaa ihmisen kokonaan pois tasapainosta. Kriisin kokemukseen vaikuttavat myös ihmisen entiset surut ja kriisit. Jos ihminen ei ole esimerkiksi käsitellyt kunnolla aikaisempia kriisejään ja surujaan, voivat ne nousta pintaan uuden vaikean tilanteen myötä. Tästä syystä ihmisen kohtaama uusi kriisitilanne ja käsittelemätön suru yhdessä saattavat aiheuttaa voimakkaitakin reaktioita, joita muut ihmiset saattavat ihmetellä tietämättään käsittelemättömän surun vaikutuksesta. (Ruishalme & Saaristo 2007, 29.)

Kriisin kohdatessa ihminen tulee tietoiseksi siitä, että hän on haavoittuvainen ja illuusio siitä, että onnettomuudet ja vastoinkäymiset eivät koske heitä, särkyy. Kriisin kohtaaminen johtaa elämän uudelleen arvioimiseen. Usein kriisitilanteen jälkeen esimerkiksi työ menettää merkitystään ja tärkeämmäksi nousevat perhe ja läheisemmät ihmissuhteet. (Linnainmaa 2005, 71.)

Käsite kriisi jaetaan Samulinin (2007, 13) mukaan kahteen ryhmään, kehityskriiseihin ja traumaattisiin kriiseihin. Palosaari (2007, 23-24) taas jakaa käsitteen kriisi kolmeen Mitchellin mukailleen: kehityskriisi, elämänkriisi ja traumaattinen kriisi. Toisinaan on hankala hahmottaa, onko ihminen elämänkriisissä vai traumaattisessa kriisissä. Se kummanlaisesta kriisitilanteesta ihmisen katsotaan kärsivän, riippuu arvioijasta. (Cullberg 1991, 116.) Käytämme tässä opinäytetyössä kriisi- käsitteen jakoa kolmeen osaan Palosaaren tavoin, sillä tämä antaa mielestämme laajemman ja kattavamman kuvan eri kriisitilanteista. Seuraavaksi kuvaamme ja avaamme nämä kolme kriisin muotoa.

5.1.1 Kehityskriisit

Kehityskriisin aiheuttaa ihmisen tavalliseen kehitykseen liittyvä elämänmuutos. Näitä kehityskriisejä voivat olla muun muassa opiskelun aloittaminen, naimisiinmeno, vauvan saaminen tai työpaikan vaihto. Kriisitilanne voi tuntua ihmisestä todella vaikealta, jopa ylitse pääsemättö-

mältä ja elämän tasapaino järkkyy. (Ruishalme & Saaristo 2007, 29.) Ruishalme ja Saaristo (2007, 29) kuvaavatkin, että kehityskriisi on elämäntilanne, jossa ihmisen aikaisemmat kokemukset ja tavat toimia eivät ole riittävät tilanteen ymmärtämiseen ja hallitsemiseen.

Tanskalaissyntyisen Erik H. Eriksonin teorian ydinajatus on, että ihminen kohtaa elämänsä varrella kahdeksan kehityskriisiä, joita ovat vauvaikä, pikkulapsi-ikä, leikki-ikä, varhainen kouluikä, nuoruusikä, varhaisaikuisuus, keski-ikä ja vanhuus. Näiden jokaisen kehityskriisin kohdalla ihminen joutuu ratkaisemaan kehitystehtäviä. Eriksonin mukaan juuttuminen johonkin kriisiin tai sen väärin ratkaiseminen vaikuttavat negatiivisesti myöhempään kehitykseen. Selvitetty kriisi on taasen hyvä pohja, jonka varaan voi seuraavan kehityskriisin rakentaa. Kehityskriisistä selviytyminen edellyttää uusien taitojen kehittymistä sekä uuden käsityksen luomista itsestään ja ympäröivästä maailmasta. (Himberg, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog 2003, 21.)

Jokainen ikään katsomatta kohtaa elämässään kehityskriisejä. Kehityskriisit ovat erilaisia eri ikävaiheissa. Kehityskriisin sisältö on aina ihmisen iästä riippuvainen, esimerkiksi nuorella aikuisella kehityskriisit ovat aivan erilaisia kuin keski-ikäisellä. (Cullberg 1991, 18-19.)

Kehityskriisien tuntemus ja ammatillinen osaaminen on laajaa palvelujärjestelmässämme. Apua ja tietoa kehityskriiseihin voi hakea muun muassa neuvoloista ja terveydenhuollosta. (Palosaari 2007, 23.)

5.1.2 Elämänkriisit

Suomen mielenterveysseura (1999a, 78) määrittelee elämänkriisin seuraavalla tavalla: elämänkriisi on mielen, terveyden tai sosiaalisen tasapainon järkkymistä, minkä yleensä aiheuttaa menetys tai menetyksen uhka. Palosaaren (2007, 24) mukaan elämänkriisi on elämään kuuluva pitkään jatkuva rasisustila, jota kaikki eivät välttämättä kohtaa elämässään. Elämänkriisiksi luokitellaan esimerkiksi pitkään harkittu avioero, työuupuminen tai vakava pitkäaikais sairaus (Palosaari 2007, 24). Tässä tilanteessa elämä on sekasortoista ja ristiriitaista. Elämykset ja tunteet vaihtelevat ääripäästä toiseen. (Suomen mielenterveysseura 1999a, 78.) Elämänkriiseille tyypillistä on, että ne kehittyvät ja tapahtuvat hitaasti ja näin ollen niihin voi etukäteen jo hieman valmistautua (Elämän erilaiset kriisit).

5.1.3 Traumaattiset kriisit

Traumaattinen kriisi eroaa kehityskriiseistä ja elämänkriiseistä ennustamattomuudellaan. Siinä, miten joihinkin kehityskriiseihin voi varautua, traumaattinen kriisi tapahtuu äkillisesti ja on hyvin voimakas.

(Palosaari 2007, 25.) Tällaisia äkillisiä ja suurta tuskaa tuottavia tilanteita voivat olla esimerkiksi erilaiset onnettomuudet, läheisen äkillinen sairastuminen tai kuolema, väkivallan uhriksi joutuminen ja itsemurha. Useimmiten ihmisen omat voimavarat eivät riitä käsittelemään tilannetta. Tilannetta seuraa psyykkinen kaaos, joka näkyy ihmisen tasapainottomuutena. Traumaattinen kriisi pysäyttää ihmisen normaalin elämänsä ja hyvinvoinnin. (Ruishalme & Saaristo 2007, 37.) Traumaattisen tapahtuman muisto säilyy yksilöllisesti. Jotkut ihmiset muistavat traumaattisen tapahtuman yksityiskohtaisesti ja toiset taas voivat unohtaa koko tapahtuman. (Halkola 2009b, 67.)

Seuraavaksi kuvaamme traumaattisen kriisin työstämisprosessia. Prosessissa esiintyy luonnollisesti yksilöllisiä eroja. Kaikilla ei ole kaikkia kuvattuja reaktioita, joillakin eri reaktioiden ohella esiintyy muita reaktioita. Toiset taas selviävät kokemuksestaan nopeammin, toisilla se vie pidemmän aikaa. Toisilla reaktiot ja tunteet ovat hyvin voimakkaita, joillakin ne ovat taas vähäisempiä. Prosessi on kuitenkin sillä tavalla säännönmukainen, että seuraavaksi kuvatut vaiheet voidaan kaikkien kohdalla tunnistaa. (Saari 2003, 68.)

5.1.3.1 Sokkivaihe

Ensimmäistä reaktiota jonkin järkyttävän tapahtuman jälkeen kutsutaan sokiksi (Palosaari 2007, 54). Sokkivaiheessa on kyse siitä, että ihmisen mieli suojaa sellaisilta tiedoilta ja asioilta, joita se ei pysty vastaanottamaan ja käsittelemään (Saari 2003, 42). Sokkivaiheessa ihminen pystyy usein toimimaan järkevästi ja tarkoituksenmukaisesti. Sokkivaiheessa ei usein ole tunteita mukana ja tunteiden poissulkeminen auttaa toimimaan tilanteessa rationaalisesti (Palosaari 2007, 54.) Karkeasti arvioiden sokkivaihe kestää noin vuorokauden. Sokkivaiheen kestossa on kuitenkin suuria yksilöllisiä eroja esimerkiksi tilanteen tai onnettomuuden mukaan (Palosaari 2007, 61.)

Sokkivaiheessa tyypillistä on kyvyttömyys tehdä päätöksiä. Sokkivaiheen tuessa onkin erityisen tärkeää, että kriisin kohdanneelle päätökset tehdään hänen puolestaan tai neuvotaan päätöksenteossa. (Saari 2003, 52-53.) Toinen tärkeä seikka sokkivaiheessa olevan ihmisen tukemisessa on kuunteleminen ja aito läsnäolo. Tällöin ei tarvita suuria puheita. Auttajan tehtävä on auttaa kriisin kohdannut taas takaisin nykyhetkeen. Sokkiin ei tule puuttua tai yrittää poistaa sitä, sillä se suojaa kantajaansa ja kestää aikansa. Pääperiaatteena on, että ja apu ja tuki annetaan sokin ehdoilla aina tilanteen mukaan. (Palosaari 2007, 91-93.)

Jokainen kokee sokin eri tavoin. Sokin tyypillisiä tunnusmerkkejä ovat muun muassa ajantajun katoaminen, paniikki, hystertia, hämmennys, päämäärätön toiminta ja epätodellinen olo. (Nurmi 2006, 37-38; Hammarlund 2010, 101-102.)

5.1.3.2 Reaktiovaihe

Sokkivaiheesta siirrytään reaktiovaiheeseen. Reaktiovaiheeseen siirtyminen edellyttää, että vaara ja uhkatilanne ovat ohitse. (Saari 2003, 52.) Sokkivaiheessa puuttuneet tunteet pääsevät reaktiovaiheessa valoilleen (Palosaari 2007, 63). Reaktiovaiheessa kriisin kohdannut tulee tietoisiksi tapahtuneesta ja sen merkityksestä elämälleen (Saari 2003, 52-53). Sokkivaiheen mentyä ohitse pian tapahtuneen jälkeen keho päästä valloilleen fyysiset oireet, joita voivat olla muun muassa vapina, pahoinvointi, kylmä, kuuma tai sydämentykytys. Nämä fyysiset tuntemukset saattavat aiheuttaa suurta hämmennystä, jollei niitä osaa odottaa. Oireet ilmenevät juuri kun pahin on ohi ja koetaan, että tilanne on hallussa (Palosaari 2007, 64).

Reaktiovaihe on tunteiden myllerryksen aikaa, tyypillisiä tunteita ovat esimerkiksi tyhjyyden tunne, suru, epätoivo, ahdistus, itsesyytökset ja syyllisyyden tunne. Kriisissä oleva saattaa tuntea myös vihaa, aggressiota, raivoa ja pelkoa. Nykyaikana ihmiset pelkäävät tällaisia voimakkaita tunteita, mutta ne tulisi kokea, sillä tällä tavoin ihminen reagoi kokemukset pois itsestään. (Saari 2003, 53-56.) Yleensä reaktiovaiheen kesto on parisen viikkoa, mutta yksilölliset erot ovat suuria (Palosaari 2007, 65).

Reaktiovaiheen tukemiseen yhteiskunta tarjoaa palvelumuotona kriisikokemuksen psykologista ryhmämuotoista läpikäyntiä. Istuntojen tarkoituksena on tarjota mahdollisuus tunteiden, tapahtumien ja reaktioiden läpikäyntiin. Istunto on turvallinen ja tehokas keino auttaa toipumisprosessi hyvään alkuun. (Palosaari 2007, 101.) Istunto pyritään pitämään 72 tunnin sisällä tapahtuneesta, koska tapahtumat ovat vielä tuoreessa muistissa (Nurmi 2006, 180).

5.1.3.3 Työstämis- ja käsittelyvaihe

Reaktiovaiheen jälkeen siirrytään työstämis- ja käsittelyvaiheeseen. Useimmiten sokki- ja reaktiovaiheissa ihminen haluaa puhua kokemastaan, mutta tässä vaiheessa työskentely kääntyy sisäänpäin ja jatkuu hiljaa omassa mielessä. Tässä vaiheessa traumaattisen kokemuksen käsittelyprosessi hidastuu, eikä edistymistä huomaa niin helposti kuin aikaisemmin. (Saari 2003, 60-61.) Tässä vaiheessa käydään läpi suruprosessia ja entisestä luopumista sekä orientoitutaan tulevaisuuteen (Palosaari 2007, 202 -203).

Työskentely- ja käsittelyvaiheelle tyypillisiä oireita ovat keskittymis- ja muistivaikeudet. Ihmisestä saattaa tuntua, että ei aktiivisesti ajattele kokemusta, mutta siitä huolimatta työstäminen on koko ajan käynnissä ja vie näin ollen osan normaalista tarkkaavaisuudesta. Tälle vaiheelle on ominaista myös halu olla yksin ja työstää kokemusta omissa oloissaan. Työstämisen vaatimat resurssit saattavat aiheuttaa myös kärsimättömyyttä, raivokohtauksia ja joustamattomuutta. Tämä aiheuttaa helposti ongelmia läheisille ihmisille. (Saari 2003, 63-64.)

Käsittelyvaiheessa työstitetään koettua erilaisissa vertaisryhmissä, traumaseminaareissa, suru- ja vertaisryhmissä tai kriisi- ja traumaterapiassa (Palosaari 2007, 202-203). Käsittelyvaiheessa ihminen käy läpi tapahtunutta muun muassa kirjoittamalla, muistelemalla, puhumalla ja taiteen avulla (Ruishalme & Saaristo 2007, 65).

5.1.3.4 Uudelleenorientoitumisen vaihe

Elämä on kriisin jälkeen erilaista. Tässä vaiheessa ihminen on saanut emotionaalista välimatkaa tapahtuneeseen. Kriisi on tuonut muutoksia elämään ja tässä vaiheessa ihminen alkaa sopeutua niihin. Ihminen pystyy tässä vaiheessa suunnittelemaan tulevaisuuttaan, mikä oli kriisin tapahtuessa täysin mahdotonta. Kriisistä on tullut osa elämänhistoriaa, ja elämä jatkuu. (Kiiltomäki 2007, 20.)

Uudelleensuuntautumisvaiheessa ihminen toipuu, kriisitapahtumat tulevat osaksi elämää ja minuuden kokemista. Kriisi ei enää ylikuormita ihmisen mielenterveyttä, vaan on tuonut lisää voimavaroja elämään. (Lönnqvist 2005, 3.) Kriisin synnyttämät tunteet eivät enää hallitse mieltä koko ajan. Ihminen voi halutessaan palata kipeisiin muistoihin ilman, että se aiheuttaa suurempia reaktioita tai tunnekuohuja. (Henkilökohtainen tiedonanto.)

5.2 Kriisityö ja sen tekeminen

Sanan kriisityö voi määritellä monella eri tapaa. Hynnisen ja Upanteen (2006, 7) mukaan kriisityö on ennaltaehkäisevää työtä, jonka avulla pyritään estämään ja lievittämään traumatististen tapahtumien aiheuttamaa psyykkistä stressiä ja estämään erilaisten traumojen kehittymistä. Kriisityössä peruseriaatteena on tukea, vahvistaa ja tehostaa kriisissä olevan ihmisen senhetkisiä ajatuksia. Siinä ei siis niinkään pyritä luomaan uutta. (Hynninen & Upanne 2006, 10.) Kriisityö on psykososiaalisen tuen tarjoamista, joka koostuu sosiaalisen, psyykkisen ja hengellisen tuen palveluista (Onnettomuustutkintakeskus 2005, 86).

Terveys- ja sosiaalialan ammattilaiset joutuvat usein tekemisiin kriisissä olevien tai sen jälkeisistä kärsivien kanssa. Sairaanhoidohenkilökunta joutuu tekemisiin yleensä sokkivaiheessa olevien kanssa, esimerkiksi sellaisen ihmisen, joka on menettänyt lähiomaisen. Sokkivaiheen kanssa tekemisissä olevia saattavat olla myös kirkontyöntekijät, sosiaalityöntekijät ja perhetyöntekijät esimerkiksi tilanteessa, jossa toinen avioliiton osapuoli on yllättäen ilmoittanut haluavansa erota. Kriisissä olevia kohdataan silloin kun he ovat reaktiovaiheessa. Tätä vaihetta on usein vaikea tunnistaa ja tämän vuoksi tilanne arvioidaan helposti väärin. Potilas ilmoittaa tulonsa syyksi usein esimerkiksi unettomuuden tai ahdistuskohtaukset, jotka ovat kriisitilanteen jälkeisiä psykosomaattisia häiriöitä. Oireita ja häiriöitä ei osata välttämättä

yhdistää kriisiin, jolloin asianmukainen hoito voi jäädä saamatta. Jollei kriisiä käydä asianmukaisesti läpi, tilanne voi lukkiutua. Työntekijät tapaavat näitä ihmisiä usean vuoden jälkeen kriisitapahtumasta esimerkiksi alkoholipoliklinikalla tai sairaaloissa. Nämä ihmiset ovat aikaisemmin hakeneet apua kriisitilanteeseen kriisin eri vaiheissa, eivätkä ole saaneet asianmukaista diagnoosia ja hoitoa. Oireita ei ole nähty kriisiin liittyvinä psykosomaattisina oireina. (Cullberg 1991, 156-157.) Työntekijän on todella tärkeää perehtyä taustalla piileviin syihin. Nykyään lääkkeiden avulla pyritään hoitamaan yhä enemmän hoitoon hakeutuvia. Terveystieteiden ammattilaisilla ei valitettavasti ole resursseja tarjota tarpeen mukaista ja oikea-aikaista hoitoa.

Kriisityö on yleensä lyhytkestoista, suunnitelman mukaista ja tavoitteellista ihmisen auttamista. Se käsittää pääsääntöisesti asiakastyötä ja asiakkaan kokonaisvaltaista tukemista. Kriisityö ei ole terapiaa, vaan siinä pyritään auttamaan ihmistä selviytymään kriisitilanteesta ja mahdollisesti ohjaamaan ihminen terapiaan, jos asiakkaan tilanne sitä vaatii. Kriisityöntekijän tulee olla hyvin ammattitaitoinen ja osata arvioida ja ymmärtää jokainen tilanne yksilöllisesti. Kriisityössä on myös tärkeää muistaa kriisissä olevan henkilön tukiverkoston tärkeys. (Kriisityö.) Kriisityöntekijän tulee muistaa, että jokainen ihminen on oman elämänsä asiantuntija.

Suvaitsevaisuus ja erilaisuuden hyväksyminen kuuluu kriisityön ehtoihin. Kriisityön olennaisena osana on myös turvallisen ja sallivan ilmapiirin luominen asiakastilanteessa. Kriisistä selviytymistä tukevat kunnioittava kohtelu, hyvät käytöstavat sekä levollinen ja rauhoittava ympäristö. Kriisityöntekijän on oltava tarkkana asiakastilanteessa myös asiakkaan ilmeiden, eleiden ja äänenpainojen suhteen huomatakseen senkin, mitä asiakas ei halua taikka voi kertoa ääneen. (Ruishalme & Saaristo 2007, 105.) Asiakastilanteessa kriisityöntekijän tulee olla aidosti läsnä ja kuunnella asiakasta (Samulin 2007, 24). Kriisityöntekijän tulee olla tarkka ammatillisuuden suhteen. Kriisityöntekijän tulee olla asiakkaalle lähimmäinen, jolta asiakas kokee saavansa lämpöä ja läheisyyttä, mutta samalla pitää itsensä kuitenkin erillään asiakkaan tilanteesta, jotta työntekijä pystyy toimimaan ammatillisesti. (Hammarlund 2010, 82.)

Kriisityöntekijän tulee tukea asiakasta siten, että kriisi saa kulkea omalla painollaan sokin kautta reaktiovaiheeseen, ja siitä aina uudelleenorientoitumisen vaiheeseen saakka. Asiakkaalle ei tule palauttaa sitä, minkä hän on menettänyt, vaan auttajan tulee tukea asiakasta todellisuuden hyväksymisessä ja estää todellisuuden vääristyminen. Asiakkaan tulee kriisiavun piirissä myös voida ilmaista tunteitaan vapaasti. Kriisityöntekijän tulee ymmärtää, että erilaiset reaktiot kriisin yhteydessä ovat normaaleja ja välittää tämä ajattelumallin myös asiakkaalle. Kriisin kohdannut ihminen ei aina kykene ajattelemaan tulevaisuutta ja uskomaan, että elämässä on vielä toivoa. Yhtenä kriisityöntekijän tehtävänä onkin toimia tukijana ja toivon herättelijänä. Kriisityöntekijän ei kuitenkaan tule mitätöidä asiakkaan esille nousevia tunteita, vaikka ne kertoisivatkin pelkästään epätoivosta juuri sillä hetkellä. Kriisityöntekijän

työnkuvaa kuuluu usein myös asiakkaan ohjaaminen muun avun, esimerkiksi terveydenhuollon, piiriin tarpeen mukaan. Kriisien kanssa työskenneltäessä on tärkeää ottaa huomioon tai jopa mukaan myös kriisin kohdanneen perhe ja lähipiiri. (Cullberg 1991, 157-158.)

Kriisityötä tekevät terveys- ja sosiaalialan ammattilaiset sekä seurakuntien palveluksessa olevat. Jokainen kriisityötä tekevä toimii oman ammattinsa eettisiä perusteita noudattaen eli huomioiden työn moraaliin, hyvään elämään ja arvoihin liittyvät säännöt ja tämä luo toiminnalle pohjan. (Palosaari 2007, 170.) Arvot ovat sosiaalityön perusta. Ne ovat historiasta tähän päivään saakka säilyneet suhteellisen samoina. Yksi keskeisimmistä sosiaalityön arvoista on jokaisen ihmisen yhtäläinen ihmisarvo. (Kananoja, Lähteinen, Marjamäki, Laiho, Sarvimäki, Karjalainen & Seppänen 2007, 99.) Muita sosiaalialan arvoja ovat asiakkaan itsemääräämisoikeus, oikeus tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti, osallistumisoikeus, oikeus yksityisyyteen ja asiakassuhteen luottamuksellisuus. Monien sosiaalityön arvojen taustalla on myös jokin laki, mutta laki ei vielä kuitenkaan takaa oikeudenmukaisuutta, vaan ammattietiikka ohjaa kaikkia valintoja sosiaalialan työssä. Kuhasen, Oittisen, Kanervan, Seurin ja Schubertin (2010, 54) mukaan työssä tulee ottaa huomioon lainsäädäntö ja toimia mielenterveyslain ja potilaan oikeudet huomioon ottaen. Työntekijän tulee työssään kunnioittaa asiakkaan itsemääräämisoikeutta, arvostaa asiakkaan yksilöllisyyttä ja turvallisuutta. (Kuhanen, Oittinen, Kanerva, Seuri & Schubert 2010, 54.)

Kriisityöntekijällä on huomattava määrä valtaa erityisesti ryhmätilanteissa. Kriisityöntekijän onkin erittäin tärkeä kiinnittää huomiota asiakastilanteessa valta- ja vastuukysymyksiin ja pohtia johtajuuteen liittyviä eettisiä näkökulmia. Kriisityöntekijän henkilökohtaisen elämän tulee olla tasapainossa ja mahdolliset oman elämän kriisit työstettyinä, jotta työntekijä voi auttaa asiakkaitaan. (Hammarlund 2010, 79-80.) Kriisityöntekijän on oltava tarkka siitä mitä keskustelutilanteessa asiakkaalle sanoo. Kriisityöntekijä ei saa herätellä turhia toiveita, vaan on oltava realistinen tilanteen suhteen.

Kriisiavun tarjoaminen ja saaminen kriisin eri vaiheissa on ensiarvoisen tärkeää, erityisesti jos ihmisen omat voimavarat ja lähipiirin antama tuki eivät riitä. Kriisitilanne on kriisin kohdanneelle usein haastava ja arka aihe. Kriisin aikana ihmisen tulee myöntää oma voimattomuutensa uudessa ja mullistavassa tilanteessa. Kriisityöntekijän tulee mielestämme osata luoda riittävän avoin ja luotettava ilmapiiri, jossa asiakas voi ilmaista itseään ja pahaa oloaan turvallisin mielin. Kriisityössä vaitiolovelvollisuus ja mahdollisuus pysyä nimettömänä ovatkin erittäin keskeisessä asemassa.

Kriisityö on haastavassa asemassa siinä suhteessa, että asiakkailla on korkea kynnys hakeutua avun piiriin. Suomalaisessa kulttuurissa avun hakeminen osoittaa heikkoutta, omalla sisullaan olisi selvittävä hammasta purren, oli tilanne mikä tahansa. Halu selviytyä itse ei ole paha

asia, mutta ihmisen on opittava huomaamaan ja tiedostamaan omien voimavarojen riittävyys. Kun omat voimavarat ja jaksaminen eivät riitä, on oltava rohkeutta hakea apua muualta. Ammattiauttajan roolissa olevan on kuitenkin pidettävä huoli siitä, että ei auttamisellaan tee asiakasta avuttomaksi, vaan auttaa asiakasta löytämään omat voimavaransa.

5.3 Kriisikeskukset ja niiden historia

Järkyttäviin tapahtumiin liittyviä psyykkisiä reaktioita ja häiriöitä alettiin tutkia 1800-luvun puolivälissä armeijoiden piirissä. Ihmisten reaktioista äärimmäisiin tilanteisiin kiinnostuttiin psykologiassa ja psykiatriassa toisen maailmansodan aikana. Kiinnostuksen herättyä tehtiin aiheesta lukuisia tutkimuksia. Tutkimusten taustalla on ollut halu tietää, miten ihmiset reagoivat erilaisissa tilanteissa. (Murtomaa, Narumo, Poijula, Ponteva, Rousu & Saari 1998, 9.)

Tutkimusten perusteella alettiin kehittää toimintamalleja ja erityismenetelmiä, ensimmäisenä USA:ssa, josta nämä toimintamallit levisivät nopeasti muualle maailmaan. Katastrofipsykologinen ajattelumalli saapui Suomeen 1990-luvun alussa Norjasta. Ensimmäinen laaja koulutus aiheesta järjestettiin Helsingissä vuonna 1991. Ensimmäinen kunnallinen kriisiryhmä aloitti toimintansa Pietarsaareissa 1990-luvun alussa. Vuonna 1998 Suomessa toimi jo kattava kunnallisten kriisiryhmien verkosto. Kriisityö on ainoa toimintamuoto, joka on lyönyt itsensä niin nopeasti läpi. (Saari 2003, 17-18.)

Kriisikeskusten toiminnan aloittamiseen vaikuttivat lama, työttömyys, yhteiskunnan säästötoimet, terveydenhuollon rakennemuutokset ja ammattiauttajien työuupumus (Suomen mielenterveysseura 1999b, 5). 1980-luvun jälkipuolella mielenterveysseurassa nähtiin tarpeelliseksi kehittää uusia avohuollon palveluja, jotka toimisivat mahdollisimman nopeasti, joustavasti, maksutta, asiakaslähtöisesti ja virka-ajan ulkopuolella. Tältä pohjalta luotiin suunnitelma kokeilevasta ja kehittävästä mielenterveyden ensiapu- ja kriisikeskusprojektista, jossa tarkoituksena oli perustaa kymmenen kriisikeskusta. Nämä keskukset olisivat mukana projektissa viisi vuotta, jonka jälkeen niiden toiminta ja tulevaisuus arvioitaisiin. Kriisikeskusten toiminta järjestettiin Suomen mielenterveysseuran paikallisyhdistysten alaisuuteen. Raha-automaattiyhdistys ja kuntien kanssa tehtävät ostopalvelusopimukset olivat kriisikeskusten talouden perusta. Raha-automaattiyhdistyksen oli tarkoitus rahoittaa kriisikeskusten toimintaa viisi vuotta, jonka jälkeen rahoitus siirtyisi kokonaan kunnan vastuulle. Tämä osoittautui kuitenkin mahdottomaksi ja nykyisin raha-automaattiyhdistys rahoittaa edelleen osittain kriisikeskusten toimintaa. (Juntunen 1999, 9-10.)

Kriisikeskusten haluttiin täydentävän julkisia sosiaali- ja terveystalouksia siten, että ne olisivat päivittäin avoinna mahdollisimman myöhään. Kriisikeskuksen haluttiin olevan mahdollisimman matalan kynnyksen paikka, jonne voi tulla kuka vain minkä ongelman vuoksi tahansa

ja asiakas saisi apua välittömästi. Paikkakunnat, jotka osallistuivat projektiin, valittiin mielenterveysseuran paikallisyhdistysten aloitteesta. Paikkakunnalla tuli osoittaa, että kriisityölle on tarvetta ja kunnan tuli sitoutua toiminnan rahoitukseen. (Juntunen 1999, 9.)

Kriisikeskusprojektin alkaessa yksi päätavoitteista oli ammattityöntekijöiden ja koulutettujen tukihenkilöiden yhteistyön kehittäminen ja yhteistyömallien luominen. Henkilöstöksi kriisikeskuksiin suunniteltiin aluksi toiminnanjohtaja, kaksi kriisityöntekijää sekä vähintään kolmekymmentä koulutettua vapaaehtoista tukihenkilöä. Todellisuudessa kriisikeskuksiin työllistyy toiminnanjohtajan ohella kahdesta viiteen kriisityöntekijää ja vapaaehtoistyöhön 40-100 tukihenkilöä. Toiminnan vakiinnuttua kriisikeskuksen toimintaan ovat tulleet mukaan muun muassa projektityöntekijät ja työharjoittelijat. (Juntunen 1999, 10.)

Asiakasmäärät kriisikeskuksissa vaihtelevat sijainnin ja toiminnan laajuuden mukaan. Asiakkaaksi kriisikeskukseen voi hakeutua kuka tahansa, joka kokee, etteivät omat voimavarat ole riittäviä hankalassa elämäntilanteessa. Tällaisia elämäntilanteita voivat olla muun muassa työttömyys, velkaantuminen, sairaus, seksuaalivaikkeudet tai jonkun läheisen ongelmat. (Juntunen 1999, 10-11.) Suomen mielenterveysseuran kriisikeskusverkoston kautta saa apua elämäntilanteisiinsa noin 50 000 asiakasta vuosittain. Kriisikeskusverkoston toiminta on vuosien saatossa muodostunut vankaksi osaksi suomalaista auttamistyötä, joka pystyy vastaamaan kasvaviin ja haastaviin tarpeisiin. (Ollikainen 2009, 11.)

Kriisikeskukset tavoittavat sellaisia asiakasryhmiä, jotka eivät välttämättä muuten lähtisi hakemaan apua ajoissa, sillä kriisikeskusten palvelut ovat asiakaslähtöistä, anonyymeja ja kriisipuhelimeen soittaminen on helppoa. Kriisikeskusten perustoimintaa ovat asiakastapaamiset, puhelinauttaminen ja ryhmätoiminta. (Juntunen 1999, 11.) Kriisikeskusten ohella kriisiapua antavat seurakunnat, erilaiset Internet- palvelimet, vertaisryhmät ja julkiset palvelut.

6 TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET

Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijöiden mukaan asiakkaina on paljon pariskuntia ja parisuhdeongelmista kärsiviä. Tästä syystä kriisikeskuksen työntekijät toivoivat, että työemme kohdennettaisiin parisuhdetyöskentelyyn. Asiakkaiden ongelmat liittyvät usein esimerkiksi uskottomuuteen ja vuorovaikutussuhteisiin. Usein jonkun pääongelman taustalta löytyy myös muita tärkeitä parisuhteeseen vaikuttavia asioita, mitkä tuottavat ongelmia ja konflikteja suhteessa. Määrittelemme aluksi parisuhteen käsitettä: mitä se on ja mitä siihen kuuluu. Parisuhteen ongelmat ja kriisit nousevat usein rooliasetelmista ja vääristyneestä vallankäytöstä, joten tarkastelemme edellä mainittuja aihealueita parisuhteen näkökulmasta.

Opinnäytetyömme tärkeiksi teoria-aiheiksi nousivat parisuhteen ohelle luovat ja toiminnalliset menetelmät, voimautumisen käsite, valokuvan merkitys yksilölle, valokuvaterapia ja voimauttavan valokuvan menetelmä. Toiminnallisen opinnäytetyömme konkreettinen tuotos taas on luova ja toiminnallinen työväline, jota työntekijä käyttää asiakastilanteen ja tarpeen mukaan. Tästä syystä tulemme selvittämään, mitä luovat ja toiminnalliset menetelmät ovat. Työmme tarkoitus on luoda sellainen työskentelyrunko ja valokuvat, joilla mahdollisesti on voimauttava vaikutus asiakkaaseen, joten avaamme voimautumisen käsitteen tässä osiossa.

Ihmiset ovat päivittäin tekemisissä kuvien kanssa, ja ne antavat informaatiota eri tavalla ja herättävät usein voimakkaampia tunteita kuin puhuttu kieli. Olemme avanneet sitä, mitä kuva on ja mitä se merkitsee ihmiselle. Opinnäytetyömme keskeisimpään aiheeseen, valmiiden valokuvien käyttöön toiminnallisena ja voimauttavana menetelmänä ilman terapiapainotetta, ei ole olemassa kirjoitettua teoriatietoa. Valmiita valokuvia kyllä käytetään sosiaalialan työssä, mutta se on suhteellisen uusi tapa työskennellä ja sen tutkimus on vielä vähäistä. Koska suoranaista teoriatietoa ei ole, olemme käsitelleet valokuvaterapiaa ja voimauttavan valokuvan menetelmää, sillä ne ovat lähimpänä työmme aihetta ja tarkoitusta.

6.1 Parisuhteen määrittelyä ja kriisit parisuhteessa

Perehdymme ensimmäiseksi siihen, mitä käsite parisuhde pitää sisällään. Työmme kohdentuu parisuhdetyöskentelyyn, joten on hyvä selvittää parisuhteen historiaa ja rakennetta eli mistä parisuhde koostuu, millaisia kriisejä parisuhteeseen kuuluu ja millainen on parisuhteen nykytilanne Suomessa.

Parisuhteen historian voidaan katsoa alkaneen noin kymmenen tuhannen vuoden takaa, kun vaeltavat heimot alkoivat asettua paikoilleen asumaan ja perustivat yhteisöjä. Parisuhteen

käsite on pysynyt suhteellisen samanlaisena tähän päivään saakka erilaisista mullistuksista huolimatta. Parisuhde on seurannut tietynlaista peruskaavaa, joitakin poikkeuksia lukuun ottamatta myös eri kulttuureissa. (Dunderfelt 2009, 60.)

Itkonen (2005, 9) mukaan parisuhde määritellään liitoksi, jossa koossapitävät tekijät ovat rakkaus, läheisyys ja luottamus. Parisuhde on kahden aikuisen ihmisen välinen suhde, joilla on yhteinen päämäärä (Itkonen 2005, 9). Suhteen ajatellaan muodostuvan luottamuksen, seksuaalisuuden, turvallisuuden, suhteen hoitamisen ja parisuhdetta ympäröivien rajojen yhtyeensulautuvasta kokonaisuudesta (Airikka 2003, 8). Keskeisiä tehtäviä ja tekijöitä parisuhteessa ovat toisen henkinen tukeminen, tilan salliminen toiselle, tuen tarve ja yhdessäolon kokemusten jakaminen. Parisuhteessa on lisääntynyt itsekeskeinen ja mielihyvää etsivä elämänsenne. (Itkonen 2005, 9.) Modernissa parisuhteessa sitoutuminen toiseen ihmiseen ei enää ole niin vahvaa. Aikaisemmin länsimaisessa yhteiskunnassa parisuhde solmittiin ”kunnes kuolema meidät erottaa” -periaatteella. Sitoutumisella ei enää ole niin vahvaa roolia parisuhteessa kuin ennen, ja avioeron ottaminen on helpompaa ja hyväksyttävämpää. Tämän päivän yhteiskunnassa korostetaan enemmän individuaalisuutta. Homoseksuaalisuus, moniavioisuus, ”yhden illan jutut” ja vapaat suhteet eivät myöskään ole enää niin vaiettuja asioita, vaikka ne ovat olleet yhtä yleisiä ennenkin.

Parisuhteessa voi Nevalaisen (2006, 25) mukaan olla kyse myös kulissi-, seksi-, sääli- tai pelkosuhteesta. Tällaisissa suhteissa ollaan, vaikka rakkaus niistä puuttuukin. Näitä suhteita ylläpitävät esimerkiksi lapset, aikaansaamattomuus tai taloudelliset syyt. Parisuhde voi olla niin sanotusti kuollut suhde, jota kumpikaan parisuhteen osapuoli ei ole saanut päätettyä, vaikka se on todennäköisemmin jossain vaiheessa edessä. Parisuhteessa voi olla kyse myös onnellisuuden kaipuusta eli rakkaussuhteen kaipuusta, mutta parisuhteelta toivotut ja odotetut asiat eivät ainakaan toistaiseksi ole toteutuneet. (Nevalainen 2006, 25-27.)

Parisuhteen solmiminen ja kumppanin löytäminen on aina ollut ja tulee olemaan ihmisen elämän keskeisimpiä tavoitteita. Suomessa nuoret seurustelevat useamman kumppanin kanssa ennen yhteen muuttamista ja asuvat monta vuotta yhdessä ennen lasten hankkimista. Erilaisten parisuhteiden solmimiseen Suomessa suhtaudutaan poikkeuksellisen vapaamielisesti. Nykyisissä parisuhteissa painottuvat tunteet, hellyys ja seksuaalinen nautinto. Suhteiden solmimisen erityinen motiivi on nykyään laadukkaan tunne-elämän saavuttaminen. Ennen parisuhteet olivat välttämättömiä ihmisten toimeentulon kannalta. (Kontula 2009, 11.) Parisuhteiden luonne ja rakenne muuttuvat ajan myötä ja ovat sidoksissa kulttuuriin (Nevalainen 2006, 8).

Jokaisella on subjektiivinen käsitys onnesta. Onneen pyritään ja ihmiset saattavat kuvitella saavuttavansa sen muun muassa yhteiskunnallisen tai taloudellisen menestyksen, kauneuden tai materialismin avulla. Joidenkin tavoitteena ja onnellisuuden mittarina on tavoitteiden

mukaisesti saavutettu onnellinen parisuhde ja kumppani. Kun ihminen on saavuttanut itselleen asettamansa tavoitteet ja onnen, ihminen joutuu arvioimaan tilanteen uudelleen. (Konttula 2009, 9.) Parisuhteessa kumppani ei aina voi tehdä parisuhteen toista osapuolta onnelliseksi. Jokaisen ihmisen on otettava vastuuta omasta onnellisuudestaan, eikä saa olettaa, että onnellisuus saavutetaan jonkun muun toimesta. (Buchert, Kiianmaa & Uljas 2007, 196.)

Parisuhteen alkamisen myötä ihmiset joutuvat arvioimaan omia tavoitteita uudelleen ja siinä tulee ottaa huomioon myös kumppanin tavoitteet ja onnellisuus. Tavoitteiden yhtensovittaminen saattaa usein aiheuttaa konflikteja ja ongelmia parisuhteelle. Nämä ongelmat saattavat ajaa parisuhteen kriisitilanteeseen, jos ongelmia ei ratkota. Tähän samaan tulokseen on myös Sauli Airikka päätenyt teoksessaan Parisuhteen roolikartta. Tavoitteiden yhtensovittamisessa koituu ongelmia erityisesti elämän muutostilanteista (Airikka 2003, 21). Muutos sanana on hyvin tärkeä ja keskeisessä asemassa oleva asia, kun työskennellään ihmissuhdeongelmien kanssa, ja yleensäkin kriisityössä. Asiakkaan on oltava valmis tilanteen ja itsensä muuttamiseen voimautuakseen ja selvitäkseen kriisitilanteesta.

Parisuhteen kehitykseen olennaisena osana kuuluvat siis kriisit. Kriisin yllättäessä tuntuu, ettei jaksata jatkaa eteenpäin ja parisuhde on uhattuna. Kriisi ei ole vain uhka, vaan se tulisi kokea mahdollisuutena. Kriisit kuuluvat olennaisena osana elämään ja opettavat ihmisiä laittamaan asioita tärkeysjärjestykseen, kasvattavat ihmisinä ja kypsytävät ihmissuhteissa. Kriisit ovat osa elämää, ja ne on osattava elää läpi ja kestää. Kriisin kautta ihminen voi kokea arvokkaan elämyksen ja huomaa, että kaikesta selviytyy. (Hämäläinen 1987, 54.)

Tyypillistä parisuhteen kriisille on ongelmien näkeminen vain kumppanissa (Alaja 1998, 68). Ammattiapu voi olla hyödyksi, mutta ratkaisut ongelmiin on aina etsittävä itse (Nevalainen 2006, 171). Vuorovaikutus, joka on parisuhteessa toimiva, luo suhteeseen hiljaista tietoa ja positiivisia tunteen ilmaisuja. Tämä helpottaa muutosvaiheiden ja kriisien kohtaamista. (Kumpula & Malinen 2007, 121.)

Parisuhteen kohtamat kriisitilanteet ja muutokset nostavat esiin monia erilaisia tunteita parisuhteen molemmissa osapuolissa. Näitä tunteita ovat muun muassa viha, häpeä, syyllisyys, välinpitämättömyys ja turhautuminen. Näiden tunteiden hallitseminen ja käsitteleminen vaativat paljon molemmilta osapuolilta. Nykyrin (1999, 157) mukaan vihan ilmaisu parisuhteessa on vapaampaa kuin muissa ihmissuhteissa, koska puoliset ovat tuttuja ja kynnys tunteiden ilmaisuun on matala. Ristiriitoja aiheuttavat erilaiset tavat käsitellä tunteita ja nykyhetkeen liittyvät syyt. Juopottelu, uskottomuus, lupauksen rikkominen, raha-asiat, arjen käytännöt, puhumattomuus ja vuorovaikutuksen puute ovat suurimpia yksittäisiä riitoja aiheuttavia tekijöitä. (Nykyri 1999, 157.)

Esimerkiksi puolison uskottomuus voi laukaista petetyssä osapuolella traumaattisen kriisin. Petetty kokee kriisin ja prosessin aina oman elämänhistoriansa ja persoonansa kautta. Kun pariskuntaa halutaan auttaa selviytymään tällaisesta kriisistä, tulee työntekijän selvittää ja ymmärtää uskottomuuden taustalla piilevät syyt. Kaikkia ihmissuhteiden ongelmia, uskottomuus mukaan lukien, on tarkasteltava prosessina, jossa yksittäinen tapahtuma on vain osa laajempaa kokonaisuutta. Uskottomuus ei johdu niinkään parisuhteesta vaan puolison sisäistä paineista. (Buchert, Kiiänmaa & Uljas 2007, 18-23.)

Uskottomuus mainitaan avioerojen yleisimmäksi syyksi, ja se koskettaa kolmasosaa suomalaisista. Uskottomuskriisissä kaikki osapuolet haavoittuvat. Sekä petetylle että pettäjälle uskottomuusprosessi on raskas ja vaikea. Jotta ymmärtäisi parisuhteen tarinaa, on molempien osapuolten kuuleminen tärkeää ja eheytyminen voi alkaa vasta, kun ymmärtää mikä asia on johtanut uskottomuuteen. Syyllisten etsiminen ei ole tärkeintä vaan oivallus siitä, miksi tilanteeseen on jouduttu ja miten tilanteesta päästään eteenpäin. (Buchert, Kiiänmaa & Uljas 2007, 7-8.) Parisuhteen normaaliin kehityskaareen kuuluu se, että turhautuu suhteeseen ja ihastuu johonkin ulkopuoliseen henkilöön. Tässä vaiheessa on parisuhteen osapuolten tärkeää olla sitoutuneita suhteeseen eikä lähteä jokaisen pienen ihastumisen tunteen vietäväksi. (Buchert, Kiiänmaa & Uljas 2007, 196-197.)

Parisuhteiden parissa työskentelevien mukaan kommunikointiin liittyvät ongelmat ovat useimmiten suhteiden ongelmien perimmäinen syy. Keskusteluhytetyden puuttuminen aiheuttaa suuttumusta ja turhautumista. Suhteen ongelmia vältetään puhumattomuudella ja pidetään mykkäkoulua. Ihmisen luonne, persoonallisuus ja lapsuudenkodissa opittu keskustelutapa vaikuttavat parisuhteen keskusteluhytetyteen. Kommunikointivaikeudet saattavat etäännyttää puolisoita toisistaan. (Buchert, Kiiänmaa & Uljas 2007, 91-92.)

Taitava ja empaattinen kuuntelu, tehokas itseilmaisuus ja välittäminen sekä kunnioitus ovat hyvän kommunikaation perusta. Empatiolla tarkoitetaan sitä, että ihminen kuuntelee mitä toinen sanoo ja yrittää ottaa myös toisen näkökulman huomioon asiasta. Empatia saa usein väistyä suuttumuksen ja vihan tieltä. Itseilmaisuus kuuluu myös hyvään kommunikaatioon. Tunteista tulee kertoa avoimesti ja tahdikkaasti siten, että ei vähättele tai moiti toista. Huonossa kommunikaatiossa tunteet tuodaan esiin aggressiivisesti tai ne kätetään kokonaan. Kunnioituksessa on kyse toisen henkilön rakastavasta, ystävällisestä ja kunnioittavasta kohtelusta, vaikka onkin turhautunut ja närkästynyt. Alentuva ja vihamielinen käytös taas kuuluvat huonoon kommunikaatioon. (Burns 2010, 87-88.)

Ongelmien puuttuminen ei ole onnellisen parisuhteen salaisuus, vaan se että pystytään elämään toisen ja omien ongelmien kanssa ja jatkamaan vuorovaikutusta ongelmatilanteesta huolimatta (Kumpula & Malinen 2007, 91). Joissakin parisuhteissa kriisitilanne on edennyt jo

niin pitkälle ja tilanne on muuttunut niin pahaksi, että vuorovaikutuksen ylläpitäminen on mahdotonta, jolloin parisuhde olisi parempi lopettaa. Tällaisen päätöksen tekeminen on kuitenkin monista syistä hankala tehdä. Parisuhteen jatkamiseen ongelmista huolimatta vaikuttavat esimerkiksi ristiriitaiset tunteet, lapset ja taloudelliset asiat.

6.1.1 Roolit

Roolin käsite liitetään usein ihmisen sosiaaliseen asemaan ja vuorovaikutukseen. Ihmisen roolit tulevat esille erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa. Rooli on yksilöllinen, sillä se perustuu yksilön persoonallisuuden kehitykseen. Ihmisen roolit eivät ole pysyviä, vaan ne omaksutaan tilanteen mukaan ja ne muokkautuvat koko elämän ajan. Ihmisellä on paljon erilaisia rooleja ja ne vaihtelevat ajan, paikan ja tilan mukaan. Osa rooleista jää taka-alalle uusien tullessa tilalle, mutta ihminen muistaa ja voi ottaa ne uudelleen käyttöön tilanteen niin vaatiessa. (Airikka 2003, 7.) Ihmisen roolien ja persoonallisuuden syntymiseen vaikuttavat ihmisen omasta käsityksestä itsestä ja yhteiskunnan odotuksista ihmistä kohtaan. Niin kauan kun ihminen piilottelee jonkun roolin takana, hän ei voi kehittyä omaksi itsekseen. (Fryrear & Corbit 1992, 29.)

Muoin sekä miehillä että naisilla oli parisuhteessa selkeät roolit, jotka olivat määräytyneet suvun ja yhteisön erilaisten perinteiden kautta. Vain harvoin joku lähti luomaan täysin uusia perinteitä. Pääasiallisesti elettiin hyväksi havaittujen sääntöjen ja perinteiden mukaan. Parisuhde muodostui biologisten ja fyysisten seikkojen pohjalle. (Dunderfelt 2009, 61.)

Ennen 1960-lukua parisuhteen roolit muodostuivat niin, että mies toi kotiin taloudellisen turvan ja nainen hoiti kotitalouden ja lapset. 1960- ja 1970-luvuilla miehet alkoivat ottaa enemmän vastuuta kotitöistä ja naiset työllistyivät aiempaa enemmän kodin ulkopuolelle. Tämän seurauksena avioliiton arvostus menetti merkitystään. (Kontula 2009, 22.) Kun avioliiton arvostus on laskenut radikaalisti viimeisen parinkymmenen vuoden aikana, avioliitosta on huomattavasti helpompaa lähteä, kun ei esimerkiksi ole taloudellisesti riippuvainen puolisoista samalla tavalla kuin ennen. Tämä on vaikuttanut selkeästi perherakenteisiin siten, että yksinhuoltajaperheitä on enemmän. Tätä kautta ihmisen pitää sisäistää enemmän uusia rooleja ja oppia uusia asioita, jotka ovat aiemmin kuuluneet parisuhteen toiselle osapuolelle.

Roolit ihmisen omaan parisuhteeseen nousevat vanhemmilta nähdystä ja opituista malleista. Parisuhteen roolit alkavat muotoutua seurusteluvaiheessa ja muuttuvat suhteen vuorovaikutustilanteissa. Vasta-alkaneessa parisuhteessa rooleja on vähemmän kuin pitkään kestäneessä suhteessa. (Airikka 2003, 8.)

Kumppaneilla on parisuhteessa yksilöllisesti painottuvat roolit ja ne jaetaan kolmeen osaan, joita ovat vuorovaikutuksellinen, yksilöllinen ja yleinen. Yksilöllinen osa on jokaisella ihmisel-

lä erilainen ja se on muotoutunut ihmisen henkilökohtaisista kokemuksista. Keskinäiset rooliodotukset ja niihin vastaaminen vaikuttavat vuorovaikutukselliseen osaan. Vuorovaikutuksellinen osa sisältää itselle tyypilliset vuorovaikutusmallit, jotka näyttäytyvät, kun olemme toisten ihmisten kanssa tekemisissä. Eettinen, juridinen ja moraalinen osa kuuluvat parisuhteen yleiseen osa-alueeseen. (Airikka 2003, 7-8.)

Airikka (2003, 1) määrittelee Parisuhteen roolikartta -oppaassaan parisuhteen pääroolit seuraavasti: kumppani, suhteen vaalija, rajojen kunnioittaja, arjen sankari ja rakastaja. Päärooleja nimitetään myös motivaatio-rooleiksi ja ne ovat syy olla parisuhteessa. Pääroolien alaroolit eli tavoiteroolit kuvaavat toiminnan eri muotoja, jotka myöhemmin muuntuvat tekorooleiksi. (Airikka 2003, 9.)

Kumppanin roolissa ihminen on sitoutuja. Sitoutujalla tarkoitetaan sitä, että ihminen suunnittelee ja toteuttaa yhteistä suhdetta ja on sitoutunut juuri meneillä olevaan parisuhteeseen. Sitoutuja ottaa myös vastuuta yhteisistä asioista sekä on yhteydessä puolison sukuun ja hyväksyy sen olemassaolon. Kumppanin roolin sisälle kuuluu myös toimia ymmärtäjänä eli hyväksyä puolison virheet ja puutteet. Kumppani on myös valmis kasvamaan yhdessä puolisonsa kanssa eli toteuttaa yhteisiä haaveita ja tukee puolisoa hänen pyrkimyksissään ja vaikeuksissaan. Kumppani osaa myös arvostaa ja hyväksyä puolisonsa valinnat. Kumppani on myös yhdessäolosta nauttija, joka varaa yhdessä ololle aikaa ja järjestää yhteistä tekemistä. Kumppanin rooliin kuuluu toimia lohduttajana eli myötäelää puolisonsa tunteita ja purkaa niitä. Kumppani ottaa myös huomioon oman puolisonsa ja on kiinnostunut hänen hyvinvoinnistaan. (Airikka 2003, 31.)

Suhteen vaalija toimii keskustelijana. Hän kuuntelee puolisonsa sanomisia ja kertoo omista ajatuksistaan selkeästi. Suhteen vaalija osaa myös pyytää vilpittömästi anteeksi ja katu tekojaan, jos on tehnyt väärin toista kohtaan. Suhteen vaalija myös ilmaisee tunteitaan ja kertoo esimerkiksi syyn siihen, miksi on allapäin. Suhteen vaalija on myös neuvottelija, joka on valmis joustamaan ja tekemään sopimuksia. Suhteen vaalija hyväksyy erilaiset tunteet niin negatiiviset kuin positiivisetkin. Tähän rooliin kuuluu rutiinien rikkominen eli uusien asioiden kokeileminen. Tähän rooliin kuuluu myös olla anteeksiantaja, joka ei kaivele vanhoja asioita. Suhteen vaalija on suhteen aloitteen tekijä eli hän toimii suhteen kehittäjänä ja luo uusia ideoita yhdessä tekemiseen. (Airikka 2003, 32.)

Airikan mukaan yksi suhteen rooleista on olla rajojen kunnioittaja. Tämän roolin sisällä ihminen asettaa itselleen rajoja, joka tarkoittaa uskollisuutta ja päihteiden käytön hallintaa. Tämän rooliin sisältyy myös luottamuksen rakentaminen eli henkilö tekee sopimuksia ja pitää kiinni niistä. Rajojen kunnioittaja pitää myös puolensa eikä annan kohdella itseään huonosti. Rajojen kunnioittaja osaa antaa tilaa niin itselleen kuin toiselle. Tähän rooliin kuuluu myös

parisuhteen toisen osapuolen rajojen hyväksyminen ja ei vaadi puolisoa toimimaan vasten tahtoaan. Erillisyyden sietäminen kuuluu myös rajojen kunnioittajan rooliin. Tämän roolin mukaan toimiva antaa puolisonsa mennä omiin menoihinsa ja kestää yksinoloa. (Airikka 2003, 33.)

Arjen sankari sietää turhautumista ja osaa löytää arkielämästä hyviä puolia. Tämä henkilö toimii lastenhoitajana ja kasvattajana ja haluaa vastata lasten hyvinvoinnista. Arjen sankari osaa myös tasapainoilla ja sovitella eri aikatauluja ja rooleja yhteen. Tähän rooliin kuuluu myös kotitöiden tekeminen ja pyrkimys parisuhteen molempien osapuolien tasapuoliseen kuormitukseen. Arjen sankari kantaa myös vastuuta ja ottaa sitä toista enemmän tarvittaessa. Arjen sankari löytää iloa arjesta. Arjen sankari on myös rahan käyttäjä parisuhteessa ja suunnittelee taloutta yhdessä puolison kanssa. (Airikka 2003, 34.)

Rakastaja toimii hellyyden antajana ja voi suukotella ja helliä puolisoaan arkipäivän askareiden lomassa. Rakastaja osaa kumppaninsa lisäksi rakastaa myös itseään ja pitää huolta omasta jaksamisesta. Rakastaja luo myös erotiikkaa esimerkiksi käyttäytymällä flirttailevasti ja viettelevästi. Rakastaja huomioi myös toisen tarpeet muun muassa vastaamalla toisen toiveisiin. Rakastaja myös nauttii seksistä. Tässä roolissa ihminen ilmaisee omia tarpeitaan mutta löytää ja tyydyttää myös puolisonsa tarpeita. (Airikka 2003, 30.)

Puolisot luovat omat mielipiteensä siitä, millainen rooli heillä on parisuhteessa. Myöhemmin suurten muutosten hyväksyminen voi tuntua ylivoimaiselta ja vahva turvaidylli joutuu koetukselle. Ihmisellä on alituinen tarve pyrkiä muuttamaan toista ihmistä haluamaansa suuntaan, mutta onnelliseen parisuhteeseen kuuluu se, että hyväksyy toisen sellaisena kuin toinen on. (Määttä 2000, 25-26.)

6.1.2 Vallankäyttö

Tässä kappaleessa esiintyvät termit parisuhdeväkivalta, perheväkivalta ja vallankäyttö. Keskitymme pääsääntöisesti parisuhdeväkivaltaan, mutta puhumme myös perheväkivallasta, koska jossain parisuhteen vaiheessa useimmiten hankitaan lapsia ja parisuhteessa siirrytään perhe-elämään. Näin ollen parisuhdeväkivallalla tarkoitamme tässä työssä kahden aikuisen välistä väkivaltaongelmaa, johon ei kuulu lapsia. Perheväkivallasta puhuttaessa puhumme väkivallasta, joka kattaa perheen kaikki jäsenet. Väkivalta on vallankäytön äärimmäisin muoto. Valta ja vallankäyttö parisuhteessa aiheuttavat ongelmia ja tästä syystä avaamme myös vallan ja vallankäytön käsitteet.

Vallankäytön muotoja on monia erilaisia. Vallalla tarkoitetaan ihmisen kykyä vaikuttaa toiseen ihmiseen haluamallaan tavalla. Näin ihminen saavuttaa omia päämääriään. Vallankäyttö

ja valta ovat mukana kaikissa ihmissuhteissa, eikä parisuhde ole poikkeus tässä asiassa. Vallankäyttö parisuhteessa sisältää esimerkiksi konfliktien ratkaisua ja päätöksentekoa. Valta on läsnä päivittäisissä päätöksissä ja ratkaisuissa. Puolisoiden välisen vallan jakautuminen riippuu esimerkiksi parisuhteen sisäisestä kulttuurista. (Klemi 2006, 32-34.) Valta voi ilmentyä parisuhteessa muun muassa uskottomuutena, taloudellisen tuen laiminlyöntinä ja parisuhteen toisen osapuolen henkisenä ja fyysisenä alistamisena. Määtän (2002, 71) mukaan uskottomuus, väkivalta ja liiallinen alkoholin käyttö ovat yleisimpiä parisuhteen ongelmia aiheuttavia tekijöitä ja ne ovat useimmiten sidoksissa toisiinsa.

Jokainen ihminen kohtaa elämänsä aikana onnistumisia ja pettymyksiä, jotka vaikuttavat ihmisen persoonallisuuden ja psyykkisten voimavarojen kehittymiseen. Ne ovat asioita, jotka joko helpottavat tai vaikeuttavat ihmissuhteissa toimimista. (Määttä 2002, 67.) Tasavertaisessa parisuhteessa valta jakautuu yleensä tasaisesti molempien osapuolten välille. Usein parisuhteessa kuitenkin käytetään jotakin tiettyä tapaa, jotta oma tahto saadaan läpi. Tämä voi olla joko tietoista tai tiedostamatonta. Omiin tavoitteisiin pyritään pääsemään esimerkiksi vihjailemalla, murjottamalla tai esittämällä toiselle uhkauksia. Menettelytavan valintaan vaikuttavat henkilön persoonallisuus, vallitseva kulttuuri, kasvatus ja kodin malli. (Lahti 1991, 186.) Valta-asema parisuhteessa voi vaihdella erilaisissa tilanteissa puolisoitten välillä. Toisella saattaa olla tietoa jostakin asiasta enemmän kuin toisella, jolloin asiasta enemmän tietävän henkilön on luontevampaa ottaa valta-asema tilanteessa ja suhteen toinen osapuoli suosii hänelle.

Rakkauden ja huolenpidon kykyä ei voida pitää automaationa, vaan ne ovat opittuja kykyjä. Nämä edellyttävät sitä, että ihminen pystyy liittämään ja jakamaan itsensä toisen ihmisen kanssa, ilman sitä pelkoa siitä, että oma identiteetti olisi uhattuna. Eristäytyneisyys ja estoisuus ovat rakkauden ja huolenpidon vastakohtia. Silloin kun ihminen eristäytyy ja on estynyt, hän osaa ajatella vain omaa parastaan. Tämä heikentää ihmistä ja samalla myös mahdollisuuksia ylläpitää parisuhdetta. (Määttä 2002 69-71.)

Vallankäyttö on aina kaksisuuntaista eli valtaa on molemmilla parisuhteen osapuolilla. Näin silloinkin, kun toisen osapuolen valta toiseen verrattuna on minimaalinen. Tällä tarkoitetaan sitä, että väkivaltaisessa suhteessa uhri ei ole täysin avuton ja kyvytön, vaan hänellä on olemassa ainakin jossain määrin itsenäisyyttä ja toimintamahdollisuuksia. (Lindqvist 2009, 33-34.) Valtaan sisältyykin aina vastarinnan mahdollisuus. Valtasuhteet parisuhteessa voivat kuitenkin tilanteen jatkuessa pitkään lukkiutua todella pahasti, jolloin väkivallan kohteen on yhä vaikeampi toimia. (Keskinen 2008, 47-48.) Vallankäyttö tarvitsee ainakin kaksi osapuolta. Uhkailu, suostuttelu ja manipulointi sisältävät paljon vallankäyttöä. Näkyvää vallankäyttöä jopa tehokkaampi vallankäytönmuoto on näkymätön vallankäyttö. (Lindqvist 2009, 42-43.) Uhkailu on tehokas väkivallan, kontrollin ja vallankäytön muoto, joka ei jätä parisuhteen toi-

selle osapuolelle muuta vaihtoehtoa kuin totella (Nyqvist 2001, 122). Sosiaalialan asiakkaiden keskuudessa parisuhteen osalta niin sanottua näkymätöntä vallankäyttöä on paljon enemmän mitä havaitaan. Näkymätöntä vallankäyttöä on vaikea havaita ja huomata ja tämä hankaloittaa tai jopa estää tilanteen ratkeamisen, jonka vuoksi asiakas on avun piiriin hakeutunut.

Valtaan ei aina liity pelkästään negatiivisia sävyjä ja asioita, kuten rankaisua, uhkailua, estämistä tai kieltämistä. Vallassa ei myöskään aina ole kyse hallitsija-alamainen -mallista, jossa hallitsija määrää kaikesta ja alamainen tottelee. Jos valtaa ajatellaan ainoastaan negatiivisena ja alistavana toimintana, se voidaan liittää helposti sotilaalliseen voimaan ja mahdollisuuden käyttää väkivaltaa tai pakkoa. (Virkki 2004, 93.) Positiivista vallankäyttöä yhteiskunnassa on esimerkiksi virka-asemassa olevilla, kuten poliisilla, joka ylläpitää yleistä järjestystä sanktioiden uhalla.

Vallankäytön keinot ovat hienovaraisempia ja huomaamattomampia kuin väkivallan muodot. Parisuhdeväkivallasta puhuttaessa ei juuri koskaan ole kysymys yksittäisistä väkivallan teoista, vaan niiden ja muun vallankäytön myötä rakentuvasta valtasuhteiden epämuodostuneisuudesta. Väki-valta toimii vain yhtenä vallankäyttö taktiikkana. (Keskinen 2008, 47.)

Väki-valta on yksi parisuhteen äärimmäisistä vallankäytön muodoista. (Klemi 2006, 32-34.) Väki-valtaa esiintyykin usein sellaisessa tilanteessa, jossa suhteen toinen osapuoli kyseenalaistaa toisen valta-aseman. Väki-vallan avulla suhteen väki-valtainen osapuoli voi osoittaa oman hallitsijan roolinsa. (Keskinen 2008, 49.) Parisuhteessa väki-vallan uhka antaa niin henkistä kuin fyysistäkin väki-valtaa käyttävälle valta-aseman (Piispa 2010). Perhe- ja lähisuuhdeväki-valta on käsite, joka kattaa erilaiset väki-vallan muodot läheisten ihmisten kesken, perheessä, koulussa, harrastuksissa tai työpaikalla. Lähisuuhdeväki-vallan yleisin muoto on parisuhdeväki-valta. Parisuhdeväki-valta voi olla fyysistä tai henkistä ja tapahtuu puolisoitten tai kumppanien välillä. (Ojuri 2006, 16-17.) Seksuaalinen ja fyysinen väki-valta eivät ole Suomessa hyväksytyjä, mutta miehen vallankäyttö kyseenalaistetaan harvemmin, vaikka se sisältäisi näitä elementtejä. (Kruus 2010, 136.)

Perhe- tai parisuhdeväki-valtaa voi harjoittaa sekä miehet että naiset. Parisuhdeväki-vallan uhreja oli vuonna 2005 tiedossa reilu 2400. Uhreista naisia oli 90 prosenttia ja miehiä 10 prosenttia. 2000-luvun alussa parisuhdeväki-vallan seurauksena kuoli keskimäärin 17 naista. (Väki-vallan yleisyys.) Väki-vallassa on kyse vallankäytön ongelmasta, eikä esimerkiksi vuorovaikutusongelmasta. Väki-valta on perheenjäseniin kohdistettua vallankäyttöä, johon liittyy aina jokin tietty tavoite ja tarkoitus joko välittömästi tai pidemmällä aikavälillä. Kun väki-valtaa käytetään vallankäytön muotona, on vallankäyttäjän tarkoituksena muuttaa toisen ajattelutapaa, puheita ja toimia omien tavoitteiden mukaisiksi. Perheissä, joissa väki-valtaa esiintyy, kaikkien perheenjäsenten toiminta muokkautuu hiljalleen vastaamaan väki-vallan tekijän to-

dellisuutta. Valta tuo väkivaltaiselle henkilölle turvallisuuden tunteen. Väkivallan käytön taustalla onkin aina turvattomuus ja kuviteltu oikeutettu teko. (Huhtalo, Kuhanen & Pyykkö 2003, 9-10.) Väkivaltaisissa parisuhteissa ja perheissä tilanteet kulkevat tiettyä kehää. Kehässä vaihtelevat normaali arki, ristiriitojen purkautuminen väkivaltaisella tavalla ja näitä seuraavat tilanteen hyvittely ja uusi alkua. Koko kaaren yhdistävänä tekijänä on syyllisyyden siirtäminen, kaikki ristiriitatilanteet ja hankaluudet, uhrin syyksi. Väkivallan kierteelle ominaista on väkivallan voimistuminen ja jatkuminen. (Huhtalo, Kuhanen & Pyykkö 2003, 17.)

Väkivaltaisissa perheissä syytä lähdetään usein etsimään mielenterveydellisistä ongelmista tai päihdeongelmista, mutta ne eivät ole varsinaisia väkivallan syytä, vaan tekijä usein vain vetoaa selityksiin ja yrittää löytää oikeutuksen teoilleen näistä taustavaikutuksista. Todellisuudessa väkivaltaisissa perheissä ei usein ole lainkaan päihdeongelmia. Hyvin tavallista fyysisessä väkivallassa on se, että tekijä on selvin päin. (Huhtalo, Kuhanen & Pyykkö 2003, 10.)

Perheväkivallan uhreiksi joutuvat useimmiten myös perheen lapset. Kun väkivallan uhri ei pysty takaamaan lasten perustarpeita ja turvallisuutta, tilanne voi johtaa siihen, että väkivallan uhri näyttää lasten silmissä osaamattomalta, epävarmalta tai pahimmassa tapauksessa piittaamattomalta. Väkivaltainen osapuoli antaa vääristyneen kuvan siitä, kenen syytä tilanne on. Tällöin lasten on huomattavasti helpompaa asettua vallan väärinkäyttäjän puolelle. Lapset eivät aina pysty ymmärtämään, miten väkivalta vaikuttaa pahoinpideltyyn eivätkä he esimerkiksi näe kauan jatkunutta henkistä väkivaltaa, joka saattaa suuresti häiritä väkivallan uhrin kykyä vastata lapsen tarpeisiin. (Huhtala, Kuhanen & Pyykkö 2003, 13.) Vanhempien riitojen ja kamppailujen keskellä olevat lapset saattavat periä sellaisen käyttäytymismallin, jossa on hyväksyttävää ratkaista ongelmia väkivallan ja alistamisen keinoin (Määttä 2002, 162). Joissakin perheissä vanhempien riidat ja ongelmat vievät aikuisten kaiken ajan ja voimavarat, jolloin lapsien tarvitsema tuki ja huolenpito unohtuu. Lapsille ei enää aseteta rajoja ja valta siirtyy lapselle itselleen, koska vanhemmuus puuttuu perheestä. (Henkilökohtainen tiedonanto.)

Yksi keskeisimmistä keinoista ylläpitää valtaa ja tilanteen hallintaa on herättää pelkoa suhteen toisessa osapuolella. Puoliso alkaa vältellä niitä tilanteita, joista aiheutuu pelottavia kohtauksia. Monet normaaliin elämään olennaisesti kuuluvat ihmissuhteet saavat vääristyneitä merkityksiä ja näin ollen ystävyysuhteet ja muut elämään kuuluvat asiat alkavat vähitellen karsiutua. Tämä on uhrin selviytymisstrategiaa välttääkseen yhä uhkaavampien tilanteiden syntymistä. (Huhtala, Kuhanen & Pyykkö 2003, 18-19.)

Fyysinen pahoinpitely on fyysistä vahingoittamista, esimerkiksi kuristamista tai hakkaamista. Henkistä väkivaltaa ovat muun muassa verbaalinen alistaminen, sosiaalinen eristäminen, taloudellinen alistaminen, pukeutumisen tai ilmaisun kontrollointi. Henkinen väkivalta liittyy

osaltaan fyysiseen väkivaltaan. Uhkaa, tuskaa ja pelkoa voidaan pitää yleisimpinä väkivallan oireina pahoinpitelyjen laadusta ja määrästä riippumatta. (Ojuri 2006, 17.) Väkivallan seuraus voi olla sosiaalinen, mikä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että sosiaalisesta vuorovaikutuksesta eristäytytään. Seuraukset voivat olla myös psyykkisiä, kuten kriisi tai posttraumaattinen stressireaktio. Väkivallan seuraukset ovat usein myös fyysisiä, kuten murtumat, sisäiset vauriot tai pahimmassa tapauksessa jopa kuolema. (Perttu 2002a, 42-43.)

Jokaisella on oikeus henkilökohtaiseen koskemattomuuteen, ja tämä tarkoittaa myös seksuaalista itsemääräämisoikeutta. Seksistä ei ole kyse, kun parisuhteessa tapahtuu seksuaalista väkivaltaa, pakottamista tai hyväksikäyttöä. Tällöin on kyse parisuhteen toisen osapuolen alistamisesta ja vääristyneestä vallankäytöstä. (Piispa 2010) Kaikki tahdonvastainen seksuaalinen toiminta on seksuaalista väkivaltaa. Tällä voidaan tarkoittaa esimerkiksi koskettelua ja hivelyä, jota toinen ei halua tai jopa raiskaus. Seksuaaliseksi väkivallaksi voidaan luokitella myös seksin avulla toisen kiristäminen, siihen painostaminen tai kaupankäynti seksillä. Alaikäiselle väkisin tarjottu seksiin liittyvä informaatio on myös luettavissa seksuaaliseksi väkivallaksi. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi sitä, että lapsi pakotetaan katsomaan pornograafisia elokuvia. (Huhtala, Kuhanen & Pyykkö 2003, 11.)

Väkivalta voi olla taloudellista väkivaltaa. Tällaisella väkivallanmuodolla tarkoitetaan esimerkiksi raha-asioilla kiristämistä, taloudellista hyväksikäyttöä tai toisen raha-asioden kontrollointia ja salailua. Väkivaltainen henkilö saattaa hyväksikäyttää rahaa tai muita taloudellisia etuuksia saadakseen uhrin pysymään hiljaa väkivallan teoista. (Huhtala, Kuhanen & Pyykkö 2003, 11.)

Hengellistä väkivaltaa on puolison uskomuksen tai vakaumuksen vähättely tai halventaminen. Hengellinen väkivalta voi ilmetä toisen painostamisena, pakottamisena, kiristämisenä tai syylistämisenä. Nämä liittyvät joko yksilöön tai koko uskonnolliseen yhteisöön. Myös väkivallan oikeuttaminen uskonnollisin perusteluin luetaan hengelliseksi väkivallaksi. Hengellinen väkivalta vaikuttaa erityisen voimakkaasti perheen lasten maailmankuvan ja moraalien kehittymiseen. (Huhtala, Kuhanen & Pyykkö 2003, 11.)

Hierarkkisella väkivallalla parisuhteessa tarkoitetaan sitä, että parisuhteen toinen osapuoli on johtaja muun muassa päätöksenteossa toisen ollessa altavastajan asemassa. Hierarkkisuudella voidaan tarkoittaa sitä, että toinen on korkeammin koulutettu tai ansaitsee toista enemmän rahaa. (Hyttinen 2008, 27.)

Väkivaltaan johtavia selitysmalleja ja teorioita on erilaisia ja ne voivat osaltaan olla limittäin. Luettelemme seuraavaksi kyseiset selitysmallit. Psykopatologisen selitysmallin mukaan ihmisen väkivaltaisuus juontuu ihmisen psyykkisestä poikkeavuudesta, kuten persoonallisuushäiri-

östä, vaikeasta lapsuudesta tai aivojen biologisesta toimintahäiriöstä, joita aiheuttavat muun muassa alkoholi, välittäjäaineiden ja sokeritasapainon heittäminen. Useimmiten tässä tapauksessa on kyse sairaalloisesta riippuvuudesta, sadistisesta luonteesta tai vaurioista aivoissa. (Perttu 2002a, 30-31.)

Biologisten selitysmallien taustalla on evoluutioteoria, jota sosiaalibiologit sovelsivat Darwinin evoluutioteoriasta. Tämän mukaan ihmisen väkivaltainen käyttäytyminen on periytyvää ja siirtyä sukupolvelta toiselle. Psykososiaalisen selitysmallin mukaan parisuhteen toiseen osapuoleen kohdistuva väkivalta on selitettävissä perheeseen tai parisuhteeseen liittyvillä tekijöillä. Väkivaltaa aiheuttavia tekijöitä voivat olla erilaiset stressitilanteet kuten työttömyys, taloudellinen tilanne, parisuhdeongelmat tai perheenlisäys. Yhtenä väkivallan selitysmallina voidaan nähdä yhteiskunnan yleinen väkivaltaisuus. Tämän selitysmallin mukaan väkivallan esiintyminen ja hyväksyminen yhteiskunnallisella tasolla voi vaikuttaa myös sen esiintymiseen yksityisellä tasolla, kuten perheen sisällä. Yhteiskunnan yleinen väkivalta pitää sisällään myös lisääntyneet väkivaltaiset videopelit, kauhuelokuvat ja Internetin osaltaan sensuroimattoman sisällön. (Perttu 2002a, 31-33.)

Sosiokulttuurisessa selitysmallissa väkivalta selitetään seurauksena naisten ja miesten epä-tasa-arvoisesta valtasuhteesta yleisesti ja se heijastuu parisuhteen osapuolten väliseen suhteeseen. Yleisellä tasolla on ollut ja on edelleen asenne, että nainen on alempi osapuoli mieheen nähden. Miehen käyttämä väkivalta on tämän selitysmallin mukaan sallittua sosiaalisen ja kulttuurisen elämän, perinteiden, tapojen ja naisen ja miehen väliseen suhteeseen liittyvien uskomusten mukaan. Miehen käyttämä väkivalta naista kohtaan on siis tämän selitysmallin mukaan yhteiskunnallisten käsitysten, asenteiden ja uskomusten toistamista. Sosiaalisen kontrollin teorian mukaan väkivaltaisuus on väkivallan tekijän näkökulmasta sallittua ja mahdollista, kun kukaan ulkopuolinen ei sitä näe tai tiedä siitä. (Perttu 2002a, 33-34.)

Sosiaalipsykologisen mallin mukaan väkivaltainen käytös syntyy vuorovaikutuksesta yksilön, viiteryhmiä ja yhteiskunnan välillä. Väkivaltainen käyttäytyminen tapahtuu aina jossakin sosiaalisessa tilanteessa. Ihminen reagoi stressiin jollain tietyllä tavalla ja jokaisen yksilöllinen kehityshistoria ja elämänhallinta vaikuttavat siihen, käyttäytyykö ihminen väkivaltaisesti vai löytyykö tilanteeseen jokin toinen käyttäytymismalli. Perhedynaamisen teorian mukaan parisuhteen tai perheen ongelmat, kuten kommunikaatio- ja vuorovaikutusongelmat, johtavat väkivaltaan parisuhteen toista osapuolta kohtaan. Tämän teorian mukaan uhrikin on jollain tasolla osallinen väkivallan syntymiseen esimerkiksi puhumattomuudellaan. Sosiaalisen oppimisen mallin mukaan väkivaltaisuus on osaltaan perittyä ja opittua käyttäytymistä. Tämän teorian mukaan lapsi saa väkivaltaisen mallin kotoa, esimerkiksi äitiä pahoinpitelevältä isältä. Väkivaltaa lapsena sivusta seurannut luultavimmin käyttäytyy aikuisena väkivaltaisesti, varsinkin jos kokee hyötyvänsä tästä käyttäytymisestä. (Perttu 2002a, 34-35.)

Parisuhteeseen vaikuttavia ulkopuolisia vallankäyttäjiä voivat olla muun muassa kriisityöntekijä, parisuhdeneuvoja, sosiaalityöntekijä tai terapeutti silloin kun parisuhteeseen on lähdetty hakemaan ulkopuolista apua. Ammattilaisten käyttämä valta on positiivista vallankäyttöä, jonka avulla asiakkaan tilannetta saadaan muutettua parempaan, mutta se voi olla myös negatiivista silloin kun ammattilainen käyttää valtaansa väärin.

6.2 Luovat ja toiminnalliset menetelmät

Martti Lindqvistin (1992, 21) mukaan luovat prosessit ovat olennainen osa jokaisen elämää eivätkä tarvitse tiettyä tilaa, menetelmää tai ohjaajaa. Esteitä luovuudelle on kuitenkin olemassa niin paljon, että joskus tarvitaan tietoista työskentelyä sen esille nostamiseksi. Luovat ja toiminnalliset menetelmät tukevat yksilön ja yhteisön moninaisuutta, toiminnallisuutta ja luovuutta tavoitteellisesti käytettyinä. (Niemi, Nietosvuori & Virikko 2006, 355.)

Toiminnalliset menetelmät ovat nimensä mukaisesti enemmän toimintaa kuin sanoja ja puhetta. Puhetta tarvitaan vasta työskentelyn loppuvaiheessa työskentelyn purkamiseen ja kokemusten jakamiseen toisten kanssa. (Toiminnalliset menetelmät yleensä.) Luovien ja toiminnallisten menetelmien voima on ihmisten mahdollisuudessa ilmaista ajatuksiaan ja tunteitaan liikkeiden, eleiden, kuvien, sanojen, mielikuvien, musiikin ja kirjoittamisen kautta. Ihmisille on luonteenomaista ilmaista itseään eri tavoin ja monelle sanat ovat se vaikein keino ilmaista itseään. (Ilkka & Tamminen 2004, 13.)

Toiminnallisimmillaan luovat menetelmät ovat silloin, kun asiakas itse tekee ja luo itse esimerkiksi maalaamalla, kirjoittamalla tai valokuvaamalla. Yhtä hyvin asiakkaan kanssa voidaan käyttää myös valmiita tuotoksia, kuten elokuvia tai valokuvaa. (Toiminnalliset menetelmät yleensä.)

Niemen, Nietosvuoren ja Virikon (2006, 355) mukaan toiminnallisia menetelmiä käytettäessä on tärkeää muistaa, että prosessi etenee asiakkaan ehdoilla. Luovien ja toiminnallisten menetelmien tarkoitus on antaa keinoja tukea asiakasta. Samalla ne kehittävät myös menetelmän vetäjän omaa ammatillista osaamista. Luova työntekijä pystyy vastaamaan asiakkaan ja työelämän asettamiin haasteisiin, kykenee ottamaan riskejä ja joustamaan tarvittaessa. Työntekijällä on oltava myös rohkeutta tehdä omaperäisiä ja riippumattomia päätöksiä työssään ja asiakkaan kanssa työskenneltäessä. Työntekijän on myös hyvä tiedostaa oman persoonansa merkitys työvälineenä. Hyvinvointialoilla painotetaan elämyksellisyyttä, yhteisöllisyyttä ja toiminnallisuutta. (Niemi, Nietosvuori & Virikko 2006, 351.)

Erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja ja niiden vaikutuksia voidaan harjoitella ja kokeilla muun muassa toiminnallisia menetelmiä käyttäen. Tällaisten menetelmien etuna on mahdollisuus päästä

nopeasti keskeisten asioiden yhteyteen. Toiminnallisten menetelmien avulla voidaan päästä yli käsittelemättömistä elämän varrella tapahtuneista ja myös nykyhetken kriiseistä. Kokeuksia ja asioita saattaa olla helpompi ilmaista ja käsitellä toiminnallisten menetelmien avulla. Keskeinen periaate kriisityössä on asiakkaan toimiminen subjektina ja kokijana, mikä korostuu myös toiminnallisia menetelmiä käytettäessä. Toiminnallisista menetelmistä keskeisiä ja tunnetuimpia ovat sosiodraama, psykodraama ja tarinateatteri. Uusia soveltamis mahdollisuuksia toiminnalliselle menetelmille löydetään ja kehitetään koko ajan. Menetelmiä käytetään yleensä ryhmätyöskentelyssä, mutta ne soveltuvat hyvin myös yksilötyöskentelyyn. Joillekin ryhmän toimintaan osallistuminen voi olla haastavaa tai jopa ylitsepääsemätöntä, jolloin yksilötyöskentely on parempi vaihtoehto. (Pyykkö 2002, 148-150.)

6.3 Voimautumisen käsite

Käsitteet voimaantuminen ja voimautuminen tulevat englannin kielen sanasta empowerment. Empowerment -käsite on vakiintunut 1980-luvun puolivälissä, mutta käsitteellä ei vielä ole vakiintunutta suomennosta. (Savolainen 2009, 212.) Käytämme opinnäytetyössämme sanaa voimautuminen, koska se on modernimpi käsite ja nykyaikaisissa tutkimuksissa on siirrytty tämän käsitteen käyttöön.

Voimautumisella tarkoitetaan ihmisten ja ihmisten kautta ihmisyhteisöjen kykyjen, mahdollisuuksien ja vaikutusvallan lisääntymistä (Voimautumisteorian premissit). Voimauttaminen voidaan nähdä myös vallan antamisena (Savolainen 2005, 21). Voimautuminen on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi, joka tapahtuu todennäköisimmin jossakin voimautumiselle edellytykset luovassa, sosiaalisesti turvallisessa ympäristössä. Voimautuminen on aina henkilökohtainen prosessi. Voimaannuttuaan ihminen kokee olevansa sisäisesti vahva sekä tasapainossa itsensä ja ympäristön kanssa. Samalla myös ihmisen toiveisuus tulevaisuutta kohtaan kasvaa. (Voimautumisteorian premissit.) Voimautumisprosessin kautta ihminen myöntää olevansa heikko ja vajavainen, mutta kokee itsensä näistä huolimatta arvokkaaksi ja hyväksi. Voimautumisen kautta ihminen saa itselleen kykyä uskoa, että hän itse voi muuttaa elämänsä suuntaa parempaan päin. (Savolainen 2005, 22.)

Voimautuminen koetaan sisäiseksi voiman kokemukseksi, lisääntyneeksi itseluottamukseksi sekä sosiaalisten taitojen hallinnaksi. Kun ihminen voimautuu sisäisesti, se vapauttaa ihmisen voimavaroja ja vastuullista luovuutta. Voimatuessaan ihmisestä heijastuu tietynlainen myönteisyys ja positiivisuus. Voimautunut ihminen pyrkii tekemään parhaansa kaikissa tilanteissa. Voimautuakseen yksilöllä tulee olla selkeä identiteetti, näkemys siitä kuka hän on ja minne kuuluu. Voimautuminen voidaan nähdä sosiaalisena prosessina ja intrapsyykkisenä eli ihmisestä itsestään lähtevänä kokemuksena. (Hänninen 2006, 192-193; Siitonen 2007,4.) Voimautu-

misprosessi saattaa käynnistyä jonkin ulkopuolisen henkilön tai tapahtuman johdosta, mutta ihmisen on oltava avoin ja valmis voimautumaan (Henkilökohtainen tiedonanto).

Voimautuminen edellyttää perustavanlaatuista havahtumista kriittiseen itseymmärrykseen ja on ihmisarvoisen elämän tavoittelua. Voimautumisessa yksilön on mahdollista saavuttaa päämääränsä yhteistoiminnalla muiden ihmisten kanssa. Voimautumisessa on itse asiassa kyse ihmisen omista ehdoista, joita määrittelee yhteisöllinen säätely, psyykkinen itsesäätely ja yhteiskunnallinen säätely. (Räsänen 2006, 11-12.) Se jäänee kuitenkin ratkaisematta, millaisten prosessien kautta ihminen voimautuu syvässä mielessä (Hänninen 2006, 213). Jokainen voimautuu omalla tavallaan ja voimautumisen edellytyksistä ei voida tehdä kaikkiiin yleistettävää luetteloa. Ihmisen voimautumisprosessia voidaan ainoastaan pyrkiä mahdollistamaan erilaisin keinoin. (Siitonen 2007, 4.)

Voimautumiseen kuuluu pyrkimys opetella itsensä ja asioiden hallintaa. Voimautumisella halutaan saada käyttöön juuri sillä hetkellä asianmukaisia aineellisia henkisiä resursseja. Edellä mainittujen lisäksi voimautuvalta henkilöltä odotetaan ymmärrystä nykyisen sosiaalisen tilanteen reunaehdoista ja mahdollisuuksista. Voimautumisprosessi on onnistunut, jos ihminen kehittyy sen ansiosta itsenäiseksi ja riippumattomaksi. (Heikkilä & Heikkilä 2007, 29.)

Voimautumisorientaatiota hyödynnetään nykyään monilla eri tieteen- ja elämäntieteillä. Voimautumisessa otetaan tätä nykyä entistä enemmän huomioon ihmisarvoisen lähestymistapa muutos-, uudistamis- ja kehittämishankkeissa. Näissä hankkeissa haetaan pysyviä muutoksia esimerkiksi toimintatapoihin, pysyviksi muodostuneisiin haitallisiin käytänteisiin ja uskomusjärjestelmiin. (Siitonen 2007, 1.)

Kriisityössä tavoitteena on saada asiakas voimautumaan ja ottamaan oma elämä takaisin haltuun kriisitilanteen jälkeen. Työntekijän pitää hyväksyä asiakkaan kaikki tunteet ja tukea asiakasta näiden käsittelyssä, jotta asiakas voi voimautua. (Perttu 2002b, 95.)

6.4 Kuvasta ja sen merkityksestä

Kuva mielletään helposti suhteellisen uudeksi viestintävälineeksi. Todellisuudessa kuva on kaikkein vanhin informaation tallennus- ja välityskeino. Kuvallinen ilmaisu juontaa juurensa 30 000 vuoden taakse, kun taas kirjoitustaidon iäksi arvioidaan 7 000 vuotta. (Hietala 1993, 9.) Ensimmäinen valokuva julkaistiin virallisesti 1839. Valokuva on minäkuvan ja maailmankuvan tärkeä luoja. Kuvan avulla saadaan objektiivista tietoa fyysisestä olemuksesta. (Mannermaa 2000, 62.)

Nykyisin eletään kuvan maailmassa ja ne ympäröivät kaikkialla. Kuvilla on tuotettu ja voidaan yhä tuottaa tietoa, ymmärrystä ja oivalluksia eri asioista, kuvilla on vaikutettu maailmaan ja herätetty katsojissaan tunteita. (Arajärvi 2004, 7.) Valtaosa päivittäisestä informaatiosta saadaan näköaistin avulla. Kuva on tehokas katseen vangitsija, esimerkiksi toisinaan kirjoista ja lehdistä tulee katsottua ainoastaan kuvat. (Hietala 1993, 9-10.) Kuvaan on luotettava siinä missä puheeseenkin. Kuvalla on itsenäinen merkitys, ja se eroaa merkittävästi puhutusta kielestä. (Hautala 2008, 37.)

Taiteen ja kuvan parantava rooli huomattiin jo esimerkiksi antiikin Kreikassa, mutta se menetti kiinnostuksen keskiajalla. 1900-luvun alussa erilaiset koulukunnat raivasivat tietä taide-terapioille sekä kuvien avulla toteutetulle psykoterapialle. (Hautala 2008, 37.) Ensimmäinen maininta valokuvan käytöstä psykoterapiatyössä löytyy vuodelta 1856 (Halkola 2009a, 13).

Vanha sananlasku sanoo kuvan kertovan enemmän kuin tuhat sanaa. Kuvan kautta voidaan tuoda esille sellaisia asioita, joihin sanat eivät yllä (Weiser 1993, 6). Vaikeaa asiaa voidaan lähestyä kuvallisin keinoin. Kuva voi toimia säiliönä vaikeille ja tuskallisille tuntemuksille. (Leijala 2000, 10.) Itsestään selvät asiat yritetään nähdä uudesta näkökulmasta. Kuvaa katsotaan ja tulkitaan ja tätä kautta se saa merkityksiä. Valokuviiin liittyy tunteita ja muistoja. (Mannermaa 2000, 62.) Valokuvan tulkitseminen on eräänlaista lukemaan oppimista. Valokuvien kanssa työskennellessä tarvitaan aina rohkeutta myötäelämiseen ja tunteiden esille tuomiseen. (Hietaharju 2006, 8.)

Valokuvassa on kyse elämään syvästi vaikuttavasta asiasta. Valitettavasti vain harvat käyttävät hyväkseen sitä informaatiota ja terapeutista potentiaalia, joita valokuvissa on (Mannermaa 2000, 61). Kuvan avulla voidaan saavuttaa sellaisia mielen tasoja, joihin muuten ei päästä käsiksi (Mantere 2000, 14). Sanoille on olemassa erilaisia merkityksiä, mutta kuvissa on jotakin, joka ei voi välittyä millään muulla tavoin. Kuvien symboliikka on sellaista, että ne näyttävät asioita, joita kuva ei esitä. Kuvan merkitys syntyy katsojassa. (Rantanen 1992, 12.) Valokuvan tulkintaan vaikuttavat monet asiat, esimerkiksi kulttuuritausta, ikä ja sukupuoli. Valokuvat voivat toimia siltana menneisyyteen, tiedostamattomaan tämänhetkiseen tilaan ja tulevaisuuden toiveisiin (Halkola 2009a, 13).

Terapeuttisuus valokuvassa perustuu valokuvan elämyksellisyyteen ja todistusvoimaan. Valokuva tekee näkyväksi näkymättömiin jääneitä asioita. Valokuva myös vahvistaa ihmistä ja tavoittaa sellaista, mitä ei sanoilla pysty tavoittamaan. (Savolainen 2004, 130.) Valokuvat muistuttavat olemukseltaan unia, mieli- ja muistikuvia sekä ajattelua. Valokuvat voivat vaikuttaa syvästi ihmiseen ja tämän ajatteluun sekä psyykkisiin ja kehollisiin prosesseihin. (Savolainen 2005, 189.)

Valokuva toimii todisteena jostakin tilanteesta ja voi auttaa ihmistä selkiyttämään ajatuksia ja tapahtumien kulkua ja saamaan käsitystä kokonaistilanteesta muun muassa kriisitapahtuman yhteydessä. Symboliset kuvat voivat toimia apukeinona vaikeiden muistojen selvittämisessä. (Pojjula 2007, 216.) Kuvasta tulkitsija löytää sekä yleisiä että yksityisiä merkityksiä. Kuvan yksityiskohdat voivat antaa tulkitsijalle assosiaatioita omasta elämästä. (Mäkiranata 2008, 152.)

Valokuvan käyttö menetelmänä vaatii asiakkaan kiinnostusta käsitellä asioita valokuvan kautta. Jos asiakassuhteen aikana huomataan, ettei prosessi kulje haluttuun suuntaan, ei valokuvien käyttöä kannata jatkaa. (Mannermaa 2000, 71.) Perusta valokuvan käytölle osana työskentelyä on työntekijän oma psykoterapian viitekehys tai ammatillinen sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattipätevyys (Halkola 2009a, 15). Valokuvan kanssa työskenneltäessä on oltava hyvin tarkkana eettisyyden kanssa. Valokuvien avulla pyritään vaikuttamaan katsojaansa. Valokuvien luomiin assosiaatioihin eli miellelyhtymiin voidaan vaikuttaa ja niiden avulla voidaan purkaa vaikeita asioita. (Lehtonen 2008, 54.) Kuvista löydetään merkityksiä eikä totuuksia, joten työntekijä ei voi suoraan tehdä johtopäätöksiä asiakkaan tulkinnoista. Tärkeää on, että asiakas itse oivaltaa omat tulkintansa ja hyötyy niistä. Valokuvasta puhuessaan ihminen puhuu myös itsestään. Se, mitä ihminen luulee näkevänsä, kertoo enimmäkseen ihmisen itsensä sisäisistä kuvista. (Mannermaa 2000, 68.)

Kriisityössä ja kriisiterapiassa käytettävän valokuvan merkitys voi olla todella merkittävä asiakkaalle. Valokuvan kautta voidaan saavuttaa ihmisen kuvamuistin kautta sellaista, mitä asiakas ei ole osannut pukea sanoiksi. (Halkola 2009b, 62.) Valokuvan käyttö asiakastyössä antaa uudenlaisia keinoja asiakkaan elämäntilanteen ymmärtämiseksi. Valokuvat auttavat asiakasta hahmottamaan tapahtumia ja usein vaikeitakin asioita on helpompi muistella ja puhua niistä. Valokuvat voidaan nähdä osana todellisuutta, mutta ne antavat kuitenkin tilaa myös mielikuville ja uudelleen tulkinnoille. (Halkola 2009b, 68.)

6.5 Valokuvaterapia

Käsitlemme opinnäytetyössämme valokuvaterapiaa, sillä pohja valokuvien terapeuttiselle käytölle on lähtöisin valokuvaterapiasta. Teoria valokuvaterapiasta tarjoaa myös elementtejä opukseemme.

Valokuvaterapeuttinen työskentely on kansainvälisesti alkanut 1970-luvun lopulla. Systemaattisesti ja tietoisesti valokuvia on ryhdytty käyttämään terapiatyössä Suomessa vasta 1990-luvun lopulla. Valokuvaterapian on Suomeen tuonut psykologi Lauri Mannermaa. Suomessa valokuvaterapia ei ole itsenäinen psykoterapiamuoto eikä nimikettä valokuvaterapeutti myöskään käytetä. (Halkola 2009a, 13-15.)

Ensimmäinen merkintä valokuvan käytöstä psykiatrisessa työssä on vuodelta 1856. Lontoossa Englantilainen psykiatri-harrastelija valokuvaaja Diamond kuvasi potilaitaan diagnostisessa tarkoituksessa ja tuodakseen näkyviin potilaissa tapahtuvia muutoksia. Hän havaitsi kuvien katselun olevan merkityksellistä sekä potilaille ja henkilökunnalle. Terapeuttisesta näkökulmasta tämä oli hyvin kiinnostava huomio. Tämän jälkeen asia tuntui unohtuneen, mutta kunnes vuonna 1983 David A. Krauss ja Jerry L. Fryer julkaisivat kirjan *Phototherapy in Mental Health*. Tämä on edelleen yksi alan perusteoksista. Tämänhetkisiä alan uranuurtajia ovat psykologit David A. Krauss ja Judy Weiser sekä psykiatri, valokuvaaja Joel Walker. (Halkola 2009a, 13-14.)

Valokuvaterapia on valokuvauksen ja valokuvan systemaattista käyttöä psykoterapiassa tai terapeuttisessa työssä. Valokuvaterapia on tunteiden, ajatusten ja kokemusten aktivoimista ja prosessointia terapeutin ohjauksessa. (Halkola 2009a, 14-15.) Kaikkia asiakkaan läpikäymiä prosesseja ei tarvitse ymmärtää tietoisella tasolla (Savolainen 2005, 170). Valokuvaterapian menetelminä ovat symbolisten tai omaelämäkerrallisten kuvien katselu tai uusien valokuvien ottaminen (Poijula 2007, 216). Valokuvien avulla pyritään syventämään ja edistämään terapiaprosessia (Välivaara 2008, 20). Valokuvaterapiassa on ideana valita sellaiset kuvat käyttöön, jotka herättävät eniten kiinnostusta ja ajatuksia. Kiinnostusten ja ajatusten kautta aletaan tarkastella kuvien sisältöä. (Halkola 2009b, 57.)

Asiakastilanteissa keskusteltaessa erilaisista mielikuvista, muistoista ja tunteista saadaan valokuvan käytöllä tuotua keskustelun ohelle konkreettinen objekti. Valokuvaa tutkitaan fyysisten aistien avulla, kuten katsomalla ja koskettamalla. Asiakastilanteessa keskustelu saattaa unohtua, mutta valokuvaa katsottaessa myöhemmin uudelleen, muistuvat aiemmat mielikuvat paremmin mieleen. (Hentinen 2009, 39.) Valokuvaterapiassa valokuvan kautta on tarkoitus tukea ja parantaa asiakkaan itsetuntemusta, persoonallista kasvua ja psyykkistä eheyttä (Koffert 2009, 100).

Valokuvaterapia voidaan jakaa kahteen toimintatasoon; valokuvaterapiaan ammatillisessa terapiatyössä ja terapeuttiseen valokuvan käyttöön. Valokuvaterapian käyttö terapiatyössä on tunteiden, ajatusten ja kokemusten aktivointia ohjatusti. (Halkola 2009a, 14.) Vain koulutetut terapeutit voivat toteuttaa valokuvaterapiaa (Välivaara 2008, 20). Terapeuttista valokuvaterapiaa on sosiaali-, kasvatust- ja terveysalan ammattihenkilöiden ennaltaehkäisevän, hoitavan ja kuntouttavan valokuvan käyttö (Halkola 2009a, 16). Terapeuttinen valokuvan käyttö ja terapia ovat yksityisiä tai ryhmän sisäisiä asioita. Valokuvien tärkeimpänä tehtävänä on lisätä ymmärrystä ja tukea terapiaa. (Salo 2009, 33.)

6.6 Valokuva voimauttajana

Sosiaali- ja terveysalalla sekä terapiatyössä on käytössä erilaisia sovelluksia valokuvan käytöstä asiakastyössä. Tunnetuin näistä menetelmistä, jossa hyödynnetään valokuvaa ja sen ominaisuuksia, on Miina Savolaisen Voimauttavan valokuvan menetelmä, joka on viime vuosina ollut paljon esillä. Tätä menetelmää myös käytetään ja sovelletaan paljon. Valokuvan voimauttavia ominaisuuksia kehittää ja hyödyntää ahkerasti myös Judy Weiser. Hän käyttää valokuvien kanssa työskennellessään viittä erilaista päätekniikkaa. Myös Joel Walker on kehittänyt omanlaisiaan valokuvakortteja asiakkaiden kanssa työskentelyyn. Suomessa tunnetuin valokuvakorttisarjan luoja on Ulla Halkola. Korttisarja tunnetaan nimellä Spectro-kortit.

Nämä edellä mainitut valokuvaa ja sen ominaisuuksia hyödyntävät menetelmät ovat tunnetuimmat ja käytetyimmät. Kuvaamme näitä edellä mainittuja menetelmiä seuraavissa alaluvuissa tarkemmin, sillä ne ovat luoneet pohjaa luomallemme työmenetelmälle.

6.6.1 Voimauttavan valokuvan menetelmä

Valokuvaterapian ja voimauttavan valokuvan menetelmän ero on niiden visuaalisuudessa ja valokuvan kehollisessa voimassa. Valokuvaterapiassa valokuvien käyttö perustuu asiakkaan sisäisen todellisuuden muokkaamiseen terapeutin puheen tuottamisen välineenä. Voimauttavan valokuvan menetelmä on tyyliältään kuvallisempi ja toiminnallisempi. Voimauttavan valokuvan menetelmässä perehdytään ihmisen arjen vuorovaikutussuhteisiin ja konkreettisten elinolosuhteiden, elämäntilanteen ja yhteistoiminnan parantamiseen. (Savolainen 2009, 227.)

Voimauttavan valokuvan menetelmän kehitti valokuvaaja, taide- ja sosiaalikasvattaja Miina Savolainen. Se on tunnetuin ja käytetyin valokuvaterapeuttinen menetelmä Suomessa. (Halkola 2009a, 19.) Tämä menetelmä lähti liikkeelle vuonna 1998 yhteisöllisestä valokuva-projektista Maailman ihanin tyttö, jonka Miina Savolainen toteutti yhdessä kymmenen lastenkodissa asuneen ja kasvaneen tytön kanssa (Maailman ihanin tyttö-valokuvaprojekti).

Voimauttavan valokuvan menetelmä on terapeuttisesti suuntautunut menetelmä, jota voidaan käyttää niin yksilön kuin ryhmienkin, esimerkiksi perheen ja työryhmän voimautumisprosessin alullepanijana (Voimauttavan valokuvan menetelmä). Menetelmä perustuu voimautuminen - käsitteen sisältöihin, jonka perustana on se, ettei toista ihmistä voi voimauttaa vaan voimautuminen lähtee ainoastaan ihmisestä itsestään (Voimautumisteorian premissit). Voimauttavan valokuvan menetelmän käyttö edellyttää tasavertaisuuden ja itsemäärättyä oikeuden toteutumista (Voimauttavan valokuvan menetelmä).

Valokuva voi toimia asiakastilanteessa myös vallankäytön välineenä ja sen avulla työntekijä voi mitätöidä asiakkaan kokemuksen. Voimauttavan valokuvan menetelmän käytössä työntekijän onkin syytä olla tietoinen valokuvaan liittyvästä valtakysymyksistä. Työntekijän tulee tun-

nistaa valtakysymykset ja myös purkaa niitä asiakastilanteessa. Voimauttavan valokuvan menetelmässä edellytetään myös työntekijän oman voimauttavan valokuvaprosessin läpikäymistä. (Voimauttavan valokuvan menetelmä.)

Valokuva ei ole tässä menetelmässä nimestään huolimatta keskeisimmässä osassa, vaan menetelmässä keskitytään katsomiseen ja näkemiseen sekä siihen, miten nämä asiat tapahtuvat. Tässä työmenetelmässä opetellaan kohtaamaan vastavuoroisesti toinen ihminen, oli se sitten työtoveri, perheenjäsen tai asiakas. Voimauttavan valokuvan menetelmän tärkein tavoite on nostaa esiin arkielämässä usein piiloon jäävä arvokas ja hyvä, jota jokaisessa on. (Voimauttavan valokuvan menetelmä.) Menetelmässä valokuvia käytetään vuorovaikutussuhteiden parantamiseen, voimavarojen vahvistamiseen ja asioiden selkeyttämiseen. Valokuva itsessään ei ole voimauttava, vaan sen vaikutukset riippuvat asiakastilanteen asetelmasta. (Savolainen 2009, 211.)

Voimauttavan valokuvan menetelmä koostuu neljästä osasta, joita ovat albumikuvat, kuvaustilanteen vuorovaikutus, omakuva ja arkielämän teemojen kuvaaminen. Jokaisella näistä lähestymistavoista pureudutaan hieman erilaisiin asioihin. (Savolainen 2009, 217.) Näillä osilla pyritään lähentämään asiakkaan ihmissuhteita, parantamaan vuorovaikutusta, selkiyttämään epäselviä tunteita tai muita abstrakteja asioita sekä helpottamaan oman tai yhteisön toiminnan tutkintaa ja reflektointia (Voimauttavan valokuvan menetelmä).

Jonkin tietyn valokuvan hylkääminen asiakastilanteessa asiakkaan toimesta on tärkeä edellytys voimautumisprosessin etenemisen ja onnistumisen kannalta. Valokuva on konkreettinen asia, jonka kautta voidaan palata itselle tärkeisiin muistoihin, tarinoihin, tunteisiin, menneisiin ihmissuhteisiin ja tapahtumiin. Valokuva on kuitenkin aina vain paperia, jonka voi helposti repiä, rajata tai muokata uudelleen. Kuvista on helppo esimerkiksi sutata ikävien ihmisten kasvoja ja kuvia voidaan tuhota ja hävittää ihmissuhdekriiseissä. (Savolainen 2005, 171.)

Kulttuuriset merkitykset vaikuttavat siihen, miten valokuva nähdään. Jotta voimauttavan valokuvan menetelmää voitaisiin soveltaa, tulee nämä kulttuuriset merkitykset tiedostaa. Valokuvan katsoja antaa itse merkityksensä valokuvalle myös oman elämänsä historian kautta. (Savolainen 2009, 213-216.)

Valokuvan kautta tapahtuva voimautuminen on aina prosessi, jonka lopputulosta ei aina voida etukäteen varmasti tietää. Tämäntyyppinen työskentely edellyttää epävarmuuden ja epäonnistumisen mahdollisuuden tiedostamisen ja sietämisen. (Voimauttavan valokuvan menetelmä.) Samantyyppinen prosessinomaisuus ja epävarmuuden sietäminen kuuluvat olennaisena osana myös perinteiseen kriisityöhön. Työntekijän tulee muistaa tämä asia myös valokuvan kanssa työskenneltäessä.

Valokuvan avulla voidaan päästä käsiksi menneisiin, hankaliin tilanteisiin, joihin liittyy surua, tuskaa ja luopumista (Savolainen 2005, 175). Asiakkaan voimauttaminen valokuvan kautta on mahdollista kaikilla hoito- ja kasvatusaloilla (Savolainen 2009, 223). Voimauttavan valokuvan menetelmää on sovellettu sen kehittämisen jälkeen runsaasti erityisesti useilla kasvatus-, hoito- ja terapeuttisen työn aloilla sekä työyhteisöjen kehittämisessä. Kokemusta tämän menetelmän käytöstä kuntouttavassa, ennaltaehkäisevässä ja pedagogisessa työskentelyssä alkaa olla jo runsaasti ja sitä kertyy koko ajan lisää, kun menetelmää kokeillaan ja sovelletaan. (Voimauttavan valokuvan menetelmä.)

6.6.2 Valokuvaterapian ja terapeuttisen valokuvan uranuurtajia ulkomailla

Yksi tunnetuimmista valokuvaterapian käyttäjistä ja kehittäjistä ulkomailla on kanadalainen Judy Weiser. Hän on jakanut valokuvan käytön viiteen eri tekniikkaan. Näitä tekniikoita ovat asiakkaasta otetut valokuvat, asiakkaan ottamat ja luomat valokuvat, omakuvat, albumikuvat ja kuvaprojektiot. (Weiser 1993, 13.) Näistä tekniikoista viimeinen eli kuvaprojektio tarkoittaa sitä, että kuvan katsoja löytää kuvasta eri merkityksiä. Valokuvat auttavat katsojaa lisäämään itsetuntemustaan ja voimautumaan valokuvien kanssa työskentelyn ohella (Photo-Projectives).

Ihminen katsoo toisen ottamaa valokuvaa, jonka valokuvan ottaja on kokenut tärkeäksi ja etsii valokuvasta oman merkityksensä. Tämä valokuvan katsojan löytämä merkitys voi ja saa olla aivan erilainen kuin kuvan ottaja on tarkoittanut. Kun ihminen yrittää ottaa selvää siitä, mitä valokuvan ottaja haluaa valokuvalla kertoa, hän itse asiassa rakentaa tällä tavoin omaa merkitystään valokuvasta. Kuvan katsoja tajuaa kuitenkin vain harvoin, että etsiessään kuvia merkityksiä ja tarinaa, katsoja itse asiassa projisoi omia ajatuksiaan ja tunteitaan sanallisesti kuvan avulla perustuen hänen omaan kokemukseensa. Mikään tulkinta ei ole väärä tai oikea. (Photo-Projectives.)

Valokuvien avulla ihminen voi huomata, että on vaihtoehtoisia tapoja toimia. Tällä tavoin asiakas toivottavasti myös huomaa, että monet toiminnot ja tunteet, joista asiakas syyttää kaikkia muita, pohjautuvat todellisuudessa asiakkaan oman persoonallisuuden käsitteisiin ja heijastuksiin. (Photo-Projectives.)

Valokuvat saattavat tuoda asiakkaalle assosiaatioita omasta elämästä. Valokuva voi herättää tunteita ja muistoja. Tällä tavoin ihminen voi löytää tuloksia ja vastauksia ratkaisemattomiin kysymyksiin, kun asiat tulevat kuvan kautta mieleen odottamatta. (Photo-Projectives.)

Kanadalainen psykiatri Joel Walker on kehittänyt valokuvasarjan, joka sisältää tavoitteellisia ja abstrakteja valokuvia, mutta niissä on mukana myös todellisuutta. Periaatteessa abstraktit kuvat kuvaavat riittävästi ihmisen ajatuksia, toimintoja tai ihmisten välisiä suhteita. Walker haluaa näillä kuvillaan jättää tilaa myös ihmisen mielikuvitukselle. Kuvissa ei ole sellaisia aiheita, jotka antaisivat katsojalle ennakkokäsityksiä. Valokuvasarja tunnetaan nimellä Walker Visuals. (Walker 1983, 135-136; Väливаara 2008, 20.)

Muita valokuvaa työskentelyssään hyödyntäviä ja valokuvan käytön mahdollisuuksia kehittäviä sekä esille tuovia henkilöitä ovat Jo Spence ja Rosy Martin. He ovat keskittyneet valokuvan terapeutiseen käyttöön eri ammattialoilla psykoterapian sijaan. Terapeutin työskentelyn on tarkoitus lisätä vuorovaikutusta, edistää itsetuntemusta, tukea persoonallista kasvua ja psyykkistä kehitystä sekä lisätä selviytymiskykyä. Valokuvien avulla voidaan virkistää muistia ja mieltä sekä jäsentää omia kokemuksia. (Väливаara 2008, 20.)

6.6.3 Spectro-kortit

Aikuiskouluttaja, työyhteisön kehittäjä, kriisi- ja traumapsykoterapeutti Ulla Halkola on suunnitellut ja tehnyt Spectro-assosiaatio-, Spectrocrises- ja Spectromodels-kuvakorttisarjat (Halkola 2005, 1; Spectrokortit). Spectro-peruskorttisarjaan kuuluu yhteensä 75 kuvakorttia. Spectrocriseskorttisarjaan, joka on tarkoitettu täydentämään peruskorttisarjaa, kuuluu yhteensä 50 kuvaa. Spectrocrises-kortteja on tarkoitus käyttää erityisesti terapeutisessa työssä tai työssä, jossa kohdataan ja peilataan ongelmallisia tunteita ja elämäntilanteita. Spectromodels-korttisarjaa on tarkoitus käyttää perhe- ja nuorisotyössä ja sarjan kuuluu yhteensä 50 korttia. Tämän korttisarjan avulla voidaan tarkastella vuorovaikutussuhteita, identiteettiä, ja visuaalisen kulttuurin esille tuomia arvoja ja asenteita. (Spectrokortit.) Kuvissa on symbolisesti läsnä erilaisia tunnelmia erilaisista elämäntilanteista ja kriiseistä (Halkola 2005, 3).

”Spectro-korttien avulla on mahdollista:

Saattaa näkyväksi tunnelmia, tunteita ja ajatuksia

Peilata kokemuksia vertauskuvien

Etsiä, jäsentää ja kiteyttää asioita

Cummastella yksikseen ja yhdessä

Tarinoida kuvien inspiroimana

Rikastaa mielikuvia ja visioida tulevaisuutta

Oppia ja luoda uutta”

(Spectrokortit)

Korttien käyttötavat määrittävät työntekijä viitekehyksen ja kokemuksen mukaan. Yleisin käyttötapa on levittää kortit pöydälle katsottavaksi ja olennaista on, että työntekijä tekee

tilanteessa selkeät kysymykset. Spectrojen kanssa työskenneltäessä on tärkeä muistaa, ettei ole oikeaa tai väärää tulkintaa. Kuvan katsojan yksityisyyttä, kerrontaa ja yksilöllisyyttä tulee aina kunnioittaa. (Spektrokortit.)

7 OPUKSEN TYÖSTÄMISPROSESSI

Opinnäytetyömme tässä luvussa kerromme opuksen ja valokuvien eli luomamme työväliseen työstämisprosessista. Kerromme työskentelyrungon luomisesta ja sen perusteista. Lisäksi tässä luvussa pureudutaan myös siihen, kuinka työhön kuuluvat valokuvat on otettu ja kuinka niistä on valittu tietyt kuvat kriisikeskuksen työntekijöiden käyttöön erilaisissa asiakastilanteissa. Tämän luvun toisena alakappaleena on myös itse Kuvan kautta keskusteluun -opus kokonaisuudessaan samanlaisessa kirjoitusmuodossa kuin se on mennyt Lahden Seudun Kriisikeskuskelle.

7.1 Opuksen tekoprosessi

Opinnäytetyöprosessin alkaessa kävimme keskusteluja työmme toimeksiantajan Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijöiden kanssa siitä, mitä he odottavat ja toivovat uudelta työmenetelmältä. Alkuvaiheessa keskusteltiin, että tekisimme työskentelyrungon sekä kirjoitetun sanan että valokuvan käytöstä. Resurssipulan vuoksi jouduimme rajaamaan aiheemme ja työmme ainoastaan toiseen näistä työmenetelmistä eli valokuvan käyttöön. Tähän ratkaisuun päädyttiin yhteisymmärryksessä ja siitä syystä, että koimme sen kiinnostavammaksi näistä kahdesta ja myös toimeksiantajamme koki tämän aiheen tarpeellisemmaksi ja hyödyllisemmäksi.

Kun työmme fokus ja aihe olivat kaikille selkeät, lähdimme kokoamaan teorian tietoa opinnäytetyöhömme. Luettu ja koottu teorian tieto on ollut tärkeä pohja opuksen työstämiselle. Melko pian prosessin aloittamisesta keksimme opinnäytetyömme konkreettiselle tuotokselle nimen, mikä syntyi vapaan ajatuksenjuoksun tuloksena. Pohdimme millä nimellä konkreettista tuotostamme kutsutaan, onko se kirjanen, esite, vihkonen vai mikä. Päädyimme kutsumaan tuotosta nimellä Kuvan Kautta Keskusteluun -opus. Nimikkeeseen opus päädyimme siksi, että sitä ei käytetä kovinkaan monessa yhteydessä ja koemme sen hauskaksi ja rennoksi.

Seuraavassa prosessin vaiheessa keskityimme pääasiallisesti teorian tietoon, sillä se toimi pohjana opuksen luomiselle. Teoriaa kokosimme eri kirjoista, joita saimme eri kirjastoista, opiskelijakollegalta ja työmme toimeksiantajalta. Kävimme läpi aiheeseen liittyviä aiemmin tehtyjä opinnäytetöitä, joiden lähdeluettelot antoivat hyviä vinkkejä kirjallisuudesta. Teorian tietoa haettiin asiasanoilla, jotka ovat opinnäytetyössämme keskeisiä. Teorian tiedon hankinnassa saimme myös apua ohjaavalta opettajalta. Suomenkielistä lähdemateriaalia löytyi suhteellisen helposti, kun kiersi eri kirjastoja. Opinnäytetyömme yksi keskeisimmistä teorioista on lähtöisin ulkomailta ja teoriaa ei juurikaan ole käännetty suomeksi. Ulkomaalaista aiheeseen liittyvää lähdekirjallisuutta ei ollut helposti saatavilla, mutta saimme ne lopulta lainattua.

Opuksen luomisen pohjalla oli teorian tieto parisuhteesta, sen rooleista, ongelmista ja vallankäytöstä. Lisäksi olennainen osa opuksen ja työskentelyrunгон tekoa oli teorian tieto valokuvan käytöstä muissa yhteyksissä. Valokuvaa käytetään tällä hetkellä sosiaalialan työssä melko vähän ja valokuvan käyttö keskittyy lähinnä terapiatyöskentelyyn. Tutustuimme valokuvaterapiasta, Voimauttavan valokuvan menetelmästä ja muista valokuvan käytön menetelmistä olemassa olevaan teorian tietoon.

Työskentelyrunkoa opukseen lähdettiin työstämään siten, että pohdimme ryhmämme kesken, mitä itse toivoisimme asiakkaina valokuvien kanssa työskenneltäessä. Kokeilimme työskentelyrunkoa ryhmän kanssa lavastetuissa asiakastilanteissa, joissa yksi tai kaksi toimi asiakkaan roolissa ja yksi työntekijän roolissa. Harjoitustilanteet refleктоitiin joko heti ongelman esille nousussa tai välittömästi harjoitusasiakastilanteen jälkeen. Vinkkejä ja ideoita työskentelyrunгон sekä koko opuksen ulkoasuun, sisältöön ja lopputulokseen saimme ohjaavalta opettajalta, joka oman asiantuntemuksensa kautta osasi kertoa, mikä toimii todella käytännössä ja mikä taas ei. Opusta ja sen sisältöä on kirjoitettu ja muokattu useampaan kertaan niin omien huomioiden kuin ohjaavalta opettajalta saatujen kommenttien pohjalta.

Opuksen sisältöä on supistettu melko paljon alkuperäisestä suunnitelmasta, sillä tietyt opuksen kohdat eivät olleet asianmukaisia ajatellen työmme päätavoitetta. Opuksen oli tarkoitus alun perin kirjoittaa ja laittaa paljon enemmän esimerkiksi yleisiä kriisityöhön liittyviä ohjeistuksia, mutta keskusteltuamme ohjaavan opettajamme kanssa ja pohdittuamme opuksen fokusta ryhmän kesken totesimme, että esimerkiksi kriisityöhön liittyvät eettiset ohjeet ja juridiset asiat ovat jo kriisityöntekijöiden tiedossa ja työskentelyn pohjana, joten niitä on opuksessa turha lähteä toistamaan. Karsintaa tehtiin myös siitä syystä, että lyhyttä, yksinkertaista ja ytimekästä ohjeistusta on helpompi lukea ja toteuttaa. Lisäksi ohjeistuksen oli oltava sellainen, joka on sovellettavissa myös muihin asiakastilanteisiin, eikä vain parisuhdekriisien parissa työskentelyyn, joten liian tarkka ja yksityiskohtainen ohjeistus ei tullut kysymykseen.

Opuksen lopullinen sisältö ja rakenne muokattiin sellaiseksi, mikä palvelee parhaiten ennalta asetettuja ja sovittuja tavoitteita. Opuksen koottiin saatesanat, jotka johdattavat lukijan opuksen sisältöön ja tarkoitukseen. Opuksessa on lyhyesti esitelty teorian tietoa, mikä esiintyy laajemmin opinnäytetyössämme. Teorian tietoa opukseen on koottu valokuvasta ja sen merkityksestä, voimauttamisesta sekä valokuvasta voimauttajana ja parisuhteen kriiseistä ja ongelmista. Seuraavaksi opukseen on koottu muutamia yleisohjeita valokuvan kanssa työskentelyyn. Tämän jälkeen opukseen on rakennettu työskentelyrunko erilaisissa asiakastilanteissa työntekijän käytettäväksi ja sovellettavaksi asiakkaan tilanteen ja tarpeen mukaan. Tekevämmme opus on tämän kappaleen toisessa alaluvussa kokonaisuudessaan lähes sellaisessa muodossa kuin se on mennyt työmme tilaajalle. Sisältö on täsmälleen sama kuin työmme ti-

laajalle menneessä opuksessa, mutta teknisistä syistä opukseen olemme muuttaneet esimerkiksi fonttia ja sivuasetuksia.

Opuksen ja siihen sisältyvän sovellettavissa olevan työskentelyrunгон lisäksi työhömmö kuuluu olennaisena osana myös itse otetut valokuvat, joita asiakastilanteissa on tarkoitus käyttää. Valokuvat otettiin itse, jotta valokuvien käytössä ei tarvitse pohtia tekijänoikeuksia ja siihen liittyviä ongelmia. Ottamalla valokuvat itse saimme käyttötarkoitukseensa parhaalla mahdollisella tavalla soveltuvat valokuvat. Työmmö tilaajan kanssa keskusteltaessa kävi ilmi, että kriisikeskuksen asiakkaista melko suuri osa hakeutuu asiakkaaksi parisuhdeongelmien vuoksi joko yksin tai yhdessä puolison kanssa ja erityisesti tämäntyyppiseen työskentelyyn toivottiin vaihtoehtoja keskustelun ohelle. Ottamiamme valokuvia on siis tarkoitus käyttää parisuhdekriisien selvittelyssä.

Valokuvia on yhteensä 24 kappaletta. Valokuvissa on nähtävissä sekä positiivisia että negatiivisia sävyjä ja tunnelmia. Valokuvia ei kuitenkaan voida suoraan jaotella joko negatiivisiksi tai positiivisiksi, vaan kuvan merkitys ja tulkinta tulee asiakkaalta. Valokuvien aiheisiin on saatu vinkkejä omista ajatuksista ja kokemuksista sekä ohjaavalta opettajalta. Valokuvia otettiin erilaisista asioista ja tunnelmista, joista yhdessä ohjaavan opettajan kanssa valittiin ne 24, jotka parhaiten soveltuivat juuri parisuhdekriisien parissa työskentelyyn. Valokuvissa ei esiinny esimerkiksi ihmisiä siitä syystä, että ne saattavat helposti aiheuttaa asiakkaalle liian voimakkaan assosiaation omaan elämään kuuluvasta henkilöstä, mikä saattaa hankaloittaa tai jopa lukkiuttaa työskentelyn etenemisen. Kaksi työmmö tilaajan käyttöön menneistä ottamiamme valokuvista on tässä opinnäytetyössä liitteenä (Liite 1). Valokuvat tilasimme mattapintaisina, jotta kuvat eivät kiiltäisi ja niitä on näin ollen helpompi tarkastella. Valokuvasarjaa on helppo täydentää työntekijöiden toimesta.

7.2 Kuvan kautta keskusteluun -opus

Seuraavalta sivulta lähtien alkaa Kuvan Kautta Keskusteluun -opus. Opus jatkuu seuraavat 16 sivua eteenpäin.

Kuvan Kautta Keskusteluun

Opus on tuotettu Lahden Seudun Kriisikeskuksen käyttöön Laurea ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelman (sosionomi AMK) opinnäytetyönä 2011

Tekijät ja copyright: Anne-Mari Ellilä, Jenni Hakuli & Susanna Pulkkinen

Lukijalle

Perinteinen kriisityö on asiakkaan kuuntelua ja tämän kanssa keskustelua senhetkisessä kriisitilanteessa. Työskentelyn tavoitteena on auttaa asiakasta pääsemään tilanteesta yli siten, että kriisi jää osaksi elämänhistoriaa, mutta ei enää vaikuta jokapäiväiseen elämään. Perinteistä kriisityötä on mahdollista melko pienin muutoksin syventää, rikastuttaa ja laajentaa erilaisin toiminnallisista menetelmin.

Tämä käsissäsi nyt oleva Kuvan Kautta Keskusteluun -opus toimii ohjeistuksena sille, kuinka valokuvaa voi käyttää keskustelun ohessa. Valokuvan on tarkoitus olla työskentelyssä voimauttava ja terapeutin väline, jonka avulla asiakas voi tarkastella tilannettaan ulkoisen objektin avulla ja oivaltaa uutta.

Kuvan Kautta Keskusteluun -opuksen teoria, ohjeistukset ja opuksen yhteydessä olevat laminoidut valokuvat on suunniteltu ja toteutettu siten, että ne soveltuvat erilaisiin asiakastilanteisiin. Toimeksiantajamme toiveesta tähän opukseen on poimittu oleellisia asioita parisuhdeongelmista. Opus ja sen sisältö on mukautettavissa myös muuntyyppisiin asiakastilanteisiin.

Opus pohjautuu Valokuvan käyttö kriisityön tukena - opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen, kriisityössä valokuvia apuna käyttävän henkilön konsultointiin sekä ryhmämme sisällä olevaan tietotaitoon.

Toivomme, että tämä opus ja sen yhteydessä olevat valokuvat ovat sinulle apuna ja tukena tässä haastavassa työssä.

Hyvinkäällä 28.2.2011

Anne-Mari, Jenni & Susanna

Valokuva voimauttajana

”Valokuvat ovat mielen jalanjalkia, elämän peilejä ja pysäytettyjä muistoja, joita voidaan vaalia hiljaisessa ajattomuudessa. Valokuvat muistuttavat siitä, missä ihminen on ollut ja osoittavat ehkä suunnan minne matka vie. Valokuvien merkitys ei aina ole visuaalisessa todellisuudessa vaan siinä, mitä yksityiskohdat herättävät katsojan mielessä. Katsoja antaa kuvalle merkityksen ja kuvaa tarkasteltaessa saattaa löytää vastauksen kysymyksiin, jos vain osaa esittää oikeanlaisia kysymyksiä. ”

(Weiser 1993, 1.)

Tämän opuksen on tarkoitus toimia ohjeistuksena sille, miten valokuva voi toimia apuna työskentelyssä keskustelun ohella. Tutustutaan kuitenkin ensin siihen miten ja miksi valokuvaa käytetään ja hyödynnetään työskentelyssä ja kuinka vaikuttava objekti se voi olla.

Valokuvaa työssään käyttäneet ovat vuosien kokemuksen perusteella todenneet valokuvan hyväksi työvälineeksi. Valokuvaa on käytetty terapiatyöskentelyssä ulkomailla useamman vuosikymmenen ajan ja Suomessa valokuvan käytön suosio on alkanut nousta vasta viimeisen vuosikymmenen aikana. Ranskalainen Jean Baptiste on ensimmäisten joukossa ottanut valokuvia terapeutin työskentelyyn ja opetukseen Photolangage-menettelmällään, jossa kuvakortit ovat mustavalkoisia. 1970-luvulta alkaen valokuvan terapeutin ominaisuuksia ovat alkaneet hyödyntää Judy Weiser, Joel Walker, Jo Spence ja Rosy Martin. Suomessa valokuvaa terapeutin välineenä on alettu käyttää 1990-luvulla (Halkola 2009, 13–15).

Ulla Halkola on varmaankin tunnetuin suomalainen, joka on hyödyntänyt ja käyttänyt valokuvaa ja sen elementtejä ja mahdollisuuksia työskentelyssään. Hän on luonut kolme Spectro-valokuvakorttisarjaa, joita voidaan käyttää trauma- ja kriisiterapiatyöskentelyssä. Kuvien avulla on tarkoitus luoda keskustelua, saavuttaa iloa, voimautumista, herättää mielikuvia, ajatuksia tai tunteita. (Halkola 2009, 175;185.) Suomessa viime vuosien aikana on suuresti nostanut suosiotaan Voimauttavan valokuvan menetelmä, jossa hyödynnetään valokuvan ja valokuvauksen voimauttavia elementtejä. Tämän menetelmän on kehittänyt sosiaali- ja taidekasvattaja Miina Savolainen ja se syntyi Maailman ihanin tyt-

tö – kuvausprojektin myötä. Tässä työmenetelmässä ei ole niin vahvaa terapiapainotetta, vaan menetelmässä on kyse työntekijän ja asiakkaan vuorovaikutuksesta ja asiakkaan vahvuuksien esille nostamisesta.

Valokuvan avulla voidaan lisätä itsetuntemusta, tarkastella ja kehittää vuorovaikutussuhteita sekä parantaa yhteisöllisyyttä. Valokuva on tie ihmisen tunteisiin ja kokemuksiin ja niiden avulla on myös luontevaa puhua vaikeistakin asioista. (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 9-10.) Sanoille on olemassa erilaisia merkityksiä, mutta kuvissa on jotakin, joka ei voi välittyä millään muulla tavoin (Rantanen 1992, 12). Kuvan yksityiskohdat voivat antaa tulkitsijalle assosiaatioita omasta elämästä (Mäkiranta 2008, 152). Kuvaa katsoessa ei ole oikeaa ja väärää tulkintaa, mutta toisen tulkinta samasta kuvasta voi monipuolistaa omaa näkemystä (Hietaharju 2006, 36). Tärkeää ei ole kuitenkaan sanallinen tulkinta vaan se, mitä ihmisen mielessä tapahtuu. Valokuvan käyttö ei aina ole yksinkertaista ja sen käytöllä on aina oltava jokin tarkoitus ja tavoite johon pyritään.

Valokuvien avulla voidaan tutkia monenlaisia asioita. Voidaan tarkastella omaa elämäns historiaa, mitä se on sisältänyt, mitkä asiat ovat olleet tärkeitä ja mitkä toissijaisia. (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 9-10.) Valokuvien kanssa työskenneltäessä tarvitaan aina rohkeutta myötäelämiseen ja tunteiden esille tuomiseen (Hietaharju 2006, 8). Valokuvaterapeuttisia menetelmiä voidaan hyödyntää myös sosiaali-, terveys- ja opetusalan työssä (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 9-10). Perhe- ja parisuhdeasetelmia voidaan myös avata valokuvan käytön keinoin (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 10).

Parisuhdekriisit ja -ongelmat

Itkosen (2005, 9) mukaan parisuhde määritellään liitoksi, jossa koossapitävät tekijät ovat rakkaus, läheisyys ja luottamus. Parisuhde on kahden aikuisen ihmisen välinen suhde, joilla on yhteinen päämäärä (Itkonen 2005, 9). Suhteen ajatellaan muodostuvan luottamuksen, seksuaalisuuden, turvallisuuden, suhteen hoitamisen ja parisuhdetta ympäröivien rajojen yhteensulautuvasta kokonaisuudesta (Airikka 2003, 8). Parisuhteiden luonne ja rakenne muuttuvat ajan myötä (Nevalainen 2006, 8).

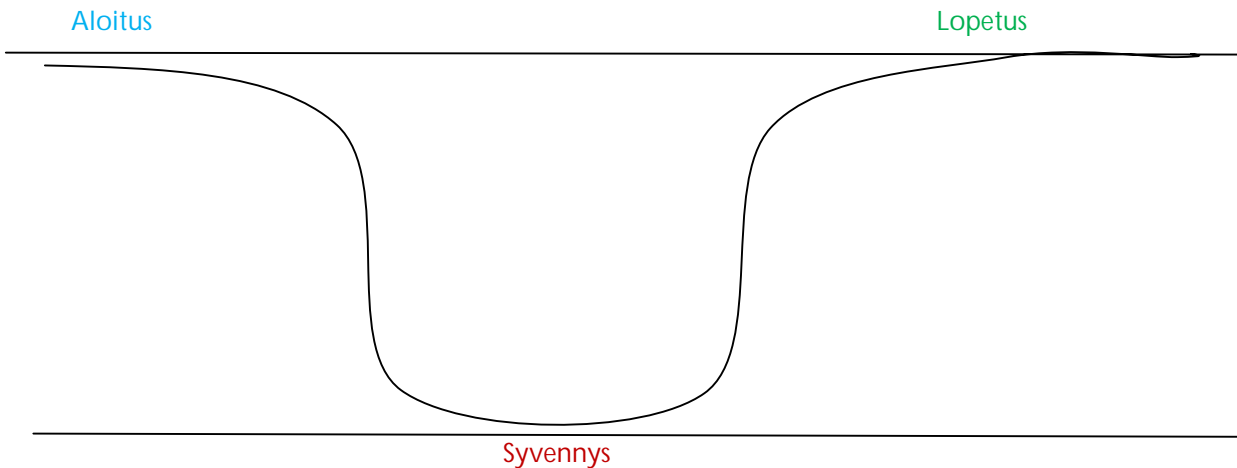
Tyypillistä parisuhteen kriisille on ongelmien näkeminen vain kumppanissa (Alaja 1998, 68). Parisuhteen kohtaamat kriisitilanteet ja muutokset nostavat esiin monia erilaisia tunteita parisuhteen molemmissa osapuolissa. Näitä tunteita ovat muun muassa viha, häpeä, syyllisyys, välinpitämättömyys ja turhautuminen. Ristiriitoja aiheuttavat erilaiset tavat käsitellä tunteita ja nykyhetkeen liittyvät syyt. Päihteiden väärinkäyttö, uskottomuus, lupauksen rikkominen, raha-asiat, arjen käytännöt, puhumattomuus ja vuorovaihtuksen puute tai sen ongelmat ovat suurimpia yksittäisiä riitoja aiheuttavia tekijöitä. (Nykyri 1999, 157.)

Tavoitteiden yhteensovittamisessa koituu ongelmia erityisesti elämän muutostilanteista (Airikka 2003, 21). Muutos sanana on hyvin tärkeä ja keskeisessä asemassa oleva asia, kun työskennellään ihmissuhdeongelmien kanssa, ja yleensäkin kriisityössä. Asiakkaan on oltava valmis tilanteen ja itsensä muuttamiseen selvitäkseen kriisitilanteesta ja voimautukseen.

Kun pariskuntaa halutaan auttaa selviytymään kriisistä, tulee selvittää ja ymmärtää ongelmien taustalla piilevät syyt. Kaikkia ihmissuhteiden ongelmia on tarkasteltava prosessina, jossa yksittäinen tapahtuma on vain osa laajempaa kokonaisuutta. (Buchert, Kiianmaa & Uljas 2007, 18–23.)

Asiakastilanteen rakennemalli

Alla oleva kuvio esittää asiakastilanteen rakennetta ja kulkua. Tähän opukseen tuonemmaksi koottu työskentelyrunko noudattaa tämän kuvion mallia. Seuraavaksi avaamme tässä kuviossa esitetyt asiakastilanteen vaiheet ja niiden sisällön.



(Kaunio 2009, Laurea AMK, sosiaalialan ko. luentomateriaali)

Työskentelyn aloituksen eli virittäytymisen tulee olla riittävän pitkä, jotta asiakas voi rauhassa orientoitua tulevaan aiheeseen. Aloitukseen liittyvät asiat on kirjoitettu **sinisellä** värillä.

Aloituksesta syvennetään käsiteltävää aihetta sen verran kuin tilanteessa on mahdollista. Syvennysvaiheessa on tarkoitus tarkastella asiakkaan senhetkistä tilannetta mahdollisimman kattavasti, jotta saadaan selville niitä tekijöitä, mitkä vaikuttavat asiakkaan tilanteeseen ja hankaloittavat elämää. Syvennysvaiheessa käydään myös läpi syy-seuraussuhteita ja erilaisia ratkaisumalleja, joiden avulla on mahdollista löytää keinoja muutokseen. Syvennysvaiheen ei aina tarvitse olla intensiivinen ja syvällinen, vaan pienikin piipahdus asiakkaan akuuteimpaan ongelmaan riittää ja aiheen käsittelyyn voidaan palata taas seuraavassa tapaamisessa (Kaunio 2009, Laurea AMK, sosiaalialan ko. luentomateriaali). Syvennysvaiheen asiat on kirjoitettu opuksessa **punaisella** värillä.

Työskentelyn lopetusvaiheeseen on myös varattava riittävästi aikaa. Saattaa olla, että asiakas haluaa vielä lopetusvaiheessa palata johonkin aiemmin käsiteltyyn teemaan ja lopetuksessa on oltava aikaa siihen, että asia saadaan mahdollisesti käsiteltyä loppuun tai sovittua, että asiaan palataan seuraavalla kerralla. Lopetuksessa on erityisen tärkeää, että asiakas lähtee suhteellisen hyvillä mielin ja saa ajattelemisen aihetta seuraavan tapaamiskertaan saakka. Lopetuksessa huomioitavat asiat on **vihreällä** värillä.

Työntekijän tulee tehdä ennen varsinaista asiakkaan tapaamista valmisteluita ja tähän liittyvät asiat ovat tekstissä **vaaleanpunaisella**. Asiakastapaamisen jälkeen tehtävät asiat ovat tekstissä **violetilla** värillä.

Koko työskentelyn ajan on säilytettävä realiteetti. Asiakkaan ongelmia ei voida poistaa esimerkiksi poistamalla ahdistava kuva työskentelytilanteesta, mutta sitä voi olla mahdollista erilaisin keinoin muuttaa.

Työskentelyrunko

Ennen asiakastapaamista...

- Perehdy asiakkaasta oleviin ennakkotietoihin/edellisen tapaamisen muistiinpanoihin
- Arvioi soveltuuko kuvien kanssa työskentely kyseiselle asiakkaalle/tilanteeseen
- Huomio työskentelytila. Tilan on hyvä olla häiriötön. Toivottavaa on, että tilassa ei ole esillä muita kuvia, sillä ne saattavat olla häiriöksi työskentelylle
- Tarkista, että kaikki tilanteessa tarvittavat välineet ovat paikoillaan ja helposti saatavilla
- Jos työskentelyyn osallistuu kaksi työntekijää, tulee työnjako tehdä selväksi ennen asiakastapaamista
- Aikataulu on hyvä hahmotella itselleen jo ennen asiakastapaamista
- Levitä valokuvat valmiiksi pöydälle siten, että ne kaikki näkyvät kokonaisuudessaan

Aloitus eli virittäytyminen työskentelyyn

- Asiakkaalta voi tilanteen alussa kysellä kuulumisia
- Lyhyt intro. Selitä asiakkaalle lyhyesti mitä tullaan tekemään ja miksi
- Alussa on hyvä yrittää lievittää jännittyneisyyttä ja pyrkiä rentouttamaan asiakasta. Tähän voi pyrkiä helposti esimerkiksi peilaamalla omaa käyttäytymistään asiakkaan käytökseen. Asiakkaan on helpompi avautua, kun työntekijä on ns. samalla aaltopituudella
- Kehota asiakasta valitsemaan kuva, mikä viestii asiakkaan senhetkistä fiilistä tai tunnelmaa ja pyydä kertomaan kuvan kautta senhetkisestä tilanteesta
- Ellei edellinen kuva ja sen kautta syntynyt keskustelu vielä johdattanut asiakastilannetta kohti varsinaista aihetta, muotoile kysymys uudelleen
- Aloitusvaiheessa lähdetään liikkeelle yhdestä kuvasta ja muut esillä olevat kuvat voi esimerkiksi peittää paperilla siihen saakka, että työskentelyä muidenkin kuvien kanssa jatketaan

Esimerkkikysymyksiä aloitusvaiheeseen:

- ✓ Miksi valitsit juuri tämän kuvan?
- ✓ Mitä kuvassa on? Mitä kuvassa näet?
- ✓ Mistä kuvan tilanne on saanut alkunsa?
- ✓ Mitä kuvassa oleva asia/asiat edustaa sinulle?

Kun asiakkaan senhetkinen tunnetila ja asiakkaaksi hakeutumisen syy on saatu selville, siirrytään työskentelyssä syvennysvaiheeseen...

Syvennysvaihe

I-VAIHE

Ensimmäisessä syvennyksen vaiheessa keskitytään ongelmaan ja siihen vaikuttaviin tekijöihin. Tässä vaiheessa on tarkoitus saada selville kattava tilannekuva, jonka jälkeen on mahdollista löytää tilanteeseen ratkaisumalleja.

- Syvennysvaiheessa asiakas valitsee kysymyksen mukaan uuden valokuvan, jonka kautta tapahtuneen syitä ja tilanteeseen johtaneita tekijöitä ryhdytään yhdessä selvittämään

Esimerkkikysymyksiä syvennysvaiheeseen:

- ✓ Mikä/ mitkä asiat ovat johtaneet ko. tilanteeseen?
 - ✓ Mitä kuvasta puuttuu?
 - ✓ Milloin on vaikeinta?
 - ✓ Mikä vaikuttaa tilanteen syntymiseen?
 - ✓ Mitä tapahtuu, kun...
 - ✓ Miltä tuntuu, kun...
 - ✓ Mitä teet, kun...
 - ✓ Mikä johtaa siihen, että...
 - ✓ Mitä silloin tapahtuu, kun tilanne on tämä jota edellä kuvasit?
- Esitä tarkentavia kysymyksiä asiakkaan vastausten perusteella. Näin asiakasta autetaan itse huomaamaan ja oivaltamaan, mitkä asiat ovat ongelmakohtia
 - Käsiteltävän kuvan/kuvien tulee olla esillä

II-VAIHE

Tässä vaiheessa asiakkaan tilanteeseen pyritään löytämään erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja tai tilannetta lieventäviä asioita. Samalla asiakasta lähdetään johdattelemaan takaisin arkiajattelun tasolle ja tasaannutetaan työskentelyn aikana esille nousseita tunteita. Samalla siirrytään työskentelyn lopetteluun.

- Tilanteita voidaan havainnollistaa ja konkretisoida kuvien avulla. Asiakkaalla on esimerkiksi kuva tämänhetkisestä tilanteesta ja toivetilasta/ hyvää mieltä tuovasta asiasta. Näiden kuvien lisäksi asiakas valitsee kolmannen kuvan, mikä avulla näitä kahta ääripäätä on mahdollista tuoda lähemmäs toisiaan
- Kahden kuvan kanssa työskenneltäessä asiakas voi pohtia kuinka paljon todellisuudessa on mahdollista kompensoida "pahaa" asiaa "hyvällä" asialla. Tilannetta voidaan konkretisoida asettamalla kuvia osittain päällekkäin sen mukaan, mikä todellisuudessa on mahdollista tapahtua
- Kaikki asiakkaan esille nostamat pienetkin positiiviset asiat on syytä huomioida ja vahvistaa niitä
- Mitä tästä kuvasta tulisi ottaa pois, jotta pääsisi parempaan olotilaan /ihannetilaan? Onko mahdollista käytännössä?
- Post-it lappujen käyttö → peitetään kuvasta osa alueita → peitetään asioita, joita kuvasta halutaan hetkellisesti poistaa

Esimerkkikysymyksiä:

- ✓ Miten haluaisit muuttaa tilannetta?
- ✓ Millaiset mahdollisuudet/resurssit sinulla on muuttaa tilannetta? (realiteetti)
- ✓ Miten sinun pitäisi muuttua/mitä muuttaisit itsessäsi, jotta hallitset oman elämäsi?

Lopetus

- Aloita lopetus tarpeeksi ajoissa
- Pyydä asiakasta valitsemaan sellainen kuva, josta hän saa hyvää mieltä tai ajattelemisen aihetta seuraavaan tapaamiseen saakka
- Kysy tarvittaessa onko jokin sellainen asia, jota pitäisi vielä käsitellä, joka jäi kesken? Jos asiakas nostaa esille jotakin, se pitää merkitä muistiin, jotta siihen palataan seuraavalla tapaamiskerralla
- Asiakkaalta voi kysyä niin halutessaan valitsisiko hän toiset kuvat, jos työskentely nyt aloitettaisiin alusta. Pyydä asiakasta perustelemaan vastauksensa
- Ennen lopettamista kysy asiakkaalta, haluaako tämä vielä sanoa jotakin

Asiakastapaamisen jälkeen...

- Raportoi ja tee muistiinpanoja asiakastilanteesta, jotta seuraavalla kerralla on helppoa jatkaa siitä mihin viimeksi jäätiin
- Merkitse muistiin mahdolliset antamasi lupaukset, jotta pidät lupauksistasi kiinni
- Huolehdi hyvästä ja tarkasta raportoinnista ja selitä myös miten työskentely kuvien kanssa onnistui. Nämä tiedot voivat olla hyödyllisiä siinä vaiheessa, kun esimerkiksi aletaan tutkia erilaisien toiminnallisten menetelmien toimivuutta työskentelyssä
- Merkitse seuraava tapaamisajankohta
- Huolehdi seuraavaa asiakasta varten tila työskentelykuntoon; tuuleta, täytä vesikannu...

Yleisiä ohjeita

Huomioitavaa valokuvien kanssa työskentelyssä:

- Mikä fiilis?
Seuraa koko ajan asiakkaan reaktioita, jos näyttää siltä, että asiakas menee lukkoon/ pois to-
laltaan, on syytä vaihtaa kuvaa ja kysymyksen asettelua.
- Jalat maassa vai ilmassa?
Valokuvien kanssa työskenneltäessä on tärkeää säilyttää realiteetti. Asiakkaan ongelmia ei voi
poistaa pelkän kuvan poistamisella esiltä, vaikka se asiakasta ja hänen tilannettaan helpottai-
si.
- Älä viännä ja kiennä
Älä tee tulkintaa asiakkaan valitseman kuvan perusteella, vaan esitä tarkentavia kysymyksiä.
- Nyt, kohta vai ei ollenkaan?
Arvioi milloin on otollisin hetki valokuvien kanssa työskentelylle ja soveltuuko tämän typpi-
nen työskentely kyseiselle asiakkaalle.
Asiakas ei päätä kuvien käyttämisestä työskentelyn tukena, vaan työntekijä tekee valinnan.
- We can work it out – or can we?
Valokuvien kanssa työskentely on lopetettava hiljalleen, jos se ei toimi/etene kyseisen asiak-
kaan kanssa.
- Kello käy
Varaa riittävästi aikaa kuvien kanssa työskentelylle. Asiakkaalle ei saa jäädä tunnetta, että ai-
ka loppuu kesken tai työskenneltäessä on kiire.
- Happy Ending
Asiakastilanne on suotavaa päättää siten, että asiakkaalle jää positiivinen olo, vaikka elämäs-
sä onkin ongelmia. Työskentelyn voi päättää esimerkiksi positiivissävytteiseen kuvaan, josta
asiakas saa voimaa jatkaa elämässä.

Laminoitujen valokuvien lisäksi

- Paperikopiot kuvista
- Kyniä. Asiakastilanteessa mukana oleviin paperikopioihin voi piirtää tai kirjoittaa
- Post-it laput. Erittäin hyödyllisiä, jos kuvasta halutaan esimerkiksi peittää jokin osa muutosten havainnollistamiseksi. Kuvasta poistamalla/peittämällä jokin, asiakas voi havaita ja kertoa mahdollisesta muutoksesta, jota jonkin osan poistaminen tuo tullessaan
- Paperia. Paperin avulla voi tarpeen mukaan esimerkiksi peittää muita kuvia ja keskittää työskentelyä johonkin tiettyyn asiakkaan valitsemaan kuvaan
- Vesikannu ja lasi. Vettä tarjoamalla vaikean tilanteen voi hetkeksi keskeyttää neutraalilla asialla/tavalla ja antaa niin itselle kuin asiakkaalle mahdollisuuden koota itseään
- Nenäliinoja
- Apupöytä. Siinä voi säilyttää edellä mainittuja tarvikkeita siten, että ne ovat tarpeen tullen käden ulottuvilla
- Asiakastilanteessa voi käyttää myös asiakkaan omia tai työntekijän kuvia, lehtileikkeitä yms.

Suosittelavaa kirjallisuutta...

Airikka, S. 2003. Parisuhteen roolikartta - käyttäjän opas. Helsinki: Kuntatalon painatuskeskus

Alaja, K. 1998. Mahdollisuuksien parisuhde. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Dunderfelt, T. 2009. Parisuhteen kemia. 2.painos. Helsinki: Hakapaino

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) 2010. Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Hentinen, H. 2009. Valokuva terapeutin työvälineenä. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Hietaharju, M. 2006. Valokuvan voi repiä. Valokuvan rakenne-elementit, käyttöympäristöt sekä valokuvatulkinnan syntyminen. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House

Hyttinen, N. K. 2008. Parisuhde – voimanlähde vai taistelukenttä. Vallanjako ja vastuunjako puolisoitten välisen yhteyden selittäjänä. Helsingin Yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu-tutkielma

Mannermaa, L. 2000. Uusia tapoja katsoa ja tuntea, nähdä ja oivaltaa. Teoksessa Heikkilä, T., Paloheimo, L. & Taipale, I. Mieli ja taide. Vantaa: Printway Oy

Mantere, M.-H. 2000. Kuvia ja kuvittelua. Havaintoja kuvataideterapiasta. Teoksessa Heikkilä, T., Paloheimo, L. & Taipale, I. (toim.) Mieli ja taide. Vantaa: Printway Oy

Mäkiranta, M. 2008. Kerrotut kuvat. Omaelämäkerralliset valokuvat yksilön, yhteisön ja kulttuurin kohtaamispaikkoina. Tampere: Juvenes Print.

Rantanen, L. 1992. Kuva auttaa kasvamaan. Teoksessa Kivelä, M.(toim.) Kasvamisen kuvia. Kuvataideterapian näköaloja. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

Savolainen, M. 2005. Maailman ihanin tyttö. Voimauttava valokuva. Taideteollinen korkeakoulu. Taidekasvatuksen osasto. Pro gradu- tutkielma. Tampere: Esa Print

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Halusimme tämän opinnäytetyöprosessin aikana saada itsellemme lisää tietoa kriiseistä ja kriisityöstä ja onnistuimme tässä tavoitteessa mainiosti. Opinnäytetyön tekemisen aikana kävimme läpi useita eri lähde-teoksia ja kävimme muun muassa vertailua siitä, kuinka jotkut asiat poikkeavat eri lähde-teoksissa. Teimme kriiseihin ja kriisityöhön liittyvät rajaukset ja valinnat sen mukaan, kuinka uutta ja ajankohtaista teoretieto oli ja kuinka monessa eri lähde-teoksessa asiat oli kuvattu samalla tavalla. Pyrimme siis siihen, että sekä opinnäytetyömme että itsellemme sen kautta saatu tieto olisi mahdollisimman ajankohtaista ja yleistä. Useissa vanhemmissa teoksissa asiat olivat pääpiirteittäin samoja, mutta tiedot ovat tarkentuneet vuosien kuluessa ja hyvän työskentelytavan mukaisesti pyrimme löytämään ja käyttämään tätä uusinta aiheesta olevaa tietoa. Kriisit, niiden rakenne ja vaikutukset, olivat koko ryhmäl-le melko vieraita ennen tämän opinnäytetyöprosessin alkua, mutta tässä vaiheessa ryhmämme kaikilla jäsenillä on kattavat perustiedot aiheesta, vaikka lisäkoulutus onkin tarpeen esimerkiksi siinä vaiheessa, jos päätyy työskentelemään kriisityön parissa jossakin vaiheessa valmistumisen jälkeen.

Opinnäytetyömme tärkeimpänä lähtökohtana oli tuottaa työmme toimeksiantajaa eli Lahden Seudun Kriisikeskusta mahdollisimman hyvin palveleva työväline, johon kuuluu teoriaa valokuvasta ja sen käytöstä, sovellettavissa oleva valmis työrunko eri asiakastilanteisiin sekä asiakastilanteissa käytettävät valokuvat. Mielestämme onnistuimme tässä asiassa kohtuullisen hyvin. Saimme opinnäytetyöprosessimme aikana tuotettua kaiken sen, minkä olimme prosessin alussa luvanneet ja sopineet toimeksiantajan kanssa. Käytimme työvälineen luomiseen paljon resursseja, tutustuimme olemassa olevaan teoretietoon ja konsultoimme henkilöä, jolla on kokemusta valokuvan käytöstä yhtenä kriisityön välineenä. Näin saimme tuotettua Lahden Seudun Kriisikeskukselle ajankohtaisen ja kattavan työvälineen, jonka avulla kriisikeskuksen työntekijät voivat helposti työskennellä. Toiminnallisessa opinnäytetyössämme oli erityisen tärkeää, että saimme työmme tekemiseen apua henkilöltä, jolle tämäntyyppinen työskentely on tuttua. Näin saimme taattua niin työmme toimeksiantajalle monipuolisen ja toimivan työvälineen käyttöön. Oikeanlainen ja tarkkaan harkittu sekä tehty työ auttaa välillisesti myös kriisikeskuksen asiakkaita, joiden kanssa opinnäytetyömme konkreettisia tuotoksia tullaan hyödyntämään.

Tutkimusongelma tässä opinnäytetyössä oli miten valokuvaa voidaan hyödyntää yhtenä toiminnallisena menetelmänä kriisityössä keskustelun ohella ja tukena. Opinnäytetyön tekemisen aikana meille selvisi, että valokuva tarjoaa kriisin kohdanneelle asiakkaalle muun muassa ulkopuolisen objektin, jonka kautta saattaa olla helpompi tarkastella omaa tilannetta. Kuva saattaa herättää asiakkaassa sellaisia ajatuksia, joita ei nouse esille pelkän keskustelun avul-

la. Valokuvien käyttö toiminnallisena menetelmänä on sellainen, johon ei suurempia järjestelyitä tarvitse toisin kuin esimerkiksi toiminnallisista menetelmistä kuvataidetyöskentely.

Opinnäytetyömme kohdalla täytyy kuitenkin pohtia, kuinka luotettavaa kokoamamme teoria-tieto on. Vaikka pyrimme siihen, että teoriaosuutemme on mahdollisimman ajankohtaisen, uuden ja yhdenmukaisen tiedon pohjalta luotu, se ei kuitenkaan valitettavasti takaa sitä, että teoria olisi täysin oikeaa. Pyrimme työskentelymme aikana mahdollisimman hyvään lähdekriittikkiin, mutta sen perusteella, että opinnäytetyömme kaikista aihealueista ei ole vielä olemassa juuri tarkkoja tutkimuksia ja sen pohjalta tuotettua teorian tietoa, on teoriapohjassa tiettyjä puutteita. Kokosimme kuitenkin kaiken sen asianmukaisimman ja uusimman tiedon, johon pääsimme käsiksi. Tulevaisuudessa valokuvan käytöstä tulee varmasti lisää tietoa ja tutkimuksia, kun valokuvan käyttömahdollisuudet tulevat ihmisten tietoon ja sitä kautta aiheita myös tutkitaan enemmän. Tässä kohdassa tieto on vielä osaltaan vajavaista, joten se vaikuttaa työmme teoriaosuuden ja sitä kautta myös luomamme työvälineen luotettavuuteen ja käytettävyyteen. Tältä kannalta olisikin hienoa, jos joku lähitulevaisuudessa tutkisi luomamme työvälineen toimivuutta käytännössä esimerkiksi opinnäytetyöaiheenaan.

Opinnäytetyömme konkreettiseen tuotokseen kuuluivat myös valmiit valokuvat, jotka ovat meidän itsemme ottamia. Halusimme heti alusta lähtien ottaa valokuvat itse, jotta eteemme ei tule tekijänoikeudellisia kysymyksiä ja ongelmia. Kun valokuvat otettiin itse, pystyimme myös paremmin varmistamaan sen, että valokuvat palvelevat parhaalla mahdollisella tavalla Lahden Seudun Kriisikeskuksen työntekijöitä ja asiakasryhmää, jonka parissa työskenneltäessä valokuvia on tarkoitus käyttää.

Valokuvien ottaminen ja valitseminen kriisikeskuksen työntekijöille oli yksi haastavimpia tehtäviä, sillä valokuvien kanssa työskentely oli jokaiselle ryhmämme jäsenelle vierasta ja uutta. Pyrimme ottamaan valokuvia mahdollisimman paljon ja näistä ohjaavan opettajamme avustuksella valitsimme parhaat ja käyttötarkoitukseensa sopivimmat kuvat. Valokuvissa on valokuvaustilanteessa ja valokuvia valittaessa otettu huomioon molemmat sukupuolet ja kuvien monipuolisuus, jonka avulla saadaan aikaan hyvin erityyppistä keskustelua asiakkaiden kanssa. Kuvista osa on enemmän positiivissävytteisiä ja osa puolestaan enemmän negatiivissävytteisiä, mutta kuvan tulkinta jää aina lopulta asiakkaalle. Sama kuva saattaa tuottaa eri asiakkaille aivan päinvastaiset ajatukset ja tunteet ja se onkin valokuvien kanssa työskentelyn yksi parhaimpia puolia. Valokuvien kanssa työskentely ei aina jokaisen asiakkaan kohdalla noudata tiettyä ja samaa kaavaa, vaan tilanne elää jokaisen kohdalla suuntaan tai toiseen. Tämä edellyttääkin kriisityöntekijöiltä vahvaa ammatillisuutta, joka heille on kehittynyt opiskelun ja työskentelyn kautta.

Opinnäytetyömme tarkoituksena ei ollut tutkia työmenetelmän toimivuutta käytännössä, sillä sellaiseen ei valitettavasti ollut riittävästi resursseja. Kun työmenetelmä on ollut käytössä kriisikeskuksessa, työmenetelmän soveltuvuuden ja toimivuuden kartoittaminen antaa mahdollisen pohjan jatkotutkimuksille. Työmenetelmän toimivuuden kartoittaminen voi helposti toimia lähitulevaisuuden opinnäytetyön aiheena, jos jollakin on aiheeseen kiinnostusta. Jos tulokset tällaisesta tutkimuksesta ovat positiivisia, työmenetelmän käyttöä voidaan laajentaa esimerkiksi muihinkin kriisikeskuksiin.

Emme osaa sanoa, kuinka valokuvat ja opus toimivat käytännössä Lahden Seudun Kriisikeskuksessa asiakkaiden kanssa työskenneltäessä ja kuinka paljon tuottamaamme opusta ja kuvia tullaan käyttämään. Tämä ei ollutkaan opinnäytetyömme tarkoitus. Toivomme kuitenkin, että saisimme itselle myöhemmin jonkinlaista palautetta opuksesta ja valokuvista, sillä olisi todella mielenkiintoista kuulla, kuinka työväline kriisityöntekijöiden mielestä toimii juuri heidän työssään ja onko se tuonut työhön jotakin uutta.

Koemme, että opinnäytetyömme aihe on ollut ajankohtainen ja merkittävä. Miina Savolaisen Voimauttavan Valokuvan menetelmä on ollut paljon esillä ja menetelmän sovelluksia on koko ajan vireillä eri puolilla Suomea, kuten opinnäytetöiden muodossa. Meidän työmme on osaltaan pohjautunut tähän samaan menetelmään. Myös meidän työssämme perusajatuksena on ollut asiakkaan voimauttaminen valokuvan avulla, mutta hieman eri lähtökohdista. Luomasamme työmenetelmässä hyödynnetään valmiiden valokuvien voimauttavia ominaisuuksia. Valokuvien avulla halutaan mahdollistaa helpompi ja ehkä myös syvällisempi keskustelun avaus ja eteneminen asiakasprosessissa.

Kriisityö on tärkeä osa palvelujärjestelmää ja se on ansainnut vuosien aikana oman paikkansa. Kriisiavulla pyritään auttamaan asiakasta kohtaamaan ja läpikäymään traumaattinen tapahtuma ja ennaltaehkäisemään traumaattisesta tilanteesta mahdollisesti myöhemmin aiheutuvia mielenterveyden häiriöitä. Uskoaksemme olemme opinnäytetyömme avulla tuoneet myös jotakin uutta ja erilaista kriisityön kentälle. Luomamme työmenetelmä tarjoaa vaihtoehdon työskennellä asiakkaan kanssa hieman eri tavoin kuin normaalisti, jolloin kriisityö on perinteisesti keskustelua asiakkaan kanssa. Kriisityölle on entistä enemmän kysyntää tämän päivän yhteiskunnassa, ja kriisityön on kehityttävä ja vastattava uusiin haasteisiin. Toivomme, että opinnäytetyömme auttaa kriisityön kenttää tässä haasteessa.

Opinnäytetyön tekeminen kolmen hengen ryhmässä oli sekä haastavaa että antoisaa. Haastavinta työskentelyssä ryhmänä oli aikataulujen yhteensovittaminen. Jokaisella oli omat työt ja harrastukset, jotka vaikeuttivat yhteistä työskentelyä. Tähän asiaan löysimme ratkaisun siten, että jaoin osan opinnäytetyömme sisällöistä ja kukin ryhmän jäsen teki jotakin osuutta tahollaan. Välillä ryhmän sisällä syntyi tietenkin myös näkemyseroja muun muassa opinnäyte-

työn sisällöstä ja rakenteesta. Näkemyserot hoidettiin puhumalla ja kompromisseilla. Haasteena työskentelyssä on myös ollut informaation vähäisyys tai puute esimerkiksi opinnäytetyön käytänteistä ja aikatauluista, sillä koulu on tarjonnut näihin asioihin liian vähän opastusta verrattain siihen kuinka isossa osassa opinnäytetyö koulutusohjelmassa on. Tällaisiin tekniisiin seikkoihin apua saatiin ohjaavalta opettajalta aina tarvittaessa.

Ryhmätyöskentelyssä oli myös omat hyvät puolensa. Opinnäytetyöprosessin aikana pystyimme jakamaan työmäärää kolmeen osaan ja vastuuta isosta työstä ei tarvinnut ottaa täysin omille harteille. Ryhmätyöskentelyn aikana eri asioihin tuli myös paljon erilaisia näkökulmia ja se osaltaan rikastutti lopullista työtä. Toinen huomioi työssä sellaisia asioita, joihin toiset eivät osanneet kiinnittää huomiota ja sen kautta lopullinen tuotos on varmasti selkeä ja asiallisempi. Usein opinnäytetyötä tehdessä tulee niin sanotusti sokeaksi omalle tekstilleen ja työskentely ryhmässä vähensi tätä ongelmaa huomattavasti. Pystyimme yhdessä pohtimaan eri asioiden soveltuvuutta juuri tähän työhön ja karsimaan pois epäoleelliset asiat. Opinnäytetyön tekemisen aikana opimme myös toisiltamme ja toisistamme hyvin paljon. Ryhmätyöskentelyssä sai koko ajan tukea ryhmän muilta jäseniltä, jos esimerkiksi jollekin meistä tuli tunne, ettei työtä enää jaksaa tai osaa tehdä eteenpäin.

Koimme tämän opinnäytetyön tärkeäksi ja antoisaksi myös siitä syystä, että meillä oli työlemme työelämätilaaja Lahden Seudun Kriisikeskus, jossa oli huomioitu tarve tämäntyyppiselle työmenetelmälle. Se, että työlle on olemassa konkreettinen tarve ja että luomaamme työmenetelmää on tarkoitus todella myös käyttää kriisityössä, on vaikuttanut työskentelyyn positiivisella tavalla. Halusimme saada aikaan sellaisen työvälineen, jota todella on mahdollista käyttää soveltaen erilaisissa asiakastilanteissa. Työskentely oli monipuolista ja informatiivista, kun työtä tehtiin yhdessä työn tilaajan kanssa. Opinnäytetyöprosessin aikana saimme paljon palautetta ja toiveita siitä, mihin suuntaan työn tulisi mennä. Toisinaan työmme tilaajan toiveet ja opinnäytetyömme resurssit eivät valitettavasti kohdanneet, mutta nämä tilanteet saatiin helposti sovittua keskustelun avulla, jolloin saimme rajattua aihealueemme sopivan laajaksi, joka kuitenkin vastaa myös Lahden Seudun Kriisikeskuksen toiveita ja tarpeita.

LÄHTEET

- Airikka, S. 2003. Parisuhteen roolikartta - käyttäjän opas. Helsinki: Kuntatalon painatuskeskus
- Alaja, K. 1998. Mahdollisuuksien parisuhde. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Arajärvi, P. 2004. Esipuhe. Teoksessa Arajärvi, P., Männistö, A., Roponen, P., Toiviainen, K., Tuominen, M.-K. & Weselius, H. Enemmän kuin tuhat sanaa? Valokuvatyökirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Buchert, M., Kiianmaa, K. & Uljas, T. 2007. Revitty sydän. Voiko uskottomuudesta toipua? Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Burns, D. 2010. Hyvä yhdessä eli kuinka saada hankalat ihmissuhteet toimiviksi. Helsinki: Basam Books Oy
- Cullberg, J. 1979. Psykkinen trauma- kriisiteoriasta ja kriisipsykoterapiasta. 4. Painos. Kouvolaa: Lehtikanta Oy
- Cullberg, J. 1991. Tasapainon järkkyyssä. Keuruu: Otava
- Dunderfelt, T. 2009. Parisuhteen kemia. 2.painos. Helsinki: Hakapaino
- Elämän erilaiset kriisit. Viitattu 27.1.2011.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00124&p_teos=onn&p_selaus=#s2
- Fryrear, J.L. & Corbit, I.E. 1992. Photo Art Therapy. A Jungian perspective. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas
- Hakala, J. T. 1998. Opinnäyte luovasti. Kehittämis- ja tutkimustyön opas. Tampere: TammerPaino Oy
- Halkola, U. 2005. Spectrocrises assosiaatiokortit 50 valokuvaa.
- Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) 2010. Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Halkola, U. 2009a. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Halkola, U. 2009b. Valokuvaterapian teoreettisia perusteita hahmottamassa. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Halkola, U. 2009c. Valokuvaterapian menetelmät kriisien hoidossa. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Hautala, P.-M. 2008. Lupa tulla näkyväksi. Kuvataideterapeuttinen toiminta kouluissa. Jyväskylä: University Printing House
- Hammarlund, C.-O. 2010. Kriisikeskustelu. Kriisituki, jälkipuinti, stressin ja konfliktien käsittely. Latvia: Jelgava Printing House
- Heikkilä, J. & Heikkilä, K. 2007. Voimaantumisen työyhteisön haasteena. Porvoo, Helsinki: WSOY

- Heiskanen, T., Salonen, K. & Sassi, P. 2007. Mielenterveyden ensiapukirja. Helsinki: StarOffset Oy
- Hentinen, H. 2009. Valokuva terapeutin työvälineenä. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeutti-voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Hietaharju, M. 2006. Valokuvan voi repiä. Valokuvan rakenne-elementit, käyttöympäristöt sekä valokuvatulkinnan syntyminen. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House
- Hietala, V. 1993. Kuvien todellisuus. Johdatusta kuvallisen kulttuurin ymmärtämiseen ja tulkintaan. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Himberg, L., Laakso, J., Peltola, R., Näätänen, R. & Vidjeskog, J. 2003. Kehittyvä ihminen. Porvoo: WS Bookwell Oy
- Huhtalo, P., Kuhanen, J. & Pyykkö, E. 2003. Kotona turvassa. Katkaise väkivallan kierre. 2. painos. Vantaa: Dark Oy
- Hynninen, T. & Upanne, M. 2006. Akuutti kriisityö kunnissa. Nykytila ja kehittämishaasteet. Helsinki: Valopaino
- Hyttinen, N. K. 2008. Parisuhde - voimanlähte vai taistelukenttä. Vallanjako ja vastuunjako puolisoitten välisen yhteyden selittäjänä. Helsingin Yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Pro gradu-tutkielma
- Hämäläinen, P. 1987. Perhe, pahin ja paras. Näkökulmia tavallisen perheen tavallisiin ongelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Hänninen, S. 2006. Voimaantumisen kehitysohjelma persoonallisen ja ammatillisen identiteetin tukijana. Teoksessa Eteläpelto, A. & Onnismaa, J. (toim.) Ammatillisuus ja ammatillinen kasvu. Vantaa: Dark Oy
- Ilkka, L. & Tamminen, H. 2004. Avain tunteiden taloon. Jyväskylä: Gummerus Oy
- Itkonen, A. 2005. Parisuhteen muutosvaiheen tukeminen. Haastattelututkimus puolisoille ensimmäisen lapsen syntymän jälkeen. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu- tutkielma
- Juntunen, K. 1999. Kriisikeskus täydentää julkisia palveluja. Teoksessa Rautiainen, H., Juntunen, K., Lahti, P., Heikkilä, M., Autio, P., Kiiikkala, I., Hakulinen, T., Kankaanranta, R., Haavikko, A., Terävesi, A. & Suomen mielenterveysseura. Kriisi elämän mahdollisuutena. Raportti kriisikeskuksista. Kirjapaino: Uusimaa
- Kananoja, A., Lähteinen, M., Marjamäki, P., Laiho, K., Sarvimäki, P., Karjalainen, P. & Seppänen, M. 2007. Sosiaalityön käsikirja. Jyväskylä: Gummerus
- Keskinen, S. 2008. Perheammattilaiset ja väkivaltatyön ristiriidat. Sukupuoli, valta ja käytännöt. 2.painos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy- Juvenes Print
- Kiiltomäki, A. 2007. Sairaanhoidaja tekee kriisityötä. Kriisin kulku ja auttaminen. Itsehoito. Teoksessa Muma, P. & Kiiltomäki, A. Tässä ja nyt. Sairaanhoidaja tekee kriisityötä. Suomen sairaanhoidajaliitto ry. Gummerus Kirjapaino Oy
- Klemi, A. 2006. Henkinen väkivalta parisuhteessa. Kokemuksia henkisen väkivallan luonteesta ja satuttavuudesta. Jyväskylän yliopisto: Viestintätieteiden laitos, pro gradu-tutkielma
- Koffert, T. 2009. Valokuva ja kognitiiviset työskentelytavat depressiopotilaiden hoidossa. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeutti-voima. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Kontula, O. 2009. Parisuhdeonnan avaimet ja esteet. Perhe barometri Väestöntutkimuslaitos - Katsauksia E 38/2009. Helsinki: Painosalama Oy

Kriisityö. Viitattu 5.10.2010. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-fi/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/kriisityo/>

Kruus, H. 2010. Väkinen otettua valtaa. Näkökulmia parisuhteessaan väkivaltaa käyttäneen miehen auttamiseen. Teoksessa Malinen, V. & Alkio, P. Paripsykoterapia ja parisuhteen kätkeytyt mahdollisuudet. Turku: Painosalama Oy

Kuhanen, C., Oittinen, P., Kanerva, A., Seuri, T. & Schubert, C. 2010. Mielenterveyshoitotyö. 1. Painos. Helsinki: WSOYpro Oy

Kumpula, S. & Malinen, V. 2007. Unelma paremmasta parisuhteesta. Navigointiopas aikuiseen suhteeseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Lahti, P. 1991. Elämisen taito 3. Parit, intiimit suhteet, tiedon omaksuminen. Porvoo: WSOY

Lahden Seudun Kriisikeskuksen tilastot. Sähköpostiviesti 9.11.2010 Lahden Seudun Kriisikeskukselta

Lehtonen, P. H. 2008. Voimauttava video. Asiakaslähtöisyyden, myönteisyyden ja videokuvan muodostama työorientaatio perhetyön menetelmänä. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House

Leijala, M. 2000. Taidepsykoterapia psykoterapiamuotona. Teoksessa Heikkilä, T., Paloheimo, L. & Taipale, I. (toim.) Mieli ja taide. Vantaa: Printway Oy

Lindqvist, R. 2009. Parisuhdeväkivallan kohtaaminen maaseudun sosiaalityössä. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House

Linnainmaa, T. 2005. Kriisit ja kirjallisuusterapia. Teoksessa Mäki, S. & Linnainmaa, T. (toim.) 2005. Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Lönnqvist, J. & Henriksson, M. 2007. Psykkiset kriisit teoksessa Lönnqvist, J. Heikkinen, M. Henriksson, M. Marttunen, M. & Partonen, T. (toim.) Psykiatria. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Maailman ihanin tyttö-valokuvaprojekti. Viitattu 30.11.2010. <http://www.voimauttavavalokuva.net/etusivu.htm>

Mannermaa, L. 2000. Uusia tapoja katsoa ja tuntea, nähdä ja oivaltaa. Teoksessa Heikkilä, T., Paloheimo, L. & Taipale, I. Mieli ja taide. Vantaa: Printway Oy

Mantere, M.-H. 2000. Kuvia ja kuvittelua. Havaintoja kuvataideterapiasta. Teoksessa Heikkilä, T., Paloheimo, L. & Taipale, I. (toim.) Mieli ja taide. Vantaa: Printway Oy

Murtomaa, M., Narumo, R., Poijula, S., Ponteva, M., Rousu, S. & Saari, S. 22.11.1998. Traumaattisten tilanteiden psykososiaalinen tuki ja palvelut. Helsinki: Sosiaali ja terveysministeriön monisteita 1998:1

Mäkiranta, M. 2008. Kerrotut kuvat. Omaelämäkerralliset valokuvat yksilön, yhteisön ja kulttuurin kohtaamispaikkoina. Tampere: Juvenes Print

Määttä, K. 2000. Kestävä parisuhde. Juva: WS Bookwell Oy

Määttä, K. 2002. Avioeron tuska ja helpotus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Nevalainen, V. 2006. Mies ja nainen. Parisuhteessa voi selvitä hengissä. Helsinki: Edita Prima Oy

- Niemi, T., Nietosvuori, L. & Virikko, H. 2006. Hyvinvointialan viestintä. Helsinki: Edita Prima
- Nousiainen, V. & Perttu, S. 2002. Väkivallan traumaattiset vaikutukset. Teoksessa Rautava, M. & Perttu, S. (toim.) Naisiin kohdistuva pari- ja lähisuhdeväkivalta. Helsinki: Erikoispaino Oy
- Nurmi, L. 2006. Kriisi, pelko, pakokauhu. Helsinki: Edita Prima Oy
- Nykyri, T. 1999. Kun rakkaus rakoilee. Parisuhteen ristiriitatilanteet naisten kokemina. Teoksessa Näre, S. (toim.) Tunteiden sosiologiaa. Hämeenlinna: Karisto Paino Oy
- Nyqvist, L. 2001. Väkivaltainen parisuhde, asiakuus ja muutos. Prosessiarviointi parisuhdeväkivallasta ja turvakotien selviytymistä tukevasta asiakastyöstä. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 28. Turun yliopisto, sosiaalipolitiikan laitos. Turku: Painosalama Oy
- Ojuri, A. 2006. Parisuhdeväkivalta ja turvakotien naistyö. Teoksessa Ensi- ja turvakotienliitto ry. Perhe- ja parisuhdeväkivalta. Auttamisen käytäntöjä. Hämeenlinna: Karisto Oy
- Ollikainen, T. 2009. Tuloksellinen kriisityö. Valtakunnallisen tutkimushankkeen esittely ja tuloksellisen kriisikeskustuksen periaatteet. Helsinki: Yliopistopaino
- Onnettomuustutkimuskeskus. Ahtisaari, M., Holkeri, H., Karppinen, T., Kaukonen, E., Kivikuru, U., Kiviranta, I., Lehtola, K., Hallantie, M., Heikkinen, P., Kahma, K., Lonka, H., Stenbäck, P., Valkama-Joutsen, P. & Koskimies, J. 2005. Aasian luonnonkatastrofi 26.12.2004. Tutkimustaselostus A 2/2004 Y. Helsinki: Multiprint
- Palosaari, E. 2007. Lupa särkyä. Kriisistä elämään. 1. Painos. Helsinki: Edita Prima Oy
- Peura, P.-L., Salokangas, T. & Virtanen, M. 1982. Kun on paha olla. Miten selviytyä kriisistä. Lastensuojelun keskusliitto. Julkaisu 64. Jyväskylä: Kirjapaino Oma
- Perttu, S. 2002a. Mitä on naisiin kohdistuva väkivalta? Teoksessa Rautava, M. & Perttu, S. (toim.) Naisiin kohdistuva pari- ja lähisuhdeväkivalta. Helsinki: Erikoispaino Oy
- Perttu, S. 2002b. Naisen selviytymisprosessi ja sen tukeminen. Teoksessa Rautava, M. & Perttu, S. (toim.) Naisiin kohdistuva pari- ja lähisuhdeväkivalta. Helsinki: Erikoispaino Oy
- Photo-Projectives. Viitattu 21.1.2011. http://www.phototherapy-centre.com/photo_projectives.htm
- Piispa, M. 2010. Mitä parisuhdeväkivalta on? Viitattu 26.10.2010. <http://www.terve suomi.fi/fi/julkaisu/13272> Julkaistu 20.7.2010 Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos
- Pojjula, S. 2007. Lapsi ja kriisi. Selviytymisen tukeminen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Pyykkö, A. 2002. Toiminnalliset menetelmät. Teoksessa Rautava, M. & Perttu, S. (toim.) Naisiin kohdistuva pari- ja lähisuhdeväkivalta. Helsinki: Erikoispaino Oy
- Rantanen, L. 1992. Kuva auttaa kasvamaan. Teoksessa Kivelä, M. (toim.) Kasvamisen kuvia. Kuvataideterapian näköaloja. Helsinki: Valtion painatuskeskus
- Ruishalme, O. & Saaristo, L. 2007. Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen. Helsinki: Tammi
- Räsänen, J. 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan ja yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Järvenpää: Nupa Express

- Saari, S. 2003. *Kuin salama kirkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen*. 3. uudistettu laitos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Salo, M. 2009. *Peilin, muistin ja toiston taide. Valokuvataiteen ja -terapian yhteyksiä*. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) *Valokuvan terapeuttinen voima*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Samulin, H. 2007. *Kriisit*. Teoksessa Pohjolan- Pirhonen, C., Poutiainen, K. & Samulin, H. (toim.) *Kriisityön käsikirja- käytännön opastusta kriisin kohdatessa*. Hämeenlinna: Karisto Oy
- Savolainen, M. 2004. *Maailman ihanin lapsi. Valokuva perheessä*. Teoksessa Piironen, L. (toim.) *Leikin pikkujättiläinen*. Porvoo: WS Bookwell Oy
- Savolainen, M. 2005. *Maailman ihanin tyttö. Voimauttava valokuva*. Taideteollinen korkeakoulu. Taidekasvatuksen osasto. Pro gradu- tutkielma. Tampere: Esa Print
- Savolainen, M. 2009. *Voimauttava valokuva*. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu L. (toim.) *Valokuvan terapeuttinen voima*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Siitonen, J. 2007. *Voimaantumisen viitekehys*. Tiivistelmä. Viitattu 6.1.2011. <http://www.voimaantuvasuomi.org/jsc.pdf>
- Spektrokortit. Viitattu 27.1.2011. <http://www.spectrovisio.net/tuotteet.html>
- Suomen mielenterveysseura. 1999a. *Elämäkriisi ja trauma*. Teoksessa Rautiainen, H., Juntunen, K., Lahti, P., Heikkilä, M., Autio, P., Kiikkala, I., Hakulinen, T., Kankaanranta, R., Haavikko, A., Terävesi, A. & Suomen mielenterveysseura. *Kriisi elämän mahdollisuutena. Raportti kriisikeskuksista*. Kirjapaino: Uusimaa
- Suomen mielenterveysseura. 1999b. *Lukijalle*. Teoksessa Rautiainen, H., Juntunen, K., Lahti, P., Heikkilä, M., Autio, P., Kiikkala, I., Hakulinen, T., Kankaanranta, R., Haavikko, A., Terävesi, A. & Suomen mielenterveysseura. *Kriisi elämän mahdollisuutena. Raportti kriisikeskuksista*. Kirjapaino: Uusimaa
- Toiminnalliset menetelmät yleensä. Viitattu 27.9.2010. <http://www.ela.fi/akatemia/toiminnalliset.php>
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Virkki, T. 2004. *Vihan voima. Toimijuus ja muutos vihakertomuksissa*. 2. Painos. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy
- Voimautumisteorian premissit. Viitattu 27.9.2010. <http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/html/cfadejai.html>
- Väkivallan yleisyys. Viitattu 16.12.2010. http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhdevakivalta/vakivallan-yleisyys/
- Välivaara, C. 2008. *Valokuvat - Elämän peili ja kommunikaatioväline*. *Pesäpuu-lehti* 2/2008. Lievestuore: ER-Paino Oy
- Walker, J. 1983. *The Photograph as a Catalyst in Psychotherapy*. In: Krauss, D.A. & Fryrear, J.L. (Eds.), *Phototherapy in mental health*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas
- Weiser, J. 1993. *Photo Therapy Techniques. Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Familyalbums*. Vancouver B.C. Canada

LIITTEET

Liite 1

