

LAPSENA SEKSUAALISESTI HYVÄSIKÄYTETTYJEN NAISTEN  
KOKEMUKSIA VOIMAANTUMISESTA

Elämän pituinen matka

Suvi Seppänen

Opinnäytetyö, syksy 2011

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Pohjoinen

Oulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Sairaanhoitaja (AMK) - diakonissa

## TIIVISTELMÄ

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia voimaantumisesta–Elämän pituinen matka. Opinnäytetyö, 64 sivua, liitteitä 5. Suvi Seppänen, Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Pohjoinen, Oulu, syksy 2011. Hoitotyön koulutusohjelma, diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto, sairaanhoitaja (AMK) – diakonissa.

Suomen Delfins Ry on valtakunnallinen tukijärjestö seksuaalisesti hyväksikäytetyille ihmisille. Järjestön tukemia vertaistukiryhmiä toimii eri puolilla Suomea. Lupa tutkimuksen tekemiseen saatiin järjestöltä, sekä kyselyyn vastaajilta. Opinnäytetyö tehtiin laadullisen tutkimuksen menetelmin avoimella lomakekyselyllä ja analyysimetodina käytettiin induktiivista sisällönanalyysiä. Kyselyyn tuli vastauksia viisi kappaletta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla lapsena seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia hyväksikäytön vaikutuksista heidän elämäänsä, sekä hyväksikäytöstä voimaantumiseen. Tavoitteena oli tuoda esille hyväksikäytettyjen ääni, sekä tuottaa tietoa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kohtaamisesta eri ammattiryhmille.

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat hyväksikäytön vaikuttaneen elämäänsä monilla alueilla, pääosin minäkuvaan ja elämänhallintaan liittyviin asioissa. He kokivat itsensä rikkoutuneiksi ja kaltoin kohdelluiksi. Lisäksi he kokivat lapsuutensa arvottomana, se vaikutti negatiivisesti heidän elämäänsä ja heidän valintoihinsa myöhemmin elämässään. Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset joutuivat kamppailemaan voimakkaiden ja vaikeiden syyllistävien tunteiden kanssa. He kokivat epävarmuutta, häpeää, surua ja arvottomuutta, eikä heidän ollut helppoa luottaa toisiin ihmisiin.

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat selviytyneensä vertaistuen ja tiiviin yksilöterapiap avulla. Naiset kokivat saaneensa vertaistukiryhmässä vahvoja tunteita siitä, että he eivät ole yksin ongelmiansa kanssa ja lisäksi he kokivat ryhmässä auttavana sen, että he saivat puhua hyväksikäytöstä ääneen sen oikealla nimellä. Yksilöterapia oli auttanut hyväksikäytettyjä naisia käsittelemään hyväksikäytön aiheuttamia ongelmia ja vaikeita tunteita arjessaan, sekä näkemään asiat ja itsensä uudesta, hyväksyvistä näkökulmasta. Tulosten mukaan naiset eivät kokeneet saaneensa apua seurakunnasta, mutta myönteisenä koettiin henkilökohtainen hengellinen tutkiskelu.

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat voimaantumisen kokonaisvaltaisena uudistumisen tunteena. Kielletyistä asioista ja tunteista tuli avoimia ja he saivat rohkeutta, sekä uskallusta vaikuttaa asioihin. Osa vastaajista toimii tällä hetkellä itse vapaaehtoistyöntekijänä ryhmän vetäjänä tai kriisipuhelinpäivystäjänä. Naiset kokivat pystyneensä kääntämään seksuaalisen hyväksikäytön tuomat ongelmat voimavaraksi muita varten.

Asiasanat: kvalitatiivinen tutkimus, seksuaalinen hyväksikäyttö, terveyden edistäminen, voimaantuminen, sosiaali- ja terveysjärjestöt

## ABSTRACT

Empowerment of women who have been sexually abused in their childhood – A lifelong journey. Thesis, 64 pages, 5 appendices. Suvi Seppänen. Diaconia University of Applied Sciences, Diak North, autumn 2011. Healthcare education program, Diaconal work orientation, nurse (UAS) – deaconess.

Suomen Delfins registered organization is a national support organization for people, who have been sexually abused. It organizes peergroups in many localities around Finland. Permission to execute the thesis was asked and received from Suomen Delfins and also from the informants. The method of this thesis was qualitative research by open formal enquiry and the results were analyzed by inductive content analysis. Five replies were received. The aim of this thesis was to describe the effects of sexual abuse and recovering from sexual abuse. Also the aim was to lay out the voice of sexually abused women and produce knowledge for different occupational groups about confronting sexually abused victims.

Women who were sexually abused in their childhood felt that abuse effected their lives in many ways, mainly in things which were related to their self-esteem, self-image and coping with challenges in life. Women felt themselves broken and violated, and also they felt that their childhood was worthless. This effected negatively their life and choices later in life. Women had to struggle with very strong and difficult accusing feelings. They felt insecurity, shame, sadness and felt themselves worthless. They had also difficulties in trusting other people.

Women who were sexually abused felt that they had coped with the help of peergroups and individual therapy. Women felt that they had strong encouraging feelings when they felt that they were not alone with their problems. Moreover they felt that a helping factor in groups was the thing that they were allowed to speak aloud about sexual abuse by its own name. Therapy had helped women to cope with problems in their all day living and deal with difficult feelings. With therapy women also learned to see themselves from a new, different and accepting point of view. Women who answered this enquiry, did not feel that church or congregations had helped them to cope, instead women felt personal spiritual meditation a very positive coping strategy.

Sexually abused women felt that empowerment was a comprehensive feeling. They told that forbidden feelings came open and they got courage and daring to effect things. A few women were practising voluntary work with other people who had gone through different kinds of traumas, they worked for example as peergroup leaders. Around one half felt that they had been able to turn problems caused by sexual abuse to strength in helping others.

Keywords: qualitative research, sexual abuse, health promotion, empowerment, social-and health organizations

## SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ .....	2
ABSTRACT .....	3
1 JOHDANTO .....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT .....	7
2.1 Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön muotoja ja syitä .....	7
2.2 Lapsena koetun seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksia .....	9
2.3 Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyn terveyden edistäminen .....	12
2.3.1 Kuntouttava hoitotyö terveyden edistäjänä.....	14
2.3.2 Voimaantuminen terveyden edistäjänä.....	16
2.3.3 Diakoniatyön mahdollisuudet seksuaalisesti hyväksikäytettyjen hoidossa....	17
2.3.4 Diakoninen hoitotyö terveyden edistäjänä.....	19
2.4 Suomen Delfins Ry:n toiminta .....	23
2.5 Vertaistukiryhmien merkitys .....	24
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT .	25
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	26
4.1 Laadullinen lähestymistapa.....	26
4.2 Tutkimusympäristö ja aineiston keruu.....	27
4.3 Aineiston analysointi .....	28
5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....	29
5.1 Naisten kokemukset lapsuuden seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksista .....	29
5.1.1 Minäkuvan vääristyminen.....	30
5.1.2 Arjen haasteellisuus .....	33
5.2 Lapsena koetusta seksuaalisesta hyväksikäytöstä selviytyminen.....	34
5.2.1 Itsensä hyväksyminen .....	35
5.2.2 Sosiaalisen tuen saaminen .....	37
5.3 Hyväksikäytettyjen naisten kokema avun tarve selviytymisprosessissa .....	38
5.3.1 Henkilökohtaisen prosessin läpikäyminen.....	39
5.3.2 Yhteisöllisyyden mahdollistaminen.....	40
5.4 Hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia voimaantumisesta.....	42
5.4.1 Sisäinen eheytyminen .....	43
5.4.2 Toimintakyvyn paraneminen .....	45
7 POHDINTA .....	47
7.1 Tulosten vertailua .....	47
7.3 Hyväksikäytön ennaltaehkäiseminen ja hoitaminen.....	49
7.4 Tutkimuksen eettiset kysymykset.....	50
7.5 Tutkimuksen luotettavuus.....	52
8 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	54
9 JATKOTUTKIMUSHAASTEET.....	55

LÄHTEET.....	56
LIITTEET.....	60

LIITE 1: Avoin lomakekysely

LIITE 2: KUVIO 1. Naisten kokemukset seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksista.

LIITE 3: KUVIO 2. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset selviytymisestä.

LIITE 4: KUVIO 3. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset avun tarpeesta.

LIITE 5: KUVIO 4. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset voimaantumisesta.

## 1 JOHDANTO

Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö on hyvin ajankohtainen aihe tällä hetkellä Suomessa, siitä puhutaan enemmän ja uhrin hakevat apua muun muassa Suomen Delfins Ry:n vertaistukiryhmistä. Seksuaalisella hyväksikäytöllä on laaja-alaisia vaikutuksia naisen elämään ja hyväksikäytetyt ovat eri tavoilla haavoittuneita. Suuri osa ongelmista kohdistuu ihmissuhteisiin, vanhemmuuteen ja parisuhteeseen. Taustalla on yleensä ongelmia luottamuksessa, minäkuvassa, itsetunnon tai puuttuvissa vuorovaikutus- ja elämäntaitoissa. (Laitinen 2006; Liukkonen 2004; Kaukonen 2003, Laiho 2006.) Terveystieteissä joudutaan tulevaisuudessa kamppailemaan resurssien riittävyyden kanssa entistä enemmän ja siksi järjestöjen vertaistukiryhmätoiminta tulee olemaan entistä tärkeämpi apu monille.

Pohjois-Suomessakin toimiva Suomen Delfins- järjestön vertaistukiryhmä on eräs keino auttaa seksuaalisesti hyväksikäytettyjä naisia, ja antaa heille keinoja selviytyä hyväksikäytön aiheuttamista ongelmista. Hyväksikäytettyjä naisia kutsutaan näissä ryhmissä selviytyjiksi. Vertaistukiryhmien toiminta keskustelun ja tunteiden läpikäynnin mahdollistajana on terveyttä edistävää ja kuntouttavaa hoitotyötä, ja se on oleellinen osa hyväksikäytettyjen naisten voimaantumista.

Diakonisen hoitotyön näkökulma korostuu terveyttä edistävänä toimintana seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kanssa muun muassa sielunhoitotyön muodossa. Sielunhoidolliset keskustelut ovat avuksi heille kokonaisvaltaista hoitotyötä tehtäessä ja vaikeiden tunteiden, kuten syyllisyyden, häpeän ja surun käsittelyssä. (Seppänen 2010, Nurminen 2005.) Diakoninen hoitotyö on ihmisen kokonaisvaltaista kohtaamista (Gothóni & Jantunen 2010, 31-56).

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla lapsena seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia hyväksikäytön vaikutuksista heidän elämäänsä, sekä heidän kokemuksiaan hyväksikäytöstä voimaantumiseen. Työn tavoite on tuoda esille hyväksikäytettyjen ääni ja tuottaa tietoa heidän selviytymisensä tukemiseen.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

Seksuaalisesta hyväksikäytöstä on teoriatietoa ja sitä on tutkittu paljon erilaisista näkökulmista (mm. Liukkonen 2004; Kaukonen 2003; Peltoniemi 1999; Quas A. Jodi 2005). Lisätutkimusta tarvitaan hyväksikäytettyjen naisten voimaantumisen, sekä siitä, miten seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten terveyttä voidaan edistää ja miten naisia voidaan auttaa voimaantumisprosessissa. Tässä opinnäytetyössä lähestytään asiaa uhrien minäkuvan, itsetunnon, sekä elämänhallinnan näkökulmasta ja siinä käytetään apuna aikaisempaa teoriatietoa, alan tutkimuksia ja selviytyjien henkilökohtaisia kirjoituksia. Kirjoitukset kerättiin avointa lomakekyselyä apuna käyttäen. (LIITE 1.)

Käsitteinä lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö ja naisen hyväksikäyttö ovat eri asioita, mutta ne liittyvät toisiinsa hyvin vahvasti. Usein lapsena hyväksikäytetty nainen ajautuu myös myöhemmin elämässään suhteisiin, joissa häntä käytetään hyväksi. (Laiho 2006.) Tämä johtuu osittain vaikeista käsittelemättömistä syyllisyyden, häpeän ja itseinhon tunteista. Nainen ei ehkä koe ansaitsevansa parempaa ja hän haluaa rangaista itseään menneisyytensä vuoksi. Seksuaalista hyväksikäyttöä voidaan kuvata ilmaisulla ”särö kaikkein syvimmissä” (Liukkonen 2004; Taskinen 1994.)

Keskeiset käsitteet tässä opinnäytetyössä ovat: Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö, terveyden edistäminen, voimaantuminen, kuntouttava hoitotyö ja diakoninen hoitotyö

### 2.1 Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön muotoja ja syitä

Lapsen hyväksikäyttäjä on yleensä lähipiirissä oleva mies ja hyväksikäytetty on useimmiten tyttö. Kohteeksi joutuneiden tyttöjen ikäjakauma vaihtelee pienen lapsen iästä murrosikään. Laihon (2006) tutkimuksesta selviää, että 31 % lapsista oli alle 5-vuotiaita hyväksikäytön tapahtuessa ja 56 % 6-12-vuotiaita. Hyväksikäyttö on tapahtunut lapsuudessa, mutta suurin osa esimerkiksi raiskauskriisikeskus Tukinaiseen yhteyttä ottaneista naisista ovat iältään 21-40-vuotiaita (Kaukonen, 2003. 15). Tähän syynä voi olla se, että häpeän ja pelon valtaamat lapset eivät tohdi kertoa tapahtuneesta,

ennenkuin täysi-ikäisenä (Laiho 2006). Suomen laissa seksuaaliseksi hyväksikäytöksi katsotaan kaikki teot, joilla seksuaaliseen kanssakäymiseen liittyy pakottamista, väkivaltaa tai väkivallalla uhkaamista. Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö tai törkeä seksuaalinen hyväksikäyttö on alle 16-vuoden ikäiseen kohdistuvaa seksuaalikäyttäytymistä, joka tuottaa iän tai kehitystason vuoksi lapselle erityistä vahinkoa tai nöyryytystä ja monesti erilaisia ruumiinvammoja (Rikoslaki 39/1889.) Seksuaalisen hyväksikäytön muotoja ovat itsensä paljastaminen, seksuaalisen toiminnan ehdottelu, hyväilyt, yhdyntäyritys ja yhdyntä (Peltoniemi 1999). Lisäksi seksuaalissävyytteinen puhe, seksuaalisen toiminnan seuraaminen, tirkistely, pakottaminen seksuaaliseen toimintaan toisen ihmisen tai eläimen kanssa ja pornografia voidaan lukea seksuaalisen hyväksikäytön muotoihin (Laiho 2006).

Seksuaalista hyväksikäyttöä tapahtuu kaikissa yhteiskuntaluokissa, syyt siihen ovat monenlaiset (Humppi 2008). Toisaalta tutkimuksissa ei löytynyt mitään tiettyä yhteiskuntaluokkaa, jossa hyväksikäyttöä tapahtuisi enemmän tai erityistä ”hyväksikäyttäjäprofiilia”, jonka perusteella voidaan odottaa mahdollista hyväksikäyttöä (Waterhouse 2002). Voidaan kuitenkin epäillä, että löystyneet seksuaaliset arvot ja asenteet tai väkivaltaa hyväksyvä kulttuuri (Taskinen 1994) ovat johtaneet nautintohakuisuuteen. Hyväksikäyttö ei ole uusi ilmiö, mutta nykyään siitä puhutaan enemmän. Hierarkisuus, sairas uskonnollisuus, perheen ulkoiset paineet tai sisäiset ongelmat ja sairaudet voivat ajaa tilanteeseen, joka johtaa seksuaaliseen hyväksikäyttöön. (Peltoniemi 1999.) Taskisen (1994) mukaan monissa kulttuureissa miehen ja naisen välinen sukupuoliro johtaa naisen aseman väheksymiseen ja hyväksikäyttöön.

Hyväksikäyttäjät pyrkivät alistamaan uhrinsa ja etenkin lasten kohdalla vanhemman valta-aseman väärinkäyttö on yleistä. Johdattelu, houkuttelu, lahjonta, uhkailu ja raaimmillaan väkivalta ovat keinoja saada uhri alistettua toimintaan. (Peltoniemi, 1999.) Hyväksikäyttäjä voi kokea, että uhri on jollakin tavalla myötävaikuttanut hyväksikäytön alkamiseen, mutta tällainen myötävaikutus on seurausta hyväksikäyttäjän vallan, sekä hallintaoikeuden käytöstä, joka muokkaa uhrin koko identiteettiä. Hyväksikäyttäjät muokkaa uhrin minäkuvaa haluamaansa suuntaan valtaa tai väkivaltaa käyttämällä. (Waterhouse 2002.) Seksuaalisen hyväksikäytön naamiointi tavalliseksi toiminnaksi on hyvin yleistä, sillä Laihon (2006) tutkimuksessa 82 % vastaajista kertoo



hyväksikäyttäjän yrittäneen normalisoida tilanteen. Yli puolet hyväksikäytetyistä koki rakkauden tai syyllisyyden varjolla tapahtuvaa manipulointia.

## 2.2 Lapsena koetun seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksia

Ensimmäisten 8-vuoden aikana tapahtunut seksuaalinen hyväksikäyttö on erityisen tuhoisaa, sillä silloin lapselle kehittyvät elämän uskomukset ja käyttäytymismallit. Mitä nuorempi lapsi on, sitä huonomman pohjan hän saa perusturvallisuutensa kehitykselle ja vaikutukset näkyvät läpi elämän. Varhainen emotionaalinen kehitys tapahtuu tässä iässä, joten hyväksikäyttö vaikuttaa voimakkaasti tunteiden kehittymiseen ja siihen, mikä lapsen mielestä tulee olemaan oikein ja mikä väärin. Pieni lapsi ei ymmärrä aikuisten abstraktia, monimutkaista ajatusmaailmaa, vaan asiat ovat hänelle konkreettisia. (Quas A. Jodi ym. 2005.) Hyväksikäytön seurauksiin vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa hyväksikäytön kesto, vuorovaikutuksen laatu tekijän ja uhrin välillä, uhkausten ja pakotuksen aste, sekä ympäristön suhtautuminen uhriin hyväksikäytön paljastumisen jälkeen (Taskinen 1994).

Välittömiä vaikutuksia seksuaalisesta hyväksikäytöstä voidaan havaita lapsen käyttäytymisestä. Hänen käytöksensä voi olla seksuaalisesti latautunutta tai levotonta. Hän voi olla ahdistunut, masentunut ja pelätä vanhempiaan. Lisäksi hyväksikäyttöä voidaan epäillä, jos lapsella on tarve vahingoittaa itseään, syömisongelmia, karkailua, kehittymisen taantumista (esimerkiksi tuhrimista) tai erilaisia kipuja. (Hirvelä 2007.)

Seksuaalisesta hyväksikäytöstä johtuva heikentynyt itsetunto, sekä minäkuvan vääristyminen voivat vaikuttaa negatiivisesti vuorovaikutustilanteiden syntymiseen ja tätä kautta vuorovaikutuksen kehittymiseen. Yleinen elämönhallinnan tunne heikkenee, kun ihminen vetäytyy toisista ihmisistä ja tulee välinpitämättömäksi. Silloin hän ei jaksakaan pitää huolta itsestään ja joutuu noidankehään, jossa vaarana on eristäytyminen ja itsensä laiminlyönti. (Kaukonen 2003.) Hoorwich (1995) painottaa naisen itsetunnon ja itsetuntemuksen ongelmia. Oman arvontunto voi hänen mukaansa heilahdella rajusti hyväksikäytettyjen naisten elämässä.

Taskisen (1994) tutkimuksen mukaan arvokkuuden tuntemiseen omassa seksuaalisessa hyvinvoinnissa vaikuttaa monesti uhrien kokema posttraumaattinen oireyhtymä, jolloin hyväksikäytettyjen ajattelu on häiriintynyt itsehalveksunnan ja kontaktien solmimisen vaikeuden vuoksi. Posttraumaattinen oireyhtymä kertoo ihmiselle, että mielessä on asioita, joita ei ole kyetty käsittelemään. Taskisen tutkimuksessa uhrin kokevat olevansa leimaantuneita, likaisia ja häväistyjä. Tuntemuksia lisää mahdollinen ulkopuolisilta tuleva syytely, inho tai se, ettei uhrin kertomusta uskota. Lapsi kokee hyväksikäytön tapahtuttua tullessa petetyksi, eikä koe saaneensa apua ja turvaa vanhemmiltaan. Myöhemmin tällaiset kokemukset johtavat epäluottamukseen ihmisiä kohtaan ja mahdollisiin uusiin hyväksikäyttökokemuksiin. (Taskinen 1994; Pennanen 2006.)

Pennanen (2006) nimeää kolme ajatusmallia, jotka vaikuttavat seksuaalisesti hyväksikäytetyn naisen käyttäytymisen taustalla. Ensinnäkin uhri kokee, että hänen ruumiinsa on vaurioitunut. Joskus tämä on myös fyysisesti totta, mutta kaikkien hyväksikäytettyjen sisäinen maailma ja identiteetti ovat vaurioituneet. Hyväksikäyttö on vaikuttanut myös seksuaalisuuteen antamalla vääriä malleja seksistä tai aiheuttamalla tapahtuman jälkeen pelon raskaaksi tulemisesta. Toiseksi uhrin kokevat, että vanhemmat eivät pystyneet suojelemaan heitä, tai he voivat kuvitella, että hyväksikäyttö oli kosta oidipaalivaiheen normaaleista fantasiaista toista sukupuolta olevaa vanhempaa kohtaan. Kolmanneksi Pennanen pohtii uhrien näkemystä vastuusta ja rooleista. Lapset uhreina tarvitsevat vanhempiensa hyväksyntää niin kipeästi, että hyväksikäytön myötä heidän tarpeellisuuden tunteensa voimistuu tai he voivat omaksua erityisen viettelevän roolin myöhemmin elämässään. Kuitenkin uhrien sisimmässä painavat voimakkaat nöyryyksen, alistamisen ja syyllisyyden tunteet.

Hyväksikäyttö vaikuttaa pitkällä aikavälillä kaikkeen toimintaan, mitä nainen tekee, sillä naisen maailmankuva ja luottamus ihmisiin on vääristynyt. Taustalla vaikuttaa oman itsen tunteminen arvottomana, pahana, likaisena, tai leimaantuneena. (Kaukonen 2003, Liukkonen 2004.) Häpeän tunne on usein niin voimakas, että se estää avun hakemisen (Laiho 2006). Koska hyväksikäytössä on kyse läheisen ihmisen luottamuksen menetyksestä ja perusturvallisuuden horjumisesta, naisen on vaikeaa luottaa ihmisiin – etenkin miehiin. Ihmiskontakteja tuhoaa osaltaan naisen kokema riippuvuus, hylkäämisen pelko, masennus, viha, pelot, eristäytyminen tai vaikeus yleisesti solmia kestäviä ihmissuhteita. (Liukkonen 2004, Peltoniemi 1999.)

Vaikutuksia voidaan nähdä niin yksilö- ja yhteisötasolla. Naisille on ominaista kasata tunteita sisälleen, jolloin he kokevat hermostuneisuutta, ahdistusta, haavoittuvuutta ja muistiongelmia. Sopeutuminen elämän muuttuviin tilanteisiin ja stressitekijöihin voi olla vaikeaa, mistä seuraa se, että heidän mielenterveytensä horjuu helposti. (Quas A. Jodi ym. 2005.)

Laitinen (2006) korostaa haavoittuvuuden kierrettä, joka muodostuu hiljaisuudesta ja puhumattomuudesta. Tämä loukkaa uhria aiheuttamalla tuskaa hyväksikäytön piilottelusta ja salailusta. Puhumattomuus pahenee itsensä moralisoimisen, katkeruuden, pakenemisen ja vihan kautta ja voi johtaa torjuntaan, sekä eristäytymiseen. Yleensä uhrin kertovat hyväksikäytöstä vasta pitkän ajan kuluttua, monesti hyväksikäytön loputtua, elämäntilanteen muututtua tai hyväksikäyttäjän kuoltua. Syynä siihen, että uhri kertoo hyväksikäytöstä vasta myöhemmin voi olla keskeneräinen henkinen kypsyminen, myöhemmässä elämässä muistojen esille tuleminen, uusien kognitiivisten valmiuksien kehittyminen tai luottamuksen rakentuminen kodin ulkopuolella oleviin ihmisiin. (Waterhouse 2002.)

Laitisen (2006) mukaan uhria pitää otteessaan lapsuuden muistoihin sekoittuva avuttomuus, jolloin hän edelleen kokee itsensä pieneksi, neuvottomaksi ja ulkopuoliseksi. Nämä tunteet liittyvät dissosiaatioon, joka tarkoittaa asioiden ulkoistamista, tai paremminkin itsensä mielikuvituksen avulla tilanteesta pois siirtämistä. Dissosiaatio on normaali selviytymiskeino uhkaavissa tilanteissa, ja se käynnistyy kaikilla ihmisillä silloin tällöin. Ongelmallista dissosiaatiossa on tietynlainen tunteiden menettäminen tai puuttuminen, kun esimerkiksi hyväksikäyttötilanne poistetaan mielestä oman turvallisuuden vuoksi. Dissosiaation toistuessa ihmisen elämässä voi seurata minän hajoaminen useisiin eri persooniin, minkä tarkoituksena on suojella lapsen tai naisen puhtaaksi kokemaan persoonan osaa. (Holm 2006.) Paavilaisen (2010) mukaan taas naista voi ahdistaa odotuksen ja pelon vaihtelu koetun väkivallan suhteen. Tämä tutkimus vahvistaa teoretietoa siitä, että väkivalta, johon luetaan seksuaalinen hyväksikäyttö, altistaa mielenterveyden ongelmille, käyttäytymishäiriöille, alistumiselle, itsearvostuksen puutteelle, peloille, nukkumisvaikeuksille ja jopa rakkauden häviämiseksi. Pahoinpitelyn muisto on aina olemassa, ja pelko iskee tapahtuman toistuessa.

### 2.3 Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyn terveyden edistäminen

Tässä opinnäytetyössä terveys määritellään Iivanaisen, Jauhaisen ja Pikkaraisen (2006, 49) oppikirjamallilla, koska se on laaja-alainen elämässä selviytymistä kuvaava malli. Terveys käsitetään itse terveyttä laajempänä kokonaisuutena, eli hyvinvointina eri elämän osa-alueilla. Lääketieteellinen terveystieteellinen käsite korostaa terveyttä sairauden puuttumisena, kun taas yhteiskunnallinen terveys on elämänlaatua, kestävästä kehitystä, tasa-arvoa ja yleistä hyvinvointia. Sosiologinen terveys on kykyä selviytyä erilaisista elämään liittyvistä sosiaalisista rooleista ja humanistinen terveys on kykyä sopeutua elämäntilanteisiin myönteisellä tavalla.

Ensisijaista on, jos lapsen hyväksikäyttöä havaitaan tapahtuvan, että se saadaan loppumaan ja koko perheelle saadaan apua mahdollisimman pian ja kattavasti. Uusi lastensuojelulaki helpottaa lastensuojeluilmoituksen tekemistä, sillä se antaa jokaiselle lapsesta huolissaan olevalle aikuiselle luvan tehdä paikkakunnan sosiaalihuollolle ilmoituksen. Sosiaalihuollon tehtävänä on jatkotoimenpitein varmistaa, että lapsen hätä tulee kuulluksi ja siihen reagoidaan. Jos tarvetta lastensuojeluun tai huostaanottoon ilmenee prosessin edetessä, on sosiaalihuolto velvollinen toimimaan viipymättä. (Lastensuojelulaki 417/2007, lisäys 752/2011.)

Terveyden edistäminen on määritelty Terveydenhuoltolaissa seuraavalla tavalla:

”terveyden edistämällä tarkoitetaan yksilöön, väestöön, yhteisöihin ja elinympäristöön kohdistuvaa toimintaa, jonka tavoitteena on terveyden, työ- ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen sekä terveyden taustatekijöihin vaikuttaminen, sairauksien, tapaturmien ja muiden terveysongelmien ehkäiseminen ja mielenterveyden vahvistaminen sekä väestöryhmien välisten terveyserojen kaventaminen sekä suunnitelmallista voimavarojen kohdentamista terveyttä edistävällä tavalla.”  
(Sosiaali- ja terveysministeriö. Terveydenhuoltolaki 1326/2010 §3).

Sosiaali- ja terveysministeriön painotuksissa korostuvat ennaltaehkäisevä työ ja varhaisen puuttumisen mahdollisuudet. Oleellisina asioina ministeriön otsikoissa painottuvat terveyden edistäminen, sosiaalinen turvallisuus ja päihdehaittojen ehkäisy. Terveyden edistämisen näkökulma, sekä terveyshaittoja ehkäisevien ympäristöjen

luominen korostuvat myös maailmanlaajuisesti WHO:n strategioissa. Järjestön suosituksissa korostetaan terveyden ylläpitämiseen panostavien toimenpiteiden mahdollistamista ja yhteiskunnan talousresurssien kohdentamista riskejä ennaltaehkäiseviin, sekä ihmisten terveyttä edistäviin toimiin. Tämä vaatii tulevaisuudessa yhä enemmän tietoisuuden lisäämistä ja koulutukseen panostamista. (World Health Organization.)

Pietilä (2010) kuvailee teoksessaan Antonovskyn mallia terveyden edistämisestä. Tässä teoriassa korostuu optimistinen ajattelu, elämän kokeminen haasteena ja elämän tarkoituksenmukaisuuden etsiminen eri elämäntilanteissa. Mallin mukaan on saatu tutkittua tietoa siitä, että tällainen asenne vaikuttaa myönteisesti terveellisempien valintojen tekemiseen elämässä ja auttaa sitä kautta parantamaan ihmisten elämänlaatua ja jopa pidentämään elinikää. Saman mallin puolesta puhuvat myös Koivu ja Haatainen (2010) kirjoittaessaan mielenterveyden edistämisestä, jonka tarkoituksena on vahvistaa ihmisten sietokykyä erilaisissa elämän haasteissa ja lieventää vaikeita olosuhteita. Promotiivisella ja toisaalta preventiivisellä, eli edistävällä ja ennaltaehkäisevällä työllä pyritään parantamaan ihmisten hyvinvointia. Tällaisella ajattelumallilla ihmisten hyvinvointi parani erityisesti psykkisellä alueella. (Pietilä 2010.) Terveyden edistäminen toimintana perustuu arvoihin, kuten itsenäisyyden ja ihmisarvon kunnioittaminen, voimaantuminen, tarvelähtöisyys, osallistaminen, oikeudenmukaisuus, kestävä kehitys ja kulttuurisidonnaisuus. Tavoitteena tulisi olla, että toiminnan tulokset näkyisivät niin yksilöiden kuin koko yhteiskunnan tasolla, jolloin terveystaloudet kehittyisivät ihmisten tarpeiden mukaan ja yksilöiden ja yhteisöjen hyvinvointi lisääntyisi. (Savola & Koskinen-Ollonqvist 2005.)

Seksuaalinen hyväksikäyttö lapsuudessa ja nuoruudessa vaikuttaa kasvuun ja kehitykseen ja siitä toipuminen on hyvin pitkä, elinikäinen prosessi. Mielenterveyden edistäminen on aktiivista toimintaa (Koivu & Haatainen 2010) ja Pietilän (2010) mukaan myös tietoista motivaatiota luovaa toimintaa, jonka tarkoituksena on vahvistaa toimivaa osaa mielenterveydessä ja samalla vähentää psykkistä terveyttä uhkaavia tekijöitä. Toimet on kohdennettava asioihin, jotka antavat ihmisille vaikutusmahdollisuuksia (Koivu & Haatainen 2010), eli seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kohdalla esimerkiksi oikeudellinen apu ja lakimiespalvelut, vertaisryhmätoiminta, tiivis yksilöterapia, sekä välineet käsitellä trauman aiheuttamia

ongelmia muun muassa tunne-elämän tasolla.

Käytännössä lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyille voidaan tarjota yksilöterapiapian, vertaistuen ja erilaisen toiminnallisen tuen lisäksi esimerkiksi EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)–terapiaa. Terapiamuoto on 1990-luvulla pinnalle noussut posttraumaattisen stressioireyhtymän hoitomuoto, jossa silmänliikkeiden avulla pyritään avaamaan trauman aiheuttamia tunnelukkoja turvallisessa ympäristössä. (ks. esim. Parnell 1997.)

Monesti muistot hyväksikäytöstä aktivoituvat silloin, kun uhrin elämässä tapahtuu jokin merkittävä muutos, esimerkiksi lapsen syntymä tai perheen perustaminen tulee ajankohtaisiksi. Näissä tilanteissa seurakunta voi olla tärkeä tuki naisen elämässä. Äitiyden ja äitisuhteen käsitteleminen on yksi tärkeä asia toipumisessa, sillä usein uhrin ja hänen äitinsä suhde on vioittunut ja jäänyt keskeneräiseksi. Uhria voi pelottaa, että hän ei voi olla hyvä äiti lapsilleen, eikä hän kykene pitämään huolta lapsistaan. (Laitinen 2004.) Waterhouse (2002) tuo esille erityisen tärkeänä asiana hoitaa uhrin ja hänen äitinsä välistä suhdetta. Äiti käy myös osaltaan läpi rankkaa selviytymisprosessia. Tässä prosessissa tarvitaan keskinäistä tukea ja vuorovaikutusta, sekä ymmärrystä selviytymiskamppailuun. Suurin osa äideistä ryhtyy toimenpiteisiin lapsen hyväksikäytön ilmitultua, mutta silti lapselle voi jäädä kuva siitä, että hänestä ei välitetty ja hänet on petetty. Tämä voi vaikuttaa traumaattisesti lapsen sukupuolisuuden ja äitiyden kehittymiseen. (Dempster 1996, 62–75.)

### 2.3.1 Kuntouttava hoitotyö terveyden edistäjänä

Kuntouttava hoitotyö määritellään siitä ongelmasta käsin, mistä asiakkaan ajatellaan toipuvan. Kuntouttavan hoitotyön tavoitteena on täydentää sairaanhoitoa ja saattaa asiakas takaisin työelämään, sekä ehkäistä pysyvää työkyvyttömyyttä. Maailman terveysjärjestön mukaan kuntouttamisessa käytetään lääkinnällisiä, sosiaalisia, kasvatuksellisia ja ammatillisia toimia, joiden tavoitteena on saada asiakkaan toimintakyky parhaalle mahdolliselle tasolle. Kuntouttava hoitotyö on myös kaikkien niiden toimenpiteiden summa, jotka pyrkivät ehkäisemään vammauttavien tai kuntoa

heikentävien olosuhteiden syntymistä. Kuntouttavalla hoitotyöllä pyritään vaikuttamaan asiakkaan lisäksi hänen perheensä, sekä muun sosiaalisen verkoston toimivuuteen. (Suikkanen ym. 1995.) Kuntoutuksen avulla voidaan selvittää kuntoutujan elämässä olevia hyvinvointia, osallisuutta, toimintakykyä, sekä voimaa lisääviä tekijöitä ja auttaa luomaan niiden toteuttamiselle lisää tilaa (Kallanranta, Rissanen & Vilkkumaa 2003).

Seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kuntouttavaa hoitotyötä on ensisijaisesti auttaa uhreja tekemään hyväksikäytöstä puhumisen avulla näkyvä ongelma. Tietoisuuden herääminen ja hyväksikäytön läpikäyminen auttavat katkaisemaan ongelmakierteen. ”Uhrista” kasvaa ajan myötä ”selviytyjä”, eikä hänen enää tarvitse vaieta taakasta, jota on kantanut koko elämänsä ajan. Unohtaminen on voinut olla jollekin ainoa selviytymiskeino silloin, kun ei ole ollut ketään kenelle kertoa. Nainen, joka on näennäisesti unohtanut seksuaalisen hyväksikäytön ja riiston, voi olla pinnalta katsottuna hyvinkin toimiva yksilö, mutta hänen sisimpänsä on tuhottu. Näkyväksi tekeminen, tiedostaminen ja toisin tekeminen sen sijaan, että koettaisi miellyttää tai suorittaa, auttaa selviytyjää tulemaan paremmin toimeen itsensä ja muiden kanssa. (Laitinen 2006.) Liukkosen (2004) mukaan hoidossa on oleellista se, että ei hoideta vain oireita, mutta ei myöskään kiirehdiä keskustelua vaikeista asioista. Jos hoitaja huomaa, että muistot tai tunteet käyvät sietämättömiksi, on hänen oltava rajan vetäjä. Oleellista on antaa sellaista rohkaisevaa ja eteenpäin vievää palautetta, joka tukee uhrin kehitystä selviytyjäksi.

Kuntouttavan hoitotyön avulla pyritään vahvistamaan seksuaalisesti hyväksikäytettyjen ihmisten olemassa olevia voimavaroja, joiden avulla he kykenevät käsittelemään traumojaan ja hyväksikäytöstä johtuvia ongelmiaan elämässä. Uhria voi auttaa, kun kysytään suoraan tapahtumista, ollaan herkkänä hänen sen hetkiselälle tilanteelleen, mutta edetään hänen ehdoillaan. Oleellista on, että uhrille tarjotaan riittävästi tukea hyväksikäytön kokemusten purkamiseen. On tärkeää mahdollistaa vaikeiden tunteiden käsittely ja ongelmien ratkaisu, joita hyväksikäyttö on tuonut mukanaan muun muassa itsetunnon heikentymisen, minäkuvan vääristymisen tai elämänhallinnan alueilla. Uhrin tulee saada puhua niin paljon kuin puhumista riittää, eikä hänen esiin tuomiinsa asioihin ylireagoida, mutta niitä ei myöskään torjuta. Tärkeää on tarjota myös riittävästi tietoa itse hyväksikäytöstä, sen vaikutuksista elämän eri osa-alueisiin ja siitä, mistä uhri tarvittaessa saa lisätukea. (Liukkonen 2004.)

Selviytyjän todellisen identiteetin vahvistaminen on oleellinen osa hänen hoitoaan. Tavoitteena on, että nainen alkaa tiedostaa ja tuntee omia ajatuksiaan, mielipiteitään, toiveitaan, tarpeitaan ja itseään kokonaisuudessaan paremmin. Toiminta tähtää ”valeminän” paljastumiseen ja uhrin sisimmässä olevien negatiivisten käsitysten muuttamiseen. Selviytyjä voi ensimmäistä kertaa elämässään löytää rohkeasti naiseutensa ja luottamuksen ihmisiin. On tärkeää tehdä realistiset tavoitteet yhdessä selviytyjän kanssa ja iloita pienistä onnistumisenkokemuksista, tällöin naisen tahto puolustaa itseään ja sanoa ”ei” kasvaa. (Liukkonen 2004.)

Lappalaisen, Pelkosen ja Kylmän (2004) tutkimuksessa kuntoutujat ovat kertoneet kokemuksiaan siitä, mikä hoitajan toiminnassa on tukenut heidän itsetuntoaan. Tärkeimpiä asioita olivat kuntoutujan kokonaisvaltainen hyväksyminen, vahvojen puolten tukeminen, yksilölliset kuntoutumisen tavoitteet ja kannustaminen. Tärkeää oli myös ongelman kanssa kotona selviytymisen tukeminen. Selviytymisen tukemiseen kuului yhdessä toimiminen, olemassa olevien ihmissuhteiden vahvistaminen ja yhteyksien luominen ulkomaailmaan.

### 2.3.2 Voimaantuminen terveyden edistäjänä

Lähtökohtana voimaantumisessa on se, että se on ihmisestä itsestään lähtevä prosessi, johon kuuluu itsetunnon ja elämänhallinnan tunteen paraneminen. Voimaantumisen mahdollistaa hyväksyvä ilmapiiri terapiassa tai vertaistukiryhmässä. Hyväksyntä saa alkuun muutosprosessiin, jonka jokainen selviytyjä käy läpi omalla tavallaan, omaan aikaansa. Kukaan ei voi kaataa toiseen voimaa, mutta sosiaalinen ympäristö voi tukea hyväksikäytettyä selviytymisprosessissa. Voimaantumisen tavoitteena on saada esiin ihmisen piilossa olevat voimavarat. (Siitonen 1999.)

Voimaantumisprosessiin kuuluu eri vaiheita. Seksuaalisesti hyväksikäytetyillä muutosvaiheen käynnistää yleensä jokin tärkeäksi koettu tapahtuma, joka nostaa voimakkaita tunteita ja muistoja lapsuudesta mieleen, esimerkiksi oman lapsen syntymä. Hakeutumisvaiheessa naiselle tulee ajankohtaiseksi avun hakeminen ja tarve



käsitellä ongelmia, jotka ovat vaikuttaneet hänen koko elämäänsä usein tiedostamatta. Tällöin etsitään samankaltaisia ihmisiä ja pyritään selvittämään omia kykyjä vuorovaikutukseen ja luottamukseen toisten kanssa. Voimaantunut ihminen kokee saaneensa tilaa itselleen ja omille kokemuksilleen, selviytyy arjesta itsensä ja muiden kanssa, sekä luottaa itseensä ja omiin mahdollisuuksiinsa. (Jantunen, 2008.)

Menneisyys voi olla seksuaalisesti hyväksikäytetyille ihmisille vaikeasti kohdattava asia. Kuitenkin menneisyyden ongelmakohdat voidaan kääntää myönteisiksi etsimällä niistä ratkaisumalleja ja uusia ajattelumalleja tähän hetkeen. Menneisyyden onnistumisia ja epäonnistumisia kohdattaessa voidaan tarkastella toimintatapoja ja sitä, miten tilanteesta on selviydytty eteenpäin. Monesti negatiiviset asiat voidaan kääntää positiivisiksi, esimerkiksi määrittelemällä käsityksiä uudestaan. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että jos selviytyjä kokee jonkin ominaisuutensa tai ajatuksensa negatiiviseksi, sen uudelleenmäärittelyllä voidaan kääntää asia positiiviseksi ja uudelleen tiedostetuksi. Aikaansaamaton voi tarkoittaa harkitsevaa, laiska rauhallista, aggressiivinen tunteita ilmaisevaa ja niin edelleen. (Mannström - Mäkelä & Saukkola 2008.)

### 2.3.3 Diakoniatyön mahdollisuudet seksuaalisesti hyväksikäytettyjen hoidossa

Diakoniatyö on jatkuvasti uudistuvaa työtä, sillä sen on muututtava ihmisten ja yhteiskunnan tarpeiden muuttuessa. Pokin (2007) mukaan ajan hermolla oleva diakoniatyö ei saa näivettyä pelkäsi liturgiaksi, vaan sen on otettava vastaan maailmanlaajuisesti niiden hätä, jotka etsivät apua kirkosta tai seurakunnasta. Wróbelin (2007) mukaan rakkaus on edellytys sille, että oikeudenmukaisuus tapahtuu ihmisiä kohdatessa. Hän korostaa, että tarvitaan persoonia, jotka ovat valmiita seisomaan kaikkien ihmisten rinnalla ja ajavat vilpittömästi heidän asioitaan. On tärkeää, että auttajalle on väliä sillä, että millainen inhimillinen hätä ihmisellä on. Caritas ja diakonia korostavat ihmisen arvokkuutta, joka on riippumaton kansalaisuudesta, uskonnosta, rodusta, sukupuolesta tai iästä. Ihminen on arvokas sinänsä, luomisen ja itseisarvon perusteella ja tätä viestiä diakonia vie eteenpäin.

Thitz (2006) myötäilee Nurmista (2005) artikkelissaan ”Seurakunta yhteisöllisyyttä ja vastuullisuutta luovana elementtinä keskellä muuttuvaa aikaamme”. Menneet sukupolvet ovat löytäneet suojaa ja rakennusaineita elämäänsä erilaisista yhteisöistä, eikä niiden tarve ole kadonnut mihinkään. Varsinkin seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneelle naiselle, paikka jossa tuntee kuuluvansa johonkin ja johon on tervetullut voi olla erittäin myönteinen kokemus jo itsessään. Kirkon strategiassa on määriteltynä diakonian rooli karitatiivisen toiminnan rinnalla vastuuta ja osallisuutta mahdollistavana toimijana kutsuen ihmisiä yhteyteensä ja rakastaen lähimmäistään, ”erityisesti niitä joiden hätä on suurin ja joita ei muuten auteta” (Suomen evankelis-luterilainen kirkko, Kirkkojärjestys 1055/1991 v. 1993). Nämä ihmiset ovat monesti niitä, joita ”suuri, tehokas ja nopea” maailma ei halua huomata, sillä se ei voi odottaa heiltä mitään. Silti näiden ihmisten mielipiteiden ja arvokkuuden esiintuominen, sekä demokraattinen kohtelu olisi merkki siitä, että yhteiskunnan todelliset arvot olisivat kohdallaan. (Wróbel 2007.)

Diakoniatyön määritelmää on selvennetty jatkuvasti uuden kirkkopoliitikan myötä 1990-luvun laman jälkeen, jolloin sen tärkein tehtävä oli heikompiensaisten ja köyhien auttaminen. Nykyisin suomalaiset kokevat, että diakoniatyön tulisi olla enemmän ja vahvemmin mukana julkisessa keskustelussa, puolustaen oikeudenmukaisuutta ja pitämässä yllä lähimmäisen auttamisen arvoa. (Pessi & Saari 2009.) Diakoniatyöntekijöiden tulee uskaltaa pyrkiä vaikuttamaan yhteiskunnan rakenteisiin niin, että tieto ihmiselämän todellisesta arjesta saavuttaisi päättäjät (Pokki 2007; Myllylä 2004; Kotisalo 2002).

Diakoniatyön avulla voidaan edistää seksuaalisesti hyväksikäytettyjen ja heidän perheidensä terveyttä. Sielunhoidon lisäksi työmuotoja voivat olla muun muassa perhe- ja lastensuojelutyö, jotka pyrkivät ennaltaehkäisemään ongelmia, pitämään koossa perheitä, vahvistamaan perheen vuorovaikutustaitoja, auttamaan arjen sujuvuudessa, ratkaisemaan ongelmia yhdessä perheen kanssa ja tukemaan vanhemmuutta. (Helosvuori, Koskenvesa, Niemelä & Veikkola 2002.) Rättyän (2009) tutkimuksessa diakoniatyöntekijät näkivät perhetyön hyvin tärkeänä ajatellen perheenjäsenten voimavarojen säilymistä. Voimavarat voivat joko kulua tai vahvistua perheen tilanteen johdosta. Kun on kyse voimavaroja kuluttavasta ongelmasta, diakoniatyöntekijät voivat osoittaa välittämistä, auttaa ja tukea perheen elämäntilanteessa ja keksiä ratkaisuja

ongelmakohtiin yhteistyössä eri ammattikuntien kanssa. Tämä lisää perheissä tasapainoa ja hyvinvointia. (Rättyä 2009, 93-96.)

Suomen evankelis-luterilaisen kirkon perhetyön strategiassa keskitytään lähivuosina perheiden ja parisuhteiden hyvinvoinnin lisäämiseen. Lisäksi perhetyöntekijöitä koulutetaan aktiivisesti kohtaamaan parisuhteen kriisien lisäksi myös seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneita ihmisiä. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko.) Kirkon perhe- ja parisuhdetyössä kannustetaan ihmisiä muun muassa kohtaamaan ja tunnistamaan tunteitaan. Apuna tässä prosessissa ovat käytännölliset välineet, kuten oppaat ”Parisuhteen palikat” ja ”Värikäs tunnekartta. Väline tunteiden tunnistamiseen”. (Kirkon perheasiat 2011)

Seurakunta voi edistää hyväksikäytettyjen terveyttä myös vertaisryhmien kautta. Yhteisöllisyys seurakunnassa tarjoaa ihmiselle mahdollisuuden olla kontaktissa hyväksytyssä ilmapiirissä, saada ymmärrystä ja kehittyä kohti vastavuoroista aikuisuutta. Yhteisön tarjoama rukoustuki voi olla hyväksikäytetyille suurta lohtua tuova asia. Nurminen (2005) tuo esille näkökulman, että ihmistä ei voi ymmärtää ymmärtämättä ihmisen kokonaisuutta. Samoin toteaa Wróbel (2007), kun hän kirjoittaa, että ihminen on kokonaisuus, joka elää leivän lisäksi myös hengellisistä asioista. Tämä tarkoittaa sitä, että henkisesti huonosti voivalle ihmiselle tulee herkästi myös fyysisiä ja sosiaalisia ongelmia. Tällaisten laaja-alaisten vaikutusten vuoksi on tärkeää kartoittaa hyväksikäytetyn elämäntilanne kokonaisvaltaisesti.

#### 2.3.4 Diakoninen hoitotyö terveyden edistäjänä

Diakoninen hoitotyö määritellään ihmisen yksinäisyyden kohtaamiseksi. Siinä on oleellista autettavan ongelmien selvittäminen kokonaisvaltaisesti. Diakoninen hoitotyö on toivon luomista toivottomiin tilanteisiin, sielunhoidollista keskustelua, rukousta ja voimavarojen vahvistamista. Se on myös yhteiskunnallista vaikuttamista, sekä fyysisen, psyykkisen, hengellisen ja sosiaalisen toimintakyvyn parantamista. (Myllylä 2004; Kotisalo, 2002.)

Koska diakoninen hoitotyö pohjautuu Raamattuun, myös ihmiskäsitystä voidaan tässä kohden tarkastella kristilliseltä arvopohjalta käsin. Ihminen on Jumalalle erityisen tärkeä ja hän on tehnyt kaikkensa, jotta ihminen pääsisi hänen yhteyteensä ja turvautumaan häneen. Synti, tässä tapauksessa hyväksikäyttäjän teko uhria kohtaan, on vääristänyt tämän kuvan. Seksuaalisesti hyväksikäytetty ihminen tulee kohdata kokonaisvaltaisesti niin, että hänen hyvinvointinsa liittyvät psyykkiset, fyysiset, sosiaaliset ja hengelliset tekijät huomioidaan auttamistyössä. (Gothóni & Jantunen 2010.)

Diakoninen hoitotyö pohjautuu Raamatun periaatteeseen rakastaa Jumalaa ja sitä kautta rakastaa lähimmäisiämme (esim. Mark. 12). Rakastaminen on huolenpitoa, vastuun kantamista, auttamista ja tukemista vaikeuksien yli. Se ei ole pelkästään taloudellista auttamista, jonka toteuttamiseen diakonit alkuseurakunnassa valittiin, vaan se on kokonaisvaltaista huolenpitämistä ”leskistä ja orvoista” ja tämän maailman vaikeuksissa olevista ihmisistä, jotka voivat olla yhteiskunnan muun avun ulkopuolella. Seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kanssa työskennellessä tarvitaan etenkin henkisiä kykyjä, kuten kykyä kuunnella, opettaa, neuvoa, lohduttaa ja antaa toivoa. Tämä kaikki kuuluu kykyyn auttaa ja nähdä vaivaa toisen puolesta. Jumala on se, joka parantaa, mutta sielunhoitaja voi tarjota koko ruumiinsa Jumalalle käytettäväksi tässäkin parannustehtävässä. (Helosvuori, Koskenvesa, Niemelä & Veikkola 2002.) Björkströmin (2007) teoksessa uhrin kertomuksessa puhutaan rukouksen ja uskon osuudesta merkittävänä voimavarana toipumisessa. Uhri koki Pyhän Hengen työn hienotunteisena ja lempeänä turvallisuuden tunteena, jolloin asiat oli helppo jättää Jumalan hoitoon. Uhri koki toipumistaan edistävänä sen, että hoitotyössä korostettiin elämää, toivoa ja tulevaisuutta.

Termiä ”parish nursing”, eli hengellinen hoitaminen, käytetään amerikkalaisissa ja englantilaisissa tutkimuksissa puhuttaessa sairaanhoitaja-diakonisojen työstä seurakunnissa. Työn tavoitteena on kehittää ja tuoda esille ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä, tukea perheitä ja työntekijöitä ylikuormittavissa tilanteissa, auttaa kroonisissa sairauksissa selviytymistä ja helpottaa perusterveydenhuollon taakkaa. Yhdistämällä hengellisyys ja terveys voidaan kirjoittajien mukaan tuoda paranemiseen rukouksen, uskon, rituaalien ja yhteyden voimaa (Carson & Koenig 2002). Työtä ohjaavat välittämisen, intuition, kunnioituksen, hienotunteisuuden, kuuntelemisen ja

tunne-elämän tukemisen arvot (Schnorr 1998.)

Uskosta, sielunhoidosta ja psykologiasta puhuttaessa on hyvä muistaa, että ne eivät ole ristiriidassa keskenään, vaan ne täydentävät toisiaan, kuten edelläkin on todettu. Sielunhoidossa ja mielenterveystyössä käytetään apuna ihmisen psyykeä, itsetuntemusta, minäkuvaa ja käyttäytymismalleja tutkivia menetelmiä, joihin Raamattu antaa lisää näkökulmia. (Meklin 2010). Carson ja Koenig (2002) painottavat lisäksi sitä, että hengellinen hoito tulee olla jokaiselle avun tarvisijalle oikeus, eikä sidoksissa siihen, uskoko ihminen juuri tämän kirkon uskon mukaisesti. Hengellisen hoidon arvoina tässä tutkimuksessa, niin kuin meillä Suomessakin, ovat asiakkaan edun ajaminen, puutteen ja hädän havaitseminen, oikeudenmukaisuus ja voimaantumisen tukeminen. Nämä arvot koskevat kaikkia avun tarvisijoita, myös niitä, joille ”ovi terveydenhuoltoon on usein suljettu.”

Sielunhoito on tärkeä osa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen hoitoa seurakunnassa. Sielunhoito käsitteenä on sitä, että Jumala kohtaa ja hoitaa avuntarvisijaa sielunhoitotilanteessa. Tällaisen pastoraalisen näkemyksen mukaan pappi tai diakonissa tuo sielunhoitotilanteeseen ”jotakin erilaista, mikä siinä muuten ei olisi läsnä”. Jumala työskentelee ihmisen hyväksi sielunhoitotilanteessa, perustuen Raamatun sanaan, jonka mukaan Kristus on tullut ihmiseksi, jotta Hän voi kiusattuja auttaa. Ihminen tarvitsee sielunhoitotilanteessa emotionaalista, hengellistä ja henkistä tukea keskustelun kautta, vastauksia kysymyksiinsä ja ihmisarvonsa tukemista. (Lankinen 2000; Myllylä 2004; Kotisalo 2002.) Sielunhoidossa pyritään kognitiivisten, affektiivisten, konatiivisten, sosiaalisten ja kulttuuristen tekijöiden tasapainottamiseen. Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen saa taitoa tunnistaa tunteitaan ja käyttäytymiseensä vaikuttavia tekijöitä, luottamusta rukouksen voimaan, rohkeutta jatkaa elämää, rakkautena vaikuttavaa toimintakykyä ja luottamusta toivon vahvistumiseen. Sielunhoidon kautta pyritään saamaan ihminen vakuuttumaan siitä, että tänä päivänä elävä Jumala on toimiva Jumala, joka on kätkeytynyt, mutta läsnä ihmisen tuskassa. (Seppänen 2010.)

Sielunhoidollinen keskustelu nimensä mukaisesti auttaa uhria hoitamaan hänen särkynyttä sisintään. Vaikka anteeksianto tekijälle ei ole aina mahdollista tai välttämätöntäkään, tulee uhrin kyetä antamaan anteeksi itselleen ja sielunhoito auttaa tässä asiassa. Jos uhri kokee tarvetta ripittäytyä sielunhoitajalle, voi hän sen tehdä, hän

voi sillä tavoin keventää kuormaansa. Tässä pätee sama periaate kuin muissakin hoitosuhteissa: Uhria ei auta asian kauhistelu, vaan lempeä ja rauhallinen suhtautuminen asiaan. Uhrille on annettava aikaa ja tilaa tuoda esille tunteensa ja muistonsa ja hänen syyttömyyttään on korostettava. Avuksi voi olla keskustelu uhrin jumalakovasta. Etenkin, jos hyväksikäyttäjä on ollut uhrin isä, voi uhri kokea Jumalan hyvin vaativana, pelottavana ja sadistisena hahmona, jonka luokse ei voi mennä ilman pelkoa. (Häyrynen, Kotila & Vatanen 2003.)

Diakonisessa hoitotyössä on olennaista ymmärtää ihmisen kokonaisuus ja olla herkkänä oivaltamaan ihmisen senhetkiseen tilanteeseen vaikuttavat monet tekijät. Voidaan sanoa, että diakoninen hoitotyö tunnustaa ihmisen pyhyiden ja toimii eri elämän olosuhteissa ihmistä kunnioittaen, toivoa ylläpitäen, mahdollisuuksien näkijänä ja avuntarvitsijan mielipiteiden kunnioittajana. (Gothóni & Jantunen 2010.) Diakonista hoitotyötä voidaan kutsua myös nimellä hengellinen hoitaminen, joka on elämänarvojen etsintää, toimintaan rohkaisemista, tunteiden kohtaamista ja käsittelyä, sosiaalista tukea ja perusturvallisuuden julistamista. Hengellinen hoitaminen muuttuu sen mukaan, miten ihminen toipuu ja sen tavoitteena voidaan katsoa olevan uskon, toivon ja rakkauden tunteiden vahvistuminen, kasvun mahdollistuminen, sekä rohkeuden ja rukouselämän rakentuminen. (Seppänen 2010.)

Diakoninen hoitotyö on toivon luomista (Gothóni & Jantunen 2010). Toivoa vahvistavia auttamismenetelmiä on runsaasti, mutta tärkeänä nousee esille luottamuksellisuus ja ihmisen arvostaminen itsessään. Sielunhoitajan aito läsnäolo, eläytyminen ja aktiivinen kuuntelu varmistavat sen, että ihminen tulee kuulluksi ja se on osa ihmisarvon vahvistamista. Toivon luominen on kokonaisvaltaista ihmisen kohtaamista, tunteista ja arjesta puhumista, sekä ”hoidon luomista ihmisen mahdollisuuksista”, toisin sanoen piilotettujen voimavarojen käyttöön ottamista. Toivon rakentumisessa auttavat myönteisyyttä luova kommunikointitapa, selviytyjän hoitoon osallistuminen, tiedon saanti ja selviytymiskeinojen etsiminen. Kyse on taistelusta ja epävarmuuden sietämisestä, joiden keskellä kuitenkin voidaan löytää iloja pienistä asioista. (Kohonen, Kylmä, Juvakka & Pietilä 2007.)

## 2.4 Suomen Delfins Ry:n toiminta

Suomen Delfins Ry on valtakunnallinen tukijärjestö seksuaalisesti hyväksikäytetyille ihmisille ja heidän läheisilleen, sekä ammattiauttajille. Se tuottaa tietoa seksuaalisesta hyväksikäytöstä selviytymisestä, pyrkii vaikuttamaan seksuaalisen hyväksikäytön ennaltaehäisyyn, tuottaa erilaisia oppaita, sekä järjestää vertaistukiryhmiä eri paikkakunnilla Suomessa. Järjestö tarjoaa myös keskusteluapua ja teemoitettuja leirejä, joihin selviytyjät voivat osallistua. (Suomen Delfins Ry.) Suomen Delfins tekee yhteistyötä toisten järjestöjen kanssa, kuten valtakunnallinen raiskauskriisikeskus Tukinainen. Sen tehtävänä on tukea raiskattuja ihmisiä ja heidän selviytymistään ja järjestää tarvittaessa oikeudellista neuvontaa uhreille. (Raiskauskriisikeskus Tukinainen.)

Suomen Delfins Ry pyrkii opettamaan ihmisiä toimimaan mahdollisimman nopeasti tilanteessa, jossa on havaittu seksuaalista hyväksikäyttöä tapahtuneen. Järjestön oppaassa (opas numero 1, 2001) annetaan neuvoja siihen, kuinka lasta voidaan suojella, kuinka voidaan tunnistaa mahdollinen hyväksikäyttö ja kuinka lähteä viemään hyväksikäyttöepäilyä eteenpäin. Järjestössä kehoitetaan ihmisiä olemaan tarkkana lapsen oireilun suhteen, ja jos epäilee seksuaalista hyväksikäyttöä, kannattaa ottaa asia puheeksi lapsen kanssa hyvin hienovaraisesti ja kahden kesken. Lapsi tulee saada vakuutetuksi, että häntä ei jätetä yksin, tapahtuma ei ole lapsen syytä ja on viipymättä ilmoitettava paikalliseen sosiaalitoimeen tai muuhun mahdolliseen tahoon saadessaan selville tapahtuneen hyväksikäytön. Jos tapaus on tuore, lapsen on päästävä välittömästi lastenlääkärin tutkimukseen.

Tuntemattomista ihmisistä lapsille on viisasta kertoa, että kaikki ihmiset eivät ole hyviä, että vierailta ei kannata lähteä ottamaan vastaan mitään, eikä heidän kanssaan missään tapauksessa saa lähteä mihinkään. On korostettava, että omaan kehoon ei saa koskea ilman lupaa ja että jos joku käsklee salaamaan kosketteluun ja tekoihin liittyviä asioita, se on väärin. Lapsille voi opettaa kotona selkeitä toimintaohjeita tilanteisiin, jossa aikuinen pyytää mukaansa tai pyytää epämääräistä apua, esimerkiksi aina on kysyttävä omalta äidiltä lupa tai jotakin muuta perheen tilanteesta riippuen. (Suomen Delfins Ry, opas no 1, 2001.)

Lasta kohdatessa tulee asettua hänen tasolleen, sellaiseen asentoon, joka viestii mahdollisimman vähän valtaa. Lapselle on toistettava, että tapahtuma ei ole hänen syytään, että hänestä ollaan kiinnostuneita ja hänen hyvinvoinnistaan välitetään. Lapselle tulee myös kertoa, että hän ei ole ainoa, kenelle on tapahtunut sellaista, ja että tapahtunut on väärin. On ilmaistava, että auttaja voi luottaa, ja että asiat selviävät. Lapsen tulee saada kertoa tapahtumat omilla sanoillaan, häntä on uskottava! Lapsi tulee myös vapauttaa vastuusta ja hänelle pitää antaa tilaa rauhoittua. Lapsen on myös oikeus tuntea kaikki tunteet, mitä hän kohtaa tilanteessa. (Suomen Delfins Ry, opas no 1, 2001.)

## 2.5 Vertaistukiryhmien merkitys

Vertaistukiryhmä tarkoittaa joukkoa ihmisiä, jotka kokoontuvat tietyn asian tiimoilta suunnitellusti purkamaan mieltään ja jakamaan ongelmansa toisten samaa kokeneiden kanssa. Vertaistukiryhmä ei ole varsinaisesti terapeuttinen hoitoryhmä, mutta siinä on samanlaisia auttavia piirteitä, kuin terapeuttisessa ryhmässäkin. Auttava elementti on puhuminen, asioiden jakaminen ja tuen saaminen selviytymisprosessiin. (Suomen Delfins Ry.) Jantusen (2008) tutkimuksessa korostuu vertaistuen ytimenä osallisuuden kokemus. Toipuminen ja osallisuuden kokeminen ovat tietynlainen prosessi, joka vahvistuu arvostavassa ja ymmärtävässä ympäristössä. Hyväksikäytetyt ovat tunteneet olevansa yhteiskunnassa yksin ja ulkopuolisia, joten vertaistukiryhmä auttaa heitä taas kuulumaan johonkin ja vahvistaa heidän yhteyden tunnettaan. (Jantunen 2008.)

Vertaistukiryhmien toimintaa ohjaavat tietyt arvot ja periaatteet, joita ovat luottamus, tavoitteellisuus, pitkäkestoisuus, intensiivisyys ja kokonaisvaltaisuus. Keskusteluun nostetaan ryhmäläisille tärkeitä asioita heidän elämäntilanteensa ja kokemuksensa prosessoinnin kannalta. Kokoontumisissa sovitaan pelisäännöistä ja mahdollisista teemoista eri tapaamisille. Ryhmäläisiä ja ohjaajia sitoo ehdoton vaitiolovelvollisuus. (Koskiharju, Oesch-Börman & Sarvimäki 2006.)

Vaikka vertaistukiryhmää ei katsota hoidolliseksi ryhmäksi, siinä pätevät myös tietyt hoidolliset periaatteet. Jokaista kunnioitetaan omana itsenään, jokainen on tasavertainen



ja jokainen saa olla ryhmässä sellainen, kuin oikeasti on. Hyvärinen (1994) puhuu hoitosuhteen auttavista piirteistä. Siinä nähdään, että sairauden (tässä tapauksessa hyväksikäytön) tuomat ongelmat nähdään kehityksen pysähtymisenä tai puuttumisena. Tätä näkökantaa tukevat selviytyjien kertomukset siitä, että he joskus kokevat olevansa irrallaan, ulkopuolisia ja ”jumissa” jossakin vaiheessa elämässään. (Kaukonen 2003). On kuitenkin oleellista, että jokaisen uhrin annetaan edetä prosessissa omaa tahtiaan. Eräs uhri kertoo elämäntarinassaan, että hänelle olisi ollut tärkeää tulla kuulluksi uhrina, sen sijaan, että hän koki heti joutuneensa selviytyjän rooliin. (Björkström 2009.)

Vertaistukiryhmässä selviytyjät alkavat tiedostaa niitä kohtia elämässään, jossa heidän kehitysprosessinsa on jäänyt kesken. Ryhmässä niihin asioihin on mahdollista palata yhdessä vertaisten kanssa ja ne voidaan ottaa erityisiksi tavoitteiksi selviytymisprosessissa. Usein näiden regressioiden vuoksi ryhmässä käynti voi olla vaikeaa, sillä muistot ja takaumat voivat palautua yllättävän voimakkaina mieleen. Vertaistukiryhmässä otetaan vastaan nämä vaikeat tunteet, niistä puhutaan niiden oikeilla nimillä ja niille annetaan oikeutus. Kyseessä on tässä, niin kuin hoitosuhteessakin, kasvamisen haaste, joka tulee heijastaa selviytyjille takaisin ja auttaa heitä käsittelemään asia. (Hyvärinen 1994, 27.)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla lapsena seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia hyväksikäytön vaikutuksista heidän elämäänsä, sekä heidän kokemuksiaan hyväksikäytöstä voimaantumiseen. Työn tavoite oli tuoda esille hyväksikäytettyjen ääni ja tuottaa tietoa heidän selviytymisensä tukemiseen.

Tutkimustehtävät olivat:

1. Miten lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat hyväksikäytön vaikuttavan elämäänsä?
2. Mitkä asiat lapsena seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten kokemuksen

mukaan auttoivat heitä selviytymään elämässä?

3. Millaista apua seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat tarvitsevansa?
4. Mitä seksuaalisesti hyväksikäytetyille naisille merkitsi käsite ”voimaantuminen”?

## 4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

### 4.1 Laadullinen lähestymistapa

Tässä opinnäytetyössä käytettiin metodina laadullista tutkimustapaa, koska tarvittiin syvällistä tietoa siitä, miten seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokevat arjessa selviytymisensä ja voimaantumisen hyväksikäytön jälkeen. Laadullinen tutkimus itsessään on moniosainen prosessi. Tämän työn aihe rajattiin mahdollisimman pieneksi, mutta kattavaksi osa-alueeksi, jotta olisi vaivattomampaa tehdä juuri tähän asiaan ja määrällisesti pienelle kohdejoukolle sopivat kysymykset. Jokainen kertomus oli erilainen ja kuvasti kirjoittajansa omaa näkemystä asiasta.

Tietoa kerättiin vastaajien todellisista elämäntilanteista, jolloin heidän äänensä pääsi esille. Tutkimuksen lähtökohtana ei ollut teorian testaaminen, vaan vastausten yksityiskohtainen analysointi. Tutkimussuunnitelma muotoutui tarkemmin tutkimuksen edetessä. Aineistoa kerättiin sen verran, että vastauksissa alkoi tulla esille samanlaisia asioita, jolloin voitiin puhua aineiston kyllästymisestä. Kvalitatiivinen tutkimus on kiinnostunut säännönmukaisuuksien keksimisestä ja tekstin, sekä toiminnan ymmärtämisestä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara. 2009, 160-168.) Tässä opinnäytetyössä toivottiin hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia siitä, miten seksuaalinen hyväksikäyttö on vaikuttanut heidän elämäänsä. Kokemusten avulla voidaan lisätä ihmisten tietoa hyväksikäytöstä, sen vaikutuksista ja hyväksikäytettyjen avun tarpeesta.

## 4.2 Tutkimusympäristö ja aineiston keruu

Tutkimusaineistoa alettiin kerätä keväällä 2011, jolloin saatiin lupa tutkimuksen tekemiseen Suomen Delfins Ry:ltä. Avoin lomakekysely (LIITE 1) julkaistiin Suomen Delfins Ry:n sivuilla, jotta se olisi esillä mahdollisimman monelle, lisäksi lomake annettiin seitsemälle henkilölle yhdellä paikkakunnalla vertaistukiryhmässä. Avoin lomakekysely valittiin sen tähden, että kyselyyn haluttiin kokemusperäistä tietoa siitä elämäntilanteesta, missä kukin vastaaja oli tällä hetkellä. Kysymykset olivat valmiiksi laadittuna ja se antoi jokaiselle kirjoittajalle samat lähtökohdat pohtia asioita, mutta vastaukset olivat kirjavia riippuen vastaajien elämäntilanteesta ja henkilökohtaisista voimavaroista. Avoin lomakekysely pidettiin Suomen Delfins Ry:n internet-sivuilla noin viiden kuukauden ajan.

Aineisto kerättiin avoimin kysymyksin lomakekyselyllä, jotta vastaajat saivat kirjoittaa itse vastaukset ja pohtia seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksia elämässään. Vastauksia haluttiin eri puolilta Suomea, tämän takia kysely julkaistiin myös Suomen Delfins Ry:n internet-sivuilla. Kyselyn tarkoitus ja tavoite selitettiin lomakekyselyn kirjoitustehtävän yhteydessä, se lisäsi luottamusta kirjoittajien vastatessa kyselyyn. Avoimella lomakekyselyllä saatiin sellaista tietoa, joka oli tärkeää ja tunnerikasta vastaajien mielestä, liittyen seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksiin, elämässä selviytymiseen, avun tarpeeseen ja voimaantumiseen. Lisäksi sillä saatiin täsmällistä tietoa, koska kysymykset laadittiin hyvin tutkimustehtäviin sopiviksi.

Tässä opinnäytetyössä kerättiin tietoa harkitulta joukolta, eli lapsuudessa seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneilta naisilta. Kyselyyn pyydettiin vastaamaan nimettömänä postitse, tällöin tunnistettavuus säilyi minimissä ja salassapitovelvollisuutta noudatettiin. Kyselyyn sai halutessaan vastata myös sähköpostin kautta. Postitse saatiin kaksi vastausta ja sähköpostissa kolme. Sähköpostissa tulleet vastaukset tulostettiin ilman nimeä ja poistettiin sen jälkeen sähköpostista. Laadullista tutkimusta käytettiin tässä sen vuoksi, että tutkimuksella haluttiin syvällisempää tietoa selviytyjien kokemuksista avointen kysymysten kautta, eikä keskitytty vastaajamäärään. (Hirsjärvi, Remes, & Sajavaara 2009, 160 – 167; Eskola & Suonranta 1998, 15 – 19.)

### 4.3 Aineiston analysointi

Aineistolähtöisen analyysin tavoitteena tulee olla loppuun asti viety tulkinta, joka on johdonmukainen, tarkoituksenmukainen ja kyselyyn vastaajien kannalta rehellinen vastaus tutkimuskysymyksiin. Kun kyselyllä saadusta tiedosta kyetään tekemään tiivis ja selkeämuotoinen johtopäätös, josta mitään tietoa ei ole hukattu, voidaan opinnäytetyön analyysiä pitää mielekkäänä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95-113.) Tässä opinnäytetyössä tietoa kerättiin, luokiteltiin ja analysoitiin osittain limittäin. Tavoitteena oli valita sellainen analyysitapa, joka tuo parhaiten vastauksen juuri tiettyihin tutkimuskysymyksiin. Analyysin avulla pyrittiin selittämään ja ymmärtämään aineiston kirjoittajia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92-113.) Aineiston analysointi alkoi tutkimustehtävien rajaamisella tiukasti vain niihin asioihin, joita tämä opinnäytetyö pyrki kuvaamaan.

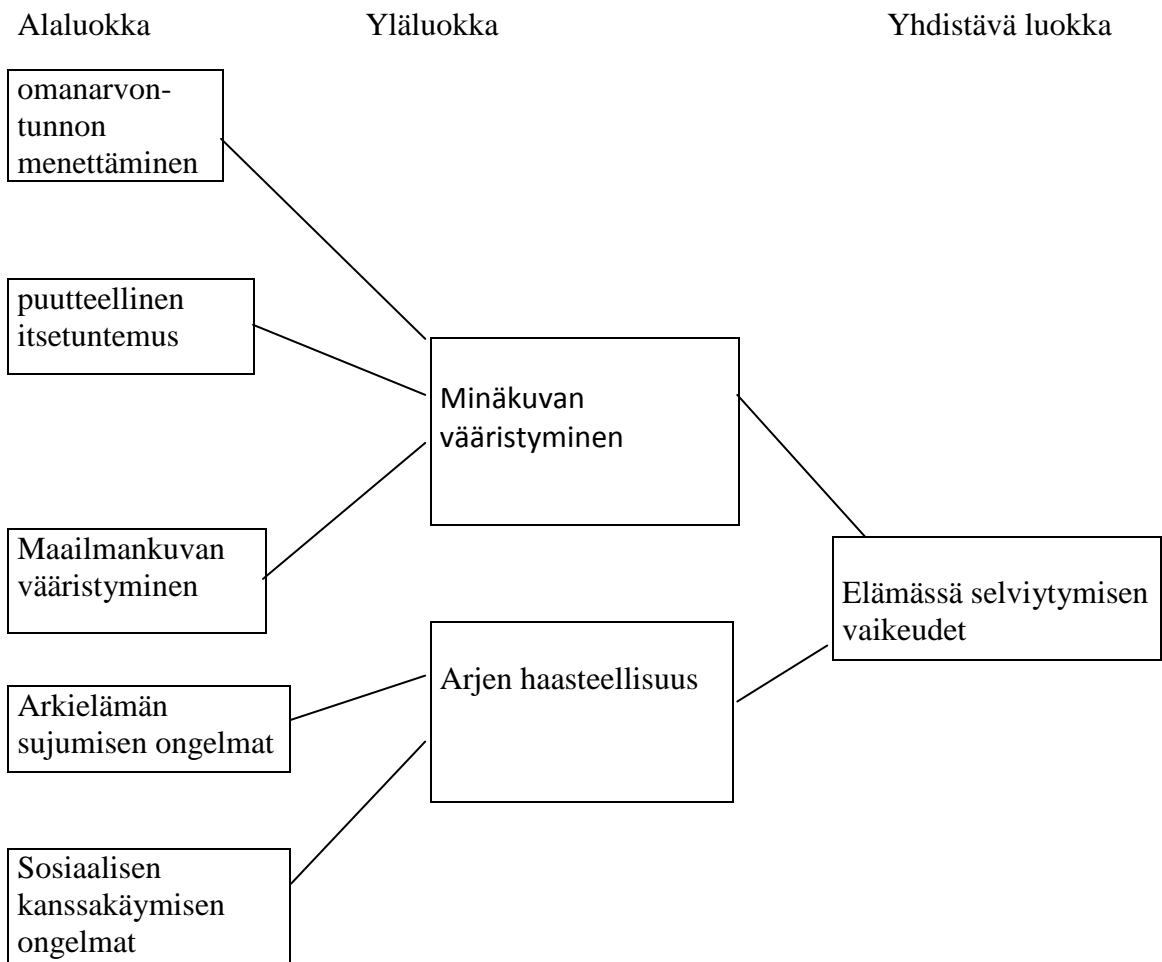
Analysointi aloitettiin lukemalla avoimella lomakekyselyllä saatu aineisto läpi perusteellisesti. Aineistosta alleviivattiin kaikki tutkimuskysymyksiin vastaavat alkuperäisilmaukset. Alkuperäisistä ilmauksista laadittiin luettelo, jossa kaikki samaan tutkimuskysymykseen vastaavat ilmaukset kirjoitettiin tutkimuskysymyksen alle. Analyysi jatkui abstrahoinnilla, eli alkuperäisistä ilmauksista muodostettiin käsitteitä, jotka yhdistettiin yläluokkiin ja ne taas yhdistäviin luokkiin. Näin tekstistä saatiin jäsennetty kuvaus (Tuomi & Sarajärvi 2009, 92-115).

Tämän opinnäytetyön analyysimallina käytettiin aineistolähtöistä analyysimallia. Se tarkoittaa sitä, että aiempi tutkittu tieto otettiin huomioon, mutta aineiston keruun myötä aiheesta löytyi myös uusia asioita. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 96-97.) Analysoinnin jälkeen tulokset tulkittiin, eli työssä pohdittiin analyysin tuloksia ja niistä tehtiin johtopäätöksiä. Tulkinnan tavoitteena oli tutkimuksessa ilmi tulleiden merkitysten selkiyttäminen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 165, 216-221.) Tässä opinnäytetyössä kaikkien tutkimuskysymysten kohdalla saatiin muodostettua yksi yhdistävä luokka, joka oli opinnäytetyön tulosten kannalta tarkoituksenmukainen. Johtopäätökset kirjattiin erillisen otsikon alle. Opinnäytetyötä tehdessä nousi myös jatkotutkimushaasteita, jotka kirjattiin oman otsikon alle.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

### 5.1 Naisten kokemukset lapsuuden seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksista

Tulosten mukaan lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat eriasteisia ja erilaisia kielteisiä vaikutuksia myöhemmässä elämässään (KUVIO 1). Elämässä selviytymisen vaikeudet liittyivät minäkuvan vääristymiseen ja arjen kokemiseen liian haasteellisena selviytyjien voimavaroihin nähden. Jokaisen vastaajan kirjoituksissa tuli esille hyväksikäytön vaurioittava vaikutus uhrien omanarvontuntoa ja minäkuvaa ajatellen. Hyväksikäyttö oli myös vaikuttanut heidän elämäänsä eri tavoilla häiritsevästi, niin että he kokivat osan elämästään jääneen elämättä. Luottamus toisiin ihmisiin oli rakennettava kokonaan uudestaan, samoin kuin usko itseän.



KUVIO 1. Naisten kokemukset seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksista.

### 5.1.1 Minäkuvan vääristyminen

Vastaajilla oli ongelmia oman arvokkuutensa tuntemisessa. He syyttivät itseään voimakkaasti tapahtuneesta seksuaalisesta hyväksikäytöstä. Vastaajat kokivat olevansa likaisia ja epäonnistuneita. Voimakkaimmillaan hyväksikäytetty koki tuntevansa itsensä arvottomaksi ja kohtelevansa itseään kuin huoraa.

*”Älykäs, mutta epävarma ja edelleen rikki”.*

*”Minulla on kaksi toisistaan kaukana olevaa käsitystä itsestäni, se miten ihmiset näkevät minut, toisaalta sanat huora, likainen, epäonnistunut määrittelevät paljolti minua ja miten itseäni kohtelen.”*

Itsesyytösten lisäksi vastaajilla oli hyvin negatiivinen käsitys itsestään. He kertoivat, että on hyvin vaikeaa hyväksyä itsensä ja antaa itselleen oikeutus olla olemassa. Neitsyyden menettäminen tuhoisalla tavalla vaikutti heikentävästi minäkuvaan ja itsensä arvostamiseen. Eräs vastaaja koki, että hänellä ei ole ollut lupaa ajatella hyväksikäyttöä, ja koki itsensä erilaiseksi ja kummalliseksi ihmiseksi. Häpeää tuotti esimerkiksi se, ettei hyväksikäytetty kyennyt muistamaan, milloin oli menettänyt neitsyytensä.

*”Tuntui, ettei minulla ollut aihetta lupa edes ajatella, niin kasvanut olin hyväksikäyttöni sisään ja ympärille”.*

Itsetuhoinen käyttäytyminen tuli esille vastaajien kertomuksissa. Itsetuhoisuus näyttäytyi ruokailun laiminlyömisinä tai lohtusyömisinä, alkoholinkäyttönä tai muulla tavalla itseä vahingoittavana toimintana, muun muassa viiltelyn muodossa. Hyväksikäytöllä koettiin olevan edelleen voimakkaita vaikutuksia ja osa hyväksikäytetyistä oli harkinnut itsemurhaa. Itsetuhoisuutta ja masennuksen oireita kuvattiin mustana möykkynä tai mustina hetkinä, joista selviämiseen hyväksikäytetyt halusivat apua.

*”Alkoholinkäyttöni seurauksia pelkäsin, viiltelin itseäni, tiesin olevani hukassa, jos en saa apua”. ja askeleen päässä itsemurhasta/kuolemasta..”*

Itsetuntemuksen ongelmat tulivat esiin useimpien vastaajien kertomuksissa. Vastaajat tunnistivat vääristymät erilaisiksi ja kummallisiksi ajatusmalleiksi verrattuna muiden ihmisten ajatuksiin. Heillä oli myös vääristyneitä uskomuksia omasta käytöksestään. Nämä uskomukset olivat muotoutuneet elämän varrella tavoiksi toimia ja kohdella itseään. Hyväksikäytetyt tiedostivat nämä mallit epänormaaleiksi.

*”minkälainen ja mikä ihminen loppujen lopuksi olen? ..olen tuntenut itseni vajavaiseksi..en oikein tunne itseäni kunnolla.”*

*”..jakamaan mitä ihmeellisimmät ajatusmallit ja uskomukset omasta käytöksestä.”*

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetty on vaarassa ajautua myös myöhemmin elämässään hyväksikäyttävien tai muuten väkivaltaisten ihmisten kanssa yhteen. Vastaajien mukaan vahingollisiin ihmissuhteisiin ajautumista edesauttoi se, jos lapsuuden perheessä oli ollut alkoholismia ja muita ongelmia. Koulukiusaaminen vaikutti erään vastaajan itsetuntemukseen alentavasti. Samoin vastaajien mukaan entiset traumat ikään kuin poikivat uusia traumoja, esimerkiksi erään vastaajan äiti oli tehnyt itsemurhan hyväksikäytön julkitultua.

*”Äiti ei lopulta kestänyt, vaan tappoi itsensä pari vuotta sitten”.*

*”Olen valinnut puolison, joka on hylännyt minut koko 38 vuoden yhdessäoloajan”.*

Tunne-elämän ongelmat olivat suuri syy kriisien hallitsemisen vaikeuteen, sillä tunteet saattoivat tulla esiin yllättäen ja niiden käsittely oli vaikeaa. Tunteet olivat ehtineet patoutua ”mustaksi möykyksi sisälle” pitkän ajan kuluessa. Hyväksikäytetty saattoi myös kokea, ettei hän voinut sallia itselleen vaikeista tunteista tai hyväksikäytöstä puhumista, eikä edes niiden ajattelemista.

Muita vahvasti vaikuttavia tunteita olivat epäluottamuksen tunteet niin itsen, kuin toisiin ihmisiin. Lisäksi häpeä, syyllisyys, viha, arvottomuus, kauna, epävarmuus, katkeruus, pelot ja yksinäisyys tuottivat hyväksikäytetyille ahdistusta. Tuskaa tuotti äidin neuvottomuus hyväksikäytöstä kerrottaessa, sekä hyväksikäytetyn omaan minuuteen liittyvät erilaisuuden ja rikkinäisyyden tunteet.

*”sama kuvio toistui kuin lapsuudenkodissani, äiti häilyi välillä isän, välillä minun puolellani..”*

*”Katkeruus, tyhjiys, arvottomuus. Näistä yritän kasvaa irti.”*

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt kokivat, että heidän maailmankuvansa oli erilainen, kuin muiden ja he olivat yhteiskunnassa jollakin tavalla turvattomampia kuin muut. Osa vastaajista kirjoitti elävänsä usein toisten tahdon mukaan ja osa sanoi ajattelevansa paljon sitä, mitä muut hänestä ajattelivat. He kokivat, että he olivat alttiita manipuloinnille, sekä alistumiselle muun muassa parisuhteessa.

*”..yksin ja erilainen ja kummallinen..”*

*”Olen tullut niin läheisriippuvaiseksi, että olen antanut miehelleni periksi lapsenhankinta-asiassa” (ei lapsia).*

Hyväksikäytön uhrit olivat myös pettyneitä yhteiskuntaan. He olivat pettyneitä riittämättömiin resursseihin ja kykyihin hoitaa seksuaalisesti hyväksikäytettyjä ihmisiä. Eräs vastaaja kertoi, että oli kokenut hakeneensa turhaan apua julkisesta terveydenhuollosta, ja suurin osa oli pettynyt seurakuntaan. Hyväksikäytetyt kokivat, että seurakunnassa ei osattu kohdata heidän ongelmaansa, eikä antaa keinoja selviytymiseen. He eivät kokeneet myöskään tullessa kuulluksi seurakunnassa. Eräs vastaaja sanoi, että hänen luottamuksensa yhteiskuntaan oli horjunut niin pahasti, että hänen tarpeensa noudattaa lakia oli heikentynyt.

*”Haettuani turhaan apua palvelujärjestelmästä, luotan entistä vähemmän jos ollenkaan ammattiauttajiin, mutta yhä enemmän ystäviin”.*



*”Heikentänyt lainkuuliaisuutta ja lykännyt perheen perustamista”.*

*”Vienyt luottamusta toisia ihmisiä, Jumalaa, seurakuntaa, sekä yhteiskuntaa, varsinkin palvelu- ja oikeusjärjestelmää kohtaan”.*

### 5.1.2 Arjen haasteellisuus

Orientoitumisongelmat olivat eräs syy, joka vaikeutti arkielämän sujumista. Vastaajat kertoivat ilmiöistä, jotka viittaavat teoriassa käsiteltyyn dissosiaatioon, kuten muistamattomuudesta ja itsensä hukkaamisen kokemuksista. He kertoivat myös, että monesti arkielämä oli kuin pinnistelyä, että pystyisi keskittymään päivittäisiin toimiin.

*”kunhan pysyisi arkipäivässä kiinni, se on riittänyt minulle ja onhan se iso asia.”*

Vaikeudet hallita omaa elämäänsä toivat haasteita arjen sujumiseen. Esimerkiksi epämääräinen tyytymättömyys elämään ja itseensä tai ihmissuhteisiin vaikutti heikentävästi jaksamiseen. Toisaalta eräs vastaaja kertoi tyytyvänsä vähempään, kuin ansaitsisi, eli ristiriita omien tarpeiden ja elämänlaadun kanssa vaikutti päivittäisen elämän järjestämiseen. Lisäksi vastaajat kertoivat monenlaisesta oireilusta, joka vaikeutti päivän rutiinien järjestämisestä ja omasta itsestä huolehtimisesta.

*”En ole uskonut lahjakkuuksiini, olen 15 vuotta elättänyt itseni siivoamisella, vaikka minulla on aivan eri koulutus.”*

*”Ennen minulla ei ollut omia mielipiteitä, en tiennyt mitä halusin. Toimin toisten tahdon mukaan ja en ollut tyytyväinen.”*

Suuri ongelma, joka tuli esille vastaajien kertomuksissa oli luottamuksen puute, joko itsen, yhteiskuntaan tai toisiin ihmisiin. Toisten kohtaamiseen liittyivät toisaalta vaikeat tunteet, kuten häpeä ja pelot ja toisaalta se, ettei kokenut ansaitsevansa toisten

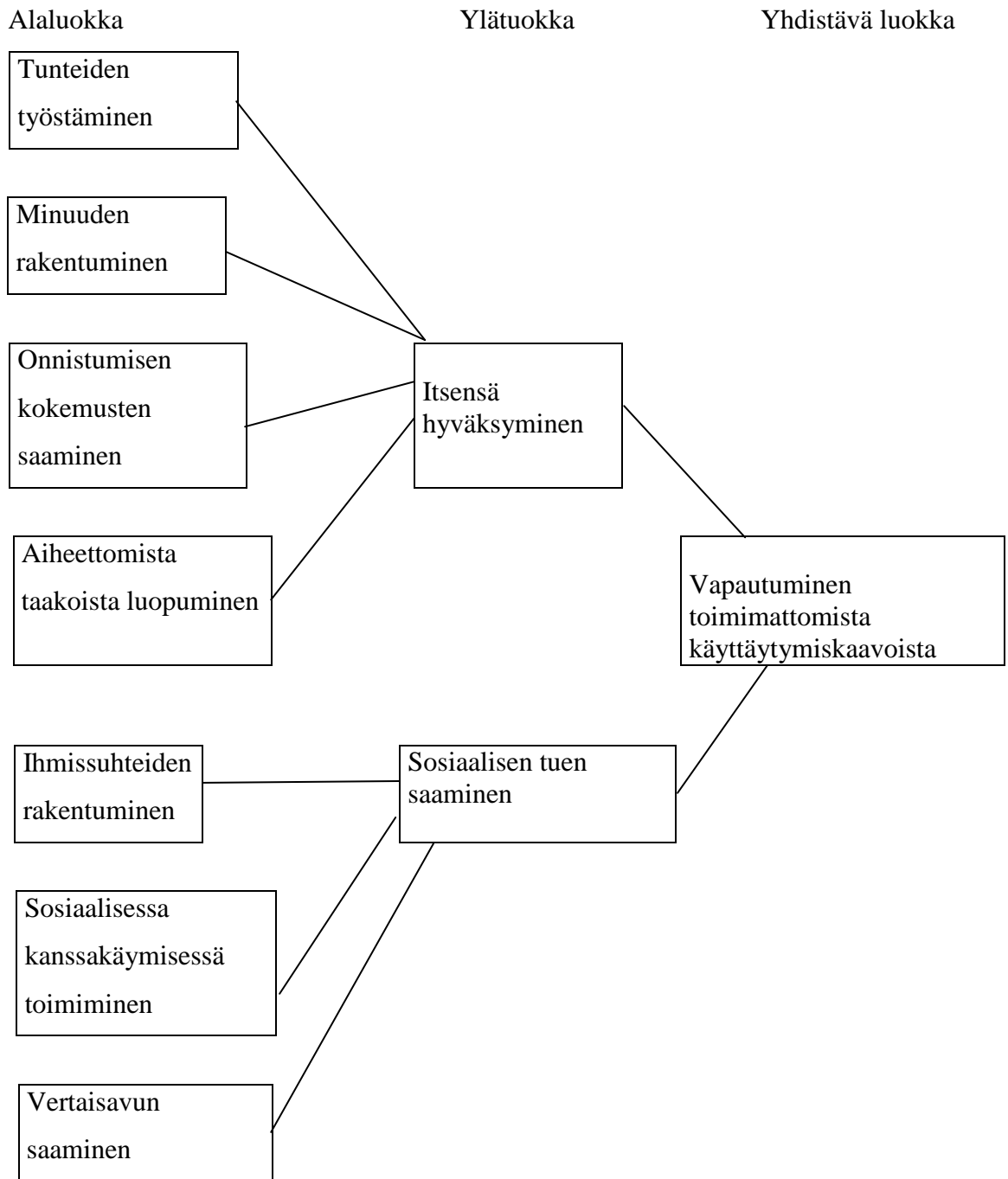
hyväksyntää, saati sitten itsensä hyväksyntää. Tämä voi vaikuttaa sosiaalisten suhteiden syntymiseen ja rakentumiseen. Vastaajat kokivat myös eriasteisia seksuaalisia ongelmia suhteessaan, sekä lisäksi ongelmia perheen perustamisessa.

Ongelmat ihmissuhteissa liittyivät lapsuudessa koettuun turvattomuuden tunteeseen, ja siihen, että hyväksikäytetyt eivät kokeneet saaneensa tarpeeksi tukea perheeltään. Hylkäämiset ja niiden epäonnistunut käsitteleminen johtivat joskus parisuhteessa läheisriippuvuuden syntymiseen. Tässä koettiin ongelmana se, että omaa arvoa peilattiin toisten epäoikeudenmukaiseenkin käyttäytymiseen itseä kohtaan. Oli helppoa joutua uudestaan suhteeseen, jossa oli vaarana alistaminen, sekä uusi hyväksikäyttö, koska ei arvostanut itseään.

## 5.2 Lapsena koetusta seksuaalisesta hyväksikäytöstä selviytyminen

Selviytyminen liittyi kahdenlaisiin asioihin (KUVIO 2). Ensinnäkin itsensä kanssa työskentelyyn henkilökohtaisen selviytymisprosessin kautta, joka koettiin vaivalloisena, mutta myös antoisana ja voimia antavana. Henkilökohtainen selviytymisprosessi tapahtui turvallisessa ympäristössä terapian ja vertaistukiryhmien tukemana. Monella vastaajalla kirjoittaminen auttoi tässä vaiheessa paljon, sillä sen kautta hyväksikäytetyt oppivat näkemään omat sisäiset prosessinsa selkeämmin. Kirjoitettuna tunteet eivät hallinneet niin voimakkaina, eivätkä vastoinkäymiset tuntuneet niin ylitseväsemättömiltä.

Toiseksi yhtä tärkeä tuki selviytymisessä olivat erilaiset sosiaaliset kontaktit joko ystävien, terapian tai vertaisryhmien kautta. Molemmat tekijät auttoivat selviytyjiä luopumaan ja vapautumaan toimimattomista käyttäytymiskaavoista, joita he olivat pitäneet kauan aikaa oikeina tapoina toimia. Uusien ajattelumallien rakentuminen alkoi hyväksyvässä ilmapiirissä vertaistukiryhmissä ja muiden ihmissuhteiden muodostumisen kautta. Tämä taas edisti ihmisten kanssa toimimista normaalissa arjessa ja auttoi sisäistämään uusia ongelmanratkaisumalleja.



KUVIO 2. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset selviytymisestä

### 5.2.1 Itsensä hyväksyminen

Kaikki vastaajat kamppailivat vaikeiden tunteiden kanssa. Tunteet kohdistuivat omaan itseen, perheenjäseniin tai muihin ihmisiin. Tunteiden työstäminen koettiin haastavana,

mutta antoisana tehtävänä ja onnistumisen kokemuksena. Onnistumisen kokemuksia tuli siitä, että vuosien aikana patoutuneet tunteet sai kohdata ja avata turvallisessa ympäristössä. Lisäksi selviytyjät kokivat hyvänä sen, että he saivat itkeä, käydä läpi pahan olonsa, käsitellä menneisyyttään ja nähdä asiat uudesta näkökulmasta. Joidenkin selviytyjien kirjoituksissa tuli esille myönteisiä kokemuksia oman ymmärryksen kasvamisesta, kyvystä järkeistää asiat ja huomata itsessään positiivisia piirteitä, kuten älykkyyttä.

*”..tajusin, että minua kohtaan on tehty väärin..”*

*”Tämä on myös raskas prosessi, tämä oman arvokkuutensa uudelleenrakentuminen.”*

Selviytyjien vastauksissa korostui erityisesti myös minuuden rakentuminen. Vastaajat kertoivat, että itsensä kohtaaminen uudella tavalla ja myöskin oman menneisyytensä kohtaaminen auttoi selviytymisessä. Naisellisuuden ja eheyden vahvistuminen koettiin myönteisenä voimavarana. Minuuden rakentumisen myötä kasvoi myös itsetuntemus ja kyky ottaa vastuuta elämästä, itsestä, sekä omista valinnoistaan.

*”avomieheni kohtasin 10 vuotta sitten, ryhmässä tietoisesti rakensin naisellista eheyttäni.”*

*”..opetellaan itsetuntemusta ja saa tulla näkyväksi.”*

Voimavarojen kasvaessa myös onnistumisen kokemuksia tuli lisää. Vastaajat kertoivat, että onnistumiset liittyivät ihmissuhteisiin tai arkielämään liittyviin asioihin, esimerkiksi mahdollisuutena valita itse seksikumppaninsa. Vaikeiden tunteiden yli pääseminen antoi voimaa oman elämän elämiseen ja tunteiden ohimeneminen koettiin toivona tuovana asiana. Vastaajat kokivat yksilöterapian auttavan arjen selvittämisessä.

*”Avomieheni on ensimmäinen itsevalitsemani seksikumppani.”*

*”Opettelen ottamaan vastaan paha oloa, en pyri sitä välttämään, olen siinä tunteessa ja se menee ohi.”*

Selviytymiseen kuului suurimmalla osalla vastaajilla tietynlainen irti päästäminen ja aiheettomista taakoista luopuminen. Monet kamppailivat ahdistavien tunteiden kanssa

kokien, että heidän oli edelleen suoritettava ja ansaittava oikeutus olemassaololleen. He kokivat joutuvansa kantamaan vastuuta itsensä lisäksi myös muista. Jotkut selviytyjät kokivat hyvin vapauttavana sen, että prosessin edetessä heidän oli mahdollisuus luopua huolen kantamisesta ja antaa muiden vastata itsestään.

*”Olen oppinut ottamaan vastuuta itsestäni ja elämästäni, en enää ota muista niin suurta vastuuta, he saavat vastata itsestään ja minulle vapautuu energiaa omaan elämään.”*

*”Päiväkirjan kirjoittaminen oli vapauttavaa, sitä sain lukea siellä toipumiskurssilla ääneen. Siitä alkoi vapautuminen aiheettomasta syyllisyydestä ja häpeästä.”*

### 5.2.2 Sosiaalisen tuen saaminen

Kaikki vastaajat kertoivat ihmissuhteiden olleen tärkeitä selviytymisensä aikana ja alkaessaan työskennellä hyväksikäytön tuomien ongelmien kautta. Oli tärkeää huomata, ettei ole ainut hyväksikäytetty, että sai oikeutusta tunteilleen ja aitoja ystäviä, joiden kanssa purkaa vaikeita asioita. Useissa vastauksissa ilmeni uuden, terveen parisuhteen merkitys kantavana voimana selviytymisprosessissa.

*”En ollut enää yksin mustan möykkyni kanssa.”*

*”..lapset, raskaus ja mies ovat olleet mun kantava voimavara..mahassa oleva uusi ihmisen alku ja perhe sai minut takaisin tähän hetkeen..”*

Vertaisapu oli hyvin merkittävä tekijä lapsena hyväksikäytettyjen naisten selviytymisprosessissa. Seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat, että vertaistukiryhmissä sai kohdata itsensä ja toisensa kaikkine ongelmineen, ja sai tulla näkyväksi. Hyväksikäytetyt saivat vertaisryhmässä vapauttavia kokemuksia siitä, etteivät ole niin yksin, erilaisia ja kummallisia tuntemuksineen. Naiset kokivat myös saavansa jakaa omaan käyttäytymiseensä liittyvät ajatusmallit ja uskomukset, jotka he tunsivat epänormaaleiksi.

Vertaistukiryhmissä saatiin puhua hyväksikäytöstä ääneen sen oikealla nimellä ja siellä oli mahdollisuus jakaa kokemuksia tai selviytymisvinkkejä toisten kanssa. Ryhmien kautta selviytyjät saivat uusia ystäviä, joiden tuki merkitsi hyvin paljon. Selviytymistä auttoi se, että säännöllisesti kokoontuvissa ryhmissä sai hetkeksi keskittyä seksuaalisen hyväksikäytön tuomiin ongelmiin turvallisesti, purkaa niitä ja jatkaa ryhmän jälkeen matkaa hieman eteenpäin menneenä. Ryhmätoverit koettiin luotettavina, sillä kaikki tulivat ryhmään alun perin saman asian vuoksi. Selviytyjät kokivat saavansa kohtalotovereita.

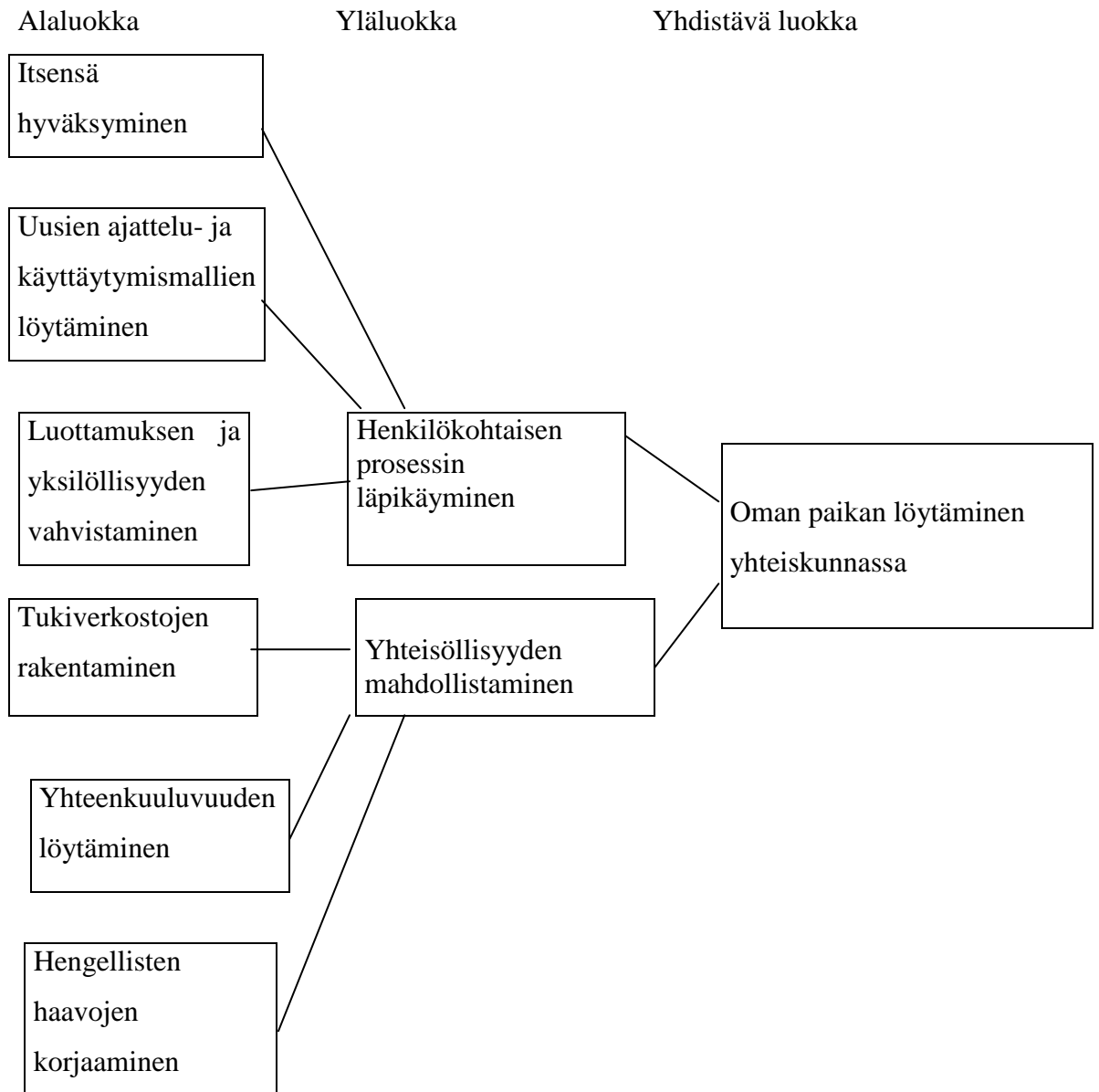
*”Vertaistukiryhmän koen hyväksi. Tiedän, etten ole yksin kokemieni asioiden kanssa tässä maailmassa.”*

Hyväksikäytettyjen vastauksissa tuli esille selkeästi erilaisen toiminnan ahdistusta lievittävä vaikutus. Kirjoittaminen ja erityisesti päiväkirjan kirjoittaminen tuli esille, samoin kuin omalla keholla tehtävät harjoitukset, kuten psykodraama ja teatteri. Eräs vastaaja koki hyvänä erityisesti näkyvillä olemisen teatterissa. Taiteen merkitys selviytymisen kannalta positiivisena asiana tuli esille, samoin kuin luonnossa liikkuminen.

*”Psykodraama auttoi näkemään asiat eri kantilta ja voimaannutti..”*

### 5.3 Hyväksikäytettyjen naisten kokema avun tarve selviytymisprosessissa

Avun tarvetta tarkastellessa, vastauksissa tuli ilmi se, miten tärkeänä henkilökohtaisen selviytymisprosessin onnistumista pidettiin, sekä se, että aina yhteiskunnan julkinen sektori ei ollut onnistunut auttamaan. Yksi vastaaja koki saaneensa parhaan avun eri järjestöjen ryhmien kautta, kun taas julkinen palvelujärjestelmämme oli pettänyt hänen kohdallaan, eikä hän ollut tullut kuulluksi. Tärkeäksi tuloksissa ilmeni se, että lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt tarvitsivat hyväksyntää, tilaa ja rohkaisua löytämään oman paikkansa yhteiskunnassa (KUVIO 3). Oman paikan löytäminen alkoi itsensä hyväksymisestä ja tätä kautta rohkeudesta alkaa luottaa toisten ihmisten hyväntahtoisuuteen.



KUVIO 3. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset avun tarpeesta.

### 5.3.1 Henkilökohtaisen prosessin läpikäyminen

Vastaajien kertomuksissa tuli esille se, että itsensä hyväksymisessä auttoi voimakkaasti aiheettomasta syyllisyydestä ja häpeästä irti kasvaminen. Usein nämä itseä syyllistävät ja häpeälliset asiat liittyivät seksuaalisuuteen ja naiseuteen, joita seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten oli vaikeaa käsitellä. Hyväksymisen tunteita vahvistivat

arvokkuuden tunnistaminen ja tunnustaminen, sekä armollisuuden kasvaminen itseä kohtaan.

*”..aloin kokea, voimakkaasti tuntea itseni arvokkaaksi ihmiseksi.”*

Vastaajat kertoivat, että yksilöterapiasta oli ollut apua arkielämän järjestämisessä, sekä uusien ajattelumallien löytymisessä. Vastaajat kokivat saaneensa apua hyväksikäytettyjen naisten toipumisjaksolta tai muista vertaisryhmistä. Psykodraamasta koettiin saaduksi harjoitusten ja elämysten kautta uusia näkökulmia asioihin. Yksilöllisyyttä vahvistavia tekijöitä olivat myös selviytyjien henkilökohtaiset voimavarat, kuten erilaiset harrastukset. Yksilöllisyyttä vahvistivat lisäksi itsetuntemuksen opetteleminen, sekä jokaisen omaan tahtiin etenevä toipumisprosessi.

### 5.3.2 Yhteisöllisyyden mahdollistaminen

Tukiverkostoista tärkeimpinä koettiin ystävät ja vertaistukiryhmän toverit. Monesti perheenjäsenet eivät olleen uskoneet, kun selviytyjät olivat kertoneet hyväksikäytöstä. Osalla vastaajista tämänhetkinen kumppani tiesi hyväksikäytöstä, mutta vastaajat kokivat, että kumppanin kanssa oli paljon vaikeampia keskustella, kuin ystävien tai vertaisryhmäläisten kanssa.

Vastaajat toivat esille erilaisten ryhmien positiivisen merkityksen selviytymisessä. Suomen Delfins Ry:n lisäksi vastaajat olivat käyneet muun muassa alkoholistien lapsille tarkoitettussa ryhmässä tai hakeneet apua SEXPO-järjestöltä. Vertaisystävien löytäminen on tärkeää selviytymisen jatkumisen kannalta myös niinä aikoina kun ryhmät ovat tauolla tai jostain muusta syystä ei pääse ryhmään. Suomen Delfins Ry:n järjestämällä ryhmällä tuntui olevan erityinen merkitys usean selviytyjän kohdalla.

*”Delfinit on hyvä paikka tulla nähdyksi ja kuulluksi.”*

*”Hylkääminen on loppunut lapsuudessa hyväkikäytetyille naisille tarkoitettun toipumisjakson seurauksena.”*



Yhteenkuuluvuus koettiin parhaimpina puolina vertaistukiryhmissä. Vaikka ryhmissä voi olla nimettömänä, luottamus on monesti niin korkeatasoista, että ryhmäläiset haluavat avautua enemmänkin ja kertoa nimensä. Useat vastaajat kokivat, että olennainen asia selviytymisen kannalta olivat juuri erilaiset ryhmät, he kokivat olevansa olemassa tässä hetkessä ryhmien ansiosta. Ryhmän voimana koettiin olevan näkyväksi tulemisen mahdollisuus. Arasta aiheesta puhuttaessa koettiin tärkeäksi, että oli lupa puhua hyväksikäytöstä sen omalla nimellä, eikä tarvinnut peitellä ja häpeillä, sillä oli muitakin saman kokeneita. Suomen Delfins Ry:tä kutsuttiin nimellä ”intiimi erikoisryhmä”.

Lapsen seksuaalisesta hyväksikäytöstä syntyneet hengelliset haavat ovat syvässä, sillä niiden syntyminen koettiin liittyvän perusturvallisuuden järkkymiseen ja jopa hengelliseen väkivaltaan. Vastaajat eivät kokeneet saaneensa apua seurakunnasta, vaikka olivat siellä osa useammin, osa harvemmin käyneet. Yhdessä tapauksessa hyväksikäyttäjä oli toinen seurakunnan jäsen.

*”Seurakunnan jäsenet pitivät oireiluani merkinä siitä, että olin riivattu.”*

*”En kuulu mihinkään kirkkoon, enkä ole hakenut apua tai tukea hengellisistä piireistä.”*

Selviytymisessä koettiin kantavana kuitenkin terveen hengellisyyden harjoittaminen, kuten hengellisen kirjallisuuden tutkiminen tai luottaminen Raamatun perussanomaan rakkaudesta ja armollisuudesta. Eräs vastaaja kertoi kokeneensa toivoa vahvistavana ajatuksen siitä, että ei tarvitse itse yrittää sovittaa mitään, vaan Jeesus on tehnyt sen hänen puolestaan.

*”Aikuisena hyvän ja tervejärkisen kirjallisuuden tutkiskelu ja rakastavat täyspäiset hengelliset ystävät auttoivat.”*

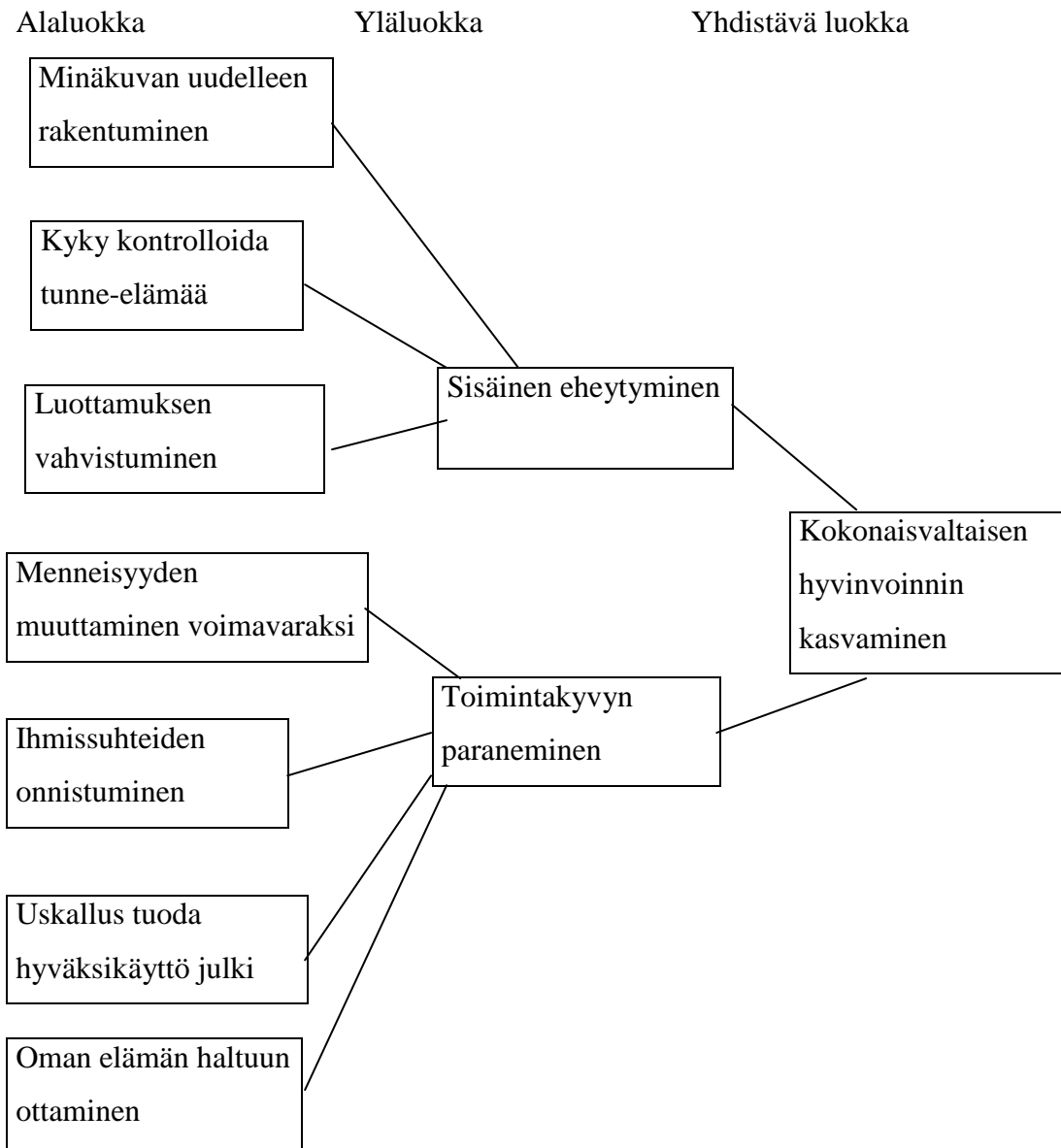
*”Koen tärkeäksi armollisuuden ja ajatuksen siitä, että jollekin olen omana itsenäni tärkeä, täydellinen ja rakastettu.”*

*”..lohdullinen ajatus, ettei enää tarvitse alkaa tekemään mitään sovitustyötä itse.”*

Vastaajista osan kirjoituksissa ilmeni erilaisissa ryhmissä käytettävien uskon portaiden myönteinen merkitys. Askeleilla edetään pikkuhiljaa ja opetellaan luottamaan Korkeampaan Voimaan, jonka saa itse määritellä sellaiseksi, kuin millaiseksi se omiin ajatuksiin mahtuu. Kun luottamus Korkeampaan Voimaan herää, opetellaan luovuttamaan ongelmat Hänelle. Samalla tehdään aktiivisesti oma osuus toipumisessa ja selviytymisprosessissa.

#### 5.4 Hyväksikäytettyjen naisten kokemuksia voimaantumisesta

Vastaajat kokivat, että voimaantuminen oli sisäisen eheytyksen löytymistä, joka auttoi hyväksymään itsensä ja omat kokemuksensa. Se oli vastaajille myös toimintakyvyn paranemista, jolloin useimmat heistä kokivat, että menneisyydestä selviäminen oli kääntynyt heille voimavaraksi. Voimaantumisen tunne oli oleellista kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistymisen kannalta. Hyväksikäytetyt kokivat saaneensa energiaa, jonka avulla käydään läpi omaan elämään liittyvät prosessit, kontrolloidaan tunne-elämää, menneisyys muuttuu voimavaraksi ja luottamus toisiin ihmisiin vahvistuu. Voimaantuminen vahvisti myös vastaajien omiin oikeuksiin ja omiin voimavaroihin luottamista. Uskallus hyväksikäytön julkittuomiseen vahvisti sitä, että hyväksikäytetyt kokivat elämänsä olevan omassa hallussaan, sen sijaan että hyväksikäyttäjät edelleen hallitsisi heitä. Voimaantuminen koettiin kokonaisvaltaisena hyvinvoinnin kasvamisena (KUVIO 4).



KUVIO 4. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset voimaantumisen.

#### 5.4.1 Sisäinen eheytyminen

Minäkuvan muuttuminen oli merkittävä tekijä voimaantumisen kokemuksessa. Jokaisella vastaajalla oli ongelmia itsensä arvokkaaksi tuntemisessa, mutta voimaantumisen myötä tämä käsitys muuttui. Eräs vastaaja kirjoitti myös huomaavansa, että vaikka häntä oli seksuaalisesti hyväksikäytetty, oli hänen lapsuutensa ja nuoruutensa silti arvokas asia ja hän on arvokas sinänsä riippumatta siitä, miten ihmiset hänen ympärillään olivat kohdelleet häntä.

Itsetuntemuksen kasvaessa kirjoittajat kokivat, että he saivat kasvaa siksi ihmiseksi, joksi heidät oli tarkoitettu, omaksi itsekseen. He alkoivat myös ymmärtää oikeutensa, halunsa ja tarpeensa, niin että kykenivät kertomaan myös muille mistä pitivät ja mitä itselle sai tehdä ja mitä ei saanut. Itsetuntemuksen muuttumiseen liittyi voimakkaita positiivisia kokemuksia ja tunteita.

*”Kasvan omaksi itsekseksi, tiedän mitä haluan, mistä pidän, uskallan kertoa mielipiteeni pelkäämättä että minut hylätään. Uskallan asettaa rajat itselle ja muille, en anna käyttää itseäni hyväksi, uskallan sanoa EI.”*

*”..olen entistä vahvempi, kun olen päässyt asioiden kanssa sinuiksi, että pystyn elämään niiden kanssa.”*

Voimaantuminen tarkoitti seksuaalisesti hyväksikäytetyille sitä, että he pääsivät kosketuksiin omien tunteidensa kanssa. He alkoivat kokea ja tuntea asioita ja kykenivät antamaan tunteilleen nimet. He myös sietivät pahaa oloa paremmin kuin ennen. Useat kirjoittajat kokivat tunteiden heräämisen hyvin vapauttavana kokemuksena, sillä syyllisyyttä, häpeää ja itseinhoa on vaikeaa kantaa. Tunteiden käsittelyssä tärkeänä voimavarana koettiin olevan päiväkirjan kirjoittaminen. Ylipäätään tunteiden julkituominen, kyky ottaa ne vastaan sellaisinaan ja hyväksyä ne osana omaa itseä koettiin eheyttävänä.

Luottamus ja usko olivat seksuaalisesti hyväksikäytetyillä ainakin tilapäisesti kadoksissa. Oli vaikeaa opetella luottamaan, kun niiden joiden piti rakastaa lasta, tekivätkin tälle väkivaltaa. Luottamuksen rakentuminen kosketti kolmea tahoa: Itseä, toisia ihmisiä ja myös Korkeampaa voimaa, joka piti opetella näkemään myönteisenä, eikä rankaisevana.

Luottamuksen herääminen ja sen vahvistuminen merkitsivät selviytyjille myös sitä, että selviytyjät kykenivät sanomaan mielipiteensä. He kokivat, ettei enää tarvinnut etsiä tunnustusta muilta ihmisiltä omille tunteilleen, vaan oli mahdollista olla omaa mieltä pelkäämättä hylätyksi tulemista. Voimaantuminen oli suurelta osin tällaista itsensä kanssa sinuksi tulemista.

#### 5.4.2 Toimintakyvyn paraneminen

Voimaantuminen koettiin toimintakyvyn ja luottamuksen parantumisena. Voimaantuessaan seksuaalisesti hyväksikäytetyt onnistuivat luomaan kestäviä ja tasa-arvoisia ihmissuhteita. Ihmissuhteiden rakentumisessa koettiin tärkeänä vertaisryhmän jäsenet, erityisesti heidän tukensa, kannustuksensa, sekä uusien näkökulmien jakaminen auttoi rakentamaan ihmissuhteita myös ryhmän ulkopuolella. Ihmissuhteiden onnistuminen ja parisuhteessa saatujen onnistumisenkokemusten koettiin antavan uskoa ja luottamusta toisiin ihmisiin. Tärkeänä useassa vastauksessa kerrottiin olevan se, että kumppani oli itse valittu.

Kirjoituspyyntöön vastanneet olivat lähes kaikki siinä vaiheessa selviytymistä, että menneisyyden kokemukset ja niistä seuraavat tunteet oli pystytty muuntamaan voimaksi tämänhetkiseen elämään. Monet kirjoittivat siitä, että esimerkiksi kirjoittamalla, syyllisyydestä luopumisella tai teatterilla vapautetut tunteet saivat aikaan uudistumista, eheytymistä ja energiaa. Tämä vapautunut energia koettiin kohdistuvan erityisesti terveiden valintojen tekemiseen ja muutenkin omasta itsestä huolehtimiseen.

Selviytyjät auttoivat toisia ihmisiä monilla eri tavoilla, muun muassa omaa voimavararyhmää ohjaamalla. Osa vastaajista koki selkeästi haluavansa kohdata ihmisiä ja eräs koki työskentelevänsä vahvasti yksilöiden arvokkuuteen liittyvien asioiden kanssa. Omat kokemukset koettiin kaikupohjaksi, jonka avulla oli mahdollista kohdata toinen tosissaan ja aidosti, ymmärtää häntä ja olla hänelle aidosti läsnä.

Selviytyjät kokivat hyvin vapauttavana sen, että he saivat puhua ääneen seksuaalisesta hyväksikäytöstä sen omalla nimellä tarvitsematta peitellä tai häpeillä. Auttavana koettiin hyväksikäytön julkituomisen merkitys omien oikeuksien puolustamisena ja se, että enää ei tarvinnut piilotella, eikä kukaan enää uhkaillut jos kertoi asiasta. Joskus asioiden saama negatiivinen käänne, äidin kuolema, oli aiheuttanut lisää surua. Julkituominen koettiin kuitenkin oikeana, sillä taakan kantaminen ja piilottelu oli aiheuttanut kohtuutonta taakkaa tälle hyväksikäytön uhrille ja hänen oli puhuttava asiasta.

*”Ajattelin, että puhutaan tämä selväksi ja jatketaan sitten elämää. Mutta sama kuvio palautui kuin lapsuudenkodissani; äiti häilyi välillä isän, välillä minun puolellani. Äiti ei lopulta kestänyt..”*

Selviytyjät kokivat, että osa voimaantumista oli oman elämän haltuun ottaminen. Siihen liittyivät tunteet oman elämän hallinnasta olemalla oman elämänsä herra ja asettamalla itse itselleen rajat. Rajojen asettaminen koettiin haasteellisena tehtävänä, kuten myös eisan käyttö. Omien rajojen asettamisesta ja voimavarojen uudelleen kohdentamisesta seurasi se, että selviytyjät kokivat oppivansa kyseenalaistamaan asioita. He eivät olleet enää toisten ohjailtavissa, vaan vapautuivat toimimaan omien arvojensa ja mielipiteidensä mukaan. Voimaantuminen merkitsi myös uudenlaista rohkeutta ja uskallusta tarttua asioihin ja elämään.

## 7 POHDINTA

### 7.1 Tulosten vertailua

Tutkimuksista saatu taustatieto vahvistui opinnäytetyötä tehdessä. Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt naiset kokivat vaikeana itsensä arvostamisen, elämän haasteissa selviytymisen ja tunteiden näyttämisen. Heillä oli monenlaisia lukkoja ja he kamppailivat vaikeiden tunteiden kanssa. Usein hyväksikäytetyillä ilmeni myös paljon muita ongelmia, joiden vuoksi he tarvitsivat psyykkistä tukea. Hyväksikäytön uhreja oli auttanut vertaistuki, ystävät, terapia ja elämässä olemassa olevat voimavarat. Voimaantuminen koettiin hyvin laajana asiana hyvinvoinnin kannalta, kuten aiemmissakin tutkimuksissa ilmeni (esim. Siitonen 1999).

Opinnäytetyössä tuli esille selvästi se, että lapsena koetusta seksuaalisesta hyväksikäytöstä on paljon kielteisiä seurauksia naisten myöhempään elämään (Taskinen 1994; Kaukonen 2003; Hirvelä 2007). Voidaan käyttää jopa sanaa tuhoavia seurauksia, sillä kaikkien vastaajien kertomuksissa tuli esille, että minäkuva, omanarvontunto ja luottamus toisiin ihmisiin oli rakennettava uudestaan lähes tyhjästä. Hyväksikäytettyjen kokemuksia on mitätöity pitkään, eikä tässä työssä sitä tehdä. Seksuaalinen hyväksikäyttö on tuomittava ja paha asia, josta seuraa pahoja asioita uhreille. Diakonissa ammattiauttajana joutuu todennäköisesti työssään kohtaamaan myös hyväksikäyttäjiä. Siksi on hyvä tunnistaa omat negatiiviset tunteensa tekijöitä kohtaan, jolloin on helpompi työskennellä heidän kanssaan. Diakonissa ammattiauttajana ymmärtää sen, että hyväksikäyttöön on piilossa olevia sairaita syitä, eikä ihmistä tule tuomita, mutta hänen tekonsa ei silti ole hyväksyttävä.

Psyykkisistä ongelmista kärsiville seurakunta voi tarjota hyväksyntää, arvon antoa, välittämistä, vertaistukea ja avointa apua tunteiden käsittelemiseen. Kokonaisvaltainen kohtaaminen on oleellista diakonisessa hoitotyössä (Gothóni & Jantunen 2010; Myllylä 2004; Kotisalo 2002 ). On tärkeää, että mielenterveysongelmat ja kriisit nähdään ihmisen elämään kuuluvina asioina, jotka vaikuttavat niin fyysiseen, sosiaaliseen ja hengelliseen hyvinvointiin ja avunhakijat ohjataan tarvittaessa jatkohoitoon.

Hyväksikäytetyille merkitsi eniten kuulluksi ja nähdyksi tuleminen ja heidän asiansa todesta ottaminen. Teoriatietoa ei löytynyt juurikaan siitä, miten seurakunnissa tuetaan seksuaalisesti hyväksikäytettyjä ja ehkä siksi hyväksikäytetyt eivät olleet kokeneet saaneensa apua seurakunnasta. Tämä opinnäytetyö antoi tietoa siitä, että jotkut seksuaalisesti hyväksikäytetyt olivat etsineet apua seurakunnasta, mutta eivät kokeneet tulleen siellä kuulluksi. On tärkeää tiedostaa, että seurakunnissa tarvitaan osaamista kohdata seksuaalinen hyväksikäyttö ja sen tuomat ongelmat. Myös seurakunta voisi olla paikka, jossa järjestettäisiin vertaistukiryhmiä seksuaalisesti hyväksikäytetyille ihmisille, niissä voisi pohtia vapaammin myös omaan hengellisyyteen liittyviä asioita. Aiemmassa tiedossahan tuli ilmi, että hyväksikäytettyjen jumalakuva, sekä luottamus on vioittunut (Häyrynen, Kotila & Vatanen 2003) ja hengellisten haavojen korjaaminen koettiin osana voimaantumista.

Lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö on julma väkivallan muoto. Jos huolimattomasti tehty tutkimus voidaan rinnastaa jopa uuteen hyväksikäyttökokemukseen (Dempster 1996), on syytä olla tarkkana sen suhteen, millä käsitteillä hyväksikäytöstä puhutaan tai miten hyväksikäytetyt kohdataan. On tärkeää, että heidän kokemuksiaan ei mitätöidä. Tässä opinnäytetyössä arvioitiin käytettävien käsitteiden tarkoituksenmukaisuutta ja päädyttiin siihen, että voidaan käyttää sanoja ”vaikutukset” ja ”tuhoisa”. Ne perusteltiin muun muassa sillä, että kyselyllä etsittiin tietoa hyväksikäytettyjen kokemusten mukaisista vaikutuksista tai sillä, että minäkuvan, perusluottamuksen ja omanarvontunnon rakentaminen jouduttiin vastaajien mukaan rakentamaan uudelleen.

Lapsen seksuaalista hyväksikäyttöä on nostettu puheenaiheeksi yhä enemmän ja hyvä niin. Kaleva- sanomalehdessä (Nousiainen, 4.9.2011) oli juttu Suomen Delfins Ry:n vertaistukiryhmästä Torniossa, lisäksi ryhmiä toimii 11 paikkakunnalla eri puolilla Suomea. Jutussa mainittiin, että pedofilia-tapaukset ovat nousussa, kun taas Suomen Delfins Ry:n uudessa jäsenlehdessä (Hyvänen 4/2011) mainittiin Åbo Akademin tutkimus (18-23-vuotiaille), jonka mukaan hyväksikäyttötapaukset olisivat laskussa. Näistä nuorista aikuisista 2,5 % oli kokenut hyväksikäyttöä ja taas vanhemman ikäryhmän vastauksissa 3,7–5,1 % vastaajista kertoi joutuneensa hyväksikäytön uhriksi. Hyvä jos luvut ovat laskussa, mutta voidaan kuitenkin pohtia, kerrotaanko lapsuuden hyväksikäytöstä vieläkin avoimesti ja muistetaanko tapausta edes vielä kyselyn aikana?



Tänä vuonna tarkistetussa rikoslaissa hyväksikäytön ja raiskauksen rangaistuksia on korotettu. Ne ovat edelleen minimaalisia verrattuna uhrin kärsimykseen, mutta kuitenkin yhteiskunnassa ollaan menossa oikeudenmukaisempaan suuntaan. Rikoslakiin sisältyy myös täydennystä seksuaalisen hyväksikäytön kanssa työtä tekevien ammattilaisten koulutusta ja ohjeistusta koskevaan osaan. Lisäksi laissa korotettiin rikoksen vanhenemisrajaa hyväksikäyttö- tai raiskaustapauksessa. (Rikoslaki 20.5.2011/540.)

### 7.3 Hyväksikäytön ennaltaehkäiseminen ja hoitaminen

Sosiaali- ja terveysministeriön painotuksissa puhutaan terveyden edistämisestä, sosiaalisesta turvallisuudesta ja päihdehaittojen ehkäisystä. Mutta on vaikeaa tehostaa esimerkiksi lastensuojeluilmoitusten tekemistä ihmisten asenteiden vuoksi. Monet pelkäävät turhia lastensuojeluilmoituksia, koska ne leimaavat perheet tulevaisuudessakin ongelmaperheiksi, vaikka ilmoitus olisikin osoittautunut aiheettomaksi. Miten ihmisten asenne muuttuisi sellaiseksi, että lapsen tarpeet olisivat etusijalla? On vain hyvä, kun ilmoitus on aiheeton, mutta ilmoitus viestii siitä, että yhteiskuntamme on valmis puuttumaan myös vaikeisiin ja tunteita herättäviin asioihin. Aikuisen tulisi kyetä olemaan aikuinen ja ajattelemaan pienen ihmisen hyvinvointia. Monikohan hyväksikäyttötapausta saataisiin ehkäistyä tai lopetettua, jos esimerkiksi neuvolan rutiinikysymyksissä uskallettaisi puhua perheen väsymisestä, väkivallasta, päihdeongelmista tai seksuaalisesta hyväksikäytöstä avoimemmin?

Lisätraumojen syntyminen on suuri vaara seksuaalisesti hyväksikäytettyjen arjessa. Näiden ehkäisemiseksi ammattiauttajien olisi erittäin tärkeää kiinnittää huomiota hyväksikäytetyn tukiverkoston jaksamiseen. Tutkimusten mukaan etenkin äiti-suhteen kunnostaminen ja siitä huolta pitäminen on olennainen osa hyväksikäytettyjen selviytymistä (Laitinen 2004, Waterhouse 2002). Hyväksikäytettyjen posttraumaattista stressioireyhtymää hoidetaan terapiassa ja uutena hoitomuotona käytetään joissakin tapauksissa ja hyvin tuloksin EMDR-silmänliiketerapiaa (Parnell 1997). Terapia voi olla hyvin tehokas hoitomuoto tunnelukkojen avaamisessa, mutta joskus se voi aiheuttaa niin voimakkaita reaktioita, ettei uhri ole vielä valmis siihen.

Tällä hetkellä puhutaan paljon itsensä ja tunteiden kanssa työskentelystä ja siitä, että on tärkeää opetella tunnistamaan tunteitaan, hyväksyä ne ja opetella käyttämään niitä rakentavasti. Tunteiden työstämisen opettelu on mahdollista hyväksyvässä ilmapiirissä, sillä siellä ihminen väistämättä saa onnistumisen kokemuksia, kun häntä rohkaistaan ottamaan riskejä ja asettamaan itsensä alttiiksi. Onnistumisen kokemukset vahvistavat itsetuntemusta ja itseluottamusta, ja se taas lisää oman arvon tuntoa. (Miettinen 2000, Jantunen 2008.) Tätä kautta särkyneiden ihmisten on mahdollista päästä korjaamaan sisäisiä haavojaan, ja löytää itsensä rakastamisen, sekä hyväksymisen taito.

Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt antoivat neuvoja niille, jotka ovat kokeneet seksuaalista hyväksikäyttöä. He kannustavat tulemaan esille, vaikka kynnys hakea apua voi olla suuri. He kannustavat myös korostamaan sitä, että uhri ei ole syyllinen, hän ei olisi voinut mitenkään estää hyväksikäyttöä tapahtumasta, eivätkä he myöskään ole tehneet mitään ansaitakseen hyväksikäyttöä. Hyväksikäytetyt naiset kehottavat kertomaan asiasta, ettei uhri jäisi yksin ja saisi sellaista apua ja tekemistä, jonka avulla oppisi pikkuhiljaa tuntemaan itsensä ja saisi onnistumisenkokemuksia. He muistuttavat, että kenenkään ei tarvitse pärjätä yksin, eikä uhrin arvokkuutta voi ottaa pois, vaikka häntä on kohdeltu kaltoin. Hyväksikäyttäjät kehottavat hakeutumaan tukevaan vertaisryhmään, jossa uhri tulee nähdyksi ja kuulluksi arvokkaana ihmisenä.

#### 7.4 Tutkimuksen eettiset kysymykset

Kvalitatiiviseen tutkimukseen liittyy paljon eettisiä ongelmia. Itse aiheen valinta on eettinen ongelma. Pohdintaa tuottaa se, että miksi asiaa aletaan tutkia ja kenen ehdoilla se toteutetaan tai millä aiheen yhteiskunnallista merkitystä mitataan. Kyselyyn vastaajien kohtelu on herkkä ja vaativa tehtävä. Vastaajien tulee olla selvillä siitä, mitä tutkimuksesta seuraa ja heidän tulee olla mukana tutkimuksessa vapaaehtoisesti. Tutkimusta tehdessä vältetään plagiointia, eikä muita tutkimuksia yleistetä kritiikittömästi. Raportoinnissa kiinnitetään huomiota mahdollisimman rehelliseen tiedonantamiseen, menetelmät ja tulokset eivät saa olla harhaanjohtavia. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimuksen puutteetkin on tuotava julki tutkimuksen edetessä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 23-27.)

Tässä opinnäytetyössä lähestytään hyvin arkaa aihetta ja jokaisessa vaiheessa on muistettava eettinen herkkyys naisten kokemuksia kohtaan. Dempster:n (1996) mukaan voidaan jopa sanoa, että tutkimuksen tekemisen voi rinnastaa uuteen hyväksikäyttökokemukseen uhrien elämässä, jos kyselyssä ei kiinnitetä erityistä huomiota tutkimuksen suorittamiseen. Aiheen käsittelyn tuomia tunteita lievensi se, että tässä opinnäytetyössä keskityttiin tämän hetken tilanteeseen. Vastaajat ilmoittivat nimensä vastatessaan, joten heitä voitiin kiittää ja rohkaista henkilökohtaisesti.

Eskolan ja Suonrannan teoksessa (1998) puhutaan eettisistä kysymyksistä viidestä eri näkökulmasta. On huomioitava eettisyys jokaisessa vaiheessa alkaen tutkimusluvan hankinnasta. Se tulee saada sekä viranomaistaholta, sekä tutkittavilta. Tässä opinnäytetyössä lupa anottiin Suomen Delfins Ry:ltä ja tutkimukseen osallistuvat saivat itse valita halusivatko he osallistua tutkimukseen. Aineiston keruu suoritetaan eettisesti oikein, kun siinä ei ole mitään salattavaa tutkittavilta tai yhteistyökumppaneilta (Eskola & Suonranta 1998). Tässä opinnäytetyössä annettiin mahdollisuus vastata kyselyyn joko sähköpostitse tai postitse nimettömänä. Lomakkeessa kerrottiin, että tietoja käytetään vain tämän tutkimuksen tekemiseen ja osallistuminen on vapaaehtoista. Toisaalta tuotiin esille se, että vastaaminen on tärkeää.

Eettisenä kysymyksenä mietitään myös sitä, onko tutkimus tutkijan omaa uraa hyödyntävää, jolloin on kyseessä eräänlainen tutkittavien mielipiteiden hyväksi käyttäminen. Lisäksi on kerrottava osallistumisesta seuraavat asiat ja se, miten tutkimuksesta tiedotetaan jatkossa tutkittaville. (Eskola & Suonranta 1998.) Tästä opinnäytetyöstä kerrottiin henkilökohtaisesti yhdessä vertaistukiryhmässä, jossa osallistujat saivat mukaansa lomakkeen ja palautuskuoren, lomakkeessa kerrottiin, että on kyse ammattikorkeakoulun opinnäytetyöstä. Sama lomake oli myös Suomen Delfins Ry:n internet-sivuilla. Raportti julkaistiin Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyötietokannassa ja lisäksi Suomen Delfins Ry:n sivuille tehtiin linkki, josta halukkaat pääsevät lukemaan valmista opinnäytetyötä.

## 7.5 Tutkimuksen luotettavuus

Luotettavuutta voidaan arvioida neljän eri periaatteen mukaan. Näitä ovat realismisuus, vakuuttavuus, yhteistoiminnallisuus ja kriittisyys. Realistisuutta kuvataan termillä ”ikkuna todellisuuteen”, johon vaikuttaa se, kuinka pätevästi tutkimustekstissä on onnistuttu kuvaamaan tutkittua kohdetta ja kuinka tarkasti on kerrottu mitä tutkimusprosessissa on tapahtunut. Vakuuttavuuteen taas vaikuttaa se, kuinka hyvin tutkimusmetodi on kyetty tuomaan julki ja ovatko tulokset ”todellisuutta, joka luo merkitystä”. Vakuuttavuus liittyy oikeudenmukaisuuteen ja siihen, miten asiat on luettu, kuultu, havaittu, pohdittu, muistettu, luultu, kuviteltu ja haaveiltu. (Eskola & Suonranta 1998.) Tässä opinnäytetyössä tehtiin teoreettinen viitekehys, jonka pohjalta tutkimuskysymykset nousivat. Kuitenkin tutkimusta tehdessä oltiin avoimia uusille asioille, joita tutkittavilta kerätty aineisto tuotti.

Yhteistoiminnallisuuden kriteeri tätä opinnäytetyötä tehdessä toteutui siinä, että tutkittavat olivat tutkimuksen tekijöitä. Tämän luotettavuuden kriteerin ohessa on pohdittava samaistumisen kaksiosaista merkitystä: Kadotetaanko samaistumisella objektiivinen näkökulma tutkittavaan asiaan, vai syntykö samaistumisen kautta tarvittavaa toimintaa? (Eskola & Suonranta 1998.) Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli hyväksikäytettyjen selviytymisen tukeminen, joten on suotavaa, että tutkimus poikii esimerkiksi uusia toimintatapoja seurakunnissa.

Viimeisenä luotettavuuden kriteerinä Eskola ja Suonranta (1998) esittävät kriittisen pohdinnan. Se tarkoittaa arviointia ja sitä, onko tutkimus käytännöllisesti arvokas ja tehty tarpeeksi kattavan viitekehysten sisälle. Lisäksi tulee arvioida saako tutkija luotettavan kuvan tutkittavien todellisuudesta ja ovatko tutkimusmenetelmät toimivat. Tämän opinnäytetyön luotettavuuteen vaikutti se, että kirjoituspyyntöön vastaajien elämäntilanteet ovat erilaiset ja he voivat käsitellä aihetta eri näkökulmista, kuin mitä opinnäytetyön tekijä oli tarkoittanut. Luokitteluvaiheessa luotettavuuteen vaikuttaa se, miten pieniksi yksiköiksi (esimerkiksi yhdeksi sanaksi) tulokset on mahdollista jakaa. (Eskola & Suonranta 1998.) Tässä opinnäytetyössä tulokset tutkimustehtäviin pystyttiin jakamaan kolmeen sanaan (LIITE 2-5). Kirjoittaessa jokainen kertoi aiheesta omasta elämänskatsomuksestaan käsin ja hyväksikäytöstä oli kulunut pitkä aika, jonka vuoksi

osa muistoista saattoi olla hämartynt. Tässä opinnäytetyössä keskityttiin kuitenkin tämän hetken tilanteeseen, mikä vähensi muistojen hämärtymisen ongelmaa.

Vastauksia saatiin viisi kappaletta, mitä voidaan pitää hyvänä tuloksena induktiivista analyysia ajatellen. Vastausten määrää voidaan pitää hyvänä, kun on kyse henkilökohtaisista kirjoituksista, sillä kirjeissä todettiin olevan paljon samantyyllisiä asioita. Eskolan & Suonrannan (1998.) mukaan induktiivista analyysia ajatellen tuloksista tulisi saada kuva siitä, millainen teoreettinen pohja vastaajien kokemuksia määrittää. Tässä opinnäytetyössä viiden vastaajan kirjoituksista kävi ilmi ne asiat, miten seksuaalinen hyväksikäyttö voi vaikuttaa naisten elämään, miten seksuaalisen hyväksikäytön tuomien ongelmien kanssa voi selvitä, millaista apua seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneet naiset tarvitsevat ja miten voimaantumisen voidaan kokea elämää muuttavana tekijänä.

Lomakkeisiin, jotka annettiin henkilökohtaisesti, liitettiin postimerkeillä varustettu palautuskuori. Vastauksiin saattoi vaikuttaa se, että opinnäytetyön tekijä on näille ryhmäläisille tuttu. Toisaalta vastausinnostuksen internetin lomakkeen kautta saattoi vaikuttaa kielteisesti se, että osa vastaajista joutui kustantamaan itse postimerkit ja kuoret, eikä halunnut vastata sähköpostitse.

Opinnäytetyön raporttivaiheessa saatiin vielä yksi vastaus. Tässä ilmeni paljon samoja asioita, kuin aiemmin aineistossa. Eroavaa viimeisessä vastauksessa oli se, että tämä vastaaja oli kokenut saaneensa apua seurakunnan toiminnasta. Lisäksi hän oli kokenut tärkeänä rukouksen, sanan ja yhteisöllisyyden seurakunnassa. Tämä hyväksikäytetty koki, että hän oli joutunut kypsyttämään liian nopeasti ja että selviytymistä auttoi toisten ihmisten kanssa toimiminen. Lempeä hyväksyntä oli vahvistanut itsetuntoa ja oman arvon tuntoa. Vastaaja koki voimaantumisen myöskin sisäisenä eheytyksenä, sekä rauhallisena asioiden paikalleen asettumisena elämässään.

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Johtopäätöksiksi tässä opinnäytetyössä nousivat seuraavat asiat:

1. Lapsena koettu seksuaalinen hyväksikäyttö vaikuttaa lapsen myöhempään elämään voimakkaasti negatiivisilla tavoilla.
2. Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyt selviävät vertaistuen avulla ja henkilökohtaisen selviytymisprosessin läpikäymällä terapiassa. Seksuaalinen hyväksikäyttö ei unohdu, mutta sen kanssa voi oppia elämään.
3. Lapsena seksuaalisesti hyväksikäytetyille on tarjolla monentasoisista apua, lisää tietoa auttamisesta ja seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kohtaamisesta tarvitaan, etenkin seurakunnissa.
4. Voimaantuminen on kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kasvamista sisäisen eheytyksen ja toimintakyvyn paranemisen myötä.

## 9 JATKOTUTKIMUSHAASTEET

Jatkotutkimushaasteiksi tämän opinnäytetyön myötä nousevat

1. Miten seurakunnissa voitaisiin kehittää lapsena seksuaalisesti hyväksikäytettyjen kanssa työskentelyä?
2. Millaisiksi seurakunnan työntekijät kokevat valmiutensa kohdata seksuaalisesti hyväksikäytettyjä ihmisiä?
3. Tulosten pohjalta voitaisiin tehdä myös opas seurakuntien käyttöön.
4. EMDR-terapia on kohtalaisen uusi hoitomuoto posttraumaattista stressioireyhtymää hoidettaessa, olisi mielenkiintoista saada tietää enemmän sen tuloksista esimerkiksi seksuaalisesti hyväksikäytettyjen hoidossa.

## LÄHTEET

- Björkström, Aune-Inkeri 2009. Rikotut rajat. Marjan tarina. Helsinki: Kustannus Oy Uusi tie.
- Carson, Verna Benner & Koenig, Harold G. 2002. Parish nursing. Stories of service and care. Philadelphia & London: Templeton Foundation Press.
- Dempster, Harriet L. 1996. Teoksessa Waterhouse Lorraine (toim.) Lasten seksuaalinen hyväksikäyttö ja hyväksikäyttäjät. Kuopio: Kustannusosakeyhtiö Puijo.
- Eskola, Jari & Suonranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Gothóni, Raili & Jantunen, Eila 2010. Käsitteitä ja käsityksiä diakoniatyöstä ja diakonisesta työstä. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu. A tutkimuksia 25.
- Helosvuori, Riitta; Koskenvesa, Esko; Niemelä, Pauli & Veikkola, Juhani (toim. ) 2002. Diakonian käsikirja. Helsinki: Kirjapaja.
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hirvelä, Päivi 2007. Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön selvittäminen. Helsinki: WSOYpro.
- Holm, Tuija 2006. Teoksessa Antikainen, Jorma & Taskinen, Sirpa (toim.) Seksuaalisesti hyväksikäytettyjen lasten ja lapsia hyväksikäyttäneiden nuorten hoito. Stakes. Vaajakoski: Gummerus.
- Hoorwich, Aaron 1995. Terapeutit salapoliiseina. Inestiepäilyn asianmukainen tutkiminen. Lyhytterapia-instituuti Oy. Keuruu: Otava.
- Humppi, Sanna-Mari 2008. Poliisin tietoon tullut lapsiin ja nuoriin kohdistuva väkivalta. Poliisiammattikorkeakoulun raportteja 75. Tampere.
- Hyvärinen, Markku 1994. Teoksessa Ranta, Mauri & Kari, Helena. Hoitosuhteen peruskurssi. Pohjois-Savon sairaanhoitopiirin julkaisuja. No 21/1994. Kuopio. Kuopion yliopistollinen sairaala. Psykiatrian klinikka
- Häyrynen, Seppo; Kotila, Heikki & Vatanen, Osmo (toim.) 2003. Spiritualiteetin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja.
- Iivanainen, Ansa; Jauhiainen, Mari & Pikkarainen, Pirjo 2006. Sairauksien hoitaminen



- terveyttä edistäen. Hygieia. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Jantunen, Ella 2008. Osalliseksi tuleminen – masentuneiden vertaistukea jäsentävä substantiivinen malli. Helsingin Diakonia-Ammattikorkeakoulu. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Kallanranta, Tapani; Rissanen, Paavo & Vilkkumaa, Ilpo (toim.) 2003. Kuntoutus. Duodecim. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kaskiharju, Eija; Oesch-Börman, Christine & Sarvimäki, Anneli 2006. Samassa veneessä – apua arkeen vertaisilta. Opas fokusryhmän ohjaajille. Helsinki: Ikäinstituutti.
- Kaukonen, Martta (toim.) 2003. Seksuaalinen väkivalta ja hyväksikäyttö, selviytymiskertomuksia. Jyväskylä: Ps-kustannus.
- Kirkkojärjestys 1055/1991 v.1993. Viitattu 28.5.2011. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1993/19931055#L4>
- Kohonen, Marja; Kylmä, Jari; Juvakka, Taru & Pietilä, Anna-Maija 2007. Toivoa vahvistavat hoitotyön auttamismenetelmät – metasynteesi. Hoitotiede 19 (2), 67-69.
- Koivu, Aija & Haatainen, Kaisa 2010. Teoksessa Pietilä, Anna-Maija (toim.) Terveyden edistäminen. Teorioista toimintaan. Helsinki: WSOYpro OY.
- Kotisalo, Helena 2002. Diakoniatyön ja diakonisen hoitotyön toteutuminen Kuopion hiippakunnan diakonisojen arvioimana. Pro gradu-tutkielma. Kuopio: Kuopion yliopisto, Hoitotieteen laitos.
- Laiho, Mari 2006. Seksuaalisen hyväksikäytön kokemukset lapsuudessa ja avun tarve aikuisena. Laurea – ammattikorkeakoulun julkaisusarja B.14. Vantaa.
- Laitinen, Merja 2004. Häväistyt ruumiit, rikotut mielet. Tampere: Vastapaino.
- Laitinen, Merja 2006. ”Miks minulla menee näin?” Teoksessa Lohiniva-Kerkelä, Mirja. Väkivalta. Seuraamukset ja haavoittuvuus. Talentum Media Oy. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Lankinen, Juha 2000. Teoksessa Aalto, Kirsti; Kolehmainen, Riitta; Virtaniemi Matti-Pekka & Ylikarjula, Simo (toim.). Sielunhoidon aikakauskirja. Nro 12. Sairaanhoidon, 67 – 90. Helsinki: Kirkon sairaalasielunhoidon-, perheasiain- ja koulutuskeskus.
- Lappalainen, Minna; Pelkonen, Marjaana & Kylmä, Jari 2004. Mielenterveyskuntoutujien kuvaus itsetunnon tukemisesta hoitotyössä. Hoitotiede 16 (2), 64 - 66.

Lastensuojelulaki 417/ 2007. 1.1.2008. (752/2011) Viitattu 11.10.2011. Saatavissa:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2007/20070417?search\[type\]=pika&search\[pika\]=lastensuojelu](http://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2007/20070417?search[type]=pika&search[pika]=lastensuojelu)

Liukkonen, Sanna 2004. Särö kaikkein syvimässä. Lapsuudessaan seksuaalisesti hyväksikäytettyjen aikuisten auttaminen. Suomen sairaanhoitajaliitto Ry. Sipoo.

Mannström – Mäkelä, Leena & Saukkola, Kirsi 2008. Voimaannuttavan ohjaamisen käsikirja. Helsinki: Yliopistopaino Palmenia.

Meklin, Elli 2010. Tieteellinen tieto seurakunnissa apuväline, ei enää tabu. Psykologista tietoa käytetään, muttei korosteta. Ristin voitto 99 (6), 14-15.

Miettinen, Seija 2000. Itsensä johtaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: WSOY

Myllylä, Marjatta 2004. Diakonisen hoitotyön mallin rakentaminen. Väitöskirja. Hoitotieteen ja terveydenhallinnon laitos. Oulun yliopisto. Oulu: Acta Universitatis Ouluensis, D 786.

Nousiainen, Tiina 2011. ”Vertaistuki voi avata menneisyyden solmut”. Kaleva 4.9.2011.

Nurminen, Juhani 2005. Sielunhoidon näkökulmia diakoniatyöhön. Diakonian tutkimus nro 2, 139 – 148. Viitattu 5.3.2010. Saatavissa:

[http://www.dts.fi/dokumentit/DT\\_2\\_2005.pdf](http://www.dts.fi/dokumentit/DT_2_2005.pdf)

Paavilainen, Eija 2010. Naisten kokemuksia perheväkivallasta: Odotuksen ja pelon kierre. Hoitotiede 13 (1), 26.

Parnell, Laurel 1997. Transforming trauma: EMDR: the revolutionary new therapy for freeing the mind, cleaning the body and opening the heart. New York: W.W. Norton.

Peltoniemi, Jaana 1999. Lapsena koetun seksuaalisen hyväksikäytön merkitys myöhemmässä elämässä. Oulun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Käyttäytymistieteiden laitos. Pro gradu – työ.

Pennanen, Pirjo 2006. Teoksessa Antikainen, Jorma & Taskinen, Sirpa. Seksuaalisesti hyväksikäytettyjen lasten ja lapsia hyväksikäyttäneiden nuorten hoito. Stakes. Vaajakoski: Gummerus.

Pessi, Anne Birgitta & Saari, Juho 2009. Kollektiiviset muistot ja hyvinvointipolitiikan tulevaisuus – hyvinvointivaltion ja diakoniatyön muuttuvat suhteet ja tulkinnat. Diakonian tutkimus nro 2, 77 – 96. Viitattu 5.3.2010. Saatavissa:

[http://www.dts.fi/dtscms/wp-content/uploads/2009/10/DT2\\_2009.pdf](http://www.dts.fi/dtscms/wp-content/uploads/2009/10/DT2_2009.pdf)

- Pietilä, Anna-Maija (toim.) 2010. Terveyden edistäminen. Teorioista toimintaan. Helsinki: WSOYpro OY.
- Pokki, Timo 2007. Uudistuva diakonia. Teoksessa Lahtinen, Mikko; Pohjolainen, Terttu & Toikkanen, Tuulikki (toim.) Anno domini. Diakoniatieteen vuosikirja. Lahti: Lahden diakoniasäätiö. Diakonian instituutti.
- Pyhä Raamattu. Kirkolliskokouksen vuonna 1933/1938 käyttöön ottama suomennos.
- Quas A. Jodi; Goodman, S. Gail; Ghetti, Simona; Alexander, W. Kristen; Edelstein, Robin; Redlich, D. Allison; Gordon, M. Ingrid and Jones, P. H. David 2005. Childhood sexual assault victims long-term outcomes after testifying in criminal court. Monographs of the society for research in child development. Boston, Massachusetts: Blackwell Publishing.
- Raiskauskriisikeskus Tukinainen. Viitattu 12.12.2009. Saatavissa <http://www.tukinainen.fi/>
- Rikoslaki.39/1889. Viitattu 3.3.2010. Saatavissa: [http://www.finlex.fi/fi/laki/smur/1889/18890039001?search\[type\]=pika&search\[pika\]=rikoslaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/smur/1889/18890039001?search[type]=pika&search[pika]=rikoslaki)
- Rättyä, Lea 2009. Diakoniatyö yksilöllisenä ja yhteisöllisenä auttamisena yhteiskunnallisessa muutoksessa. Kuopion yliopiston julkaisuja. Hoitotieteen laitos. Väitöskirja. Kuopio.
- Savola, Elina & Koskinen-Ollonqvist, Pirjo 2005. Terveyden edistäminen esimerkein – käsitteitä ja selityksiä. Terveyden edistämisen keskuksen julkaisuja – sarja 3. Helsinki.
- Schnorr, Marcia 1998. Teoksessa Solari-Twadell, Phyllis Ann & McDermott, Mary Ann (toim.) Parish nursing. Promoting whole person health withing faith communities. London: Thousand Oaks.
- Seppänen, Jukka 2010. Psyykkisiin kriiseihin liittyvä hengellinen tuki ja sielunhoito. Diakonian tutkimus 1, 65-75.
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorioiden perusteiden hahmottelua. E 37. Oulun opettajankoulutuslaitos. Väitöskirja. Oulu.
- Suikkanen, Asko; Härkäpää, Kristiina; Järvikoski, Aila; Kallanranta, Tapani; Piirainen, Keijo; Repo, Marjatta & Wikström, Juhani 1995. Kuntoutuksen ulottuvuudet. Juva: WSOY
- Suomen Delfins Ry. Viitattu 12.12.2009. Saatavissa <http://www.suomendelfins.fi>
- Suomen Delfins Ry 2001. Kuinka suojella lasta? Opas no. 1.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko. <http://www.evl.fi>

Sosiaali- ja terveysministeriö.

Taskinen, Sirpa 1994. Lapsen seksuaalisen riiston selvittäminen ja hoito: seksuaalisen riiston ehkäisyn asiantuntijatyöryhmän suositukset. Uudistettu laitos. Helsinki: Stakes

Terveydenhuoltolaki 1326/2010. Viitattu 27.9.2011. Saatavissa:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search\[type\]=pika&search\[pika\]=terveydenhuoltolaki](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326?search[type]=pika&search[pika]=terveydenhuoltolaki)

Thitz, Päivi 2006. Yhteisöllisyys diakoniatyössä. Diakonian tutkimus nro 2, 94 – 106.

Viitattu 5.3.2010. Saatavissa: [http://www.dts.fi/dokumentit/DT\\_2\\_2006.pdf](http://www.dts.fi/dokumentit/DT_2_2006.pdf)

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 6. uudistettu painos. Jyväskylä: Tammi.

Waterhouse, Lorraine (toim.) 2003. Lasten seksuaalinen hyväksikäyttö ja hyväksikäyttäjät. Suojelu ja ennaltaehkäisy. University of Abardeen, department of social work. Jessica Kingsley Publishers.

Wróbel, Józef 2007. Toivo maailman uusiutumisesta. Caritas- ja diakonia-avun välttämättömyys. Teoksessa Lahtinen, Mikko; Pohjolainen, Terttu & Toikkanen, Tuulikki (toim.) Anno domini. Diakoniatieteen vuosikirja. Lahti: Lahden diakoniasäätiö. Diakonian instituutti.

World Health Organisation. Viitattu 28.5.2011. Saatavissa:

<http://www.who.int/healthpromotion/about/strategy/en/index.html>

## LIITE 1: Avoin lomakekysely.

Hei!

Olen sairaanhoitaja-diakonissa opiskelija ja teen opinnäytetyötä lapsuudessa seksuaalisesti hyväksikäytettyjen naisten voimaantumisen tutkimuksesta. Tarkoituksena on selvittää sitä, millaisia vaikutuksia hyväksikäytöstä on naisen elämään ja löytää keinoja voimaantumisen tukemiseen niin selviytyjille itselleen, kuin ammattiauttajillekin.

Vastaaminen on vapaaehtoista. Pyydän, että kirjoitatte juuri niin kuin asiat koette, tiedot käsitellään luottamuksellisesti ja niitä käytetään vain tämän tutkimuksen tekemiseen. Kirjoittaessanne voitte pohtia seuraavia asioita:

Kerro mitä ajattelet itsestäsi? Onko käsityksesi muuttunut aiempaan verrattuna?

Miten seksuaalinen hyväksikäyttö on vaikuttanut sinun

- a) minäkuvaasi
- b) elämässä selviytymiseesi?

Mitkä asiat ovat antaneet sinulle voimaa selviytyä?

Miten koet seksuaalisesti hyväksikäytettyjen vertaistukiryhmän auttavan sinua?

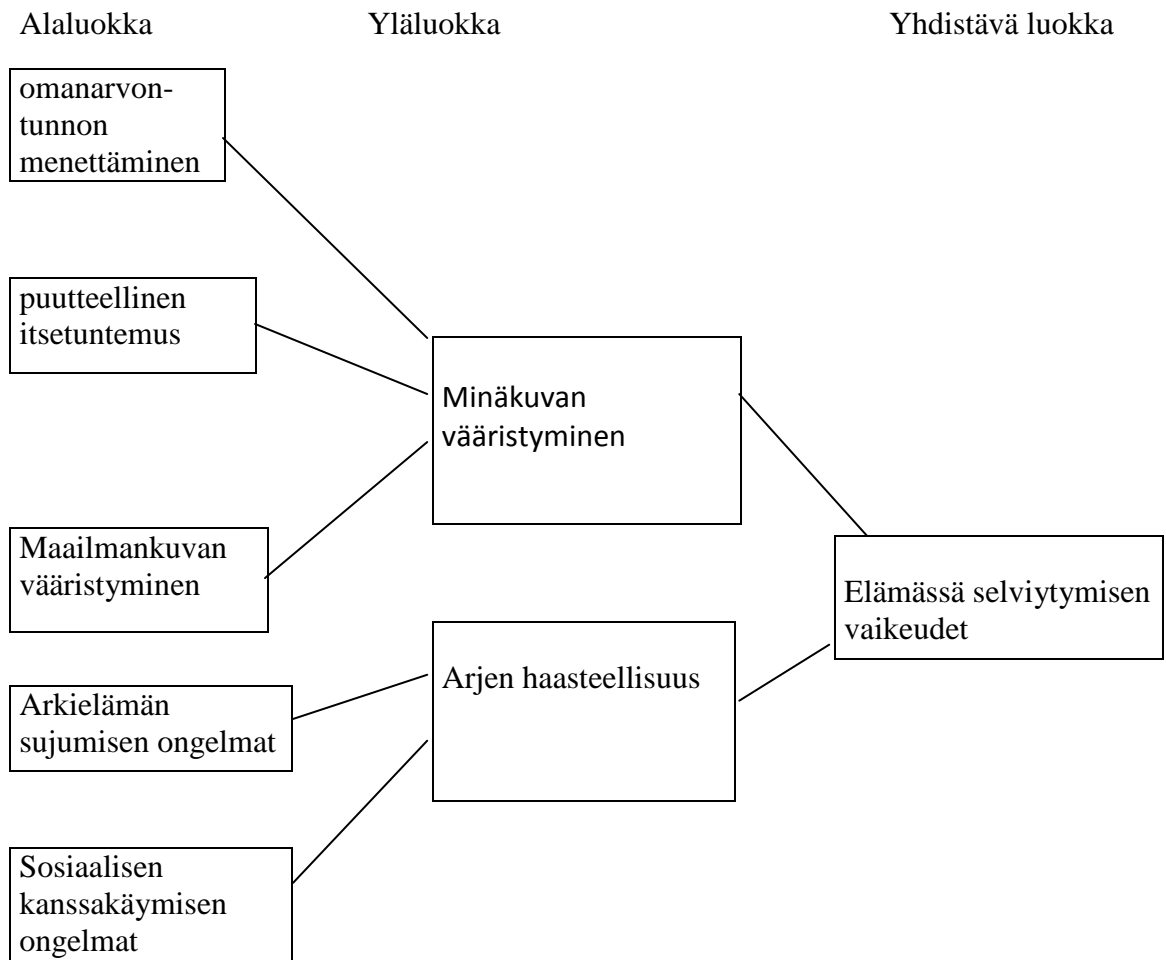
Millä tavalla koet saavasi apua seurakunnasta tai hengellisyydestä selviytymisessäsi?

Mitä sinulle tarkoittaa käsite ”voimaantuminen”?

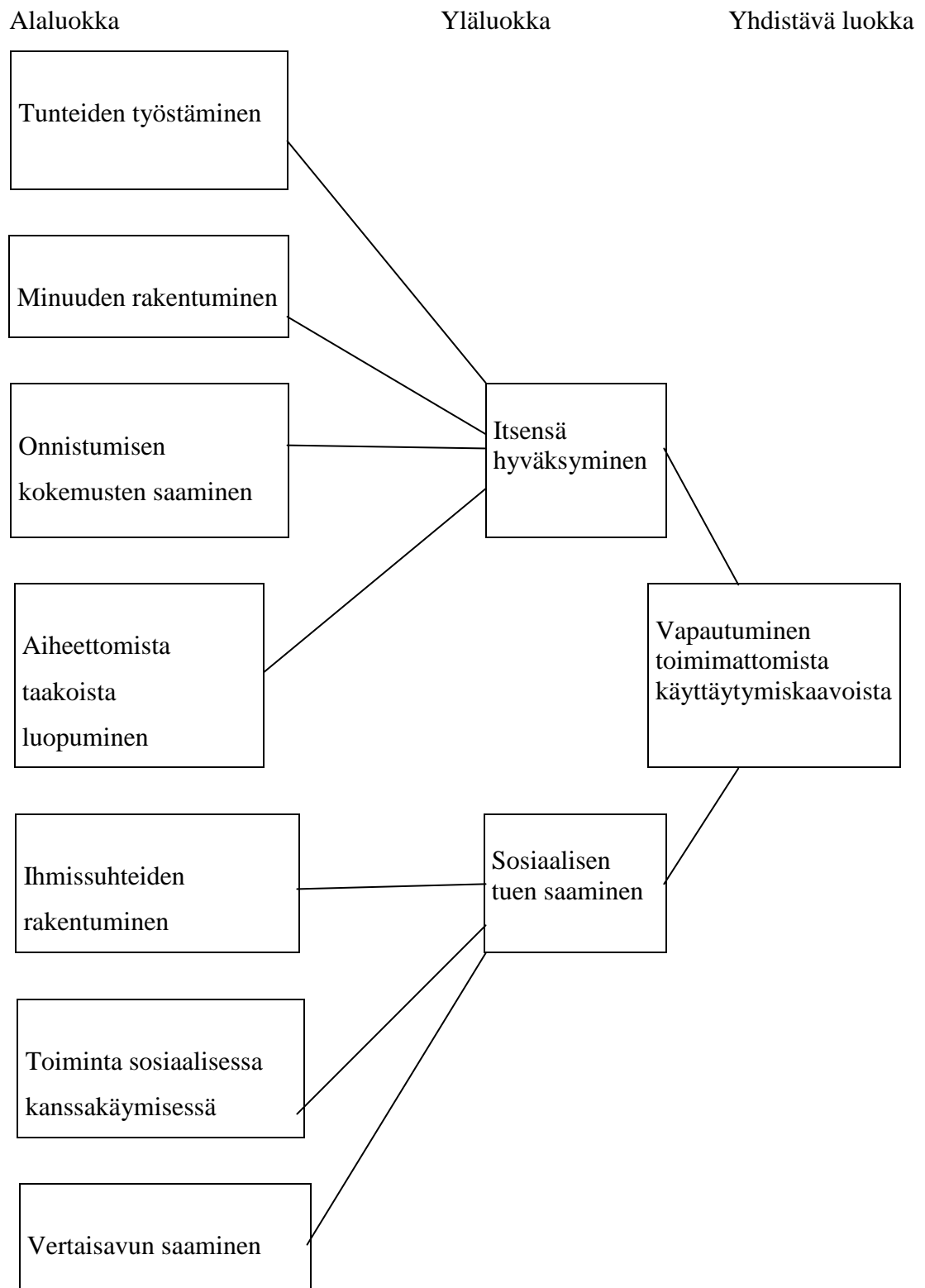
Mitä neuvoja antaisit nyt seksuaalisesti hyväksikäytetyille?

Kiitos vastauksestasi!

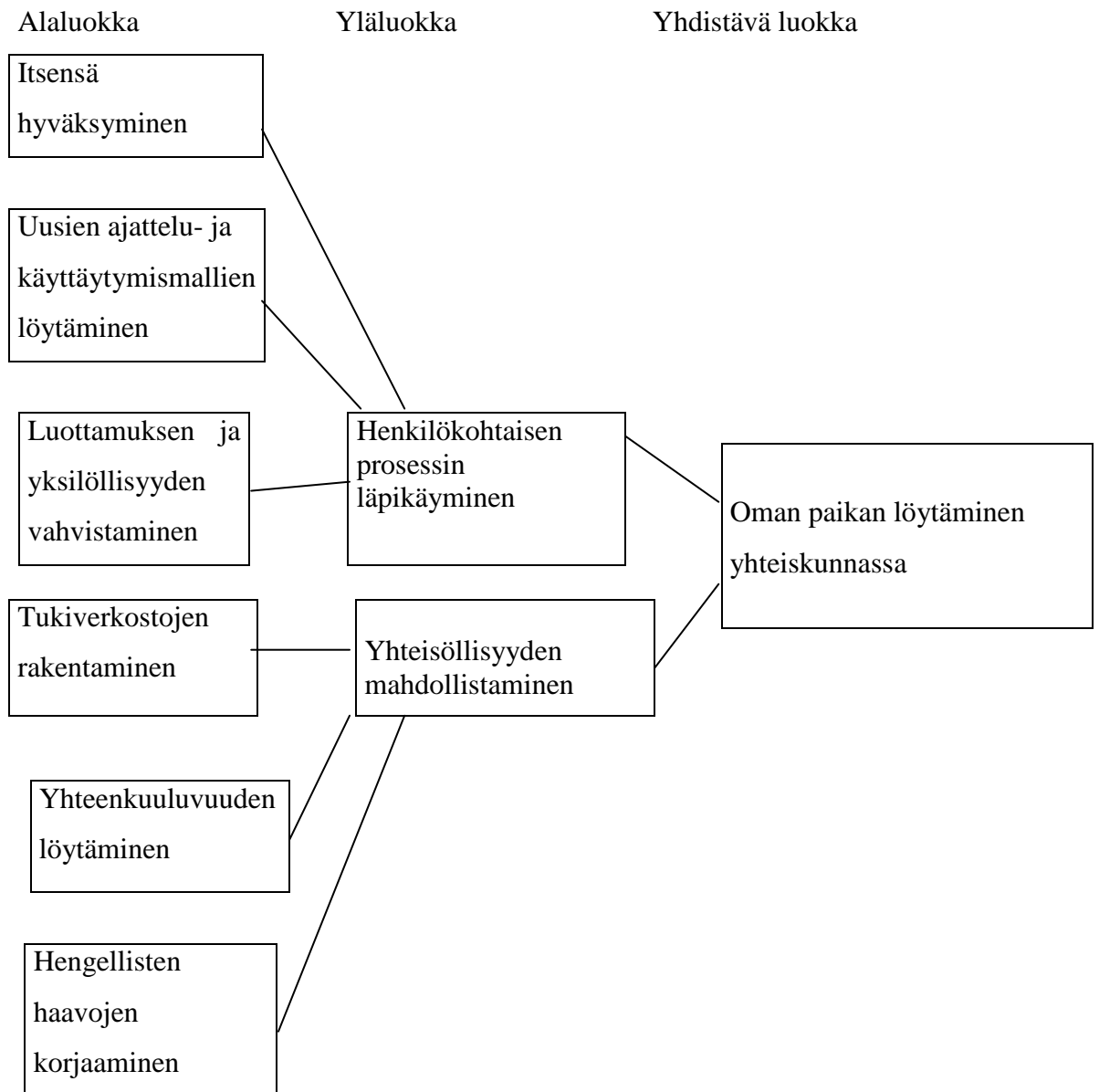
LIITE 2: KUVIO 1. Naisten kokemukset seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksista



LIITE 3. KUVIO 2. Naisten kokemukset seksuaalisesta hyväksikäytöstä selviytymisestä.



LIITE 4. KUVIO 3. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset avun tarpeesta.





LIITE 5. KUVIO 4. Hyväksikäytettyjen naisten kokemukset voimaantumisesta.

