



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
VASA YRKESHÖGSKOLA  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Oskar Moberg

# VERTAISTUEN MERKITYS NARSISTIN UHRILLE

Sosiaali- ja terveysala

2014

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
Hoitotyön koulutusohjelma  
**TIIVISTELMÄ**

Tekijä	Oskar Moberg
Opinnäytetyön nimi	Vertaistuen merkitys narsistin uhrille
Vuosi	2014
Kieli	suomi
Sivumäärä	31
Ohjaaja	Mirva Sundqvist-Kekäläinen

---

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvailla vertaistuen merkitystä narsistin uhrin arjessa selviämässä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää narsistin uhrin arjessa selviämiseen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksen tuottaman tiedon avulla voidaan ohjata narsistin uhreja vertaistuen pariin.

Tutkimustulosten mukaan vertaistukiryhmässä on voinut käsitellä tunteita, kokea voimaantumista, kokea helpotusta sekä saada tukea ja neuvoja.

Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää suunniteltaessa vertaistukiryhmän toimintaa. Tutkimustulosten mukaan tutkittavat toivoivat vertaistukiryhmiltä tietoa ja tunteiden käsittelyä. Ohjaajat voivat käsitellä tutkimuksessa nousseita asioita ryhmissä.

Tutkimus on toteutettu Narsistien uhrien tuki ry:n vertaistukiryhmissä. Ryhmään osallistuville toimitettiin saatekirje ja kyselylomake. Kyselylomakkeessa vastaajia pyydettiin vastaamaan kahteen avoimeen kysymykseen. Kysymysten vastaukset analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysilla. Kyselyyn vastasi 8 henkilöä ja vastausprosentti oli 27. Kaksi henkilöä jätti vastaamatta ensimmäiseen kysymykseen, toiseen kysymykseen vastasi kaikki kyselyyn vastaajat.

---

Asiasanat	narsistinen persoonallisuushäiriö, vertaistuki, narsistin uhri
-----------	---

VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES  
Hoitotyön koulutusohjelma

## **ABSTRACT**

Authors	Oskar Moberg
Title	The Significance of Peer Support for a Narcissist's Victim
Year	2014
Language	Finnish
Pages	31
Name of Supervisor	Mirva Sundqvist-Kekäläinen

---

The purpose of this bachelor's thesis was to describe the significance of peer support for a narcissist's victim for managing in everyday life. The aim is to find the factors that affect the victim's managing. The results can be used when referring the victims to peer support.

The results show that peer support group gives an opportunity to deal with the emotions, get feelings of empowerment, get relief and get support and advice.

The results of this research can be used when planning peer group activities. The results also indicate that the respondents hoped for information and help with dealing emotions from the peer support group. The instructors can deal with the matters that came up in this study.

The study has been carried out in the peer support group of Narcissistien uhrien tukiry. The group participants were given a cover letter and a questionnaire. The questionnaire had 2 open-ended questions, which were analysed with content analysis method. The questionnaire was answered by 8 respondents and the response rate was 27.

---

Keywords	narcissistic personality disorder, peer support, offering of narcissistic
----------	---

## SISÄLLYS

### TIIVISTELMÄ

### ABSTRACT

1	JOHDANTO .....	6
2	NARSISTINEN PERSOONALLISUUSHÄIRIÖ .....	7
3	VERTAISTUKI .....	10
4	NARSISTIN UHRI .....	12
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT	14
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	15
	6.1 Kohderyhmä ja aineiston keruu.....	15
	6.2 Aineiston analysointi .....	16
	6.3 Tutkimusmenetelmä .....	20
7	TUTKIMUSTULOKSET .....	21
	7.1 Vertaistukea saavien odotukset siitä, millaista tukea he toivoivat saavansa vertaistukiryhmältä .....	21
	7.2 Vertaistukea saaneiden kokemukset siitä, mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut heille.....	21
8	POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	23
	8.1 Tutkimustulosten tarkastelua.....	23
	8.2 Tutkimuseettiset kysymykset .....	23
	8.3 Tutkimuksen luotettavuus .....	24
	8.4 Johtopäätökset .....	24
	8.5 Jatkotutkimusehdotukset .....	25
	LÄHTEET .....	26
	LIITTEET	

## **TAULUKKOLUETTELO**

**Taulukko 1.** Millaista tukea toivot saavasi vertaistukiryhmältä? s. 17

**Taulukko 2.** Mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut sinulle? s. 19

## **LIITELUETTELO**

**LIITE 1.** Saatekirje

**LIITE 2.** Kyselylomake

# 1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla vertaistuen merkitystä narsistisen persoonallisuushäiriöisen uhrin arjessa selviämässä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää narsistin uhrin arjessa selviämiseen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksen tuottaman tiedon avulla voitaisiin ohjata narsistisen persoonallisuushäiriöisen uhreja vertaistuen pariin.

Tutkimuksen kohderyhmänä toimi kolme Narsistien uhrien tuki ry:n vertaistukiryhmää. Koska kyseessä on kvalitatiivinen tutkimus ja aihe on arka, opinnäytetyössä ei määritellä tarkemmin kohderyhmiä. Kyselylomakkeita jaettiin 30 ja vastauksia saatiin 8, vastausprosentti oli 27. Aineisto kerättiin vertaistukiryhmien ohjaajilta yhteyshenkilölle, joka toimitti ne tutkimuksen tekijälle. Tutkimusmenetelmänä käytettiin kyselylomaketta. Aineisto analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysilla.

Tutkimustietoa haettiin Narsistien uhrien tuki ry:n Internet-sivuilta, kirjallisuudesta sekä Medic-tietokannasta hakusanoilla narsistinen persoonallisuushäiriö ja vertaistuki. Lisäksi selattiin käsin Hoitotiede ja Tutkiva hoitotyö -lehtien sisällysluettelot, mutta näistä ei opinnäytetyöhön löytynyt aineistoa.

Opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä olivat narsistinen persoonallisuushäiriö, vertaistuki ja narsistin uhri.

Opinnäytetyössä käsitellään ensin keskeiset käsitteet, sitten kerrotaan tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimusongelmat. Tutkimuksen toteutus ja tutkimustulokset on esitelty seuraavaksi, lopuksi on esitelty pohdinta, johtopäätökset, lähteet ja liitteet.

Aihe on mielestäni ajankohtainen ja se on nostettu esille monissa viime aikojen tragedioissa. Opinnäytetyö liittyy sairaanhoitajaopintoihini, joissa suuntautumisalana on psykiatrinen hoitotyö.

## 2 NARSISTINEN PERSOONALLISUUSHÄIRIÖ

Narsistinen persoonallisuushäiriö kehittyy varhaislapsuudessa, ja sille altistavia tekijöitä ovat lapsuudenaikaiset traumat ja puutteet. Lasta hoitavilla henkilöillä voi olla ongelmia ja vaikeuksia, jotka vaikuttavat siihen kuinka he lasta hoitavat ja vastaavat tämän tarpeisiin. (Myllärniemi 2006, 57.)

Narsistiseen häiriöön liittyy harvoin neurologisia poikkeavuuksia. Narsistiset ihmiset ovat todennäköisemmin joutuneet kokemaan olinpaikan muutoksia sekä ihmissuhteiden katkeamisia useammin kuin muut. Lapsuudessa lasta ei välttämättä ole hyväksytty omana itsenään jolloin hänelle on kehittynyt kaksijakoinen persoonallisuus, joka näkyy ulospäin tarpeena nolata muita sekä itsekeskeisyytenä. Narsistin sisäinen maailma voi olla päinvastainen sisältäen mitättömyyden tunnetta, avuttomuutta kateutta ja häpeää. (Sinkkonen & Pihlaja 1999, 181.)

Keltinkangas-Järvisen (1998) mukaan narsistisella ihmisellä ei ole empatiakykyä joten tämä kyvyttömyys haittaa hänen ihmissuhteitaan. Hän voi loukata toista ihmistä syvästi, mutta ei kuitenkaan ymmärrä tekojensa seurauksia sosiaalisen herkkyyden puuttumisen vuoksi. Narsisti voi luulla olevansa vitsikäs, eikä tunne sääliä ja kanssaihminen kärsimyksen näkeminen voi vain yllyttää hänen voimantunnettaan. Narsistin mielestä syy on aina muualla kuin hänessä, hän saa päinvastoin aina muut kokemaan syyllisyyttä. Narsisti on taitava manipuloimaan toisten ihmisten tunne-elämää ja osaa jopa hallita sitä haluamallaan tavalla. (Jokinen 2012, 68.)

Persoonallisuushäiröisen diagnosointi on yleensä mahdollista vasta aikuisiällä. Lasten- ja nuorisopsykiatriassa persoonallisuushäiriö-käsitteen käyttö on todella kiistanalainen, ja sen käyttöä tulisi välttää johtuen lapsen ja nuoren persoonallisuuden kehityksen keskeneräisyydestä, sillä liian aikaisella diagnoosilla lapsi leimautuukin herkästi. On olemassa myös havaintoja, jotka puoltavat persoonallisuushäiriön diagnosointia jo ennen aikuisikää. Tällaisia ovat



esimerkiksi lapsella ilmenevä joustamaton ja vahvasti poikkeava käytös, joka ei sovi minkään muun psykiatrisen diagnoosin puitteisiin, äärimmäinen itsekeskeisyys tai eristäytyneisyys tai on viitteitä häiriöiden esiintymisestä perheittäin ja suvuittain. (Almqvist 2004, 308.)

Keltinkangas-Järvisen (1998, 112) mukaan narsistin emotionaalinen kehitys on samaa tasoa 2-vuotiaan kanssa. Tällöin toiset ihmiset eivät ole narsistille muita ihmisiä, vaan ikään kuin jatkeita hänelle itselleen toteuttamassa narsistin omia tarpeitaan.

Narsismissa on kyse erittäin vakavasta luonnehäiriöstä, joka ilmenee häikäilemättömyytenä, tunteettomuutena ja piittaamattomuutena. Narsisti käyttää ihmissuhteita välineinä saavuttaakseen omat tavoitteensa, hänellä ei myöskään ole omaatuntoa eikä hän koe häpeää tai syyllisyyttä. Tutkijat ovat arvioineet narsistisen käytöksen lisääntyvän, osittain yhteiskunnan itsekeskeisen luonteen vuoksi. Joidenkin arvioiden mukaan väestöstä noin 2 % potee narsismia. Narsistin aiheuttaman piinaamisen ja alistamisen vuoksi on havaittu olevan jopa itsemurhia. Narsistia voi olla vaikea tunnistaa kotona tai työpaikalla heidän älykkyyntensä, lahjakkuutensa ja manipuloinnin taidon vuoksi. Narsistit osaavat taitavalla käytöksellään huijata tuomareita, esimiehiä ja asianajajia sekä muita vastaavia tahoja. Esimerkiksi huoltajuskiiostoissa he osaavat näytellä rakastavaa vanhempaa ja saada näin hyväksyntää osakseen. (Gerkman-Kemppainen 2006, 18-19.)

Thomaes (2007, 27) kuvaa narsistien olevan hyvin mahtipontisia ihmisiä, toisaalta he ovat kuitenkin erittäin haavoittuvaisia heihin itseensä kohdistuvasta arvostelusta. Narsistit voivat olla jopa riippuvaisia muiden mielipiteistä samaan aikaan kun he yrittävät tehdä muihin vaikutusta. Narsisteilla on tapana yliarvioida kaikkia omia saavutuksiaan sekä itseään. He myös kokevat olevansa etuoikeutettuja muihin nähden.

Mikäli narsistilla ei ole jotakin mitä joku muu on ansainnut, hänellä on tapana väheksyä ja mitätöidä muiden saavutuksia. Henkilö voi narsistin mielestä olla liian huonosti koulutettu, liian ärsyttävä ja kaikin puolin kelpaamaton olemaan

narsistin veroinen. Narsisti on kaikessa toiminnassaan täydellinen, pitääkseen yllä omaa statustaan käyttää narsistin paljon voimavarojaan muiden halveksuntaan. Narsisti tarvitsee kuitenkin statuksensa ylläpitämiseen ihmisiä ympärilleen, siihen hän hyväksyy vain henkilöt joista on hyötyä hänen omien tavoitteiden saavuttamiseen. Narsistin itsellensä luoman suojamuurin takana on aina heikko ja hauas henkilö. (Hotchkiss 2005, 35-44.)

Narsistisen henkilön hoito psykoterapeuttisesti on hyvin haastavaa, koska narsisti poimii terapiasta itselleen vain ne asiat jotka tukevat hänen narsistista puoltaan. Narsistia on myös hyvin vaikea saada motivoitumaan omaan hoitoonsa, koska hänessä itsessään ei omasta mielestään ole mitään vikaa. On kuitenkin olemassa paljon narsistisia piirteitä omaavia ihmisiä, jotka voisivat hyötyä hoidoista. Narsistin kohdatessa kriisin, hän saattaa nöyryä hakemaan apua esimerkiksi ahdistukseen tai masennukseen. Tällöin narsistin motivaationa lääkehoitoon ja muuhun apuun on yleensä nopea palautuminen ennalleen, eli narsistiseen minäkuvaansa. (Schulman 2011.)

### 3 VERTAISTUKI

Vertaistukea voidaan tarkastella sosiologisesti ja psykologisesti ryhmän toimintana, tai sosiaalipsykologisesti ryhmien sisäisenä vuorovaikutuksena. Kansainvälisessä kirjallisuudessa vertaistuesta käytetään käsitettä self help (oma-apu), peer support (vertaistuki, tukiryhmä) ja mutual aid (keskinäinen tuki). Vertaistuki on monissa tutkimuksissa määritelty sosiaalisen tuen alaan kuuluvaksi ilmiöksi ja käsitteeksi. Vertaisryhmissä jaetaan kokemuksia, tunnetaan yhteenkuuluvuutta sekä niistä saadaan tietoa jota hyödyntää elämässä. Vertaistuessa keskeinen merkitys on toisten tukemisella, auttamisella ja tuen saamisella. (Mikkonen 2009, 28-30.)

Vertaistukiryhmissä toisilleen ennalta tuntemattomat ihmiset tapaavat sovitusti. Ryhmissä on tarkoitus keskustella sovituisista aihealueista ja jakaa kokemuksia ryhmän muiden jäsenten kanssa. Ryhmän voi perustaa ja sitä ylläpitää kansalaiset tai ammtilaiset, yksin tai yhdessä. (Nylund 2005, 203.)

Rönbergin (1999, 95-96) mukaan vertaistuen avulla pyritään muodostamaan apua tarvitsevalle käsitys siitä, millaista on poiketa normaalista. Vertaistuen avulla pyritään muodostamaan vastauksia siihen, miten voi tulla hyväksytyksi muiden taholta sekä miten hyväksyä myös itse itsensä.

Vertaisryhmässä osallistujat saavat toivoa selviytymiseen sekä kokemuksia normaaliudesta. Uskoa selviytymiseen tuo etenkin muiden osallistujienkin selviytyminen, kun he eivät ole jääneet vaikeuksiensa kanssa yksin vaan ovat hakeneet apua. Vertaisryhmässä huumori voi olla sallitumpaa ja vapaampaa, siitä voi olla paljon apua vaikeissa tilanteissa. (Kiiltomäki & Muma 2007, 33.)

Vuorisen (1998, 147) mukaan vertaistuen ydin on ihmisten henkilökohtaisissa kokemuksissa ja niihin pohjautuvassa elämänviisaudessa.

Vertaistukiryhmissä voidaan käydä läpi osallistujien menneisyyttä, nykypäivää ja tulevaisuutta. Mikäli vertaisryhmän ohjaajalla ei ole terapiakoulutusta, on

järkevää keskittyä arjen haasteisiin ja niistä selviytymiseen. Arjenhallinnan avulla pyritään elämänmuutokseen, joka edellyttää asennemuutosta vallitsevaan ongelmaan. Koska asennemuutos on olennainen osa vertaisryhmän toimintaa, onkin tärkeää että vertaisryhmän tapaamisia järjestetään osallistujien tarpeiden mukaan. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2002, 209.)

Hyvärin (2005, 214-219) mukaan vertaistuki perustuu siihen, että tuen ydin on ihmisten välisessä kohtaamisessa ilman asiakas- tai potilasrooleja ja ilman muita ennalta määrättyjä titteleitä. Vertaisten kesken toisen kokemusmaailma avautuu omien kokemusten myötä. Vertaistukiryhmässä tukea keskenään, ja vertaissuhteessa myös ystävyydestä ja rakastumisesta pidetään hyväksyttävänä.

Suomessa esiintyy jonkin verran säätiö-, yhdistys- ja järjestöpohjaista vertaistukitoimintaa. Esimerkiksi palkatussa vertaistoiminnassa saman kokenut ja siitä toipunut antaa tukea muille jotka ovat nyt haastavassa tilanteessa. (Nylund 2005, 198-200.)

Sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisten tulisi tietää vertaisryhmien toiminnasta osatakseen ohjata potilaita saamaan apua. Vertaistukiryhmän apu voi tulla ajankohtaiseksi silloin, kun traumasta tai kriisistä on kulunut jo jonkin verran aikaa. (Kiiltomäki & Muma 2007, 33.)

Vertaistuella on huomattu olevan myös kielteinen puolensa, esimerkiksi internet-yhteisöissä on mahdollista, että informaation puutteen vuoksi syntyy väärinymmärrystä. Myös epätoivottuja suhteita on huomattu syntyneen verkkoyhteisöjen perusteella. Verkkoyhteisöissä luottamuksen säilyminen ja vaikeiden asioiden säilyminen ryhmän sisällä aiheuttaa ajoittain haasteita. (Nylund 2005, 205.)

## 4 NARSISTIN UHRI

Uhriutuminen on yksilöllinen kokemus, joka voi aiheuttaa yksilölle monimuotoisia seuraamuksia (Vesikansa 2012, 13).

Mäkelä (2007, 79) on kuvannut uhriksi joutumisen yhdeksi syyksi uhrin epävarmuuden itsestään ja omasta identiteetistään. Narsistit ovat taitavia löytämään epävarmat ihmiset ja täten alistaminen voi alkaa. Uhreilla on myös todettu olevan erilaisia riippuvuuksia: taloudellista ja läheisriippuvuutta.

Narsistin uhreilla voi olla heikko itseluottamus ja heillä voi olla vaikeuksia ilmaista itseään, esimerkiksi tunteitaan tai tarpeitaan. Tällaisen itseluottamuksen omaava ihminen tukeutuu tietämättään helposti itseään vahvempaan, jolloin vastapuoli voi olla narsisti. Narsisti odottaa, että vastapuoli kiintyy häneen jonka jälkeen hän voi käyttää vastapuolta hyväksi. (Helasti 2009.)

Narsistin uhri voi olla yksinäinen ihminen, joka kaipaa esimerkiksi seikkalua ja vaihtelua elämään. Uhri voi pahimmassa tapauksessa olla jopa väsynyt tai masentunut, jolloin narsisti tarjoaa hänelle tukea ja lohdutusta hyväksikäyttäen uhria samaan aikaan. Narsistilla on usein tapana syyllistää uhriaan, onkin huomionarvoista että uhri on todellakin uhri eikä syyllinen. Narsistin uhrilla kun on tapana syyllistää ongelmista itseään. Narsistin vallasta selviytyäkseen on välttämätöntä tiedostaa todellisen syyllisen ja uhrin roolit. (de Hare 2004, 186-189.)

Narsistin uhrin itsetunto heikkenee usein uhriuden myötä, uhri ei myöskään osaa enää puolustautua ja on hyvin haavoittuvainen. Uhri saattaa myös ajatella ansainneena sen kaiken pahan mitä hän on joutunut narsistin uhrina kokemaan. Jotkut uhrin ajattelevat heidän kohtalonsa olevan narsistin uhri, tämä saattaakin olla yksi syy miksi epäterveestä parisuhteesta ei irroittauduta. (Joutsiniemi, Kaulio, Mäkelä, Pekola, & Schulman 2006, 78.)

Hennon (2009, 23-24) mukaan narsistin uhri jolla on akuutti tilanne päällä narsistin kanssa, ei sovellu vielä samaan vertaisryhmään muiden pidemmällä olevien kanssa. Asiat ovat usein niin vaikeita ja käsittämättömiä, ettei uhri halua kuulla niistä muilta yhtään enempää kuin on pakko. Työpaikoilla narsistien uhreiksi joutuneita ja kodeissa narsistien uhreiksi joutuneita ei suositella samaan vertaisryhmään koska tunnelataukset eroavat huomattavasti toisistaan.

Uhrin keho voi reagoida myös fyysisesti, yleisiä oireita ovat unettomuus, päänsärky ja ruokahaluttomuus. Jännistystilojen myötä oireilua voi olla myös niskahartiaseudulla joka siirtyy vähitellen muualle vartaloon. Myös hampaiden narskuttelu ja migreeni voivat olla psyykkisen oireulun ulkoisia merkkejä. (Jokinen 2012, 207.)

Uhri voi pohtia taustaansa pohtimalla esimerkiksi seuraavanlaisia kysymyksiä. Sisältääkö elämäni samanlaisia pelkotiloja kuin lapsuudessa? Sainko lapsuudessa ilmaista tyytymättömyyttä? Miksi sallin itseäni kohdeltavan huonosti? Voisinko valita toisin? (Välipakka, Lehtosaari 2007, 68.) Jotta epänormaalin ja normaalin käytöksen erottaisi, on itsetuntemus todella tärkeää. Omien motiivien, tarpeiden, käyttäytymismallien ja toiveiden tuntemisen avulla on mahdollista välttää epäsuotuisa seura joka altistaa väärinkäytöksille. (Välipakka, Lehtosaari 2007, 103.)

Narsistin todellinen luonne uhrille voi paljastua vasta vuosikymmenienkin jälkeen, esimerkiksi avioliitossa näin on mahdollista. Kun asia valkenee uhrille, hän saattaa havahtua tilanteeseen ja hänestä voi tuntua ikäänkuin palapelin palat loksahtaisivat paikoilleen. (Mäkelä 2007, 21-22.)

## **5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT**

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla vertaistuen merkitystä narsistisen persoonallisuushäiriöisen uhrin arjessa selviämässä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää narsistin uhrin arjessa selviämiseen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksen tuottaman tiedon avulla voitaisiin ohjata narsistisen persoonallisuushäiriöisen uhreja vertaistuen pariin.

Opinnäytetyö liittyy sairaanhoitajaopintoihini, joissa suuntautumisalana on psykiatrinen hoitotyö.

Tutkimusongelmat ovat seuraavat:

- 1 . Millaista vertaistukea narsistien uhrin toivovat saavansa vertaistukiryhmältä?
- 2 . Minkälaista vertaistukea narsistien uhrin ovat saaneet?

## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Seuraavassa esitetään tutkimuksen kohderyhmä ja aineistonkeruu sekä aineiston analyysi. Tutkimusmenetelmänä käytettiin kyselylomaketta, jossa oli kaksi avointa kysymystä.

### 6.1 Kohderyhmä ja aineiston keruu

Tutkimuslupa myönnettiin Narsistien uhrien tuki ry:stä tammikuun 2014 alussa. Kohderyhmänä toimi Narsistien uhrien tuki ry:n kolme vertaistukiryhmää, joihin jaettiin yhteensä 30 kyselylomaketta ja saatekirje. Kohderyhmät vastasivat kyselyyn helmikuun 2014 aikana. Aineisto kerättiin ryhmien ohjaajien toimesta jotka toimittivat ne yhdyshenkilölle. Yhdyshenkilö toimitti skannatut vastaukset tutkimuksen tekijälle sähköpostitse. Täytettyjä vastauslomakkeita saatiin 8 kappaletta, vastausprosentti oli 27. Kaksi vastaajaa jätti vastaamatta ensimmäiseen kysymykseen, toiseen kysymykseen vastasivat kaikki kyselyyn vastaajat. Tutkimukseen otettiin mukaan myös kyselylomakkeen esitestaajat.

Kyselylomakkeessa oli kaksi avointa kysymystä. Kyselylomakkeen 1.kysymys antoi vastauksen tutkimusongelmaan 1, ja kyselylomakkeen 2.kysymys antoi vastauksen tutkimusongelmaan 2. Kyselylomake oli opinnätetyön tekijän itsensä tekemä. Kyselylomake esitestattiin kahdella henkilöllä, jotka ovat olleet narsistin uhreina ja saavat vertaistukea. Kyselylomakkeen esitestausta oli erittäin tärkeää, koska kyselylomake oli uusi. (Luoto 2009, 1649).

Kyselylomake täytti hyvän kyselylomakkeen tunnusmerkkejä: se oli teknisesti yksinkertainen ja helppo täyttää, kun siinä oli ainekkain 2 kysymystä joiden alla oli vastaustilaa. Se voidaan myös toistaa uudelleen jossain toisessa kohdeorganisaatiossa. (Luoto 2009, 1649.)

Kyselylomakkeen mukana toimitettiin vastaajille saatekirje, jossa määriteltiin tutkimuksen tarkoitus ja tavoite. Saatekirjeessä mainittiin myös tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuudesta, anonyymiteetista sekä tutkimusaineiston



asianmukaisesta hävittämisestä. Saatekirje on tämän opinnäytetyön liitteenä (ks. liite 2).

Teoreettiseen viitekehykseen haettiin tutkimustietoa Narsistien uhrien tuki ry:n internet-sivuilta, kirjallisuudesta sekä Medic-tietokannasta hakusanoilla narsistinen persoonallisuushäiriö ja vertaistuki. Lisäksi selattiin käsin Hoitotiede- ja Tutkiva hoitotyö -lehtien sisällysluettelot, näistä ei opinnäytetyöhön löytynyt aineistoa. Lisäksi tutkimustietoa haettiin Tampereen yliopiston julkaisuarkistosta hakusanalla vertaistuki.

## **6.2 Aineiston analysointi**

Aineiston analyysi toteutettiin induktiivisella sisällönanalyysilla. Sisällönanalyysilla voidaan analysoida suullista ja kirjoitettua kommunikaatiota, sekä tutkia asioiden ja tapahtumien merkityksiä, seurauksia ja yhteyksiä. Sisällönanalyysin avulla kerätty aineisto tiivistetään siten, että tutkittavia asioita voidaan lyhyesti ja yleistävästi kuvailla. Sisällönanalyysin avulla voidaan myös saada esille tutkittavien asioiden välisiä suhteita. (Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2003, 21.)

Tutkimuksessa käytettiin aineistolähtöistä eli induktiivista sisällönanalyysia. Aineistolähteisissä analyysissa sanoja luokitellaan niiden teoreettisen merkityksen perusteella. Tutkimustulosten analysointi tehtiin redusoinnin, klusteroinnin ja abstrahoinnin mukaan. Analyysiyksikköinä käytettiin kokonaisia lauseita sekä yksittäisiä sanoja. Avoimet kysymykset olivat luonteeltaan keskenään hyvin erilaisia, osa vastasi muutamalla sanalla mutta osa kirjoitti kuvailevammin. Pelkistämisvaiheessa tutkimustuloksista kirjoitettiin muistiin ne ilmaukset, jotka vastasivat tutkimusongelmiin. Ryhmittelyvaiheessa samaa tarkoittavat ilmaisut yhdistettiin kategorioiksi, jotka nimettiin abstrahointivaiheessa sisältöä mahdollisimman hyvin kuvaaviksi. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 167.)

Ensimmäisen tutkimuskysymyksen vastausten analysointi on esitetty alla (ks. taulukko 1).

Taulukko 1. Millaista tukea toivot saavasi vertaistukiryhmältä?

<b>Alakategoria</b>	<b>Yläkategoria</b>	<b>Yhdistävä kategoria</b>
Keinojen löytyminen Tukea ja neuvoja Neuvoja jokapäiväiseen elämään narsistin kanssa Sympatiaa Rohkaisua	Tuen saaminen, keinojen ja neuvojen saaminen Kannustaminen	Keinoja ja neuvoja
Itsetunnon parantuminen Itsearvostuksen saaminen Kehittyminen	Itsetunnon kasvaminen	Voimaantuminen
Voi saada voimia Voimaannuttavaa Omien voimavarojen vahvistuminen Elämänilon saaminen	Voimavarojen ja elämänilon vahvistuminen	
Kehittymistä	Kehittyminen	
Tiedon saaminen Normaalin ja epänormaalin määrittely	Tiedon saaminen	Tietoa

<b>Alakategoria</b>	<b>Yläkategoria</b>	<b>Yhdistävä kategoria</b>
<p>Ei ole itse syyllinen</p> <p>Narsistin vaikutusvallasta irtipääseminen</p> <p>Helpotusta</p>	<p>Syyttömyyden kokeminen</p> <p>Helpotuksen saaminen</p>	<p>Syyttömyys ja irroittautuminen narsistin vaikutusvallasta</p>
<p>Ajatusten vaihtoa</p> <p>Keskustelua</p> <p>Ei ole yksin ajatusten kanssa</p>	<p>Ajatusten vaihto ja keskustelu</p>	<p>Vuorovaikutus</p>
<p>Vuorovaikutusta</p>	<p>Vuorovaikutus</p>	
<p>Kuuntelua</p> <p>Minua ymmärretään ja kuunnellaan</p> <p>Saa kuulla muiden kokemuksia</p>	<p>Kuuntelu</p>	
<p>Puhuminen ja keskustelu</p>	<p>Puhuminen</p>	
<p>Yhteenkuuluvuuden tunne</p> <p>Tunteista puhuminen</p> <p>Erilaisten tunteiden kokeminen</p> <p>Ymmärrystä vaikeaan tilanteeseen</p>	<p>Tunteiden käsittely ja erilaisten tunteiden kokeminen</p>	<p>Tunteiden käsittely</p>

Toisen tutkimuskysymysten vastausten analysointi on esitetty alla (ks. taulukko 2).

Taulukko 2. Mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut sinulle?

Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
Tunnekuorman keventäminen Mielenrauhan saaminen Omien kokemusten ja tunteiden purkaminen Ymmärryksen saaminen Tunteista oppiminen Oman mielipiteen ilmaiseminen Palautteen saaminen	Tunteiden jakaminen ja käsittely Ymmärryksen ja palautteen saaminen	Tunteiden käsittely
Helpotuksen saaminen Ei ole asian kanssa yksin Ei ole itse syyllinen	Helpotuksen kokeminen Oman syyttömyyden vahvistuminen	Helpotus
Ratkaisumallien saaminen narsistin kanssa toimimiseen Saanut vinkkejä Saanut tietoa Arjessa selviytyminen	Tuki Tietoa Keinoja selvittää	Tuen ja keinojen saaminen

<b>Alakategoria</b>	<b>Yläkategoria</b>	<b>Yhdistävä kategoria</b>
Voimaantumisen kokeminen  Itseluottamuksen saaminen  Suunnan löytyminen itselle	Kehittyminen  Omien voimavarojen ja minuuden vahvistuminen	Voimaantuminen
Normaalin ja epänormaalin määrittely  Epätodellisten ja uskomattomien asioiden jakaminen	Narsistin epänormaalin käytöksen sanoittaminen ja kokemusten jakaminen	Epätodellisten asioiden jakaminen
Narsismin ymmärtäminen  Narsismista oppiminen	Tiedon saanti narsismista	Narsismin ymmärtäminen

### **6.3 Tutkimusmenetelmä**

Tutkimusmenetelmänä käytettiin kyselylomaketta, joka sisälsi kaksi avointa kysymystä. Avoimissa kysymyksissä kysyttiin: Millaista tukea toivot saavasi vertaistukiryhmältä? ja Mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut sinulle? Tutkimustulokset analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä.

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

Seuraavassa esitellään tutkimuksen tulokset. Kyselylomakkeita jaettiin 30 ja vastauksia saatiin 8. Tutkimukseen otettiin mukaan myös esitestatut kyselylomakkeet tutkimussuunnitelman mukaisesti.

### 7.1 Vertaistukea saavien odotukset siitä, millaista tukea he toivoivat saavansa vertaistukiryhmältä

Ensimmäisessä avoimessa kysymyksessä kysyttiin, millaista tukea vertaistukiryhmään osallistujat toivovat saavansa vertaistukiryhmältä. Kysymykseen vastasi 8 henkilöä. Kysymykseen saaduista vastauksista muodostettiin sisällön analyysin avulla luokkia. Luokkia olivat vuorovaikutus (75 %), voimaantuminen (50 %), tietoa (37,5 %), keinoja ja neuvoja (37,5 %), tunteiden käsittely (37,5 %) ja syyttömyys ja irroittautuminen narsistin vaikutusvallasta (37,5 %).

Seuraavassa esitetään lainauksia joidenkin tutkittavien vastauksista:

*”Että minua ymmärretään”*

*”Kuulee muiden ajatuksia samasta aiheesta”*

*”Kuuntelua; saa kuulla muiden kokemuksia”*

*”Saa itse puhua”*

*”Samanlaisia kokemuksia”*

*”Helpotusta paineeseen”*

### 7.2 Vertaistukea saaneiden kokemukset siitä, mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut heille

Toisessa avoimessa kysymyksessä kysyttiin, mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut ryhmään osallistujalle. Kysymykseen vastasi 10 henkilöä. Kysymysten

vastauksista muodostettiin sisällön analyysin avulla seuraavanlaisia luokkia: tunteiden käsittely (80 %), helpotus (60 %), tuen ja keinojen saaminen (60 %), voimaantuminen (50 %), epätodellisten asioiden jakaminen (30 %) ja narsismin ymmärtäminen (20 %).

Seuraavassa esitetään lainauksia joidenkin tutkittavien vastauksista:

*”Tunnekuorman keventäminen on ollut merkityksellistä”*

*”Olen oppinut tunteista”*

*”Saan myös ratkaisumalleja tilanteisiin narsistin kanssa”*

*”Löydän omat voimavarani”*

*”Vinkkejä selviytymiseen arkipäivästä”*

*”Mikä on tervettä ja mikä on epänormaalia”*

*”Ei ole minun syytäni”*

## **8 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET**

Seuraavassa tutkimustulosten tarkastelua, tutkimuseettiset kysymykset, tutkimuksen luotettavuus, johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset.

### **8.1 Tutkimustulosten tarkastelua**

Tutkimustulosten perusteella vertaistukiryhmään osallistujat kokivat merkitykselliseksi tunteiden käsittelyn ja jakamisen, samanlaisia tutkimustuloksia on saanut myös Räisänen (2007, 33) tutkiessaan lapsettomien vertaistukea Internet-yhteisössä. Vertaistuen avulla saatiin keinoja, tietoa ja tukea joiden avulla uhrin selviävät eteenpäin. Samankaltaisia tutkimustuloksia on saanut myös Pajunen (2012, 39) tutkiessaan vertaistukea äiti-vauva-ryhmässä. Myös Räisänen (2007, 31) on kuvannut tutkimuksessaan vertaistuen antavan vinkkejä ja keinoja selviytymiseen. Vertaistukiryhmässä vaikeistakin tunteista pystyyiin puhumaan ja niille saatiin vahvistusta. Myös Palomäki (2005, 40) kuvaa tutkimuksessaan kuinka vaikeista asioista puhuminen vertaisten kanssa on merkityksellistä. Useat kokivat saaneensa helpotusta, kun he huomasivat etteivät ole asian kanssa yksin. Vertaistuki oli myös saanut aikaan voimaantumista, myös Pajunen (2012, 43) tutkimus äiti-vauvaryhmän vertaistuesta kuvaa vertaistuen synnyttämää voimaantumista. Mikkonen (2009, 28-30) on myös kuvannut vertaistuen synnyttävän yhteenkuuluvuuden tunnetta, myös kokemusten jakaminen on koettu merkitykselliseksi. Epätodellisten asioiden jakaminen koettiin myös opinnäytetyössäni merkitykselliseksi, narsistin kanssa kun moni epänormaali asia muuttuu normaaliksi.

### **8.2 Tutkimuseettiset kysymykset**

Tutkimuksen kohteena olleen organisaation toiminnanjohtaja antoi tutkimusluvan tammikuussa 2014.

Tutkijan on huolehdittava siitä, että tutkittavien yksityisyyttä suojellaan mahdollisimman hyvin. Tutkittavan on hyvä tietää, että kyselyyn osallistuminen



on vapaaehtoista. Tutkittaville annetaan myös mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218-219.)

### **8.3 Tutkimuksen luotettavuus**

Tutkimuksen vastausprosentti jäi hieman alhaiseksi eli 27 %. Tutkimuksen otoskoko oli pieni, joten tutkimustulokset eivät ole kovin laajasti yleistettävissä. Tutkimus toteutettiin yhden henkilön tekemänä joten se voi heikentää tutkimuksen luotettavuutta, koska tutkija voi tulla sokeaksi omille tutkimustuloksilleen (Kankkunen&Vehviläinen-Julkunen 2013, 197).

Tutkimuksessa on esitetty suoria lainauksia tutkimusaineistosta, tällä on pyritty luotettavuuden lisäämiseen. Näin ollen lukijalla on mahdollisuus pohtia aineiston analysoinnin eri vaiheita. Tutkimuksen tulokset ovat jossain määrin siirrettävissä johonkin toiseen tutkimusympäristöön. Tähän on pyritty aineiston analysoinnin tarkalla kuvauksella. (Kankkunen&Vehviläinen-Julkunen 2013, 198.)

Tutkimuksessa on käytetty pro gradu-tutkimuksia ja tunnettua alan kirjallisuutta, opinnäytetyössä on asianmukset tekstiviittaukset ja lähdeviitteet.

### **8.4 Johtopäätökset**

Tutkimuksen perusteella tehtiin seuraavanlaisia johtopäätöksiä:

1. Suurin osa vastaajista koki tunteiden käsittelyn merkitykselliseksi.
2. Suurin osa vastaajista toivoi vertaistuelta vuorovaikutusta.
3. Vastaajista enemmistö halusi saada keinoja, tietoa ja tukea arjessa selviämisen tueksi. Enemmistö myös sai toivomiaan keinoja vertaistukiryhmästä.
4. Puolet vastaajista toivoi voimaantuvansa vertaistuen avulla, puolet vastaajista myös koki voimaantuneensa vertaistuen avulla
5. Yli puolet vastaajista koki saaneensa helpotusta tilanteeseen vertaistuen avulla.

## **8.5 Jatkotutkimusehdotukset**

Tämän tutkimuksen tulosten perusteella jatkossa voitaisiin tutkia perheenjäsenten tai työkavereiden toisilleen antamaa vertaistukea. Lisäksi voitaisiin tutkia, miten narsistin toiminta vaikeuttaa vertaistuen saamista.

## LÄHTEET

Almqvist, F. 2004. Persoonallisuushäiriöt. Teoksessa Lasten- ja nuorisopsykiatria, 308. Moilanen, I.; Räsänen, E.; Tamminen, T.; Almqvist, F.; Piha, J.; Kumpulainen, K. Helsinki. Duodecim.

de Hare, R. 2004. Ilman omaatuntoa. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.

Gerkman-Kemppainen, K. 2006. Tunnista narsistinen luonnehäiriö. Avokaatti. Viitattu 25.3.2014. [http://narsistienuhrientuki-yhdistysavain-fi-bin.directo.fi/@Bin/00f58e9b5bac90455c793176342525d2/1395737836/application/pdf/123080/advokaatti\\_08\\_2006.pdf](http://narsistienuhrientuki-yhdistysavain-fi-bin.directo.fi/@Bin/00f58e9b5bac90455c793176342525d2/1395737836/application/pdf/123080/advokaatti_08_2006.pdf)

Helasti, P. 2009. Narsisti- suuri ja hauras. Hyvä terveys 22.10.2009. Viitattu 10.12.2013. <http://www.narsistienuhrientuki.info/>

Henno, A. 2009. Kun kupla puhkeaa –narsismin uhrin kertovat. Jyväskylä. Kopijyvä Oy.

Hotchkiss, S. 2005. Miksi aina sinä? Basam books.

Hyväri, S. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Nylund M. & Yeung B. 2005. toim. Tampere. Vastapaino.

Jokinen, B. 2012. Narsisti keskellämme. Juva. Minerva.

Joutsiniemi, M., Kaulio, P., Mäkelä, R., Pekola, J., & Schulman G. 2006. Naimisissa narsistin kanssa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Sanoma Pro Oy. 3.painos.

Keltikangas-Järvinen, L. 1998. Hyvä itsetunto. Juva. WSOY. 7. painos.

Kiiltomäki, A. & Muma P. 2007. Tässä ja nyt. Sairaanhoidaja tekee kriisityötä. Helsinki. Sairaanhoidajaliitto.

Latvala, E. & Vanhanen-Nuutinen, L. 2003. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällönanalyysi, 21-43. Teoksessa Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Janhonen, S. & Nikkonen, M. toim. Juva. WSOY.

Luoto, R. 2009. Kyselytutkimuksen suunnittelu. Duodecim. Tampere. Viitattu 21.3.2014. [http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66050/kyselytutkimuksen\\_suunnittelu\\_2009.pdf?sequence=1](http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66050/kyselytutkimuksen_suunnittelu_2009.pdf?sequence=1)

- Mikkonen, I. 2009. Sairastuneen vertaistuki. Väitöskirja. Viitattu 17.2.2013.  
<http://wanda.uef.fi/uku-vaitokset/vaitokset/2009/isbn978-951-27-1232-8.pdf>
- Mykkänen-Hänninen, R. 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsinki. Yliopistopaino.
- Myllärniemi, J. 2006. Narsismi Vamma ja voimavara. Helsinki. Kirjapaja.
- Mäkelä, R. 2007. Naamiona terve mieli. Kuinka kohtaan luonnehäiriöisen. Hämeenlinna. Kariston Kirjapaino. 9., laajennettu painos.
- Mäkelä, R. 2010. Markku Salon haastattelussa Raimo Mäkelä. NUT jäsenlehti 1 / 2.
- Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. 195-213. Teoksessa Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Nylund, M. & Yeung B. 2005. toim. Tampere. Vastapaino.
- Pajunen, P. 2012. Vertaistuki äiti-vauvaryhmässä. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 14.3.2014.  
<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/83136/gradu05554.pdf?sequence=1>
- Palomäki, T. 2005. "Elämää vuoristoradalla" Mielenterveyspotilaiden iäkkäitä omaisia kuormittavat tekijät ja heidän kokemuksiaan vertaistuesta. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 14.3.2014.  
<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/92984/gradu00792.pdf?sequence=1>
- Räsänen, R. 2007. Lapsettomuuden kokemus ja vertaistuki Internetin keskusteluryhmissä. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 14.3.2014  
<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/78230/gradu01991.pdf?sequence=1>
- Rönneberg, L. 1999. Eriytynyt ja moniulotteinen kolmas sektori. Teoksessa . Haastava kolmas sektori. Pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Hokkanen, L. & Kinnunen, P. & Siisiäinen, M. toim. Jyväskylä. Gummerus.
- Schulman, G. 2011. Narsistisen persoonallisuushäiriön omaavan potilaan hoito. Viitattu 25.3.2014.  
[http://narsistienuhrientuki.yhdistysavain.fi/tietoa/julkaisut/gustav\\_schulman/\\_\\_\\_new\\_page\\_-122766/#token-122024](http://narsistienuhrientuki.yhdistysavain.fi/tietoa/julkaisut/gustav_schulman/___new_page_-122766/#token-122024)
- Sinkkonen, J. & Pihlaja, P. 1999. Ulos umpikujasta. Miten auttaa tunnehäiriöistä lasta? WSOY.
- Thomaes, S. 2007. Narcissism, Shame, and Aggression in Early Adolescence: On Vulnerable Children. Vrije Universiteit Amsterdam. Van de faculteit der Psychologie en Pedagogiek. Academisch proefschrift. Viitattu 25.3.2014.

<http://dare.uvu.vu.nl/bitstream/handle/1871/12885/7832.pdf;jsessionid=5101E3F9EA237D990154C7760669216F?sequence=1>

Vehviläinen-Julkunen, K. & Kankkunen, P. 2010. Tutkimus hoitotieteessä. Sanoma-Pro Oy.

Vesikansa, J. 2012. Rikosten uhrin sovittelussa. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto. Viitattu 24.3.2014.  
[https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37811/Gradu\\_VesikansaJussi.pdf?sequence=2](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37811/Gradu_VesikansaJussi.pdf?sequence=2)

Vilen, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki. WSOY.

Vuorinen, M. 1998. Vertaistuen mahdollisuudet mielenterveystyössä. Teoksessa Hoitotyön vuosikirja 1998. Mielenterveys. Munnukka, T. toim. Helsinki. Kirjayhtymä.

Välipakka, T. & Lehtosaari, A. 2007. Sata tapaa tappaa sielu. Gummerrus kirjapaino Oy.

Hyvä vastaanottaja,

Vaasa 20.1.2014

Opiskelen Vaasan ammattikorkeakoulussa sosiaali- ja terveystieteiden yksikössä sairaanhoitajan ammattikorkeakoulututkintoon johtavassa koulutuksessa. Suunniteltu valmistumisaikani on keväällä 2013. Teen opinnäytetyötä vertaistuen merkityksessä narsistin uhrille. Tutkimukseni tarkoituksena on kuvailla vertaistuen merkitystä narsistisen persoonallisuushäiriöisen uhrin arjessa selviämiseen. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää narsistin uhrin arjessa selviämiseen vaikuttavia tekijöitä.

Kutsun sinut osallistumaan tutkimukseen. Osallistuminen merkitsee oheiseen kyselylomakkeeseen vastaamista. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Kyselyyn vastataan nimettömästi, eikä vastaajien henkilöllisyys tule ilmi missään tutkimuksen vaiheessa. Kyselylomakkeet palautetaan vertaistukiryhmän vetäjälle ja vastausaikaa on 1 kuukausi. Tutkimustulokset raportoidaan luottamuksellisesti, eikä ketään yksittäistä vastaajaa voi tunnistaa raportista. Organisaatiostanne on saatu lupa tutkimuksen tekemiseen.

Toivon, että vastaat kyselyyn rehellisesti ja olet kiinnostunut kertomaan vertaistuen merkityksestä sinulle. Tutkimus raportoidaan kirjallisesti ja se on saatavissa opinnäytetyön valmistumisen jälkeen internetistä Verkkokirjasto Theseuksesta, osoitteesta [www.theseus.fi](http://www.theseus.fi)

Opinnäytetyöni ohjaajana toimii Mirva Sundqvist-Kekäläinen

Ystävällisin terveisin,

Oskar Moberg

Vaasan ammattikorkeakoulu

**VERTAISTUEN MERKITYS NARSISTIN UHRILLE****KYSELYLOMAKE**

Voi vastata sanallisesti kertomalla omista mielipiteistäsi ja kokemuksistasi.

**1. Millaista tukea toivot saavasi vertaistukiryhmältä?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**2. Mitä merkitystä vertaistukiryhmällä on ollut sinulle?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kiitos vastauksistasi ja mielenkiinnostasi!**