

**NUOREN KOKEMUS VIILTELYSTÄ JA SIIHEN
LIITETYT MERKITYKSET**

Murrosvuo Jaana
Simola Sanna
Pro gradu -tutkielma
Jyväskylän yliopisto
Psykologian laitos
Syksy 2003

TIIVISTELMÄ

Nuoren kokemus viiltelystä ja siihen liitetyt merkitykset

Tekijät: Jaana Murrosvojo ja Sanna Simola

Ohjaaja: Jukka Aaltonen

Psykologian pro-gradu –tutkielma

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2003

64 sivua, 3 liitettä

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvata viiltelykokemus ja selvittää viiltelyyn liittyviä merkityksiä. Lisäksi tarkastellaan viiltelyyn liittyviä yhtäläisyyksiä ja eroja tapausten välillä. Kyseessä on laadullinen kahden tapausten tapaustutkimus. Tutkimusaineistona ovat teemahaastattelun avulla kerätyt kertomukset. Tutkimusotteemme on narratiivinen. Tekstimuotoinen aineisto on analysoitu Grounded teoriaa hyödyntäen, Atlas.ti-ohjelman avulla. Viiltely nähdään tutkimuksessamme oireena psyykkisistä ongelmista ja yhtenä tahallisen itsensä vahingoittamisen ilmenemismuotona.

Viiltelykokemus jäsenyi tutkimuksessamme viiltelyä edeltävään tilanteeseen, viiltelyyn sekä sen jälkeiseen tilanteeseen. Kokemus itse viiltelytilanteesta oli haastateltavilla pitkälti yhdenmukainen. Siinä keskeistä oli kivun tuntemiseen ja veren näkemiseen liittyvä psyykkisen pahan olon laantumisen ja rauhoittuminen. Viiltelytilanteessa fyysiseen kipuun keskittyminen vei huomion pois tunnemyrskystä. Veren näkemisen tärkein merkitys puolestaan oli mielen tyhjentäminen ja rauhoittaminen. Viiltelytilanteessa koetun tunnetilan voimakkuus koettiin olevan yhteydessä tehtyjen haavojen syvyyteen. Viiltelyyn ei liitetty itsemurha-aikomusta. Viiltelyyn liittyvät keskeisimmät eroavuudet tapausten välillä liittyvät viiltelyä edeltäviin tekijöihin sekä viiltelyn vaikutukseen. Viiltelyn tuoma helpotus oli toisella haastateltavista nimenomaan veren näkemiseen liittyvä ja hetkellinen, toisella puolestaan pidempään jatkuva. Viiltely-yllyke koettiin pakottavana ja lisäksi viiltelyyn koettiin riippuvuutta.

Avainsanat: viiltely, itsensä vahingoittaminen, itsetuhoisuus, kokemus, merkitys

ABSTRACT

Adolescent experience of cutting and meanings attached to it

The aim of this study is to describe the experience of cutting and the meanings attached to it. In addition, the similarities and differences between the two cases were explored. This study is a qualitative case study of two cases. The data consists of narratives collected by theme interviews. A narrative approach was utilized in this study. Data, in the form of text, was analyzed using Grounded theory with the help of Atlas.ti – program. Cutting was viewed in this study as a symptom of psychological problems and as a form of self-injurious behaviour.

The experience of cutting was organized in our study as the situation before cutting, the cutting act itself and the situation after cutting. With respect to the actual cutting act itself, the interviewed persons' experiences were very similar. Central to the concept of cutting was the alleviation of adverse psychological emotions and the relief related to experience of pain and sight of blood. The concentration on the physical pain redirected the attention from the flow of emotions. The most important meaning of sight of blood was to empty the mind and to calm. There were no suicidal intentions involved during the cutting acts. The most relevant differences between the cases were related to the conditions existing before and after act of cutting. With one of the interviewees the relief experienced as a result of cutting was related especially to the sight of blood and temporary. In the case of the other interviewee the relief experienced was longer lasting. The need to cut was experienced as forcing and in addition, the cutting was viewed by both interviewees as being addictive.

Key words: cutting, self-injurious behaviour, self-destructiveness, experience, meaning

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO.....	1
1.1. Tutkimuksen tavoite.....	1
1.2. Miten aihetta on tutkittu Suomessa aiemmin.....	1
1.3. Itsensä vahingoittamisen määrittelystä ja yleisyydestä.....	2
1.4. Itsensä vahingoittamisen ja viiltelyn luonteesta.....	4
1.5. Viiltelyn komorbiditeetista.....	5
1.6. Biologinen ja kulttuuriantropologinen näkökulma.....	7
1.7. Tutkimuksen tarkoitus.....	8
2. MENETELMÄ.....	9
2.1. Tutkimuksen kulku.....	9
2.1.1. Empiirinen aineisto.....	9
2.1.2. Haastattelun toteutus.....	11
2.2. Tutkimuksen suorittamisen teoreettinen perusta.....	12
2.3. Analyysi	15
2.3.1. Teemoittelu.....	15
2.3.2. Kategorioiden muodostaminen	16
2.3.3. Kategorioiden välisten suhteiden muodostaminen	16
2.3.4. Viiltelyn mallintaminen	17
3. TULOKSET.....	18
3.1. Tulosten esittäminen	18
3.2. Pian viiltely	19
3.2.1. Epäkoherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle altistavista tilanteista	19
3.2.2. Epäkoherentti refleksiivinen kertomus viiltelytilanteesta	21
3.2.3. Ei-refleksiivinen kuvaus viiltelyn jälkeisestä tilanteesta	23
3.2.4. Avoimesti jaetut omaa viiltelyä koskevat ajatukset	24
3.3. Tilanteisiin kytkeytynyt kertomus masennusoireilusta	26
3.4. Ahdistuksen säätelyä palvelevat keinot ja voimavarat	28

3.5.	Millan viiltely	29
3.5.1.	Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle altistavista tilanteista	29
3.5.2.	Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelytilanteesta	31
3.5.3.	Ei-refleksiivinen kertomus viiltelyn jälkeisestä tilanteesta	33
3.5.4.	Avoimesti jaetut ajatukset omasta viiltelystä	34
3.5.5.	Muusta problematiikasta viiltelyn ymmärtämiseksi	37
3.6.	Mielialaoireita yleisellä tasolla kuvaava jäsentynyt kertomus	38
3.7.	Elämää normalisoivat keinot ja voimavarat	39
3.8.	Viiltely ja sosiaalinen tarinavaranto	41
3.9.	Viiltelykokemusten yhtenevyyksiä ja eroavuuksia	44
4.	POHDINTA.....	48
4.1.	Tutkimuksen tulosten pohdintaa	48
4.2.	Pohdintaa itsensä vahingoittamisen ja itsetuhoisuuden suhteesta	54
4.3.	Pohdintaa tutkimuksen menetelmistä, pätevydestä ja luotettavuudesta	54
4.4.	Pohdintaa tutkimusaiheesta ja jatkotutkimuksesta	58
	LÄHTEET.....	61
	LIITTEET	

1. JOHDANTO

1.1. Tutkimuksen tavoite

Tutkimme viiltelyä kahden tapauksen tapaustutkimuksen keinoin. Tutkimuksen kohteena ovat kahden nuoren haastattelutilanteessa syntyneet kertomukset. Viiltelyn ymmärrämme oireeksi psyykkisistä ongelmista. Se käsitetään tässä yhdeksi tahallisen itsensä vahingoittamisen ilmenemismuodoksi. Tavoitteenamme on kuvata viiltelykokemus ja tarkastella haastateltavan siihen liittämiä merkityksiä. Lisäksi selvitämme onko viiltelyssä havaittavissa yhtäläisiä piirteitä tapausten välillä ja mikäli mahdollista, pyrimme lisäämään yhtäläisyyksien avulla ymmärrystä viiltelystä yleisemmällä tasolla.

Mielenkiintomme viiltelyä kohtaan heräsi kohdattuamme työharjoittelussa ja työssä nuoria, jotka olivat viillelleet. Viiltely näyttää olevan nuorten keskuudessa melko yleinen ilmiö. Siitä on saatavilla varsin vähän etenkin laadullista tutkimustietoa. Näin ollen viiltelykokemuksen tarkastelu vaikutti mielekkäältä pro gradu -tutkimuksen aiheelta. Mainittakoon tässä, että tutkimuksen kuluessa aiheen tultua puheeksi eri tilanteissa, ihmiset hyvin usein kertoivat kuulleensa ilmiöstä tai jostakusta, joka on viillellyt.

1.2. Miten aihetta on tutkittu Suomessa aiemmin

Viiltelyä koskevia suomalaisia tutkimustuloksia löytyy kolmesta artikkelista. Turussa on tehty tutkimus itseä vahingoittavan käyttäytymisen leviämisestä nuorisopsykiatrisella osastolla (Taiminen, Kallio-Soukainen, Nokso-Koivisto, Kaljonen & Helenius, 1998). Käyttäytymisen katsottiin leviävän, kun kaksi tai useampia nuoria vahingoitti itseään samana tai peräkkäisinä päivinä. Tutkimuksessa tekoja ei eritellä itsemurha-aikomuksen mukaan, vaan niihin on sisällytetty myös itsetuhoyritykset. Eniten osastolla levisivät viiltely ja veren vuodattaminen. Viiltelyn sai toisinaan aikaan myös toisen nuoren yliannoksen ottaminen tai itsensä nälkiinnyttäminen. Itsensä vahingoittaminen tulkittiin ryhmäkoheesiota lisääväksi initaatoritiksi. Virkkunen (1976) puolestaan on havainnut viiltelyn taipumuksen kadota iän mukana tutkiessaan viiltelyä mielentilatutkimuksessa

olevilla syytetyillä. Tutkimushenkilöistä kukaan ei ollut viillellyt 25 ikävuoden jälkeen. Lisäksi Tuovinen (1973) on maininnut viiltelyn vahvistavan minäkokemusta vangeilla.

1.3. Itsensä vahingoittamisen määrittelystä ja yleisyydestä

On olemassa eri kantoja siitä, voiko itsetuhoisesta käyttäytymisestä erottaa itsensä vahingoittamisen ja itsemurhayritykset teon tarkoituksen perusteella, ja onko näin syytä tehdä. Linehanin mukaan kaikki itseä vahingoittava käyttäytyminen tulisi arvioida kuolleisuusriskin jatkumolla huolimatta siitä onko mukana aikomusta kuolla (ks. Stanley, Gameroff, Michaelsen & Mann, 2001). Vaikka moni ilmiöpatologia kuten anoreksia tai ranteiden viiltely sisältävät vaaran kuolla, on Lauferin ja Lauferin (1984) mukaan teko, jonka tarkoituksena on oma kuolema, nähtävä eri tavalla kuin muut itselle vahingolliset teot. Tämä johtuu siitä, että näillä teoilla on nuorelle eri merkitys. Van der Kolkin (1991) ja muiden tutkimuksessa viiltelyn nähtiin eroavan muusta itsensä vahingoittamisesta ja itsemurhayrityksistä. Sen katsottiin liittyvän ensisijaisesti sisäisen affektiivisen tilan säätelyyn. Favazzan (1998) mukaan itsemurhaa yrittävä ihminen haluaa kaikkien tunteiden loppuvan kun taas ihminen, joka vahingoittaa itseään, pyrkii voimaan paremmin. Kuitenkin toistuvasti itseään vahingoittavat ovat suuremmassa itsemurhariskissä (Favazza & Conterio, 1989). Itsensä vahingoittaminen saattaa yltyä tiheydeltään ja voimakkuudeltaan ajan kuluessa ja kokemus rumuudesta ja kyvyttömyydestä kontrolloida omaa käytöstä voi johtaa lannistumiseen. Pyrimme kiinnittämään tutkimuksessamme huomiota viiltelyn ja itsetuhoisuuden suhteeseen, joka ei ole yksiselitteinen.

Itsensä vahingoittamisesta ei ole olemassa vielä vakiintunutta käsitettä ja määritelmää. Favazza käyttää tahallista itsensä vahingoittamisesta käsitettä self-mutilation, jonka olemme kääntäneet itsensä silpomiseksi. Favazzan määritelmää on käytetty usein itsensä vahingoittamista tutkittaessa. Sen mukaan itsensä silpominen on vapaaehtoista oman kehon kudoksen suoraa tuhoamista tai muuttamista ilman tietoista suisidaalista aikomusta (Favazza, 1998). Epäsuorat teot, kuten itsensä nälkiinnyttäminen tai runsas alkoholin käyttö eivät sisälly tähän määritelmään. Myös yliannoksen ottaminen ja esineiden nieleminen on suljettu sen ulkopuolelle. Ollessaan äärimmäisiä hiusten nyppiminen ja kynsien pureskelu ovat itsensä silpomista (Favazza, 1996).

Itsensä silpominen on ymmärrettävissä sairaalloiseksi itsehoidoksi, joka tarjoaa nopean väliaikaisen helpotuksen moniin kielteisiin tuntemuksiin (Favazza, 1998; Favazza & Conterio, 1989). Herpertz (1995) käyttää termiä self-injurious behavior, jonka olemme kääntäneet itsensä vahingoittamiseksi. Sillä tarkoitetaan keskivaikeaa ihon viiltelyä, polttamista ja arpeuttamista. Herpertzin mukaan itsensä silpominen (self mutilation) on laajempi käsite kuin itsensä vahingoittaminen (self injurious behaviour) ja kattaa myös vaikean itsensä vahingoittamisen muodot. Herpertz määrittelee käsitteen self-injurious behavior toistuvaksi, vapaaehtoiseksi, suoraksi itsensä vahingoittamiseksi ilman tietoista suisidaalista aikomusta, mikä ei johda selvästi hengenvaarallisiin vammoihin. Päädyimme käyttämään tutkimuksessamme käsitettä itsensä vahingoittaminen, koska se on työssämme kuvaavampi kuin laaja-alaisempi itsensä silpominen.

Itseä vahingoittavaa käyttäytymistä on pyritty luokittelemaan eri tavoin, mutta vakiintunutta käytäntöä luokittelusta ei vielä ole. Itseä vahingoittavaa käyttäytymistä on luokiteltu tekojen toistuvuuden, vakavuuden ja käyttäytymismallin perusteella. (Menninger, 1938; Pao, 1969; Pattison & Kahan, 1983; Favazza, 1987, 1989, 1998) Tutkimamme viiltely voidaan nähdä keskivaikeana tai pinnallisena itsensä vahingoittamisena (Favazza, 1987, 1998).

Itsensä vahingoittamisen esiintyvyyttä on vaikea arvioida tarkasti, sillä suurin osa itsensä vahingoittamisesta tapahtuu yksityisesti ja vammat hoidetaan itse (Suyemoto, 1998). Yleisyyden arviointia vaikeuttaa myös käsitteiden epäselvyys tutkimuksissa. Itsensä vahingoittaminen näyttää olevan huomattavasti yleisempää nuoruusikäisten keskuudessa (Favazza, 1998; Pattison & Kahan, 1983; Ross & Heath, 2001). Sen esiintyvyydeksi amerikkalaisessa väestössä on arvioitu 14/100 000 aikuisilla ja 600/100000 nuorilla (Walsh & Rosen, 1985). Amerikkalaisille koululaisille tehdyssä tutkimuksessa 13,9 % kertoi vahingoittaneensa itseään (Ross & Heath, 2001). Itsensä vahingoittamisen on todettu olevan yleisempää myös psykiatristen potilaiden keskuudessa (Ross & Heath, 2001; Michelman, Eicher & Michelman, 1991).

Useassa yhteydessä viiltelyn on todettu olevan yleisin itsensä vahingoittamisen muoto (Favazza & Conterio, 1989; Herpertz, 1995; Ross & Heath, 2001). Kanadalaiset koulupsykologit arvioivat jokaisessa koulussa olevan 2-3 viiltelevää oppilasta (Levenkron, 1995). Viiltelyä on havaittu huomattavasti enemmän naisilla kuin miehillä (Herpertz, 1995; Ross & Heath, 2001). On myös tutkimuksia, joissa ei havaittu eroa sukupuolten välillä (Gratz, Conrad & Roemer, 2002).

Itsensä vahingoittaminen alkaa tavallisesti nuoruusiässä (Favazza & Conterio, 1989) tai myöhäisessä nuoruusiässä (Pattison & Kahan, 1983; Herpertz, 1991). Nuoruusiän vaikutusta itsensä vahingoittamiseen on tutkittu yllättävän vähän ottaen huomioon, että viiltelyä on havaittu esiintyvän eniten juuri nuorilla. Nuoruusikä voimistuttaa tunteita ja nostattaa esille aggressiivisia ja muita kiihdyttäviä tuntemuksia, joilla voi olla oma osuutensa viiltelyssä. Joskus itsensä vahingoittaminen on nähty myös itsenäisyyden- ja identiteettitunteen vahvistajana (Brittlebank, Cole, Hassayneh, Kenny, Simpson & Scott, 1990; Herpertz, 1995).

1.4. Itsensä vahingoittamisen ja viiltelyn luonteesta

Itsensä vahingoittamisen on yhtäältä nähty johtuvan impulssikontrollin ongelmista (Favazza, 1987). Jotkut puolestaan katsovat sen liittyvän tunteiden säätelyn vaikeuksiin (Herpertz, 1995; van der Kolk, Perry & Herman, 1991). Viiltely itsensä vahingoittamisen muotona on joskus myös nähty oireena post-traumaattisesta stressihäiriöstä (Strong, 1998).

Itsensä vahingoittamista käytetään usein keinona voimakkaan jännittyneisyys- ja ahdistustilan helpottamiseksi (Herpertz, 1995; Solomon & Farrand, 1996; Favazza, 1998). Ennen itsensä vahingoittamista ihminen kokee usein sietämättömältä tuntuvan tunteen, johon hän ei voi vaikuttaa tai jonka kanssa hän ei tule toimeen. Viiltelyn on katsottu tuovan helpotusta muun muassa masentuneeseen mielialaan ja ahdistukseen (Favazza & Conterio, 1989; Levenkron, 1995). Solomonin ja Farrandin mukaan viiltelyyn johtavan emotionaalisen kärsimyksen syyt voivat olla paitsi epäselviä, myös liian tuskallisia ja vaikeita kohdata. Herpertzin (1995) tutkimuksessa itsensä vahingoittamisen yleisimmäksi syyksi mainittiin helpotuksen saavuttaminen sietämättömästä tunteesta. Muita syitä olivat muun muassa vihan ilmaiseminen itseä tai muita kohtaan, sekä realiteetti- tai identiteettitunteen vahvistaminen. Itseä vahingoittavaan käyttäytymiseen altistavia ulkoisia tekijöitä ovat muun muassa torjuminen, separaatio ja epäonnistuminen (Herpertz; Rosen, Walsh & Rode, 1990; Favazza, 1998; Suyemoto, 1998). Brittlebankin ja muiden (1990) seurantatutkimuksessa on havaittu, että itseen kohdistuva vihamielisyys ja toivottomuus ovat yhteydessä toistuvaan itsensä vahingoittamiseen.

Viiltelyksi kehittyvään tilanteeseen katsotaan liittyvän usein hyvin voimakasta ahdistuneisuutta, kiihtyneisyyttä sekä vihaa ja raivoa (Levenkron, 1995; Herpertz, 1995; Solomon & Farrand, 1996; Favazza, 1998; Graff & Mallin, 1966; Suyemoto, 1998). Levenkronin mukaan tyypillistä kyseisessä tilanteessa on hajoamisen tunne, johon liittyy kyvyttömyys ajatella. Viiltelyn yhteydessä on joskus raportoitu fyysistä kivun tunnon alenemista (Taiminen ym., 1998; van der Kolk ym., 1991; Herpertz, 1995). Joillakin henkilöillä viiltelyyn liittyy dissosiatiivisuuden kokemus (Favazza, 1998; Gratz ym., 2002; van der Kolk ym., 1991; Levenkron, 1995).

Viiltelyä seuraa tavallisesti psyykkisen helpottuneisuuden tunne. Useimmat selittävät tekojensa palkitsevuutta sen suuntaisesti, että kipu ja aikaan saatu veren vuotaminen vaikuttavat kuin lääke (Levenkron, 1995). Itsensä vahingoittamisen katsotaan muuntavan emotionaalisen kivun kestettävämmäksi fyysiseksi kivuksi. (Solomon & Farrand, 1996; Levenkron, 1995; Farber, 2000). Strongin (1998) mukaan viiltelyn jälkeen olo tuntuu rauhalliselta, jäsentyneeltä ja todelliselta, ja usein vaivutaan rauhaisaan uneen. Viiltelyyn ja veren vuodatukseen saattaa liittyä merkityksiä, joita muuhun itsensä vahingoittamiseen ei liity (Solomon & Farrand, 1996).

Viiltelyn ajatellaan usein arkielämässä olevan huomionhakuisuutta eli sillä nähdään olevan kommunikatiivinen merkitys. Tällöin käsitys huomionhakuisuudesta sisältää oletuksen, että itseään vahingoittavat henkilöt pystyvät kontrolloimaan tekojaan sekä päättämään siitä mitä ovat tekemässä (Solomon & Farrand, 1996). Kontrollissa pysyminen itsensä vahingoittamistilanteessa on erotettava siitä, pystyykö kontrolloimaan itsensä vahingoittamisen aloittamista vai ei. On näyttöä siitä, että viiltelyllä, joka on oire psyykkisistä vaikeuksista, ei ole selkeää kommunikatiivista tarkoitusta (Levenkron, 1995; Solomon & Farrand, 1996). Levenkronin mukaan sillä korkeintaan tehdään itseä kohtaan koettu viha todellisemmaksi itselle. Solomonin ja Farrandin mukaan viiltely voidaan nähdä myös kivun ja tuskan viestimisenä, mutta poissaolevalle tai välinpitämättömälle yleisölle.

1.5. Viiltelyn komorbiditeetista

Itsensä vahingoittamiseen on useissa yhteyksissä havaittu liittyvän dissosiatiivisuutta (Gratz ym., 2002; van der Kolk ym., 1991). Dissosiatiivisuuden on todettu olevan

yhteydessä erityisesti viiltelyyn (van der Kolk ym., 1991). Dissosiatiiiviset kokemukset korreloivat vahvasti lapsuudessa koettuun traumaan ja laiminlyöntiin. Van der Kolkin ja muiden tutkimuksessa 4/5 henkilöistä, jotka olivat viillelleet, oli menneisyydessään merkittävä traumaattinen lapsuudenkokemus ja yhdeksällä kymmenestä katsottiin olevan vakavia häiriöitä kiintymyssuhteissa vanhempiin. Myös Gratz, Conrad ja Roemer (2002) ovat havainneet turvattoman kiintymyssuhteen sekä separaation olevan merkittäviä itsensä vahingoittamista ennustavia tekijöitä. Viiltelevän tai muuten itseään vahingoittavan henkilön menneisyydessä on huomattavan usein kokemuksia lapsuuden aikaisesta fyysisestä pahoinpitelystä tai seksuaalisesta hyväksikäytöstä (Favazza & Conterio, 1989; Tantam & Whittaker, 1992; van der Kolk ym., 1991).

län, jossa lapsuudentrauma koetaan, ja trauman luonteen on havaittu olevan yhteydessä sekä itsetuhoisen käyttäytymisen vakavuuteen että luonteeseen (Van der Kolk ym., 1991). Tutkimuksessa ilmeni myös, että mitä varhaisemmin trauma oli koettu, sitä todennäköisemmin tutkittavalla ilmeni nimenomaan viiltelyä.

Levenkron (1995) erottelee dissosiatiiivisen ja ei-dissosiatiiivisen viiltelyn toisistaan. Hänen mukaansa dissosiatiiivista viiltelyä esiintyy tavallisesti vaikeiden mielenterveyshäiriöiden yhteydessä. Dissosiatiiivisuuden yhteyttä itsensä vahingoittamiseen on selitetty kiintymyssuhdeteorian avulla. Itseään vahingoittavilla henkilöillä käsitys kivusta, kiintymyksestä ja turvasta on voinut sekoittaa menneisyydessä, jolloin huolenpitoon ja hyväksikäyttöön liittyvät tunteet ovat samaa eriytymätöntä tunnerykelmää. (Levenkron, 1995; Strong, 1998). Fyysisen ja seksuaalisen hyväksikäytön kokemukset voivat johtaa dissosiatiiiviseen tilaan vaipumiseen, koska sen avulla päästään pakoon uhkaavia muistoja. Viiltelyn kautta trauma voidaan luoda uudelleen ja kokea siihen liittyviä tunteita. Tilannetta voidaan kontrolloida ja olla sekä hyväksikäyttäjän, uhrin että huoltapitävän vanhemman roolissa. Olon voi tuntea turvallisiksi tietäessään, että kukaan ei voi satuttaa enempää kuin itse.

Ei-dissosiatiiivisen viiltelyn taustalla ovat vihan tunteet sekä kyvyttömyys ilmaista näitä tunteita läheisiä ihmisiä kohtaan kasvuvuosina (Levenkron, 1995). Tätä on selitetty siten että mikäli vanhemmat tarvitsevat tukea lapselta tai tarjoavat lapselle liian vähän lämpöä ja huomiota, lapsi ei voi turvallisesti ilmaista luonnollisia negatiivisia tunteitaan. Myöhemmin lapsi uskaltaa tuntea vihaa ainoastaan itseään kohtaan. Tällaisesta nuoresta saattaa tulla itsensä vahingoittaja, joka kärsii sietämättömästä raivosta, ja hänelle ainoa mahdollisuus on kohteettoman raivon kohdistaminen itseän.

Tällöin viiltelyn tavoitteena ei ole tyhjiys vaan kipu, eikä itsensä vahingoittamiseen liity dissosiativisuutta.

Itsensä vahingoittamisen on huomattu korvaavan bulimisen käyttäytymisen, ja päinvastoin (Farber, 2000). Ne ovat mahdollisesti saman patologisen prosessin ilmenemismuotoja. Farberin bulimiaa sairastaneita koskevassa tutkimuksessa havaittiin, että mitä kauemmin ahmimista ja oksentelua oli kestänyt, sitä todennäköisemmin alkoi itsensä vahingoittaminen. Farberin mukaan ahmimisella ja oksentamisella on mielialaa säätelevä merkitys. Syömishäiriöillä ja itsensä vahingoittamisella on todettu olevan selkeä yhteys (Favazza & Conterio, 1989; van der Kolk ym., 1991).

Itseään vahingoittavilla henkilöillä on todettu usein masentuneisuutta (Pattison & Kahan, 1983; Ross & Heath, 2001; Graff & Mallin, 1967; Taiminen ym., 1998; McLaughlin ym., 1996; Herpertz, 1995). Pipher (1994) on nähnyt viiltelyn oireena nuorten masennuksesta. Lisäksi voimakkaat yksinäisyyden ja surullisuuden tuntemukset on liitetty itsensä vahingoittamiseen (Ross & Heath, 2001).

Psykoottisuuden on todettu olevan vahvasti yhteydessä itsensä vahingoittamiseen (Pattison & Kahan, 1983; Herpertz, 1995; Winchel & Stanley, 1991; Graff & Mallin, 1966). Akuuttien psykoosien aikana tapahtuva itsensä vahingoittaminen on yleensä yksittäinen, vakava ja verinen teko, kuten silmän poistaminen tai sukupuolielinten silpominen (Favazza, 1998). Tällaisen teon taustalla on potilaalle usein uskonnollinen tai seksuaalinen merkitys, kuten tuomitsevan silmän irtirepiminen tai rangaistus synneistä. Myös rajatila-patologia on usein yhdistetty viiltelyyn sekä muuhun itsetuhoiseen käyttäytymiseen (van der Kolk ym., 1991; Herpertz, 1995; Walsh & Rosen, 1988; Graff & Mallin, 1966). Herpertzin (1995) tutkimuksessa itseään vahingoittavilla rajatilahäiriöisillä potilailla oli enemmän sekä syömishäiriöitä että psykoaktiivisten aineiden väärinkäyttöä kuin potilailla, joilla rajatilahäiriö-diagnoosia ei ollut. Kaiken kaikkiaan itseä vahingoittavilla henkilöillä tavataan usein sekä psykoaktiivisten aineiden että alkoholin väärinkäyttöä (Herpertz, 1995; Tantam & Whittaker, 1992; Favazza & Conterio, 1989).

1.6. Biologinen ja kulttuuriantropologinen näkökulma

On mahdollista, että toistuva itsensä vahingoittaminen on yhteydessä neurobiologisiin tekijöihin. Aiheesta on tehty yksittäisiä tutkimuksia ja tuloksia voidaan pitää alustavina.

Yhteys serotonergisen järjestelmän vajaatoiminnan ja itseä vahingoittavan käyttäytymisen välillä näyttää todennäköiseltä (Wincel & Stanley, 1991; Herpertz, Sass & Favazza, 1997). On kuitenkin vielä epäselvää millä tavoin nämä kaksi tekijää ovat yhteydessä toisiinsa. Voi olla kyse korrelatiivisesta yhteydestä tai impulsiivisuuden, aggressiivisuuden, obsessiivisuuden, masennuksen tai jonkun muun tekijän välittävästä vaikutuksesta. Alustava näyttö sekä sisäänpäin suuntautuneen vihan että depressiivisen tilan yhteydestä serotonergisen järjestelmän vajaatoimintaan viittaa viiltelyn neurobiologisiin tekijöihin (Herpertz ym., 1997). Myös muita neurobiologisten tekijöiden yhteyksiä itsensä vahingoittamiseen on etsitty (Wincel & Stanley, 1991). Edellä kuvatut yhteydet herättävät kuitenkin vielä enemmän kysymyksiä kuin vastauksia.

Itsensä vahingoittamista on esiintynyt kautta aikojen eri muodoissa ja eri kulttuureissa (Favazza, 1987). Tapamme havaita ja käsitteellistää itseä vahingoittavaa käyttäytymistä pohjautuu sen kulttuurin historiaan jossa elämme. Tietoisuuden itsensä vahingoittamisen kulttuurisista yhteyksistä tulisi kasvaa ymmärtääksemme ilmiötä paremmin (Johnstone, 1997). Kulttuurillisesti hyväksytyt itsensä vahingoittamisen muodot liittyvät tavallisesti sairauksien estämiseen ja parantamiseen sekä uskontoon (Favazza, 1987). Länsimaiseen kulttuuriperinteeseen kuuluu tärkeänä osana kristillisyyttä ja mielikuvat Jeesuksen kärsimyksistä. Niin Jeesuksen kuin marttyyrienkin kohtaloita on tuotu esille laaja-alaisesti, ja usein haavat, kipu ja veren valuminen on kuvattu peittelemättä. Tätä kautta fyysisen kivun kestämiseen ja kärsimykseen liitetään länsimaisessa kulttuurissa usein kunnioitusta ja arvostusta. Erityisesti Euroopassa ihmisen verelle on annettu paranemiseen ja terveyden säilyttämiseen liittyviä merkityksiä. Suomessa kuppamisella uskottiin kansan keskuudessa olevan terveydelle edistäviä vaikutuksia ”pahan veren” poistamisen kautta.

1.7. Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvata haastateltavien viiltelykokemusta ja selvittää viiltelyyn liittyviä merkityksiä. Lisäksi tarkastellaan viiltelyyn liittyviä yhtäläisyyksiä ja eroja tapausten välillä.

2. MENETELMÄ

2.1. Tutkimuksen kulku

Halusimme tutkia viiltelyä oireena ja keskittyä viiltelevän nuoren kokemukseen. Laadullinen tapaustutkimus näytti tarkoituksenmukaiselta tavalta lähestyä aihetta. Projekti lähti liikkeelle syksyllä 2002 Jukka Aaltosen lupauduttua ohjaajaksemme. Aloitimme käymällä ilmiötä käsitteleviä artikkeleita läpi muistiinpanoja tehden. Tämän jälkeen tutustuimme laadullisen tutkimuksen metodologiaan. Tutkimuksen teoreettinen perusta sekä teemahaastattelu, jota päädyimme käyttämään aineistonkeruumenetelmänä, ovat kuvattuina omissa luvuissaan.

Alkuperäisen tutkimussuunnitelmamme mukaan tarkoitus oli haastatella kahta nuorta: Yhtä, jolla olisi psykiatrinen hoitokontakti viiltelynsä vuoksi ja toista jolla vastaavaa hoitokontaktia ei olisi ollut. Oletuksemme oli, että tällä tavoin olisimme saaneet kokonaisvaltaisemman kuvan viiltelystä ilmiönä. Yhteistyötahoja oli kuitenkin vaikea saada, koska asia koettiin niin arkaluontoiseksi. Emme esimerkiksi saaneet lupaa kiinnittää ilmoitusta tutkimuksesta Jyväskylän kaupungin nuorisotalojen ilmoitustauluille. Näin ollen päädyimme sisällyttämään tutkimukseemme ainoastaan psykiatrisessa hoitokontaktissa olevien nuorten haastatteluja.

Tutkimusprosessin kuluessa teoreettisia ja metodologisia tosiasioita ja pohdintoja kirjattiin metodologia- ja kirjallisuuskatsaukseen. Lopulliset painotukset ja jäsenyykset muotoutuivat vasta tutkimusraporttia kirjoittaessamme, mikä tehtiin rinnakkain aineiston analysoinnin kanssa. Ennen tutkimusraportin tarkastukseen jättämistä kävimme tulokset läpi haastateltavien kanssa ja hyödynsimme heidän kommenttejaan raportin viimeistelyssä.

2.1.1. Empiirinen aineisto

Tutkimusaineisto sisältää kahden nuorisopsykiatrisessa yksikössä aineistonkeruun aikana polikliinisessa hoidossa olevan tytön haastattelut. Molempia nuoria on haastateltu kolme kertaa. Saimme informanttien yhteystiedot heitä hoitavien

työntekijöiden kautta. Tutkimusluvan myönsi yksikön ylilääkäri. Haastatelluilta nuorilta ja heidän huoltajiltaan pyydettiin kirjalliset tutkimusluvut. Yhteistyöpyynnössämme kerroimme tavoittelevamme nuoria, jotka ovat motivoituneita kertomaan itsestään sekä viiltelystä yhtenä asiana elämässään muiden joukossa. Lisäksi toivoimme, että viiltely olisi edelleen osa nuoren problematiikkaa. Yhteistyökumppanina toimineelle työryhmälle, joka vaikutti haastateltavien valikoitumiseen, oli kerrottu tutkimuksen tarkoituksesta ja teemahaastattelun sisällöstä. Näin ollen on mahdollista, että tutkimukseen on valikoitunut nuoria, joilla on tavanomaista paremmat valmiudet kertoa itsestään ja viiltelyoireestaan.

Tapaustutkimuksen tekemisen keskeisenä lähtökohtana on tapaus tai tapaukset, joista on saatavissa mahdollisimman paljon tietoa (Stake, 2000). Ilmiöön yleistäminen ei ole tapaustutkimuksen ensisijainen tarkoitus. Tutkimuksemme informanttien problematiikan luonne näyttäytyy tutkimuskirjallisuuden valossa varsin tavanomaisena. Molemmat nuoret, joiden haastatteluista aineisto koostuu saavat sekä lääkettä keskusteluhoitoa masennuksensa takia. Viiltelyn on nähty hyvin usein olevan yhteydessä mielialahäiriöihin (Favazza & Conterio 1988; Taiminen ym., 1998). Haastateltavista toinen, jota kutsumme Millaksi, on kärsinyt syömishäiriöstä. Myös syömiseen liittyvän problematiikan ja viiltelyn on nähty olevan usein päällekkäistä (Farber, 2000; Favazza & Conterio, 1989). Viiltelyn katsotaan alkavan tyypillisesti nuoruusiässä, kuten haastatelluilla nuorilla (Favazza & Conterio, 1988). Katsomme voivamme tehdä haastattelujen pohjalta viiltelyä oireena koskevia oletuksia, kuitenkin pyrkimyksenämme ei ole yleistää tutkimuksen tuloksia käsiteltyjen tapausten ulkopuolelle.

Emme sisällyttäneet potilasasiakirjoja tutkimuksemme aineistoon. Ajattelimme, että mikäli tietäisimme nuorten hoidosta ja viiltelystä muutakin kuin sen mitä heiltä itseltään kuulemme, heidän kertomansa kautta välittyvät merkitykset ja kokemukset sekoittuisivat mielessämme muuhun tietoon. Analyysivaiheessa haastattelukertaan ei ole kiinnitetty huomioita, vaan saman henkilön kaikki haastattelut on käsitelty yhtenä hermeneuttisena yksikkönä.

2.1.2. Haastattelun toteutus

Haastattelurungon rakentamisen jälkeen otimme tuntumaa aineiston keruuseen haastattelemalla kertaalleen hyvin nuorisokulttuurin tuntevaa aikuista, joka eläytyi viiltelevän nuoren rooliin. Tämän jälkeen teimme pilottitutkimuksen, jota varten haastattelimme nuorta, joka oli ennen viillellyt. Haastattelut nauhoitettiin äänikasetille ja litteroitiin. Tutkimuksen alussa haastattelukertojen lukumäärä ei ollut määrätty, vaan tarkoituksena oli päättää haastattelut, kun uutta olennaista informaatiota ei enää saada. Pilottitutkimuksessa olennainen tieto saatiin kolmella haastattelukerralla. Jokaisen haastattelukerran jälkeen keskustelimme esihaastateltavan kanssa siitä, miten hän oli kokenut tilanteen ja kysymykset. Lisäksi kirjallisessa muodossa olevat haastattelut käytiin läpi tutkijaparin kanssa aina ennen seuraavaa haastattelukertaa. Esihaastattelujen tärkein huomio oli, että haastateltavalle on korostettava tutkimushaastattelun ja hoidon eroa. Lisäksi varmistuimme siitä, että viiltelytilanteisiin on syytä syventyä vasta toisella haastattelukerralla.

Pilottitutkimuksen haastattelujen sisällyttämisen varsinaiseen tutkimusaineistoon olisi tehnyt haastavaksi tapauksen tuttuus toiselle tutkijalle, mikä olisi vaikeuttanut analysointia. Lisäksi esihaastateltava eroaa tutkimukseen sisällytetyistä nuorista siinä suhteessa, että kyseessä ei ole primääriperheessään asuva nuori. Myös haastattelutekniikka on ollut hioutuneempi varsinaisten tutkimushaastattelujen kohdalla, koska sitä hiottiin yhdessä esihaastateltavan kanssa. Näin ollen esihaastattelu päätettiin jättää analyysin ulkopuolelle. Olemme kuitenkin sisällyttäneet pohdintaan esihaastattelusta tekemiämme huomioita.

Tutkimushaastattelut toteutettiin haastateltavia hoitavan psykiatrisen yksikön tiloissa. Molempia nuoria haastateltiin kolme kertaa noin viikon välein keväällä 2003. Haastatteluaineisto vaikutti kylläntyvän kolmannella kerralla. Haastattelut tehtiin siten, että sama tutkija haastatteli joka kerta samaa nuorta. Haastattelutilanteita ei observoitu, koska mahdollisuutta peililasin takaa tilanteen seuraamiseen ei ollut ja katsoimme kahdenkeskisen haastattelutilanteen olevan luonnollisin. Haastattelut kestivät 50–90 minuuttia ja ne nauhoitettiin äänikasetille. Haastattelun litteroiminen ja läpikäyminen sekä asiasisältöjen että kysymysten osalta näytti edesauttavan teemojen kattavaa käsittelyä ja parantavan haastattelijoiden työn laatua pilottitutkimusta tehdessä. Päädyimme tekemään samoin myös varsinaisten haastattelujen kohdalla.

Pyrimme erottamaan tutkimusroolit hoitoon liittyvistä rooleista. Haastattelija tapasi informantin aina ennen haastattelua kahviossa välipalalla. Nuorille kerroimme tekevämme haastatteluja, koska tiedämme viiltelystä niin vähän ja haluamme kuulla heidän kokemuksistaan ymmärtääksemme tulevaisuudessa paremmin samasta ongelmasta kärsiviä nuoria. Etukäteen kuvasimme haastattelutilanteen muistuttavan enemmän television keskusteluohjelmaa kuin terapiatilannetta.

Haastattelutilanteissa pyrimme ammatillisuuteen ja riittävän luottamuksellisen ilmapiirin luomiseen aroistakin aiheista puhumiselle. Tavoitteena oli empaattisen neutraali asennoituminen informanttiin (Patton, 1990). Halusimme välittää nuorelle tunteen, että arvostamme hänen osallistumistaan tutkimukseen ja että hänen kertomansa ei vaikuta siihen mitä hänestä ajattelemme. Olimme kiinnostuneita informanteista muutenkin kuin viiltelyn osalta ja tavoitteenamme oli antaa ymmärtää, että näimme heidän olevan muutakin kuin ongelmansa. Vaikka tutkimus aiheensa puolesta keskittyy ongelmiin, halusimme täten käsitellä tutkimuksen tulososiossa nuorten voimavaroja ja keinoja, jotka nousivat selkeästi esiin aineistosta. Mielestämme on tärkeää, että viilteleviä nuoria ei oireensa vuoksi nähdä kyvyttöminä. Olemme pyrkineet huomioimaan tutkimusprosessissa psyykkisten ongelmien professionalisoitumista ja medikalisoitumista kritisoivan näkökulman, jossa kritisoidaan muun muassa sitä, miten asiantuntijat tutkiessaan omivat tietäjän aseman ihmisiltä, jotka ongelman parhaiten tuntevat eläessään elämäänsä sen kanssa. (Solomon & Farrand, 1996; Johnstone, 1997).

2.2. Tutkimuksen suorittamisen teorettinen perusta

Aineistonkeruun alkaessa tutkimuksemme teorettinen perusta näyttäytyi epätarkkana ja se on jäsentynyt tutkimusprosessin kuluessa. Abduktiivisen logiikan periaatteet sopivat siihen, miten suhtaudumme tutkimustyössämme tietoon. Niiden mukaan tutkimusaineisto on aina luotettavaa ja tutkimuksen luotettavuuden kannalta olennaista on se, miten aineisto käsitellään ja esitetään (Grönfors, 1982). Lisäksi abduktiivisessa logiikassa keskeisenä pidetään tutkimukseen liittyvän ajatusprosessin systematisoimista, johon katsotaan päästävän parhaiten kun empiiristä maailmaa tarkastellaan johtoajatusten kautta. Ne voidaan saada esimerkiksi aineistosta pääättelemällä tai kirjallisuudesta.

Olemme ottaneet lukemastamme kirjallisuudesta paljon aineksia haastattelurunkoon (liite 1). Voidaan katsoa, että lukemamme kirjallisuus on näin ollen osa tutkimusaineistoa. Viiltelyä koskevat tutkimukset ja kirjoitukset ovat ikään kuin olleet viiltelyyn johdattava kartta. Kirjallisuuteen tutustumalla on pyritty siihen, että teemahaastattelu kohdentuisi aiheeseen hyvin ja että saataisiin tutkimuskysymysten kannalta rikas aineisto. Teemahaastattelua ohjaavat valmiiden kysymysten sijaan iskusanon muodossa kirjatut teemat (Hirsjärvi & Hurme, 2000). Siinä olennaista on, että tutkittava ja tutkija tarkentavat teema-alueita haastattelun kuluessa. Vaikka aiempia tutkimuslöydöksiä on huomioitu aineistonkeruuta suunniteltaessa, analyysi on tehty aineistolähtöisesti. Tutkimuksessa ei ole lähtökohtana teoreettisten oletusten tai mallien testaaminen. Yinin (1990) mukaan tapaustutkimusta tehdessä on hyödyllistä käyttää teoreettisia oletuksia aineistoa kerätessä ja analysoidessa. Hänen mukaansa teoreettiset oletukset auttavat hahmottamaan merkityksellisen tiedon, koska kaiken tiedon kerääminen tapauksista on mahdotonta.

Tutkimusmenetelmämme on rakentunut tutkimusprosessin edetessä. Kyseessä on laadullinen kahden tapauksen tapaustutkimus, jossa tutkimusote on narratiivinen ja aineiston analyysissa on hyödynnetty Grounded teoriaa (Strauss & Corbin, 1990). Narratiivisen tutkimuksen katsotaan kohdistuvan kertomuksiin, joiden kautta merkityksiä välitetään ja tuotetaan (Eskola & Suoranta, 1998). Narratiivisessa tutkimuksessa, tarinan, kertomuksen tai narratiivin käsitettä käytetään ymmärrysvälineenä (Hänninen, 2000). Tarkoituksenamme on ennen muuta ottaa selvää siitä, mitä merkityksiä viiltelevät nuoret tähän käyttäytymiseen liittävät. Tämän tekee olennaiseksi ja mielekkääksi sen lähtökohdan allekirjoittaminen, että kielellä on keskeinen merkitys sosiaalisen todellisuuden ja ihmisen itseymmärryksen muotoutumisessa (Hänninen, 2000).

Grounded teorian osuus tutkimustyössämme on ennen muuta Claserin ja Straussin kehittämän koodausparadigman hyödyntäminen. Se on nähtävissä systemaattisena työohjeena, joka sisältää myös oletuksen laadullisen tutkimuksen luonteesta. (Silvonen & Keso, 1999). Keskeistä Grounded teoriassa on aineiston keruun, analyysin ja teorianmuodostuksen vuorovaikutuksen systematisoiminen sekä avoimuus sosiaaliselle todellisuudelle. Olennaista on siten mahdollisuus löytää jotain mitä ei osattu ennakoida tutkimuksen alussa. Grounded teoriassa pyritään selittämään ilmiötä luomalla aineistoon perustuva teoria (Strauss & Corbin, 1990). Analyysi voi kuitenkin vaihdella

abstraktiotasoltaan, eli olla enemmän aineistoa kuvailevaa tai teorian muodostukseen tähtäävää.

Staken (2000) mukaan tapaustutkimusta tehdessä vertailu ja yksittäisestä tapauksesta tiedon saaminen ja siitä oppiminen ovat kilpailuasetelmassa suhteessa toisiinsa. Vertailu kiinnittää huomion yhteen tai muutamaankin tekijään. Staken mukaan eniten saadaan hyötyä tapausten kuvailusta, jossa tapauksia vertaillaan kuitenkin keskittymättä siihen. Tämä on haastavaa tutkimuksemme kannalta, jonka aineisto koostuu kahden henkilön haastattelusta ja jossa on tarkoitus sekä kuvata ilmiötä että vertailla tapauksia. Yin (1990) ei katso yhden ja usean tapauksen tapaustutkimuksen olevan toisistaan eroavia lähestymistapoja. Usean tapauksen tapaustutkimuksessa kunkin tapauksen oletetaan tuottavan joko keskenään samanlaisia tai vaihtoehtoisesti erilaisia tuloksia. Meillä ei ole syytä olettaa, että tapauksista saataisiin toisistaan poikkeavia tuloksia. Oletamme kuitenkin tapausten olevan viiltelyn suhteen yksilöllisiä ja tästä johtuen niiden tarkka kuvaaminen on tutkimuksessamme ensisijaisen tärkeää. Vertailun kautta on mahdollista tehdä huomioita, joilla voi olla merkitystä ilmiön ymmärtämisen kannalta muutenkin kuin kyseisten tapausten osalta. Tapausten vertailu ei kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista ilman niiden tarkkaa kuvailua.

Analyysin loppuvaiheessa hyödynnettiin ihmisen kokemusta selittävää Tarinallisen kiertokulun mallia (Hänninen, 2000). Tähän päädyimme tutustuttuamme teoriaan sattumalta tutkimuksen analyysivaiheessa. Mallia hyödynnettiin kategorioita nimettäessä sekä niiden suhteita ja ominaisuuksia hahmotettaessa. Hännisen mukaan kertomus esittää katkelmia sisäisestä tarinasta, mielensisäisestä prosessista, jonka kautta ihminen tulkitsee elämäänsä. Lisäksi ihminen voi kerronnan kautta ottaa etäisyyttä tarinaansa ja muokata sitä yhdessä toisten kanssa. Muita tarinallisen kiertokulun mallin elementtejä ovat sosiaalinen tarinavaranto, jonka pohjalta tulkitaan omaa elämää ja jonka osaksi jaetut kertomukset tulevat. Muita käsitteitä ovat draama, joka viittaa elämäntapahtumiin, elämäntilanteen kokonaisuuden käsittävä tilanne sekä tulevaisuuteen suuntautuvat tarinat eli tarinalliset projektit.

Tutkimuksessamme useimmat kategoriat hahmottuivat kertomuksina. Niiden kerrontatapa vaihteli. Saman haastateltavan kertomukset saattoivat yhtäältä olla refleksiivisiä tai ei-refleksiivisiä ja toisaalta koherentteja tai katkoksellisia. Lisäksi yksi kategoria oli nähtävissä tilanteena ja yksi tulevaisuusprojektina.

2.3. Analyysi

2.3.1. Teemoittelu

Kun aineisto oli koossa, se tuntui varsin tutulta, koska olimme käyneet läpi tehtyjä haastatteluja aineistonkeruun kuluessa. Luimme haastattelutekstit kirjaten kaikki mieleen tulevat käsitykset ja tulkinnat. Tämän jälkeen keskustelimme haastattelujen sisällöstä ja ajatuksistamme. Tutkijaparin omista poikkeavat näkemykset auttoivat huomaamaan omien tulkintojen subjektiivisuuden, mikä auttoi tekstin ulkoistamisessa. Tämän jälkeen pyrimme ennen analyysin aloittamista lukemaan aineistoa puhtain mielin.

Aineistomme teemoittelu eli koodaus vastaa Grounded teorian avointa koodausta, jossa aineistoa tarkastellaan sen osista havaintoja tehden ja niille otsikkoja asettaen (Strauss & Corbin, 1990; Silvonen & Keso, 1999). Molempien nuorten haastattelut koodattiin erikseen Atlas.ti -ohjelman avulla siten, että saman henkilön kaikki haastattelut käsiteltiin yhtenä hermeneuttisena yksikkönä. Luonnolliseksi merkitykselliseksi kokonaisuudeksi katsoimme informantin puheenvuoron, johon sisältyi hänelle esitetty kysymys. Teemahaastattelurunko mahdollistaa teorian ja empirian yhdistämisen, ja ensimmäinen aineiston koodauksesta voidaan tehdä teemahaastattelurungon mukaan (Eskola & Suoranta, 1998). Ensimmäisen koodauksen teimme teemahaastattelurungon teemojen mukaan (ks. liite 1). Sen tarkoitus oli lähinnä aineiston alustava jakaminen neljään osaan lukemisen helpottamiseksi. Jatkossa koodit eivät tarkentuneet näiden neljän teeman mukaisesti. Alustavan koodauksen jälkeen teimme useita koodauksia, jolloin koodit eli teemat tarkentuivat ja uusia teemoja löydettiin.

Teemoittelun teimme yhdessä, aineistosta koko ajan keskustellen. Koko koodauksen ajan teimme memoja eli muistiinpanoja koodeille ja merkityksellisille kokonaisuuksille. Grounded teoriassa olennaista on aineiston osien ja tulkintojen jatkuva vertailu ja tässä memojen tekeminen on keskeinen apukeino (Strauss & Corbin, 1990, 1994). Neljäs koodauksesta näyttäytyi lähinnä kuvaavampien käsitteiden pohtimisena teemojen nimiksi, sekä niiden keskinäisten rajojen selkiyttämisenä. Tuloksena oli 71 teemaa Millan haastatteluissa ja 74 teemaa Pian haastatteluissa. Tapaukset olivat pitkälti

yhdenmukaisia koodattujen teemojen suhteen (ks. liite 2 ja 3). Sama teema pyrittiin koodaamaan samalla nimikkeellä tapausten vertailun helpottamiseksi.

2.3.2. Kategorioiden muodostaminen

Avoimen koodauksen jälkeen tulostimme Atlas.ti -ohjelmalla koodatut teemat ja jatkoimme analyysia manuaalisesti. Tulosteissa oli nähtävissä aineiston suorat lainaukset, joista kukin teema koostui. Tämän vaiheen teimme ensin kumpikin itsenäisesti. Lopulliset kategoriat syntyivät verrattuamme itsenäisesti tehtyjä kategorioita ja yhdistettyämme ne. Teemoja yhdistäviä kategorioita etsiessä koodaus täsmentyi ja voidaan sanoa, että aineisto koodattiin viidennen kerran. Jotkut teemat olivat liian laajoja ja niitä jaettiin. Muutamia teemoja puolestaan muutettiin, koska niitä oli vääristänyt pyrkimys nimetä kummankin informantin haastatteluista nousevia teemoja samoilla käsitteillä. Joitakin teemoja oli myös jäänyt huomaamatta.

Straussin ja Corbinin (1990) mukaan kategoria muodostuu samaan ilmiöön kuuluvista käsitteistä. Se on koodit eli käsitteet sisältävä abstraktimpi yläkäsite. Koodauksen ja kategorisoinnin voidaan katsoa olevan erilaisia luokituksia, jotka molemmat tehdään aineistoa avoimesti koodaamalla. Löysimme kymmenen kategoriaa kummankin informantin haastatteluista. Kategorioiden asiasisällöt olivat pitkälti yhtenevät haastateltavien kesken, koska teemahaastattelun käyttämisen vuoksi kummankin haastateltavan kanssa oli käsitelty samoja asioita. Kuitenkin puheen tapa haastateltavien välillä vaihteli kategorioittain, eikä kategorioita näin ollen voida pitää samanlaisina.

2.3.3. Kategorioiden välisten suhteiden muodostaminen

Akselikoodauksen tavoitteena on määritellä kategorioiden välisiä suhteita (Strauss & Corbin, 1990; Silvonen & Keso, 1999). Olennaista siinä on kategorioiden suhteiden määrittelemisen lisäksi selkeyden luominen kehitteillä olevaan käsitejärjestelmään. Kun avoimessa koodauksessa aineisto hajotetaan, se koodataan akselikoodauksessa uudelleen yhteen asioiden väliset suhteet huomioon ottaen. Akselikoodausta on mahdollista tehdä avoimen koodauksen rinnalla. Akselikoodauksen voi ymmärtää myös

avoimessa koodauksessa syntyneiden kategorioiden syventämiseksi (Hirsjärvi & Hurme, 2000). Tutkimuksessamme akselikoodausta vastaava prosessi oli teemojen ja myöhemmin kategorioiden hahmottaminen käsitekarttojen avulla. Tekemällä käsitekarttoja saimme monipuolisemman kuvan teemoista ja kategorioista sekä hahmotimme sitä, miten asiat liittyvät toisiinsa aineistossa.

2.3.4. Viiltelyn mallintaminen

Aineiston koodausvaiheessa huomattiin, että viiltelytilanne on ymmärrettävissä suhteessa aikaan. Aineistosta oli hahmotettavissa viiltelyä edeltävä tilanne, varsinainen viiltelytilanne sekä viiltelyn jälkeinen tilanne. Molempien haastateltavien viiltelyä kuvaavan visuaalisen jäsennyksen tekeminen alkoi näyttää luontevalta tulosten tiivistämistavalta. Sen rakentamisen voidaan katsoa olevan analyysin viimeinen vaihe. Visuaalisessa jäsennyksessä viiltelytilanne ja siihen suorasti vaikuttavat tekijät esitetään suhteessa aikaulottuvuuteen. Grounded teoriassa pyritään rakentamaan aineistoa kuvaileva abstrakti teoria etsimällä aineistosta ydinkategoria, johon muut kategoriat suhtautuvat (Strauss & Corbin, 1990). Näin ollen pyrkimyksemme teorian rakentamiseen ei ole ollut täysin Grounded teorian mukainen.

Strauss ja Corbin (1994) kuvaavat Grounded teoriaa yleismetodiksi, eivätkä he suhtaudu tyystin kielteisesti muiden metodien yhdistämiseen siihen. Katsomme analyysin edenneen Grounded- teorian periaatteiden mukaisesti siinä suhteessa, että se on koodattu systemaattisesti suorien lainausten avulla (Strauss & Corbin, 1990). Samoin analyysin edetessä on pyritty löytämään koodeja yhdistäviä kategorioita tavoitteena ilmiötä kuvaavien käsitteiden abstraktiotason lisääminen. Kuitenkin katsomme tehneemme ensisijaisesti narratiivisen tapaustutkimuksen, koska suhtautumisemme tietoon on tutkimusta tehdessä ollut narratiivisten periaatteiden mukainen.

3. TULOKSET

3.1. Tulosten esittäminen

Aineiston analyysivaiheessa haastatteluista löydetty teemat tiivistyivät kymmeneen kategoriaan kummankin haastateltavan kohdalla. Vaikka molempien nuorten kanssa puhuttiin samoista teemoista, puheen sisältö, asioille annetut merkitykset ja kerrontatapa erosivat toisistaan siinä määrin, että kategoriat nimettiin molempien kohdalla yksilöllisesti. Olemme pyrkineet siihen, että kummankin haastateltavan kategoriat olisivat verrattavissa keskenään.

Sosiaalista situaatiota sekä tulevaisuutta käsittelevät kategoriat on rajattu pois tulosten käsittelystä kummankin nuoren osalta. Lisäksi Pian kohdalla hoitoa koskeva kategoria on rajattu pois. Millan kohdalla problematiikan kulun sisältävää kategoriaa käsitellään ainoastaan niiltä osin kun olemme katsooneet sen olevan välttämätöntä tulosten ymmärtämiseksi. Käsiteltävien asioiden määrää oli rajattava ja näiden kategorioiden sisällöt olivat kauimpana tutkimuskysymyksistä. Tuloksiin on sisällytetty suoraan viiltelyyn liittyvät kategoriat. Lisäksi mukana ovat mielialaoireilun, voimavarat ja keinot sekä sosiaalisen tarinavarannon sisältävät kategoriat. Halusimme käsitellä nuorten keinoja, sillä mielestämme on tärkeää, että viilteleviä nuoria ei oireensa vuoksi nähdä kyvyttöminä. Kaikki kategoriat on esitelty taulukossa 1 ja tulososiossa käsiteltävät kategoriat on tummennettu. Tulososio on otsikoitu kategorioita mukailleen

taulukko 1

Kategoriat Pian kohdalla	Kategoriat Millan kohdalla
Epäkoherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle altistavista tilanteista	Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle altistavista tilanteista
Epäkoherentti refleksiivinen kertomus viiltelytilanteesta	Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelytilanteesta
Ei-refleksiivinen kuvaus viiltelyn jälkeisestä tilanteesta	Ei-refleksiivinen kuvaus viiltelyn jälkeisestä tilanteesta
Avoimesti jaetut ajatukset omasta viiltelystä	Avoimesti jaetut käsitykset omasta viiltelystä
Aktiiviset ahdistuksen hallitsemiskeinot	Elämää normalisoivat keinot ja voimavarat
Tilanteisiin kytkeytynyt kertomus masennusoireilusta	Masennusoireita yleisesti kuvaava kertomus mielialaoireilusta
Sosiaalinen tarinavaranto	Sosiaalinen tarinavaranto
Erillisiä mainintoja hoidon vaiheista	Jäsentynyt kertomus psyykkisen problematiikan kulusta
Turvallisuushakuinen tulevaisuusprojekti	Epävarmuuden sävyttämä tulevaisuusprojekti
Sosiaalinen situaatio	Sosiaalinen situaatio

3.2. Pian viiltely

Pia on 15 vuotta täyttänyt, alle 18-vuotias nuori, joka on viillellyt neljä tai viisi kertaa. Hän on tullut psykiatrisen avun piiriin itsemurhayrityksen seurauksena noin vuosi ennen tutkimushaastatteluja. Aineistonkeruun aikaan Pia oli käynyt psykoterapiassa jonkin aikaa.

3.2.1. Epäkoherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle altistavista tilanteista

Pian kokemuksessa viiltelyä edeltävät aina ahdistuksen, pahan olon sekä huonouden ja surkeuden tuntemukset. Viiltelyä edeltävät toisinaan myös syyllisyys, itku, epäonnistuminen, riitatilanteet sekä potilastoverin viiltely. Kertoessaan viiltelyä edeltävistä tilanteista Pia erittelee sisäistä kokemustaan. Asioista ja niiden välisistä suhteista välittyvä kuva ei kuitenkaan ole kauttaaltaan selkeästi jäsentynyt.

Pahan olon ja ahdistuksen käsitteellistäminen oli Pian kertomuksen kohdalla haasteellista. Tutkimusvaiheessa niiden luonteesta oli vaikea saada selkeää kuvaa ja päästä yksimielisyyteen tutkijoiden kesken. Tämä heijastanee Pian omaa kokemusta ja vaikeutta jäsentää ja käsitteellistää näitä tunteita. Välillä Pia käyttää pahan olon käsitettä kuvaamaan laajemmin yleistä olotilaa, välillä hän käyttää sitä kuvaamaan jotakin tiettyä tunnetta. Näkemyksemme mukaan tämä paha olo on tuskainen, uhkaava, kielteinen ja hyvin epämiellyttävä olotila, johon liittyy voimakasta ahdistuneisuutta. Pian viiltelyä kuvaavassa jäsenyksessä paha olo määrittyi edellä kuvatulla tavalla.

(519-523) H: Miten sä sit koet, et millasiin tilanteisiin se viiltely sitte niinku liittyy, et miten se viiltely niinku liittyy näihin olotiloihin? P: no se on just sillai et, et yleensä se on sillai et niinku on hirveen paha olla (H:mm) ja tuntuu ettei niinku mikään auta ja sitte tulee justii se olo että, että mä oon ihan surkee (H:mm) ni sitte niinku viiltelee.

Vaikka kielteiset tuntemukset viiltelyä edeltävässä tilanteessa kietoutuvat toisiinsa, Pia pystyy tunnistamaan niitä. Esiin nuosevat keskeisesti voimakas ahdistus sekä kokemus omasta huonoudesta ja surkeudesta. Kertomuksesta välittyy vaikutelma, että Pian on vaikea näyttää vihaansa riitatilanteessa. Ilmeisesti hän ei halua näyttää sitä kuinka vihainen hän on.

Lainauksissa esiintyvät nimet sekä jotkut yksityiskohdat on muutettu siten, että tutkimusta varten haastatellut henkilöt eivät ole tunnistettavissa. Numerot lainausten alussa viittaavat rivinumeroihin alkuperäisessä aineistossa.

(702-712) H: tota sit ku sä mietit tavallaan niitä viiltelytilanteita, ni tota tuleeks sulla mahollisesti mieleen että, että tota, et mitä sellasia tilanteita tai tunteita sulla on, jotka niinku johtaa tavallisesti siihen viiltelyyn? P: No ne on justii niit semmosii et et justii ei tunne itteesä hyväks et jos vaikka no esimerkiks jos on riidelly sen kaverin kaa tai (H:mm) tai sitte justii jotain muuta, joku haukkuu jotenki ja (H:mm) ni sitte niistä tulee sellai ikävä olo, et on niinku pakko päästä pois ja H: Osaisitsä tavallaan antaa sanoja sille tunteelle, ku sä sanoit, että on ikävä olo, ni mitä se niinku on? P: No se on sillai justii että justii niinku että mikään ei kiinnosta ja niinku sit ku kattoo itteesä ni, on niinku hirveen ruma, (H:mm) et ei niinku kestä mitään (H:mm) ja sitte justii ei, ei niinku jaksa kuunnella mitä toiset sanoo et, tekis mieli huutaa, et pitäkää pääanne kiinni ja (H:mm) et hirveen semmone niinku ahdistunu olo, et tuntuu niinku et seinätki haukkuu ja nauraa.

Riitatilanteisiin liittyy Piialla kokemus toisiin kohdistuvan vihan kääntymisestä itsevihaksi. Riidellessään läheisten ihmisten kanssa Pia kertoo kokevansa aina jonkinlaista syyllisyyttä sekä halua viillellä.

(796-802) P: No siin alkuvaiheessa se niinku, ennenku viiltää, ni justii jos on rii, esimerkiks nyt taas tää riitelemine ni, tota jos vaikka se toinen henkilö on alottanu sen (H:mm) ni sitte tulee justii että se se alotti ettei mus mitään vikaa oo (H:joo), Mut sitte yhtäkkii se vaan, se niinku kauheen nopeesti kääntyy sillain et, et niinku minä, et se olinki minä (H:mhm), et mussa on se vika ku mä en lopettanu ja et se niinku kauheen nopeesti kääntyy itteesä sitte H: Joo, kääntyykse sun kokemuksen mukaan niinku aina vai joskus vai sillon tällön vai? P: Kyl se aina kääntyy.

Pian kohdalla epäonnistuminen on yksi viiltelylle altistavista tekijöistä. Lisäksi kertomuksessa on nähtävissä yhteys epäonnistumisen kokemuksen sekä huonouden ja surkeuden tuntemusten välillä. Epäonnistuminen saa Piian näkemään itsensä kykenemättömänä. Mahdollisesti masennus edesauttaa viiltelytilanteen kehittymistä vaikuttamalla Pian tulkintoihin epäonnistumisesta ja jaksamisesta.

(476-485) P: --ku alkaa hirveesti ahdistaa ja on mieli maassa ni sit tulee se, että että niinku mä oon ihan surkee (H:mm) et mä en jaksa tehdä sitä ja tätä mitä niinku yleensä tekee (H:mm) ja sitte tulee justii niinkuse viiltämine ja nää kaikki siihen kehiin (H:mm) pitää vaan itteesä niin surkeena. H: Osaatsä ite liittää sen niinku jollakin tavalla esimerkiks joihinki tiettyihin tapahtumiin tai tilanteisiin, et millon se ikään ku se olotila syöksähtää alaspäin tai? P: En mä sillai et mul yleensä tulee se paha olo niinku illalla ku alkaa hämärtyy (H:mm), et mä en sit tiä, kai se sit siitä pimeestä johtuu (H:mm), mut välil sitte, justii jos epäonnistuu jossain ja (H:mm) niinku sellasii päiviä tulee, et kaikki välil menee ihan päin mäntyy ni (H:mm) sitte se on kans niinku et ei kykene sit mihinkään ja mut emmä sillai oikeen saa kiinni mistä se olo vois johtuu aina välillä.

Pian kertomuksessa tulee esille, että osastolla olleen potilastoverin viiltely oli vaikuttanut hänen viiltelynsä kerran.

(673-680) H: Tota sä sanoit sit et siel osastolla oli tää toinenki joka niinku viilteli (P:mm) niin tota niin nin. Millä tavalla hän niinku vaikutti siihen että sulla tavallaan tuli se halu viillellä että, tai mistä sulla se halu ylipäättänsä tuli silloin niinku, tai semmonen ajatus niinku? P: mm jotenki se oli niinku tota sillain, tuli sellain olo että, et haluu olla jossain ees parempi ku joku muu (H:mm) ja sitte oli just sillain että tavallaan tuli sellanen olo et mä pystyn niinku viiltää pahemmin mitä toi (H:joo) ja sit piti vaan niinku, se oli semmosta Näyttämistä (H:mm), tavallaan.

3.2.2. Epäkoherentti refleksiivinen kertomus viiltelytilanteesta

Viiltelyä edeltäviä asioita käsiteltäessä on ollut esillä, että riitatilanteissa heräävä viha on Pialle vaikea tunne, jota hän pyrkii kontrolloimaan. Voimakkaana psykofyysisenä tunnetilana viha on kertomuksessa läsnä vasta viillellessä. Vihasta puhuessaan Pia pystyy erittelemään viiltelyyn liittyviä ajatuksiaan.

(791-794) H: Kuvaisitsä sitä vihaa, että missä se sussa tuntuu, niinku et millanen tunne se niinku sun sisällä on siinä tilanteessa? P: No se on justii niinku tavallaan et vihaa kaikkia ja sitte ku viiltää, ni aina niinku viillon aikana ni justii joku kirosana tulee mieleen tai (H:mm) et niinku kaikki ottaa päähän ja (H:mm).

Aluksi vihan tunteet ovat Pialla suuntautuneena ulkoiseen objektiin, mutta jonkin ajan päästä ne suuntautuvat häneen itseensä. Tällöin Pia kokee sietämättömältä tuntuvaan ja voimistuvaa ahdistusta.

(808-814) H: Miten sä sen niinku sun itte sisässä koet, sen, jotenki sen vihan kääntymis, tai muutoksen niinku, et miten se sussa itsessä tuntuu? P: Mm se on just niinku yleensä tulee justii se että et alkaa vihaamaan itteesä ja tuntuu justii mieltii et, et miks mä syytin tota (H:joo) ja sitte mieltii niinku sitä ja se on vaan se hirvee ahdistus mikä tulee justii tuntuu et niinku keuhkot turpoo, et ei saa henkee ja.

Mitä vihaisempi Pia on, sitä voimakkaammin hän itseään satuttaa ja sitä syvempiä haavoista tulee. Viiltelyä kuvatessaan Pia erottaa kokemansa vihan ja pahan olon.

(786-790) P: --et jos on paha olo ja viiltää, ni se on ihan sama, onkse pieni vai iso viilto (H:joo) mut, tai niinku ku se tulee se kipu kuitenkin (H:mm) sen jälkeen, mut sitte se että,

et niinku kuinka vihanen on, et jos on ihan mielettömän vihanen ittelleen ni sitä painaa enemmän ja enemmän (H:ahaa, joo) et se on niinku se Viha mikä siin on.

Pia kertoi tekevänsä aina useampia haavoja kerrallaan ja aukaisevansa haavoja aina pari kertaa verenvuodon tyrehtyttyä. Pian kertomuksessa veren näkemisellä on yhteys koetun psyykkisen pahan olon vähenemiseen. Viiltelytilanteen edetessä Pia kuvaa kokevansa aina mielen tyhjentyksen veren vuodon yhteydessä, minkä hän kokee myönteisenä. On mahdollista, että Pian kohdalla haavojen uudelleenaukaisu liittyy haluun ylläpitää hyvää oloa. Voi olla, että Pian viiltelyyn liittyvä hyvä olo kestää ainoastaan veren vuotamisen ajan.

(631-637) H: --miten sä ite kuvailisit sitä hetkeä, ku sä näät sen veren? P: Se on jotenki niinkun jotenki tulee justii sellain tunne, että.että niinkun justii et, et se paha olo niinku, niinku ihan ku se valuis pois ja sitte justii välil sillain, ihan ku se ois kaveri, se veri mikä sielt tulee (H:mm) et niinku välil sitte alkaa kääntelee kättä, et se tekee jotain kuvioo ja (H:mhm) et tulee välil semmosii ihme juttuja mieleen H: miltse tuntuu, ku se tulee siihen iholle? P: Se on sellain oikeestaan se tuntuu hyvälle se on sellast, ensin se on niinku lämmin sit se viilenee sillain. (H:mm) (640-641)justii tulee sellain kauheen vapautunu olo, et mikään ei paina (H:joo) tavallaan pää menee sillain ihan tyhjäksi, ettei oo niinku oikeestaan hirveesti mitään mieles (H:joo)--(647-648) Oikeestaan oottaa sitä et millon se alkaa vuotaa ja (H:mm) ja sit ku se tyrehtyy ni sitte sit vaan uudestaan repii sen haavan auki.

Veren lisäksi viiltelyssä Pian kohdalla olennainen tekijä on fyysinen kipu. Viiltelytilanteessa huomio kohdistuu fyysiseen kipuun henkisen kivun sijasta. Voidaan ajatella, että kipu katkaisee pahan olon kasaantumisen.

(608-614) P: Joo, et niinku tavallaan ei enää sillain, ei ajattele niinku sitä mitään ikävää, et niinku ajattelee vaan et ai ku käteen sattuu (H:joo) et jotenki se huomio siirtyy siihen käteen ja H:joo. Miten tärkeä niinku tavallaan sen kivun kokeminen on siin tilanteessa? P: No kyl se sillai ku henkisesti kuitenkin sattuu niin mielettömästi, se on niinku hirveen vaikee kuvailla ja (H:mm) sitte noin fyysisesti ni, se ei oo niinku läheskään niin paha se kipu, ni silleensä se helpottaa et tulee se pienempi kipu (H:joo) sen kunnon pahan tilalle

Kun viiltelytilanne on jatkunut vähän aikaa, Pia kuvaa itsessään olevan ikään kuin kaksi puolta. Kertomuksessa paha puoli, joka haluaisi satuttaa itseä, on vallalla viiltelyn aikana. Viiltelyn loppuessa vallalla on hyvä puoli, joka ei haluaisi satuttaa itseä.

(1318-1324) P: No se on sillain ihan ku ois niinku paha ja hyvä ihminen, niinku yhdessä..ihmisessä sillain (H:mm) et paha haluis satuttaa ja hyvä ei sitte halua (H:mm) ja tota sitte justii tulee vaan niinku tavallaan hyppää siihen pahaan niin paljon et se ei niinku, ei oo mitään muut päässä ku se, et nyt mä viillän (H:mm) et sitte, sit justii sen jälkeen ni ihan ku se hyvä niinku astuis siihen et, tajuutsä mitä sä oot tehny ja (H:mm) sitte niinku tavallaan tulee järkiinsä ja huomaa mitä on tehny oikeesti ja.

Oman veren näkemiseen, fyysisen kivun kokemiseen ja mielen tyhjentymiseen liittyy Piialla aina myönteinen, huojentunut ja kevyt olotila.

(543-547)P: Ja sitte tota.. viils sitte aika syvän haavan ja, sitte se ku se, se ei niinku, se ei satu ku viiltää sillai nopeesti (H:mm) mut sitte tota, eikä se satu ku se vuotaakaa, ja se et ku se vuotaa ni sitte jotenki tulee semmone niinku semmone Kevyt olo (H:mm) ja si se paha olo hävii sillai, ku sitä kättä alkaa särkee et niinku se huomio menee siihen käden kipuun (H:joo) ja sit sitä vaan viiltää lisää ja lisää.

3.2.3. Ei-refleksiivinen kuvaus viiltelyn jälkeisestä tilanteesta

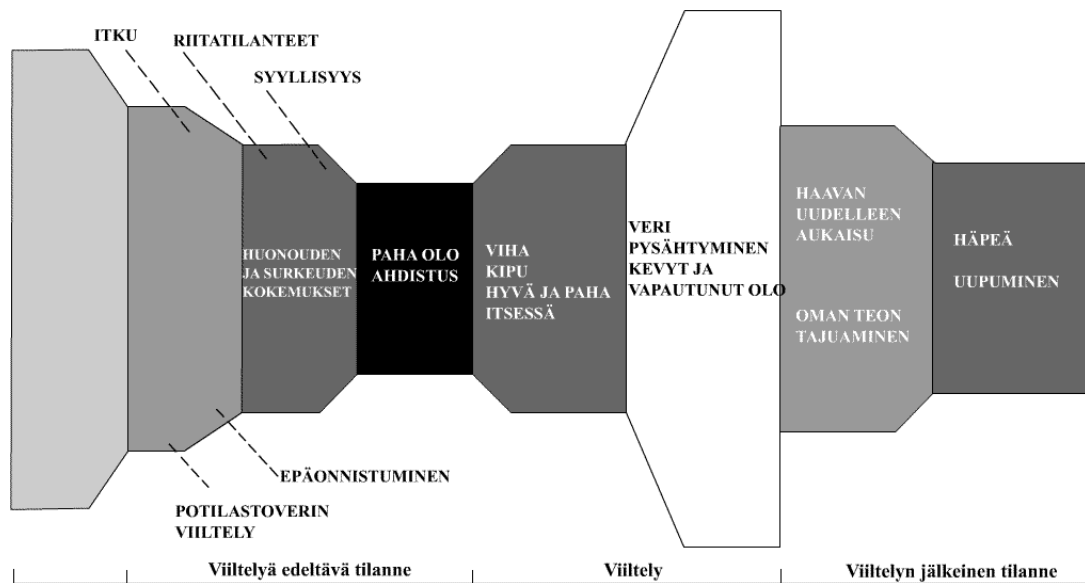
Pian kertomus viiltelytilanteesta on refleksiivinen. Hän erittelee ajatuksiaan ja tunteitaan tavalla, joka mahdollistaa ymmärryksen lisääntymisen omasta kokemuksesta. Viiltelyn loppuessa Piialla tapahtuu aina ikään kuin havahtuminen reaalitytilanteeseen. Kuvatessaan tämän havahtumisen jälkeisiä tapahtumia Pia asettuu tarkastelemaan itseään ulkopuolisen silmin. Tällöin kerronnan refleksiivisyys häviää. Viiltelyn jälkeiseen tilanteeseen liittyy Piialla aina häpeän tunne.

(547-554) P. –sit vähän ajan päästä yleensä tavallaan ihan ku vaihtais ihmistä, sillai persoonaa (H:mm) et niinku huomaa et mitä mä oon tehny ja sitte tota sitte yleensä sitte menee sanoo jollekki niinku mä siel sairaalassa olin ni hoitajalle sitte, pyysin sitä sinne ja annoin terän ja sanoin että, et niinku, tai no mä aloin silloin itkee, ku mä olin ihan paniikissa et oli vaan niin huono olo ja et siin jotenki ku viiltää ja ni siin sitte, ihan ku ois eri ihmine, ja sit vähän ajan päästä niinku tajuu mitä mitä on niinku tehny (H:tehny) et on ihan sekasin sitte (819-824) se on niinku ihan yhtäkkiä (H:joo), et kesken viillonki voi olla sillain se on vaan nopee muutos H: Miten sä ite koet sen muutoksen, miltä se tuntuu? P: No se on oikeestaan sillain mikä ensimmäiseks tulee on se on niinku että, et mitä nyt muut aattelee (H:mm) ja sit alkaa hävettää, että ku ei oo tavallaan tajunnu sillain et mitä on ittellesä on tehny (H:mm) vaikka, silloin niinku halus tehdä.

Pian kertomuksessa viiltelyepisodin jälkeiseen tilanteeseen liittyy uupunut olotila sekä halu olla itseksensä.

(834-838) H: Miten sen tilanteen jälkeen, ni osaisitsä niitä ajatuksia ja tunteita kuvata, miltä sen jälkeen niinku tuntuu? P: No yleensä justiin haluu olla yksin, tai justiin kuunnella jotain musiikkia ja maata vaan sängyllä ja (H:mm) tai sitte mennä nukkumaan et siin niinku tavallaan väsyä ihan hirveesti (H:joo), et justii ihan ku jonku kanssa ois tapellu sillain (H:joo) et on niinku hirveen loppu.

Jäsennys Pian viiltelystä



Kuvan sisään on sijoitettu viiltelyyn aina liittyvät asiat ja siihen on yhdistetty katkoviivoilla viiltelyyn toisinaan liittyvät asiat. Sävyerot kuvaavat tunteita ja alajana tilanteen aikaulottuvuutta.

3.2.4. Avoimesti jaetut omaa viiltelyä koskevat ajatukset

Pia tuo esille kokemuksen viiltely-yllykkeen voimistumisesta.

(715-720) H: Tota mites sitte miten sä koet ite sen, että ku sulle tulee sit se ajatus että, et nyt tekis mieli viillellä, niin tota toteutatko sä sitte sen viiltelyn Aina sen niinku sen ajatuksen jälkeen, vai sitte joskus, vai ainoastaan tietyissä tilanteissa, vai miten sä sen koet? P: No emmä aina, et yleensä se menee sillain, et niinku joka viikko mul semmosii ajatuksii on (H:joo) et se tavallaan sitte voimistuu mitä kauemmin sitä pitkittää (H:joo)

et jos ei viillä sillon ku tekee mieli, se niinku tulee sitte seuraavana päivänä niinku paljon isompana se halu (H:mhm, joo), et se kerääntyy sillai.

Pia puhuu viiltelystä suhteessa hulluuteen. Hän on tietoinen tekonsa outoudesta, mutta puhuu viiltelystänsä sallivasti ja ymmärtävästi. Hän näkee sen tehokkaana keinona poistaa psyykkistä pahaa oloa.

(936-941) H: Mitä sä tota tälleen, mitä sä ite aattelet siitä viiltelystä, niinku tälleen niinku ajattelet-ajattelet? P: no kyl se sillai, mun mielest se on sillai hölmöö, jos ei oo niinku siis jos ei, jos ei oo sitä pahaa oloa sillain että (H:mm)mut sitte jos sen tietää kuinka paha olo on (H:mm), ja sitte ku viiltää, ni kyl sen sillai ymmärtää että et tekee niinku ihan mitä vaan (H:joo) kuhan saa sen pahan olon pois (864-867)--ku ei se niinku hulluutta oo sillai H:Mitä sä ite sanosit että, et niinku mitä se (viiltely) on? P: Se on vaan niinku, yks tapa saaha se hirvee paha olo pois (H:joo)ja yleensä sit, ainaki mulla ollu se tehokkain tapa.

Pia mukaan viiltelyyn voi kehittyä riippuvuus. Hän kuvaa viiltelyä edeltävää pakottavuuden kokemusta ja ottaa esiin sitä eräissä tilanteissa edeltäneitä fyysisiä tuntemuksia.

(671-673) P: --ja sit se on tota se et siihen viiltämiseen jää niinku koukkuun (H:mm) sillain.. H:Mitä sä sillä tarkotat? P: Et justiin että et se jotenki auttaa siihen pahaan oloon niin hyvin, et heti ku on paha olo ni heti tulee, et noni et nyt mä viillän (576-579) P:--et tuli semmoi, oikeen sellain, ihan ku alkoholisti tarvis viinaa (H:joo) et niinku hirvee hoppu ja justii tuntu et kädet tärisee ja (H:mm) niinku et pakko tehdä jotain. H:joo, olik sulla niinkun. Mitä sulla oli sillon mielessä, et liittyykse siihen viiltelyyn se tarve, vai? P:Joo, joo, et niinku se terä oli justii (H:joo, joo) ettei mikään muu pyöriny mielessä.

Viiltelyllä Pia on pyrkinyt saamaan muut huomaamaan pahan olonsa ja auttamaan häntä. Viiltely on siten toiminut hänelle keinona viestiä muille omaa henkistä pahaa oloaan.

(681-685) P:-tavallaan sillain, sillon ku mä jouduin ensimmäisen kerran sairaalaan, ni kukaa ei sitä ennen niinku ei huomannu sitä mun pahaa oloa (H:mm) ennenku mä sitte yritin sitä itsaria (H:joo) ni jotenki mulle on jääny niinku päälle se että tota mun pitää Näyttää jotenki et miten paha olo on, et sitte se oli kans sitä et, et niinku yritti niitten huomioo saada et mäkin tarviin apuu. H: Miten sä koet, millanen keino se oli saaha sit sitä sellasta huomioo niinku ite tartti siinä vaiheessa? P: Kyl se oli niinku ihan hyvä, et sillon sit huomioo niinku tuli

Pia näkee pahan olonsa taustalla olevan kokemukset koulukiusaamisesta ja perheen jäsenten kokemasta väkivallasta. Hän ymmärtää masennuksen olevan yhteydessä vihan tunteen käsittelyyn.

(1456:1470) P: No mä uskon, että se on se kun mua kiusattiin silloin ala-asteella (H: Joo), niin siitä on tullu se että, et mä oon huono ja lihava ja ruma. (H: mm) Ni sit se on niinku, et justiin kun se paha olo tulee niin sehän on just sitä, et ku mä oon niin surkee (H:mm) Ni ehkä se on niinku päällimmäisenä se kiusaaminen siinä H: mm, mitä muita siihen vois olla vaikuttamassa? P: No sit mä uskon tota, tai luulen et se on kans se sukulaismies, (H:mm) ni mitä se on tehny (H:m) Ni sitten justii ku siitä on tullu hirveen pelko. Muutenki ku mä kuitenkin näin tota sen pahoinpitelyn jälkeen, ku ne tuli kotiin minkä näkösiä ne oli ja-- Et se oli aika järkyttävän näkönen. Sitte tavallaan on tullu justii se viha siihen kans H:mm, ketä kohtaan se viha niinku kohdistuu, mihin se niinku suuntautuu, vai suuntautuuko se? P: No välillä se niinku suuntautuu tota, oikeestaan justii miespuolisii (H:mm), mut niinku justii tän masennuksen takia ni se aina kääntyy mua itteesä kohtaan.

Pia liittää viiltelystä tullessiin arpiinsa sekä myönteisiä että kielteisiä merkityksiä. Suhteessa muihin ihmisiin hän kokee arvistaan häpeää. Pii itseään arvet muistuttavat hyvästä olotilasta, jonka viiltely tuotti.

(847-856) P: No ne on joskus, joskus ku niit kättelee niin ne on jotenki niinku, tavallaan hienoja (H:mm) mut sitte yleensä se on justii että et pitää hihat alhaalla, et niinku häpee ihan hirveesti (H:mm), ja se on justii että ku kaikki, jos on arpia ni, kaikki on niinku heti että toi on hullu ku toi tekee tommosta (H:mm,mm) et ne ei niinku ei ymmärrä sitä. H: Mm, mites sitte sä sanoit että et jollaki tavalla niinku tuntuu siltä että ne on niinku tavallaa hienoja (P:mm), niin nin tota, mitä se siinä tilanteessa silloin merkkää, mitä se tavallaan sulle tarkoittaa, että ne on hienoja? P: Jotenki ne on vaan niinku sellai hienon näkösiä ja sitte välil tulee mieleen et, et niinku justii kuinka hyvä olo siitä tuli (H:mm) ja sit justii et niinku vois tehdä lisääki.

3.3. Tilanteisiin kytkeytynyt kertomus masennusoireilusta

Pian masennus näyttäytyy kertomuksessa jaksamattomuutena, väsymyksenä ja ärtyneisyytenä. Hän kuvaa olleensa aivan voimaton ja lopussa.

(1086-1091) H: Miten tota missä se on sussa niinkun näkyny sillä tavalla se masennus sä sanoit et se tuli joskus ysin puolivälissä, eikö? (P:mm) H: niin millä tavalla se alko sussa näkyä? P: No se oli justii niinku, eka alko justii se ettei jaksanu mitään (H:mm) ja sitte tota, sit oisko ollu joku vuos siitä eteen päin, ni sit alko tulee se, et tota jotenki alko olee niin, niin väsyny jo, (H:mm) et tota aina ku mulle moiki sano, ni hyvä etten mä hyökänny kimppuun ja (H:mm) et oli niinku niin loppu sitte.

Pian kertomuksessa masennukseen liittyvä asioiden kielteisenä kokeminen tulee esiin kokonaisvaltaisena kokemuksena siitä, miten mikään ei kuulosta hyvälle. Pia kertoo mielialaoireilun näkyneen myös siinä, että hän ei jaksanut olla läsnä sosiaalisissa tilanteissa vaan saattoi olla vuorovaikuksessa poissaoleva. Lisäksi hän kuvaa yrittävänsä olla näyttämättä omaa oloaan muille.

(59-63) P: No itte sen huomaa ku niinku justiin on kauheen ahdistava olo ja mikään ei niinku kuulosta hyvälle ja..mut sitte tota muut ei ehkä huomaa sitä, ainakaan niinku musta että, (H:joo) et jotenki ei, ei niinku jaksa kuunnella ku toiset kysyy, et mikä nyt on ja tälleen et jos on myrtsinä koko ajan ni sitte semmost tekohymyy aina pistää menee ja (H:mm) yrittää sit olla mukana. (184:188) P: joo se oli sillai justii et tota mä olin niinku, siin alkuvaiheessa mä olin ihan hirveen itsetuhonen (H:mm) ni se niinku sitte loukkas hirveesti sitä poikaystävää (H:mm) ja sitte justii et oli poissaoleva, et välillä mä en edes kuullu mitä se puhu mulle ja mielti justii niit ikäviä asioita koko ajan ja.

Piia tuo esiin oman voinnin vaikutuksen opiskeluun ja sosiaaliseen elämään. Mainittakoon, että Pian kerronta opiskelusta on kietoutunut kauttaaltaan mielialaoireilun värittämään kertomukseen. Kertomuksesta välittyy mielikuva sisäänpäin kääntymisestä masennuksen ollessa pahimmillaan. Voinnin kohentuminen näkyy Pian mukaan siinä, että mielialassa on alkanut olla vaihtelua, välillä on hyviä päiviä. Pia ei yhdistä mielialansa vaihtelua ulkoisiin tapahtumiin.

(960-966) P: Kyl se sillain tota mul oli sillon alkuvaihees ni, niinku koko ajan huono olo (H:mm), et mä en jaksanu käydä missään, mää en koulussakaan tehny mitään muuta ku istuin (H:mm), jos mä edes jaksoin mennä kouluun (H:joo) et nytte on niinku tota siinä niinku jäi kaikki harrastukset ja ystävät ja kaikki (H:mm) mut nytte sitte on alkanu taas kavereitten kans olemaan ja(H:mm) sitte kouluki on alkanu nyt luistaa täs pari kuukautta ja just niinku semmosii päivii on nytten millon nauraa oikeen kunnolla (H:mm) et kyl sen niinku näkee päällepäin.

Pialla on takanaan kaksi lääkkeillä tehtyä itsemurhayritystä. Hän ei kertomuksessaan erittele niihin johtaneita tilannetekijöitä, vaan kuvaa yleisesti tilannettaan ennen itsemurhayritystä. Pian kertomuksesta muodostuu elävä mielikuva siitä, miten hän pyrki voittamaan väsymyksensä ja pakottamaan itsensä toiminaan tavalliseen tapaan. Kertomuksesta välittyy myös kokemus siitä miten muut eivät nähneet ja ymmärtäneet Pian tilannetta, eikä hän itse kyennyt sitä selittämään tai näyttämään. Pia koki tilanteensa sietämättömäksi ja näki lääkkeitä ottaessaan kuoleman kautta tilanteesta pois pääsyn ainoana mahdollisuutenaan.

(1254-1261) H: Miten tota, kertositsä siitä että, et mitä siihen kaikkee liittyy, niinku ennen sitä itsemurhaa? P: Se oli justiin tota niinku, ku oli vaan niin väsyny, ja sitte tota toiset ihmiset aina sano niinku että, et mikä sua vaivaa että, sä oot laiska ja sitte justii niinku et sun pitäs tehdä sitä ja tätä (H:mm) sitte ku mä en jaksanu ni, tai sitte mä tein pakolla, niinku pakotin itteni, (H:mm) ni viel väsy enemmän ja enemmän ja sit tuli vaan sellai olo et kukaan ei ymmärrä ja mä en jaksa enää, (H:mm) tavallaan meni ihan loppuun sitte ku ei kukaan huomannu ja mä en osannu itte selittää ja sitte vaan meni, ei jaksanu ja, halus vaan kuolla sitte.

Piia kuvaa kuolemantoiveidensa olevan tätä nykyä vähemmän vakavia kuin itsemurhayrityksiä edeltävällä ajalla. Hänen kertomuksestaan välittyy kokemus viiltelyn tulemisesta itsemurhayritysten tilalle ahdistuksen tai pahan olon poistajana.

(1432-1443) H: Mites sitte tota, vielä siitä ku sä sanoit et sulla lähti sitten tavallaan se viiltely silloin sen viimisen itsemurhayrityksen jälkeen, niin tota. millä tavalla se, tai ootsä te kokenu että onksun ajatukset sitten esimerkiks jostain kuolemasta muuttunu sen jälkeen, sen viimisen yrityksen jälkeen? P: Emmä sillain oo hirveesti ajatellu sitä mut tota..kyl mul niinku edelleen pyörii mielessä, et mä haluan kuolla (H:mm) mut sit jotenki se ei oo tavallaan niin vakavaa enää mitä se oli silloin ennen (H:joo), et nyt on sit ottanu tavallaan sen viiltämisen sitte.ni et se on kans niinku että, et ku tulee paha olo niinku mitä mul oli siin itsemurhayrityksissä ni tota, mä en tehny sille asialle mitää (H:mm), et se vaan pitkitty ja pitkitty ja tuli vaan enemmän ja enemmän paha olo (H:mm) mut nytte sitte ku, tavallaan tajus sen viiltämisen (H:mhm), ni se ei niinku kerkee sillai kasvaa se paha olo (H:joo), et se helpottuu sitte, ku pääsee viiltää (H:joo). Et se on tavallaan sit semmonen keinoki niinku (H:mm).

3.4. Ahdistuksen säätelyä palvelevat keinot ja voimavarat

Pian kertomuksessa ei tule esille mielen sisäisiä keinoja ahdistuksen säätelyyn. Sen sijaan hän käyttää tähän toiminnallisia keinoja. Piirtäminen, musiikin kuuntelu, koirien kanssa oleminen ja poikaystäväille puhuminen saavat Pian kertomuksessa merkityksen ahdistuksen tai pahan olon vähentämisen keinoina. Niillä hän pystyy toisinaan hallitsemaan paha oloaan. Nämä keinot toimivat Pian mukaan siinä vaiheessa, kun ahdistuksen ja pahan olon tunteet eivät ole vielä kasvaneet kovin voimakkaiksi. Tätä kautta Pia pystyy joissakin tilanteissa estämään tilanteen kehittymisen viiltelyksi.

(501-505) P: No se on niinku ennenku se pahaolo, se kunnan paha olo tulee (H:mm) et justii jos alkaa vähänki ajattelee jotain ikävii asioita (H:mm) ni sitte ku alkaa tekee sitä ni se menee ohi tai sit se pahenee. (H:mm) Mut sitte jos niinku tota antaa sen jatkuu pidempään sen mietinnän ja nää, ettei niinku tee mitään ni sit se ei kyl niinku tehoo, et se vaan pahentaa se musiikki ja (H:mm) nää sitä oloo sitte. Mut yleensä siin alkuvaihees ne helpottaa. (512-518) --jos tulee niinku sellai möksöttävä olo, (H:mm) et niinku ei naurata mikään ja jälleen, ni niinku siihen auttaa sitte justii välil auttaa semmoset niinku

biisit, misson jotain hauskoja sanoja ja (H:mm) mut välil sitte kuuntelee just semmost missä kiroillaan ja oikeen kunnolla päästetään aggressiivioo (H:mm) ni sit seki helpottaa (H:joo) ja sitte tota jos on sitte semmoi olo niinku että et justiin et musta ei oo mihinkään ja itkee vaan koko ajan eikä osaa tehdä mitään ni siihen sitte, sit se vaan pahentaa.

Kertomuksesta ilmenee, että Pia kokee mielialansa usein iltaisin masentuneeksi ja hankalaksi. Tällöin piirtäminen ja koirille juttelu ovat hänelle keinoja parantaa oloa.

(443-447) H: Mitä se piirtäminen sulle sinänsä itelle merkkää? P: Kyl se sillain tota, varsinki jos on niit huonoi iltoja tai muutenki (H:mm) masentaa ni.sitte ottaa vaan kynän ja piirtää mitä mielessä on (H:mm) ni, tulee sit sellai olo et, et niinku tavallaan tulee kevyempi olla sillain, et sai sen pahan olon pois (41-43) P: Kyl ne sillai niinku, varsinki tota ne koirat justiin, ni tota, ne on sillai, ku tulee vähän hankalempii iltoja ni, sitte niille voi rupertella (H:mm) ja luottaa niihin ku ne ei nyt kellekään mee mitään puhumaan.

3.5. Millan viiltely

Milla on 15 vuotta täyttänyt, alle 18-vuotias nuori, joka on viillellyt ensimmäisen kerran noin kolme vuotta sitten. Vaikeimmassa vaiheessa Milla on viillellyt päivittäin, mutta aineistonkeruun aikaan viiltelykertojen välillä saattoi olla viikkoja. Milla on saanut psykiatrista keskusteluapua kahden vuoden ajan. Aineistonkeruun aikana hän kävi tukikäynneillä viikottain.

3.5.1. Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle altistavista tilanteista

Kertomuksessa on Millan kohdalla nähtävissä kaksi viiltelyä aina edeltävää tekijää, itkeminen ja paha olo. Lisäksi itseinho, suru, viha, riitatilanteet ja parhaan ystävän paha olo edeltävät viiltelyä joissain tilanteissa.

(2143-2146) H: No milläs tavalla niinku sit se, että, että tota, onks sulla jotain et mitä sä teet aina jossain tietyssä järjestyksessä tai jotain sellasii? M: No siis yleensä tommosissa tilanteissa se menee silleen aina, et mä meen omaan huoneeseen ja mä itken jonku aikaa. (H: mm) Ja sit mä otan saksen tai mikä nyt onkaan. (H: mm) Se pysyy aina ihan samana.

Millan kohdalla itkeminen edeltää joka kerta viiltelyä, mutta ei aina johda viiltelyyn. Viiltelyä edeltävää itkemistä voi tarkastella suhteessa siihen miten itkeminen vaikuttaa

hänen tunnetilaansa yleisesti. Itkeminen ei vaikuta häneen tyynnyttävästi tai ahdistusta lievittävästi.

(2947-2952) H: --miten se sitten vaikuttaa suhun kun sä itket? Tai sun oloon niinku.

M: No mul tulee entistä huonompi, surullisempi olo, et (H: aha) Se on silleen niinku, et mitä enempi itkee niin sitä pahempi olo tulee. H: m. Onks se aina ollu silleen? M: On se mun mielestä ainakin niin kauan kun mä muistan. Sit mä yritän aina väkisin lopettaa sen itkun ja miettii jotain kivempaa. Joskus se onnistuu joskus ei.

Milla löytää sanoja tunteille, jotka viiltelyyn voivat johtaa. Hän pystyy myös selittämään sitä johtaako tilanne viiltelyyn vai ei. Millalla koettujen tunteiden voimakkuus on yhteydessä tilanteen kehittymiseen viiltelyksi.

(2112-2121) Mut et, onks jotain sellasii , tai mitä sellasii tilanteita tai tunteita niinku sulla on jotka siihen niinku, niinku jotka siihen niinku viiltelyyn johtaa? M: No ne on yleensä semmosii epämiellyttävii tunteita (H: m) mitä ei niinku haluis et on, just niinku joku viha, suru tai sit semmonen niinku et tulee semmonen itseinhon tunne tai semmonen. (H: mm)Vissiinki. H: mm. Onks niinku sulla aina niin, että ne tunteet johtaa siihen viiltelyyn, joka kerta kun ne tulee? M: Ei aina, mut se riippuu aina siit et miten voimakkaana ne tulee ne tunteet. (H: Joo) Eli mä saatan olla niinku vaik vihanen iskälle jostain pikkuasiasta ja se saattaa huutaa mulle, mut jos se ei mulle kovin pahasti sano niin ei se johda viiltelyyn.

Millan viiltelyä edeltävät usein riitatilanteet ja niiden herättämät tunteet. Hän kuvaa näiden riitojen luonnetta intensiiviseksi. Lisäksi esiin tulee riitatilanteeseen liittyvää epävarmuutta omista tunteista.

(2043-2051)) M: No, esimerkiks sellanen, että mulla on ollu äitin kanssa yhtenä iltana. Meille tuli riitaa vissiin tosta telkkaohjelmien kattelusta. (H: mm) Ja meil ne yleensä ne riidat niistä tulle sit semmosia yli-isoja, et me haukutaan toisiamme ja sanotaan kaikkee tosi ilkeetä. (H: Mm) Mää en muista, mitä äiti sillon mulle sano, mut se sano jotain tosi pahasti, et mä loukkaannuin siit hirveesti. No mä lähin sitten omaan huoneeseeni, laitoin oven kiinni ja itkin. (H: mm) Sit mulle tuli jotenkin sellanen, hirvee niinku raivon ja semmosen surun sekanen tunne. Mä en niinku tienny et pitäskö mun olla vihanen äitille, vai pitäskö mun olla surullinen, koska se sano mulle silleen (H: mm) Ja sitten mä näin saksat pöydällä.

Millan kohdalla viiltelyä edeltää aina voimakas epämiellyttävä tunnetila, jota hän ei haluaisi kokea tai jonka kanssa hän ei pärjää. Muutamassa kertomuksen kohdassa hän käyttää pahan olon käsitettä viittaamaan yleisesti kielteiseen tunnetilaan. Useimmiten Milla nimeää erilaiset kielteiset tunteet. Mielestämme viiltelyä edeltävä kielteinen

tunnetila on yleisellä tasolla käsitteellistettävissä pahaksi oloksi. Sijoitimme pahan olon Millan viiltelyä kuvaavaan jäsennykseen viiltelyä aina edeltäväksi tekijäksi osoittamaan kielteisen tunnekokemuksen läsnäoloa aina ennen viiltelyä.

(2356-2358) M: Et välillä ei ees tarvii niinku tapahtuu mitään erikoista niin saattaa tulla semmonen, että on vaan pakko viiltää, koska on vaan yleisesti niin paha olo. H: mm.

Millan ja hänen parhaan ystävänsä välillä on nähtävissä molemminpuolista tunteiden tarttumista. Parhaan ystävänsä paha olo saattaa edeltää Millan viiltelyä.

(2408-2402) H: No mites onks niinku jotaki sellasia, niinku niinku niinku sä sanoit että, että tavallaan se niinku se sun pahaolo vaikuttaa kanssa Marjaan. Niin mitä sitten että, kysyn vaan niinku suhtees suhun sitä, et onks jotain juttui mitä niinku se sit tekee. Et näyttääks se sitä pahaa oloonsa jollain tavalla vai? M: Siis no, ei se nyt sit varsinaisesti näytä, mut kyl mä sen huomaa, jos sil on paha olo. (H: Joo) Se menee myös niin päin, et sit ku sil on paha olo niin mullaki on. H: Joo. Onks se sun paha olo sit niin pahaa, et sä sit sen jälkeen niinku satutat (M: No) ittees? M: Ei aina, joskus. (H: Joo) Sekin riippuu aina vähän tilanteesta.

3.5.2. Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelytilanteesta

Millan viiltely näyttäytyy hyvin impulsiivisena. Viiltely vaikuttaa olevan hänelle ainoa toimintatapa, kun ajatus viiltelystä on tullut mieleen. Kertomuksessa ei tule esiin keinoa, jolla vastustaa viiltelyä. Näin ollen Millan kokeman kielteisen tunnekokemuksen ei tarvitse olla kovinkaan äärimmäinen, etteikö se voisi johtaa viiltelyyn.

(2122-2128) M: No jos se ajatus tulee niin kyl mä sen aina teen, (H: joo) silloin ku se ajatus tulee. H: Joo. Entä sitten se että, että tota jos se ajatus tulee, niin niin kuinka kauan siit menee aikaa, et sä teet sen? M: No, yleensä ei kovin kauaa, et ei varmaan edes puolta minuuttia. H: Eli sä niinku sit teet sen. M: se tulee tosi nopeesti. (H: Joo.) Kun se on, no melkein aina on ollu silleen, et mä oon kotona. (H: hm.) Niin ei se oo yli puolta minuuttia. H: Ootsä jossain muualla niinku sitten viillelly ku kotona? M: En oo.

Millan mukaan viillellessä fyysinen kipu tulee psyykkisen kivun tilalle.

(2050-2053)—M: Ja sitten mä näin sakset pöydällä. No mä olin aikasemminki viillelly, niin se ei silleen siin vaihees ollu mitään uutta. (H: m) ja mä sitte viilsin ja sillä saa jotenki, tai mä saan purettuu sillä sitä pahaa oloa. Koska se kipu on sitten niinku fyysistä eikä enää henkistä.

Milla on polttanut kättään tupakalla kolme kertaa. Myös siinä on nähtävissä kivun korvaaminen toisella kivulla. Ilmeisesti ihon polttamiseen liittyy ainakin välillä sama funktio kuin viiltelyyn.

(2182-2184)M: Jostain mul tuli päähän ajatus, että jos mä tökkään tohon tupakalla niin sit siihen sattuu eikä mahaan satu enää. (H:Joo) Se oli semmonen se eka, et se ei silleen varsinaisesti liittyny mihinkään tommoseen.

Milla tuo esiin viiltelyyn liittyvän pystyvyyden kokemuksen. Kertomuksessa ajatus omasta pystyvyydestä liittyy sekä haavojen tekemiseen viiltelytilanteessa että omaan kykenevyyteen yleisemmin. Hän kertoo kokemansa tunnetilan voimakkuuden vaikuttavan sekä haavojen syvyyteen että kokemansa kivun voimakkuuteen. Kuvattuaan tunteitaan viiltelytilanteessa Milla siirtyy nopeasti puhumaan viiltelyyn liittyvistä ajatuksistaan, eikä lähde kertomaan viiltelyn jälkeisistä tunteistaan. Ajatuksistaan kertoessaan hänen puheessaan vuorottelevat viiltelyyn liittyvät myönteiset ja kielteiset merkitykset.

(2063-2083)H: No mitäs sitten, jos sä ajattelet niinku tavallaan sitä hetkee, kun sä sitten viillät itteäs, niin miltä se niinku, miten se suhun vaikuttaa sitten se hetki, miltä se tuntuu sitten? M: Siis se on jotenkin semmonen et, siin mul tulee välil mieleen semmonen ajatus, et mä niinku haluan oikeen näyttää äitille, että mä oon vahva ja, pystyn vaikka mihin. Mut vaikka mä oonkin yksin, (H: m) se niinku tekee mulle semmosen olon, että mä teen jotain, mitä äiti ei voi estää, mua tekemästä (H: m.) En mä osaa oikein tarkemmin selittää, mut se on, se tuottaa vaan mielihyvää. Siis no, se helpottaa oloa, koska kyllähän se silleen sattuu. Ei aina, et mitä vihasempi ja semmonen niinku, just semmonen oikein semmonen OAGHH-olo on, niin se sattuu mua vähemmän, (H: Joo-o.) ja, sen takia yleensä se on, et mä viillän monta kertaa, koska se ei sitte enää satu. Ja sit niist yleensä tulee syvempiä kun on ihan raivoissaan ja ei omia voimiaan osaa oikeen hallita. (H: Joo) Ja, mulle tulee siit välillä ilonen olo et mä pystyn, niin syviä haavoja tekemään, koska se ei aina onnistu. (H: Joo) Ja siit siis, no mää en nyt tiiä tunteisiin vaikuttaa. Ainakaan, paha kysymys. Siis siit tulee vaan jotenki, vähä ilosemmaks, (H: mm) Mut toisaalt siit tulee taas vähän surullisemmaks, koska mäkin oon välillä ajatellu, et siit jää kuitenkin pysyvät arvet. (H: mm) Ja sit siit, joskus tulee kans sellai mieleen, et on niinku tosi kova ja semmonen erilainen.

Kertomuksessa tulee esiin oman veren näkemisen keskeinen rauhoittava ja pysähdyttävä vaikutus Millan viiltelyssä.

(2159-2165) H: No mites sitten kun sä sanoit niinku sen, että kun sä näät sen veren niin miten sä niinku kuvailisit sitä vielä et miltä se niinku susta tuntuu ja mitä siinä sitten ajattelee? M: Siis siinä ei nyt lähinnä ajattele muuta kun sitä omaa vihaa, (H: hm) ärtymystä surua. (H: m) ja yleensä siin vaiheessa ajatukset jotenki niinku pysähtyy et sit

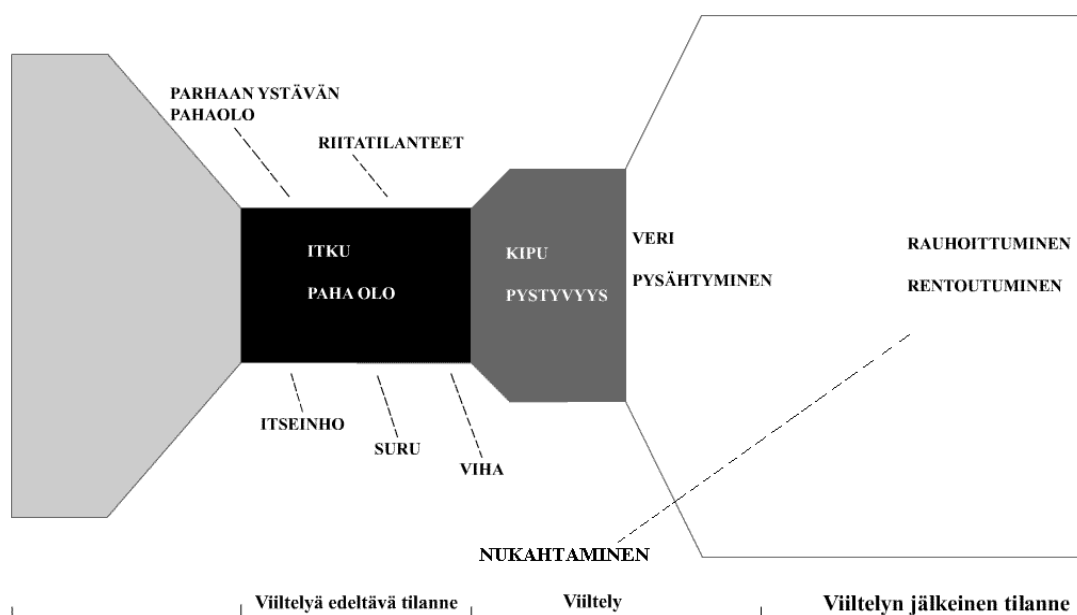
ei, kää et se ei, sitä vaan niinku istuu ja kättelee, (H: joo) kun se veri valuu. Siit tulee vaan jotenki hyvä olo, mut ei siin nyt sen kummempia ajattele. H: mm Onks se veri niinku siin silleen tärkeä? M: Mun mielest on

3.5.3. Ei-refleksiivinen kertomus viittelyn jälkeisestä tilanteesta

Sekä Millan viittelyä edeltävää tilannetta että viittelyä kuvaava kerronta on omaa kokemusta reflektioivaa, siinä tuotetaan sanoja sisäiselle kokemukselle ja pohdiskellaan asioiden välisiä yhteyksiä. Sen sijaan viittelyn tai nukahtamisen jälkeisen tilanteen kuvaaminen on kauttaaltaan tekstissä ikään kuin tapahtuminen kuvailua ulkoapäin. Kun Milla on kuvannut pysähtymisen kokemuksen veren valumista katsoessaan, kerronnasta katoaa refleksiivisyys.

(2054-2057)—M: Sit se on, jotenki rauhoittaa ku kattoo, miten se veri sit valuu siitä ja yleensä se päättyy se koko homma silleen, että mä saatan ihan yhtäkkiä vaan nukahtaa johonki. Sit mä herään vaikka lattialta vähän ajan päästä ja oon silleen, että mitäs mitäs. (2215-2222)H: Mitä sä sit sitte ajattelet siitä, että kun sä nukahat niin, miltä sit se tuntuu niinku sust herätä ja? M: No ensinnäki vähän ihmettelee sitä kun mä en oo niinku ite tajunnu et mä nukahdan. (H: mm) Sit mä vaan ihmettelen kun mä yhtäkkiä herään et mitäs mitäs. (H: mm) Se on sellai jotenki, jotenki sellai, vaikee selittää, semmoi epätodellinen olo. H: mm. Minkälainen mieli sulla niinku silloin on kun sulla on se semmonen? M: No sen jälkeen kun nyt herää niin kyl se silleen hämmästyttää vähäsen. Silti on kuitenkin semmonen, et on se selvästi paljon rauhallisempi.

Jäsennys Millan viittelystä



Kuvan sisään on sijoitettu viittelyyn aina liittyvät asiat ja siihen on yhdistetty katkoviivoilla viittelyyn toisinaan liittyvät asiat. Sävyerot kuvaavat tunteita ja alajana tilanteen aikaulottuvuutta.

3.5.4. Avoimesti jaetut ajatukset omasta viiltelystä

Millan kertomuksessa viiltely näyttäytyy keinona, jota ilman hän ei koe voivansa olla. Viiltelystä jäävät merkiksi arvet, joille ei voi jälkikäteen tehdä mitään. Milla nimeää arpien haitallisuuden tulevaisuudessa syyksi, jonka takia hän olisi viiltelemättä jos pystyisi.

(2477-2483)M: Ai, että mitä mä ajattelen viiltelystä? H: Niin, niinku sun ittes kohalla. M: Itteni kohalla, siis no, mun mielest se on niinku nykyään käytännössä osa mua. Et sit on sen verran kauan jatkunu, ni mä en osaa niinku kuvitella elämää ilman viiltelyä. (H: mm.) Ku se kuitenkin helpottaa (H: mm) Ni se on tavallaan semmonen niinku helppo tie hyvään oloon. Ja nopee. Et ei, en mä, siis no mieluummin mä jos mä pystyisin niin mä olisin viiltelemättä, koska se jättää rumat jäljet. (H:mm.) Ja niist saa sit kärsii isompana. (H: mm) Sille ei nyt täs vaihees enää mitään voi.

Millalle arvet eivät ole muistutus tilanteista, joista ne ovat tulleet. Millan kertomuksessa arvilla on puhtaasti kielteinen merkitys. Hän pyrkii siihen, että arvet eivät olisi näkyvillä.

(2166-2175) H: Muistaksää, että mistä ne niinku arvet on tullu, mistä tilanteista? M: En muista niit on sen verran paljon. H: Joo. No entäs tota pyrit sä siihen, et sä peität ne vai onks sil niinku silleen sulle väliä? M: No mä yritän peittää ne mahdollisimman hyvin et se, talvella se onnistuu helposti kun on aina pitkät housut ja pitkähihanen paita. Mut kesällä, kesällä mä yleensä pidän housuja, just sen takii, ettei jaloissa räy mitään, mut sit mulle tulee hirveen kuuma välillä jos on pitkähai paita tai pitkät housut ja sitten on niinku periaatteessa vähän pakko laittaa, (H: hm.) lyhythihai tai joku hame päälle. Kyl mä muuten yritän pitää ne silleen piilossa. (H: Joo) Koska ihmiset kuitenkin katoo sitte jossai kaupungillaki.

Viiltelyllä on Millan kertomuksessa keinon merkitys. Se ei kuitenkaan näyttäydä valittavissa olevana keinona, vaan ainoana mahdollisuutena olon parantamiseksi. Kuitenkin kertomuksessa välkehtii mahdollisuus siitä, että omaa oloa voisi muuttaa muulla tavalla. Milla pitää mahdollisena, että viiltelyn yksi merkitys voisi olla vanhemmille näyttäminen. Tämä liittyy siihen, että vanhemmat ovat tietoisia viiltelystä. Kertomuksessa tulee esiin viiltelyyn liittyvä häpeän tunne, joka yhdistyy tietoisuuteen siitä, että viiltely on jollain tapaa epätavanomaista tai epänormaalia.

(2485-2492)M: No onhan se silleen aika tyhmää, kun rupee miettiin, et mitä järkee siin oikeestaan on. Kyl sen hyvän olon varmaan sais muutenki aikaan. (H: mm.) Se on

niinku käytännös mulle ainoo keino, koska mä en tiedä silleen mitään muuta millä mä saisin sitten paremman olon. (H. mm.) Ehkä mä jotenkin haluan sillä näyttää meidän porukoille jotain. En mä kyllä tiedä mitä, mutta vaikuttaa siltä, että jotain. Kun ne kuitenkin tietää ja ne saunassakin näkee ne ja (H: mm.) Mut toisaalta sitten taas välillä silleen häpee ku viiltää, koska se ei kuitenkaan oo silleen ihan normaalia.

Milla selittää osittain viiltelyä sitä edeltäneillä raivokohtauksilla. Niihin liittyen hän kuvaa kohteetonta vihaa, jonka hän on purkanut itseensä. Kerronnassa tulee esiin myös viiltelyn pakonomaisuus.

(1905-1914) H: Et mitä sä niinku tällä hetkellä et mitä se viiltely sulle tällä hetkellä merkkää onks se vielä olemassa sun elämässä nykyään? M: Se on olemassa mut se on vähentyny huomattavasti kans et, kun no kun mä en saa niit semmosia hirveit raivokohtauksia enää. (H: mm) Mä en enää silleen viiltele pahemmin, et mä en oo nyt varmaan ainakaan kuukauteen kertaakaan (H: joo) viillelly et sillon ku se oli kaikkein pahimmillaan niin se saatto tai se olikin ihan jokapäivästä et kun mulla oli vaan niin paha mieli ja mua raivostutti kaikki ja mä oli vihanen. Mä en tienny kenelle mä olin vihanen ni mä jotenkin purin sen vihan itteeni (H: m) Ja sitten sai vaan istuu koko päivän eikä sanonu muille mitään, ni mä itkin ja mä oli ihan raivoissani ni sillon tuli sellanen, että on pakko viiltää. (H: mm) Et jotenki se tuotti jotain mielihyvää.

Milla selittää viiltelyn tulemista osaksi elämäänsä siihen liittyvällä hyvällä ololla. Luultavasti viiltelyn pakottavuus tai addiktiivisuus on yhteydessä siihen liittyvään mielihyvään.

(2104-2105)M:--No sitten mä viilsin ja, uudestaan ja siit jotenki tuli vaan semmonen hyvä olo ja siit se rupes sitte tuleen aina useemmin.

Silloin kun viiltelyyn liittyi Millalla itsetuhoisia ajatuksia, hän tavallisesti viiltää ranteisiinsa. Hän ei katso itsetuhoisten ajatusten vaikuttavan haavojen syvyyteen. Kertomuksessa tulee esiin mahdollisuus siitä, että viiltely voisi johtaa kuolemaan. Hän näkee viiltelynsä ja itsetuhoisten ajatusten olemassaolon siinä määrin vakavana, että näkee hyväksi saada keskusteluapua.

(2147-2152) H: mm. Mites onks sulla niinku kuolemantoiveita tai itsetuhosia ajatuksia? M: On joskus, muttei ihan aina. H: Joo Mut et joskus niitä on siin viilelytilanteessa niinkö? M: Joo. H: Joo. Liittyys se sit millään tavalla siihen, et kuinka vakavaa tai kuinka syviä haavoja siit tulee? M: No on sil merkitystä, siis silleen, et jos siihen nyt liittyy itsetuhosia ajatuksia niin yleensä mä viillän ranteisiin. (H: mm) Mut sit taas jos ei liity ni mä viillän joko käsiin tai jalkoihin. (2428-2420) H: No mitäs sä, sä niinku ajattelet siitä, et kuinka vakavaa se sun viiltely on? M: No en se silleen aika vakavaa, koska kuitenkin on niit itsetuhosiaajatuksiaa välil ja, (H: m) ja joskus jos tulee tosi paha

raivokohtaus niin sattaa viiltää just niin pahasti ranteistaki, että jos ei pääse lääkäriin niin siihen kuolee. (H: mm) Toisaalt taas mä en haluu, että. Jos mä oikeesti haluaisin itteni tappaa, ni ei sitä kukaan pystyis estämäänkään. (H: mm) Koska ei siit silleen etukäteen kenellekään sanottais, et huomen mä tapan itteni siihen ja siihen aikaan. (H: mm) Silleen et, on se sen verran vakavaa et, se on hyvä et mä käyn juttelemassa kuitenkin.

Millan kertomuksessa itsetuhoisuus on aina olemassa viiltelytilanteessa vähintäänkin potentiaalisena mahdollisuutena. Vaikuttaa siltä, että viiltelyn vakiintumiseen liittyisi epätoivoa. Kertomuksessa tulee esiin näkemys siitä, että ajan myötä viiltelyyn alkavat liittyä itsetuhoiset ajatukset, vaikka niitä ei ensin olisikaan.

(2454-2461) M: No mun mielestä viiltely viittaa aina itsetuhoisuuteen. (H: Joo) Koska siinähän tehään kuitenkin vahinkoa itelleen. Ja siin kuitenkin jossain vaiheessa, vaikka alussa ei olisikaan sitä itsetuhon ajatusta, niin se kun jatkuu tarpeeks kauan niin kyllä se tulee. (H: mm) Ihan varmasti. Mä tiedän sen ja Marja on sanonu mulle saman, ja mä nyt ajattelen, ettei me kaks kumpikin voida olla väärässä. (H: mm) No sit vielä se että, että onks se sit niinku joka kerta, nii onks se joka kerta itsetuhosta? M: Ei joka kerta, tai siis joka kerta ehkä vähäsen. (H: Joo) Mut aina semmosil pahemmil kerroil on taas paljon paljon enemmän. Että ei sitä aina ajattele, että nyt mä tapan itteni. (H: m) Kyl se saattaa käydä mieles, mutta sitä ei ajattele, että sen tekee nyt heti (H: Joo)Mut sit joskus kun tulee tosi paha olo niin sen haluu tehdä saman tien.

Millan kohdalla bulimiaoireilu ja viiltely ovat olleet vallalla oireilussa eri aikaan. Viiltely oireena on voimistunut bulimian lievittymisen jälkeen. Kuitenkin Milla on saattanut samana päivänä sekä oksentaa että viillellä. Hänelle bulimiaoireilua on helpompi hallita kuin viiltelyä.

(1914:1916) Mites sitten siitä niinku vielä tosta et. Sillon kun se viiltely oli pahimmillaan niin oliks se oksentelu sillon pahimmillaan kans? M: No ei ihan samaan aikaan. (2243-2250)H: Joo. No entäs sillon, jos sulla on ollu semmonen jakso tai semmonen niinku kausi, et sä oot aika usein niinku viillelly, niinku silleen jatkuvasti tai joka päivä. Niin oot sä sillon niinku samoina päivinä esimerkiks niinku oksentanu? M: Joo. (H: Olet?) Joo. H: Mut et sitä oli sillon niinkun oliks sitä viiltelyä sillon kun sitä oli pahimmillaan niin oliks sitä tota yhtä paljon kun sitä oksentelu vai enemmän vai vähemmän? M: No viiltelyä oli enemmän kun oksentelua. (H: joo) Et se oksentelu, no oksentelu oli niinku jo vähän jäämässä.(2252-2254) H:--Kumpaako sun mielest on vaikeempi vastustaa niinku sun kohalla sitä oksentamista vai viiltämistä? M: Viiltämistä. H: Onks se ero selkee vai? M: On se ihan selkee se ero.

3.5.5. Muusta problematiikasta viiltelyn ymmärtämiseksi

Viiltely näyttäytyy Millan kohdalla yhtenä vaikeutena muiden joukossa. Seuraavassa on esitelty Millan psyykkistä problematiikkaa niiltä osin, kun se tuntuu tarpeelliselta hänen viiltelynsä ymmärtämiseksi. Psykiatriseen hoitoon Milla ohjautui terveydenhoitajan huomattua yhdeksännen luokan terveystarkastuksessa viiltelyjäljet ja ohjattua hänet eteenpäin. Milla näkee, että viiltelyn alkaessa ylä-asteen alussa hän ei vielä ollut masentunut. Hän muistelee kantaneensa huolta painostaan mielialaoireilun alkamisen aikaan. Kysyttäessä Milla nimeää pääasialliseksi vaikeudekseen masennuksen ja katsoo viiltelyn ja syömisongelmien liittyvän osaltaan mielialaoireiluun.

(2360-2369) H: No kuule mites niinku se että, että millon se synkkyys ja surumieliisyys on niinku sun luo hiipiny, et millon millon niinku sitä masennusta ei vielä ollu? Pystyks niinku valottaan sitä. M: No joskus ylä-asteen alkupuolella, oisko jossain kasin puolivälissä joskus alkanu tuleen se. Se viiltelyhän alko jo vähän aiemmin. Se ei ollu niinku semmost niinku kovin tiheetä, et se saatto olla jotain kerran kuussa kerran kahes kuussa, kun oli joku tosi tosi paha juttu ollu. H: Oliks sä silloin jo huolissaan sun painosta. Silloin joskus kasin puolivälissä? M: Joo, silloin mä mitä mä painoin 60 kiloo terveystarkastuksessa ja must se oli ihan kauheesti. H: Joo. Paljon sä nyt niinku silloin niinku kaikista vähimmillään painoit? M: oisko ollu jotain, 48.

Milla kuvaa syömiseen liittyvien ongelmiansa lievittyneen, mutta suhde syömiseen ja painoon ei edelleenkään ole ongelmaton.

(1991-1997)H: Minkä aikaa, sä taisit viimeks sanoo, että sä et oo nyt niinku oksennellu johonki aikaa enää. niin kauan siitä nyt sitten on kun sä oot, suurin piirtein viimeks Sitten? M : Olisko jotain kolme kuukautta H: joo. Ootsä nyt niinku, niinku huomannu eroo missään tai silleen? M: No mä en syö ihan niin paljon, kun silloin kun mä oksentelin, (H: mm) ja mä silleen yritän niinku pitää sit oksentelua kurissa et mä syön vähän vähemmän, et mulle ei tuu sellasta ylitäyttä oloo. H: Niin sä sanoit silloin viimeks. M: Et se on silleen vaan muuttunu, ei oikeistaan muu (1978-1984) H: No miten sä sit ajattelet jos. Sä nyt puhuit tosta painon ajattelemisesta niin ajattelet sä sitä niinku kuinka usein? M: No joka päivä (H: joo) melkein koko ajan. (H: mm) Ellei sit oo jotain muuta joka vie ajatukset muualle (H: mm) siis vaikka illalla nukkumaanki käydessä, ku ei tarvi ajatella mitään tärkeempää niin, se tulee mieleen. Välillä koulussaki ku pitäis kuunnella, et se niinku paljo tuppaa menemään oikeesti tärkeempien asioitten edelle, (H: hm) se on tosi ikävää.

Kertomuksissa tulee esiin joihinkin sosiaalsiin tilanteisiin liittyvät vaikeudet. Ihmisjoukossa olemiseen liittyy kuormittavuutta. Milla kuvaa jännittämisen olleen osa elämäänsä jo lapsena.

(1582-1587)M: No koulussa, ei se silleen jos meil on oman niinku ryhmän kanssa tunteja, semmosten ihmisten ketkä mä tiedän. Ja ei se nyt muutenkaan tunnilla ku siellä kuunnellaan opettajaa ja ollaan hiljaa. Mutta sitten jos pitää pitää esitelmää luokalle.

(H: joo) Ja siellä on monia semmosia joita mää en tunne, niin mulla alkaa ääni tärisee, mä hikoilen, naama menee punaseks ja saatan joskus pyörtyäkki. Et ala-asteella on käyny silleen ainaki, et mä oon pyörtyny. (1464-1568) --M: mulla on se, että mä en tykkää olla isossa joukossa. Jos on paljon ihmisiä, niin mua rupee jotenki ahdistaa ja mä haluan sieltä vaan pois. (H: mm) Se tulee hyvin linja-autossa, jos linja-auto on ihan täynnä ni mä vaan kyyhötän jossain penkin nurkassa ja oon ihan hiljaa. (H: mm) Se on ahdistavaa ja sitten kun ne on viel ihan vieraita kaikki ja ei ketään tuttua ni se on kaikkein pahin.

3.6. Mielialaoireita yleisellä tasolla kuvaava jäsentynyt kertomus

Milla kuvaa omaa elämäntilannettaan jaksamattomuuden ja väsymyksen kautta. Masennuslääkkeet ovat jossain määrin parantaneet Millan tilannetta.

(1523-1531)H: Kertositko tähän aluksi että, että tota minkälainen sun elämäntilanne on tällä hetkellä? M: No nyt se on ihan hyvä verrattuna siihen mitä se on aiemmin ollu, mutta, edelleen on niinku sellasta, että on aika alakulonen ja ei paljon ylimäärästä koulun lisäksi jaksa tehdä. (H: Joo) Sellast yleistä väsymystäki on. (H: Joo) Mut mulla on nytte noi masennuslääkkeet ja ni on auttanu siihen väsymykseen, etten enää nuku niin paljo ku nyt nukuin vuos sitten. H: Onks ne niinku vaikuttanu siihen niinku siihen sun siihen jaksamiseen tai mielialaan? M: Jaksamiseen ne on vaikuttanu, mut mä en tiedä oonks mä huomannu silleen erityistä muutosta, et se mielialoireilu on ollu nyt aika samanlainen. Mut se kuitenkin sillai vähän helpottaa ettei tuu semmosia hirveitä raivokohtauksia.

Kertomuksessa tulee esiin oman jaksamisen yhteys opiskeluun ja ikätoverisuhteisiin. Kerronta opiskelusta kietoutuu kauttaaltaan mielialaoireisiin.

(1534-1543) M: Ja koulu on ja siellä joka päivä käyn. Joskus saattaa olla semmosii päiviä, että mä en vaan jaksa nousta sängystä ja sitte isä tai äiti yleensä kirjottaa mulle poissaolotodistuksen. (H:Joo) Niitäkin on ollu nyt aika harvassa, että kyllä mä oon jaksanu käydä. (H:mm) Ja sitten ku mä koulusta pääsen yleensä joskus kahen tai kolmen aikaan, (H: mm) Ni mä meen kotiin sitten mä syön jotain pientä välipalaa ja yleensä mä teen läksyt siinä vaiheessa ja sitte käyn nukkumaan. Mut joskus on silleen, että väsyttää niin hirveesti jos on ollu rankka päivä et mä käyn heti nukkumaan ja teen läksyt sitten myöhemmin. (H: aivan) Mä en paljon kavereita nää ku, mää en, ku mä jaksa mihinkään lähteä. Vaan viikonloppusin sitten, päivisin jos nään, ni nään.

Millan kertomuksessa oma alakuloinen mieliala ei ole yhteydessä ulkoisiin olosuhteisiin. Hän kuvaa kuinka omaan mielialaan liittyy asioiden hahmottaminen kielteisenä.

(1551-1559) M: Siis jos nyt tälleen ajatellaan ihan yleiselt kannalta niin mun mielestä mun elämä on hyvä, koska monilla on paljon huonommat lähtökohdat. Mulla on, vanhemmat asuu yhdessä, mulla on koulu ja mä käyn siellä. Eli periaatteessa kaikki on siis ihan hyvin, mut se on vaan. Jotenkin nyt tullu, et mä en ite tunne oloani hyväks. Mulla on, siis mä oon hirveen alakulonen aina ja must tuntuu siltä, että kaikki ois ihan huonosti ja kaikki ois ihan väärin. Jotenki, joskus tulee ajateltua, että miten ne sit oikeesti on. (H: mm) Mut mä, musta ei niinku tunnu siltä, että asiat ois niinku hyvin, vaikka ne todellisuudessa sitte onkin hyvin. Se on mun sisällä se tunne, et se ei vaan lähe pois.

3.7. Elämää normalisoivat keinot ja voimavarat

Vaikka Millan kertomuksessa ei tule esiin keinoja, joilla hän pystyisi hallitsemaan viiltely-yllykettä, hänellä on kuitenkin toimivia keinoja muista vaikeuksista selviämiseen. Millalla joihinkin sosiaalisiin tilanteisiin liittyy jännittäminen. Hän selviää useimmissa tilanteissa jännityksensä kanssa valitsemalla sitä väistävän toimintatavan.

(2768-2774) H: kuinka sä niinku koet että, et minkä verran se (jännittäminen) niinku haittaa sun elämää tai niinku näkyys se niinku? M: No kyl se silleen, et jos mä nyt oon vaik illal lähössä johonki, et pitää mennä. Ni sit ei oo semmost tarkkaa aikaa, et pitää mennä. Ni kyl mä vältän niit ruuhka-aikaan, etten mä ruuhka-aikaan mee linkulla. (H: Joo.) Mä meen mieluummin vaik vähän myöhemmin. (H: Aivan.) Ettei oo niin täys linja-auto. Ja sit just tällanen, et jos mä nyt kaupungil oon, niin ennemmin mä meen siihen linja-autoon toiselta pysäkiltä kun torilta, koska torilla on paljon enemmän porukkaa yleensä.

Millan bulimia on tällä hetkellä kurissa siinä suhteessa, että hän ei oksentele. Milla pystyy torjumaan yllykkeen oksentamisesta tai vaihtoehtoisesti välttämään sen menemällä nukkumaan tai keskittymällä elokuvaan. Torjunnan käyttäminen keinona tulee kertomuksessa esiin myös muissa yhteyksissä.

(2003-2008) H: Voisinks mä kysyy siitä et nyt kun sulle joskus tulee kuitenkin sellanen olo, et tekis mieli (oksentaa), niin millä sä sitten niinku pidät sen, ettet sä mee? M: Mä

vaan sanon itelleni, että mä en mene. (H: Joo) M: sitten mä yleensä käyn nukkumaan tai jotain ni, en mieli sitä tai yritän olla miettimättä sitä sen enempää. H: joo. Onks sulla muita siihen kun se nukkuminen mikä niinku auttaa? M: No mä saatan josku pistää jonkun leffan pyörimään. Katon sitten sitä ja keskityn siihen.

Millalle elokuvat ovat paitsi apu vaikeissa tilanteissa, myös tapa rentoutua ja sellaisenaan hänelle tärkeitä.

(1928-1934)---M: Mä rakastan kattoo elokuvia (H: joo) ja sitten niin ku niit kattoo ni vaan niinku unohtaa jotenki kaiken muun (H: mm) tulee semmonen hyvä oli ja kattoo vaan niinku toisten elämää (H: mm) Se on ihanaa ja siit tulee parempi olo (H: m) Mä tykkään käydä yksin elokuvissa just sen takia et sit saa rauhassa kattoo. (H: m) Ei oo kaveri höpöttämässä siihen korvaan et kato nyt tuolla on tommonen ja. H: Eli se on niinku vähän semmonen sun nykyinen harrastus, elokuvat. M: Se on mun tapa rentoutua.

Millalle tärkeä voimavara on paras ystävä Marja. Tyttöjen välinen suhde on hyvin läheinen. Se näyttäytyy kertomuksessa vastavuoroisena ja luottamuksellisena. Tyttöjen samankaltaiset ongelmat ovat tärkeä heitä yhdistävä tekijä.

(1615:1627) M: Siis no meist tuli kavereita vast niinku, niin hyvii kavereita vast joskus yläasteella.(H: joo.) Marjalla on ollu anoreksia ja mul on ollu bulimia, ni se silleen yhdistää meitä. Että meil molemmilla on, vähän samantapaset ongelmat. Meistä on sitten tullu tosi hyvii kavereita ja me tykätään samanlaisist asioista. Esimerkiks samanlaisest musiikista ja elokuvista (H: m.) M: Sitten meistä on tullu semmosii tosi läheisii, ett. No Marja on nytten toisessa kaupungissa (H: m) Ni se ei nyt pääse tänne, käytännös ollenkaan ni mä ain käyn välil siellä kattomassa Marjaa ja sit se soittelee mulle ja mä soittelen sille ja. Saatetaan puhua puhelimes päivittäin kaks tuntiaki. H: Joo. Miten sä koet, että niinku kuinka sä pystyt kertoo niinku Marjalle asioista tälleen? M: Mä pystyn kertoo Marjalle kaiken. Mä luotan siihen niin paljon, et mä tiedän et se ei kerro kenellekään niitä asioita. Ja se luottaa muhun ihan samalla lailla, ja se toimii kumminkin päin. Me voidaan niinku jakaa ne mejän asiat yhdessä ja miettii niitä ja jutella niistä.

Kertomuksessa tulee esiin vaikeuksista ja psyykkisistä ongelmista pois päin vieviä asioita. Millalla on paitsi elämää normalisoivia voimavaroja, myös kokemuksia siitä, miten löyhentää ongelmien otetta itsestä. Ajatellen sitä, että Milla kykenee selviämään monissa vaikeissa tilanteissa, syvenee vaikutelma viiltelyä edeltävän tunnetilan ylivoimaisuudesta ja hallitsemattomuudesta.

3.8. Viiltely ja sosiaalinen tarinavaranto

Millan viiltely tuli muiden tietoon heidän huomattessa arvet. Hänen kertomuksessaan tulee esiin, että viiltely ei juurikaan herättänyt kotona keskustelua.

(2192-2204) H: No mites sitten kun sulla oli se ensimmäinen kerta niin niinku, niinku kuka siitä sitte, tiesko siitä sitte muut sun lisäksi? M: Ei H: Saiks ne sit niinku myöhemmin niinku kuka muu siitä sai sit tietää tai kerroit sä? M: No mun paras kaveri huomasi sen yhessä vaiheessa ja. Se oli varmaan ensimmäinen joka ties. Seuraavaks meidän koulun terveydenhoitaja. (H: Joo) Sai tietää ja sit se sieltä niinku pisti lähetteen eteenpäin. (H: Joo, aivan) Ja sit sieltä ku, niinku tuli viestiä kotiin niin sit vasta sai vanhemmat tietää. H: Joo. Kuin ne sit otti sen? M: No se oli äitille ihan täys yllätys ja oli se isällekin. Mut, ei ne nyt silleen mitään ihmeellistä, et kyllä äiti vaan oli silleen vähän, et miksi ei niinku, miksi mä en oo niinku sanonu mitään tai tällasta ja. (H: m) Mut ei sen kummempaa. Ei ne sit puhunu silleen mun kuullen mitään. H: No sanok, mitä ne sano sit et miltä niistä tuntuu? M: No ei ne sanonu mulle mitään et miltä niistä tuntu, ni mä en silleen tiedä miltä niistä tuntu.

Kertomuksessa tulee kuitenkin esiin Millan toive siitä, että viiltelystä olisi aikanaan syntynyt kotona enemmän keskustelua.

(2273-2279) H: Entä sit sun vanhemmat, mitä sä ajattelet mitä sä niinku oisit tavallaan toivonu tai halunnu et ne ois suhtautunu kun ne sai tietää? M: No muuten samallailla ku nytteki, mut must, mä oisin silleen halunnu et ne ois kuitenkin sanonu siitä jotain. (H: mm) Ei mitenkään ku, silleen niinku ilkeesti, tai käskävästi tai mitään että. Ois vaan sanonu, et mitä mieltä ne on ja, (H: mm) M: jotain voinu kysyä asiasta. H: Mut et mitä sä aattelet nyt että, että niinku mitä mieltä ne on, onks sul niinku siitä sellanen? M: En mä yhtään tiiä. (H: Joo) Kai ne on jotenki tottunu ajatukseen.

Viiltely on Millan lähipiirissä puhumaton asia. Parasta kaveria lukuun ottamatta hän ei ole siitä ystäväpiirissä puhunut, vaikka ystävät tietävät arvista ja siten myös viiltelystä. Milla kertoo olevansa tyytyväinen, että kaverit eivät ole arvista puhuneet. Hän liittää tämän siihen, että he tuskin ymmärtäisivät asiaa.

(2254-2261) H: No mites esimerkiksi jos sä nyt ajattelet, sä sanoitki sun niinku kaveri sai tietää siitä niinku eka. (M: mm) H: niin tota, niinku niinku ketkä muut sitten siitä nyt sitten tietää? M: No siitä tietää no ne lääkärit kenellä mä käyn, sitten just vanhemmat ja se kaveri. Ja sitten pari muuta kaveria joitten kanssa mä oon kesälläki pyöriny ni, ne on nähny, mut ei ne silleen kiinnitä huomioo mitenkään. H: Onks ne kysyny niinku? M: Ei ne oo, ei ne oo kysyny mitään. H: Joo. Mitä sä aattelet et tietääks ne kumminki? M: Kyl ne tietää pakko niitten on kun mä oon kesällä niitten kanssa pyöriny. (H: m) Kyl sen huomaa. (2280-2286) H: Entä sit ne ne pari tyyppiä, jotka just niinku, niinku ilmeisesti on huomannu ni, miten sä oisit toivonu, että ne niinku suhtautuu? M: No just toi on ihan

hyvä, että ne ei sanonu mitään kun se ei oo kuitenkaan niin hyviä kavereita ku Marja. (H: mm) M: Ja se ei silleen oo niitten asia ja ne ei ite välttämättä ymmärrä, koska niillä ei oo mitään samanlaisia kokemuksia. Musta se on parempi, et ne on hiljaa, mut se on kuitenkin hyvä, et ne tietää, ettei siit tuu sit myöhemmin mitään.

Pian viiltelystä tietävät perhe, poikaystävä ja muutama ystävä. Piia kokee, että pyrkiessään puhumaan kavereilleen viiltelystä nämä ovat halunneet vaihtaa puheenaihetta. Tämän hän katsoo johtuvan siitä, että he eivät halua tai pysty kuulemaan viiltelystä.

(764-767)H: Miten sä niinkun ite koet, että, tai osaisitsä kertoa niinku siitä, et millä tavalla ihmiset on ylipäättäsä suhtautunu siihen että, tähän viiltelyyn? P: no tota, mun vanhemmat ja mun kihlattu ni ne on niinku ainoat jotka esimerkiks on itkeny sen takia, et mä teen ittelleni jotain semmosta (1366-1372) P: --kaverit on sillain, sillan ku mä oon kertonu ni meil on ollu niinku justiin että, et niinku oikeen järkyttyneit et miks ja tolee (H:mm), mut sit se on justii niinku tavallaan unohtunu sitte (H:mm) sen jälkeen ku mä oon puhunu vähän aikaa ja (H:mm) sitte jos tulee joku toinen asia niille mieleen ni sitte ne no esimerkiks jos mä nyt vaikka kerron niinku et kuinka paha olo mul oli (H:mm), ja sitte se kaveri sanoo et hei, paljo se kello on et monelt ne salatut elämät alko, (H:mm) ni se on just tämmöstä et ne ei niinku, niinku ne ei halua tai sitte ne ei pysty kuuntelee.

Kertomuksesta välittyy mielikuva, että Pia olisi toivonut ihmisten suhtautuvan viiltelyynsä empaattisemmin. Pia kertoo kokeneensa äärimmäisen loukkaavana sen, että ei ole tullut kuulluksi viiltelystään kertoessaan. Hän toivoisi ihmisten sanovan pystyvätkö he auttamaan häntä kuuntelemalla vai eivät.

(1373-1381) H: mikä sun mielestä ois semmonen niinkun sulle paras tapa reagoida siihen, ku sä kerrot siitä? P: No kaikille ois sillain hyvä että, et niinku Sanois, että mä en pysty kuuntelemaan, tai et mä en, mä en halua nyt kuunnella et mul on ittelleni murheita et mä en pysty kuuntelee (H:mm) tai sitte justii niinku toiste päin, et mä voin kuunnella et, mä voin auttaa sua (H:mm) ja sit tosiaan niinku kuuntelee (H:aivan), et se on justii tärkeet, et sanoo että pystyykö vai ei (H:mm), koska sitte kuitenkin mä uskon, et kaikki jotka viiltää ni niilon niinkun muutenki sitä pahaa oloa (H:mm) ja sitte just toinen justii, se esimerkki et paljo kello on, ja (H:mm) jos sanoo noin ni, se loukkaa niinku ihan hirveesti.

Millan mielestä opettajien ja muiden aikuisten ei tulisi kiinnittää huomiota viiltelyyn. Lääkäreiden puolestaan pitäisi hänen mielestä arpia nähdessään kysyä niiden syystä ja selvittää saako viiltelevä potilas keskusteluapua.

(2288-2294) H: No entä sitten jos, jos niinku, niinku joku huomaa, niinku joku muu joku opettaja tai joku muu aikuinen niin mitä sen pitäs sun mielest tehdä tai sanoo tai? M: Ei mun mielest mitään, koska ne oo niinkun ketään niin läheisiä. Ne ei oo perheenjäsenii eikä ne oo mun parhait kavereita. (H: mm) se ei silleen oo niitten asia puuttuu siihen.(H: mm) Jos huomaa niin huomaa, mut mun mielest saa luvan olla ihan hiljaa. (H: Joo) Ei tarvii sanoo mitään. (2328-2336) M: Tälleen, must siis niinku just joku tällanen jos käy lääkäris ihan jonku muun asian takia kun viiltelyn takia ja sit se huomaa ni. Ni kyllä mun mielest sen pitäis kiinnittää siihen huomiota, koska eihän se sitte tiedä että kuin vakavaa se on tai (H: mm) tai onks käynks mä juttelemassa kenenkään kanssa siitä. Ni mun mielest kannattais kuitenkin sellasten kysyy, jotka ei oo selvillä asioista lääkäreitten ni. H: Onks sult kysytty, oot sä käyny joskus niinku jonkun muun asian takia silleen, et ne on nähny niitä arpia? M: Oon käyny, jonkun muun asian takia ja on nähny arpia, mut ei oo kertaakaan kysytty niist mitään tai sanottu niist mitään.

Millan kertomuksesta tulee vaikutelma, että lääkärien lisäksi myös muulla hoitohenkilöllä on oikeus puuttua viiltelyyn ja puhua siitä, vaikka se kuuluu kaikkein yksityisimpiin asioihin. Milla kertoo tilanteesta, jossa hänen arpensa oli otettu puheeksi tökeröllä tavalla. Kyseisen tilanteen voi katsoa olevan esimerkki siitä, kuinka vaikea viiltelystä on puhua.

(2336-2343) M: Mut kerran ku mä oli verikokeissa niin kyl siel nyt vissiin joku sano, että voi voi kun kauniit kädet piloille tai jotain tämmöstä että. H: Mitä sä siit sitten? M: Ei, se ei must oikeen ollu kivasti sanottu, et kyl mä tiedän itekkin et ne on rumannäkösiä ne arvet, et ei mua siit tarvii mun mielest muistuttaa. Et jos nyt halua kommentoida, niin voi just vaik sanoo jotain semmost vähän positiivisempaa tai silleen. No en mä nyt keksi oikeit sanoit, et mitä vois sanoo, mut just sellast kysyy vähän silleen, miks sä oot tolleen, tai kysyy just jotain että niinku just jotain, niinku et käyt sä juttelemas kenenkään kanssa. (H: mm) tai tämmöstä.

Ennen viiltelyään Milla ei tiennyt ketään toista nuorta, joka olisi viillellyt. Hän kertoo kuitenkin nähneensä viiltelyyn liittyvän televisio-ohjelman ennen ensimmäistä viiltelykertaansa.

(2098-2103) M: No mä olin sillonki kotona, (H: Joo.) mä olin, mä olin jos en ihan väärin muista niin mä olin suihkussa (H: Joo.) ja sillon mä olin jotenkin sellai et mä olin niinku hirveen surullinen, et ei ollu niinku mitään riitaa. (H: Joo.) tai mitään mä vaan olin surullinen. Ja mä siinä sheivailin samalla karvoja, (H: joo-o.) ja kun mä oli vissiin edellisenä päivänä nähny jonkun ohjelman just viiltelystä tai jostain. Et se niinku tuli siit mieleen. (H: Joo.) no sitten mä viilsin ja, uudestaan ja siit jotenki tuli vaan semmonen hyvä olo ja siit se rupes sitte tuleen aina useemmin. (H: Joo.) Mä en silleen ollu vihanen kenellekään, (H. m.) enkä raivoissani, mut en muista mitä surullist. Olikohan mun sukulainen sillon kuollu vai mitäkä. Ei. Joku oli kuitenkin jotain semmostaki oli. (H: joo.) olin niinku ihan maassa ja itkeny paljon.

Viiltely näyttäytyy tutkimuksessamme ilmiönä, joka rajautuu pieneen lähipiiriin tai on ainoastaan omassa tiedossa. Haastateltavien kertomuksissa se vaikuttaa väistävän sekä tunteista puhumista että keskustelua yleensä. Viiltelystä kertomiseen tai arpiin ei välttämättä osata reagoida. Millan kertomuksessa toive ihmisten vaikenemisesta liittyi ajatukseen siitä, että muut ihmiset eivät ymmärrä mistä on kyse. Tästä meille heräsi ajatus, että kokemukset ihmisten kielteisestä suhtautumisesta viiltelyyn voivat saada viiltelevän henkilön ennakoimaan, että asiasta puhuminen jatkossa olisi hänelle ainoastaan rasite. Näin ollen hän haluaisi vaieta viiltelystä ja tätä kautta hänen käyttäytymisensä alkaisi tukea ympäristön alttiutta vaieta. Viiltely ilmiönä ei näytä lisäävän sosiaalista tarinavarantoa. Koska viiltely herättää hiljaisuutta, se tuntuu vievän ihmistä pois päin muista. Haastattelemiemme nuorten kerronta oli kokonaisuudessaan hyvin yksityistä. Sosiaalisesta tarinavarannosta oli otettu aineksia lähinnä siihen miten he puhuivat välillä mielialaongelmiin liittyvistä asioista.

3.9. Viiltelykokemusten yhtenevyyksiä ja eroavuuksia

Haastateltavien viiltelykokemuksissa on useita yhteisiä piirteitä. Molempien haastateltavien kertomukselle ensimmäisestä viiltelykerrasta oli yhteistä sen kuvaaminen sattumalta tapahtuneeksi. Kumpikin koki viiltelyn helpottavana ja molemmat myös tekivät useampia haavoja jo tällä ensimmäisellä kerralla. Yleensä haastateltavat eivät ole olleet päihtyneitä viillellessään. Pian ensimmäinen viiltelykerta on ainoa tilanne, johon alkoholinkäyttö on liittynyt.

(912-925) P: se oli tota me oltiin sillon niinku juomassa alkoholii ja mä olin aika kännissä sillon ja sitte justii tuli se paha olo (H:mm) ja sitte raivos siinä, mää huusin mun kavereille ja, sit mä sen pullon otin käteen ja niinku, löin sen siihen maahan ja, sit siint tuli se haava, sit tota.. mä olin vähän aikaa siinä nii ja niinku kavereitten kanssa ja mul oli se pullon siru niinku koko ajan kädessä, (H:mm) sit mä kattelin sitä ja sormella koittelin et kuinka terävä se on ja (H:mm) mut sit jotenki, ei se sormen koittaminen riittäny ja, sit oli pakko vetästä käteen yhen kerran ja, sillai niinku, se oli sillai hirveen pieni se haava (H:mm), se ei ollu syvä eikä pitkä eikä tälle sit se vaan siitä niin niinku se alko jotenki naurattaa sillain et, niinku huomaa, et tota hyvä olo tulee sillai (H:mhm) Ja sit se oli aina niinku et mitä isompi ja syvempi se oli, ni tavallaan enemmän ja enemmän alko naurattaa (H:mm)sillai (H:mm) ja viel ku kännissä oli ni se oli niinku. H:mm et se oli niinku, eli täl ensimmäisellä kerralla sä viiltelit niinku useemman kerran, tai useempia viiltoja niinku? P: joo, mä oon aina, aina ku mä oon viiltäny, ni se on niinku useempia.

Vaikka riitatilanteet eivät haastateltavien kertomuksissa aina johtaneet viiltelyyn, riitely on kuitenkin molemmilla tavallinen viiltelylle altistava tilanne. Kummankin haastateltavan kohdalla on ollut tilanne, jolloin viiltelevä ikätoveri oli vaikuttanut omaan viiltelyyn. Millan kohdalla parhaan ystävän psyykinen pahoinvointi on saanut Millan viiltelemään. Pia puolestaan kuvasi samaistuneensa potilastoveriin, joka on viillellyt.

Kummankin haastateltavan viiltelyä edeltää voimakas kielteinen tunnetila. Välillä kielteiset tunteet kertomuksissa on erotettu toisistaan ja nimetty, välillä taas kielteinen tunnetila on nimetty pahaksi oloksi. Molempien haastateltavien viiltelytilannetta havainnollistavaan kaavakuvaan on sisällytetty paha olo, tosin sillä on eri merkitys haastateltavien kohdalla. Molemmille haastateltaville oli yhteistä kokemus pakosta viillellä sekä kokemus siitä, että on olemassa tietty tila, jonka jälkeen tilanteen kehittymistä viiltelyksi ei voi estää.

Pialla on toiminnallisia keinoja pahan olon ja ahdistuksen hallitsemiseksi. Näin ollen hän pystyy toisinaan estämään tilanteen kehittymisen viiltelyksi. On kuitenkin huomattava, että hänellä ei näytä olevan tässä suhteessa mielensisäisiä keinoja. Monet arkipäiväiset toiminnot saavat Pian kertomuksessa merkityksen suhteessa ahdistuksen säätelyyn. Millan kertomusta puolestaan ahdistuksen säätely ei määritä voimakkaasti. Milla ei voi estää tilanteen kehittymistä viiltelyksi, mutta hänellä on kuitenkin keinoja selvittää monien muiden vaikeuksien kanssa. Hän näyttää pyrkivän järjestämään elämäänsä siten, että voimavarat normalisoivat elämää ja palvelevat samalla vaikeuksien kanssa toimeentulemistä.

Milla antaa vaikutelman, että hän haluaa pitää viiltelyn yksityisasiana, jonka hän on valmis jakamaan vain harvojen ja valittujen kanssa. Pia taas toivoo pystyvänsä keskustelemaan asiasta ja saamaan ymmärrystä kanssaihmisiltä. Molempien haastateltavien kertomuksissa on mainittu viiltelyyn liittyvä häpeän tunne sekä kipeä tietoisuus siitä, että viiltely ei ole normaalia vaan sen katsotaan olevan jotakin epänormaalia tai hulluuteen liitettävää. Kumpikaan haastateltavista ei katso viiltelytilanteidensa olleen itsemurhayrityksiä.

Mielestämme oli huomionarvoista, että molemmat haastateltavat kertoivat tekevänsä viiltelytilanteessa aina useita haavoja. Tähän liittyen haastateltavat toivat myös esille, että myöhempien haavojen tekeminen tuottaa vähemmän kipua. Kumpikin heistä kuvasi tunteiden vaikuttavan tekemiensä haavojen syvyyteen siten että voimakkaamman

tunnetilan kokiessaan he tekevät syvempiä haavoja. Mielenkiintoinen löydös on yhdenmukainen kuvaus siitä kuinka fyysinen kipu työntää henkisen pahan olon sivuun. Samoin kiinnostavaa oli kummankin kohdalla oman veren näkemisen keskeisyys viiltelyyn liittyvän myönteisen tunnekokemuksen synnyssä.

Kokemus itse viiltelytilanteesta on haastateltavilla pitkälti yhdenmukainen. Millan ja Pian kertomukset viiltelyyn liittyvästä kielteisestä tunnetilasta, pakosta viiltää, haavoista, kivusta sekä veren näkemisestä ovat pitkälti yhteneviä, niihin liittyy samoja merkityksiä. Viiltelyssä on keskeistä kivun tuntemiseen ja veren näkemiseen liittyvä psyykkisen pahan olon laantumisen ja rauhoittuminen. Näkemyksemme mukaan fyysisen kivun olennaisin merkitys on, että siihen keskittyminen vie huomion pois tunnemyrskystä. Veren näkemisen tärkein tehtävä puolestaan on tyhjentää mieli ja rauhoittaa.

Viiltelyyn liittyvät keskeisimmät eroavuudet tapausten välillä liittyvät koettujen tunteiden luonteeseen, viiltelyä edeltäviin tekijöihin sekä viiltelyn vaikutukseen. Vaikuttaa siltä, että Millalla viiltelyä edeltävään tunnekokemukseen liittyy keskeisimmin suru ja viha, Piialla puolestaan surkeus ja ahdistus. Kertomusten perusteella ilmenee, että viiltely vaikuttaa haastateltaviin eri tavalla siinä suhteessa, että Piialle viiltelyn tuoma helpotus liittyy veren näkemiseen ja on hetkellinen. Piialla viiltelyn jälkeiseen tilanteeseen liittyy häpeän sävyttämiä kielteisiä tuntemuksia. Millalle helpotus on kokonaisvaltaisempi ja pidempään jatkuva.

Viiltelyä edeltäviä tunteita emme pystyneet kertomusten pohjalta tarkasti tavoittamaan, koska niitä kuvaamaan ei kaikilta osin löytynyt käsitteitä haastateltavien puheessa. Esimerkiksi yhteistä käsitystä siitä, mitä Pia pahalla ololla tarkoittaa ei tutkijoiden kesken saavutettu. Milla ja Pia pystyivät kuitenkin välittämään viiltelyä edeltävän tunnekokemuksen, vaikka se oli vaikeasti sanoiksi puettavissa. He pystyivät kuvailemaan mitä mielen maailmassa tuolloin tapahtuu.

Puhe oli refleksiivistä kerrottaessa viiltelystä ja sitä edeltävistä asioista. Refleksiivisyys hävisi molempien haastateltavien puheesta, kun he siirtyivät kertomaan viiltelyn jälkeisistä asioista. Voidaan ajatella, että muutos kerronnassa heijastaa kokemuksen muuntumista. Viiltelyn päätyttyä kokemusta alettiin kuvata ulkokohtaisesti tarkastelematta sen eri puolia. Omaan kokemukseen otteen saaminen ei siis kantanut viiltelytilanteen ulkopuolelle. Viiltely lisää hallinnan tuntua suhteessa omaan kokemukseen keston ajan, mutta se ei lisää refleksiivisyyttä suhteessa itseen, näin

ollen viiltelyn vaikutus on näennäisesti eheyttävä.

4. POHDINTA

4.1. Tutkimuksen tulosten pohdintaa

Tutkimuksemme tavoitteena oli kuvata haastateltavien viiltelykokemusta, tarkastella viiltelyyn liittyviä merkityksiä sekä yhtäläisyyksiä ja eroja tapausten välillä. Haastateltavien kuvaukset itse viiltelytilanteesta olivat pitkälti yhtenevät. Viiltelyä edeltävät ja viiltelyn jälkeiset kokemukset puolestaan näyttäytyivät erilaisina. Haastateltavien viiltely oli luonteeltaan siinä määrin erilaista, että tarkastelimme ja kävimme läpi tulokset kummankin kohdalta erikseen. Päädyimme tekemään kummankin informantin viiltelykertomuksesta oman visuaalisen jäsennyksen. Yhteisen jäsennyksen tekeminen haastateltavien viiltelykokemuksista olisi nähdäksemme hävittänyt merkityksellistä tietoa. Koska kyseessä on eksploraatiivinen, ilmiön kuvailemiseen ensisijaisesti tähtäävä tutkimus, keskityimme pohdinnassa tarkastelemaan viiltelykokemusta ja siihen liitettyjä merkityksiä. Seuraavaksi käymme läpi tärkeimpinä pitämiämme löydöksiä rinnakkain aiemman kirjallisuuden kanssa.

Ensimmäinen viiltelykerta kuvattiin kertomuksissa ikään kuin vahingossa tapahtuneeksi. Tämä löydös on yhtenevä Levenkronin (1995) sekä Favazzan ja Conterion (1989) löydösten kanssa. Levenkron kuvaa itsensä vahingoittamisen alkavan tavallisesti tilanteesta, jossa esineen rikkominen tai heittäminen ei lievitä vihan, ahdistuksen tai paniikin tuntemusta. Jos tämä ei auta, saatetaan ensin lyödä nyrkki seinään tai ikkunan läpi, hakata päätä seinään ja lopulta käyttää esinettä itsensä vahingoittamiseen. Kun itsensä vahingoittaminen koetaan helpottavana, sitä ollaan alttiita käyttämään tulevaisuudessa. Pipherin (1994) mukaan nuoren kerran alkaessa viillellä tai polttaa itseään hän todennäköisesti jatkaa.

Aiemmissa tutkimuksissa keskeisimmiksi viiltelyä edeltäviksi tuntemuksiksi on kuvattu viha, ahdistus, syyllisyys, hylätyksi tuleminen, epäonnistumisen kokemus ja depersonalisaatio (Favazza, 1998; Herpertz, 1995; Rosen, Walsh & Rode, 1990). Tässä suhteessa tutkimuksemme tulokset ovat pitkälti samansuuntaisia aiempien tulosten kanssa. Toisella haastateltavalla viiltelyä edeltävä tunnetila vaikutti olevan voimakkaimmin surun ja vihan sävyttämä, toisella puolestaan ahdistuksen ja surkeuden tuntemukset olivat vallalla. Tunnekokemusta kuvattiin äärimäisen voimakkaaksi ja

mahdottomaksi hallita. Sen sanoiksi pukeminen ei ollut helppoa, mikä näkyi eritoten siinä miten hapuilevasti Pia puhui viiltelyä edeltävästä pahasta olost.

Tutkimuksessamme ulkoinen tilanne, kuten riita tai koettu epäonnistuminen aiheutti toisinaan viiltelyyn johtavan sietämättömän tunnetilan. Viiltelylle altistavia ulkoisia tilanteita ovat muun muassa hylkääminen, separaatio ja epäonnistuminen (Favazza, 1998; Herpertz 1995; Rosen ym., 1990). Piialla viiltelyä edeltäneisiin riitatilanteisiin liittyi syyllisyyttä. Eräässä tapauselostuksessa viiltelyn on kerrottu vähentävän syyllisyyden tunnetta (Favazza, DeRosear & Conterio, 1989). Tämän oletamme tapahtuvan myös Pian kohdalla. On katsottu, että viiltelyyn saattaa toisinaan liittyä enemmän tai vähemmän tiedostamaton toive tuottaa kipua toiselle, jolloin osoitetaan epäsuorasti toista ihmistä kohtaan tunnettu viha (Favazza ym., 1989; Levenkron, 1995).

Aiemmissä tutkimuksissa on kiinnitetty huomiota itseään vahingoittavien henkilöiden vaikeuteen ilmaista tunteitaan kielellisesti (Levenkron, 1995; Rosen ym., 1990; Strong, 1998; Woodruff, 1999). Vaikka viiltelyä edeltäviä tunteita oli jossain määrin vaikea nimetä, kaiken kaikkiaan haastatteluissa kuvattiin tunteita yllättävänkin tarkasti ja monisanaisesti. Jotkut itseään vahingoittavat henkilöt ovat kertoneet kyvyttömyydestään itkeä (Solomon & Farrand, 1996; Strong, 1998). Solomonin ja Farrandin mukaan tämä voi selittyä sillä, että itkemiseen sisältyisi vaara tunteiden riistäytymisestä kontrollista. Itsensä vahingoittaminen voi toimia itkun korvaajana, keinona purkaa vaikeita tunteita tai olla turvallinen tilanne itkemiselle. Strongin mukaan itku ei välttämättä tuota helpotusta viiltelijöille. Milla kertoi, että itkeminen ei helpota hänen oloaan vaan pahentaa sitä. Koska itkeminen edeltää hänen kohdallaan aina viiltelyä, näyttää siltä, että viiltelyllä on tunteiden hallinnassa Millalle tyynnyttävä merkitys, jota itkemisellä ei hänelle ole. Tällöin viiltelyllä olisi merkitys tunteiden purkuväylänä, kuten Solomon ja Farrand ovat esittäneet.

Kummankin haastateltavan kohdalla toinen ihminen on joskus vaikuttanut viiltelytilanteen kehittymiseen. Toisen henkilön psyykkinen pahoinvointi tai viiltely näyttää olevan viiltelylle altistava tekijä. Nämä havainnot tukevat arkista oletusta siitä, että viiltely voi tarttua. Viiltelyn tiedetään leviävän laitoksissa (Rosen & Walsh, 1985; Taiminen ym., 1998). Psykiatrisessa osastohoidossa olevilla potilailla viiltelyn on nähty tarttuvan kahden ihmisen välillä tai pienten ryhmien sisällä (Rosen, Barent & Wash, 1989). Mielestämme ei kuitenkaan ole syytä olettaa, että viiltely olisi lähtökohtaisesti toisilta opittua käyttäytymistä. Esimerkiksi Favazzan ja Conterion (1989)

kyselytutkimuksessa alle kymmenesosa vastanneista tiesi jonkun joka oli vahingoittanut itseään ja vain muutama prosentti oli lukenut siitä.

Molemmat haastateltavat tuovat esiin henkisen kivun muuntumisen viiltelytilanteessa helpommin siedettäväksi fyysiseksi kivuksi, mikä on tullut esiin myös aiemmissa tutkimuksissa (Farber, 2000; Levenkron, 1995; Solomon & Farrand, 1996). On havaittu, että itsensä vahingoittamistilanteessa osalla ihmisistä kivuntunto on alentunut tai he eivät tunne kipua ollenkaan (Favazza & Conterio, 1989; Herpertz, 1995; Levenkron, 1995; Woodruff, 1999). Tutkimuksessamme kävi ilmi, että viillellessä myöhempien haavojen tekeminen koskee vähemmän kuin ensimmäisten haavojen teko. Yksi mielenkiintoisimmista havainnoista on mielestämme se, että haastateltavat katsoivat kokemansa tunnetilan voimakkuuden vaikuttavan haavojen syvyyteen. Mitä voimakkaamman tunnetilan he kokevat, sitä syvempiä haavoja he kuvaavat tekevänsä.

Kuten monissa aiemmissa tutkimuksissa (Favazza, 1987; Herpertz, 1995; Levenkron, 1995; Strong, 1998) myös meidän tutkimuksessamme tulivat esille viiltelyyn liitetyt myönteiset kokemukset, joiden keskeinen sisältö on helpotuksen tunne. Solomon ja Farrand (1996) ovat havainneet yhteyden veren näkemisen ja jännityksen lieventymisen välillä. Pian kohdalla helpotus vaikutti olevan lyhytaikainen ja liittyvän veren näkemiseen. Hänellä on tapana aukaista haavoja verenvuodon tyrehtyttyä, mikä ylläpitää veren vuotoa. Havaintomme haavojen uudelleen aukaisusta tukee Favazzan (1987) näkemystä siitä, että verellä on keskeinen merkitys viiltelyssä. Tutkimuksessamme veren näkeminen liittyi nimenomaan kokemukseen ajatusten pysähtymisestä, mielen tyhjentymisestä. Tätä yhteyttä ei tietääksemme ole raportoitu aiemmin.

Sekä kummatkin haastateltavamme että esihaastateltava toivat oma-aloitteisesti esille näkemyksensä siitä, että viiltelyyn jää koukkuun. Viiltely johtaa Levenkronin (1995) mukaan negatiivisten tunteiden lisääntymiseen ja riippuvuuteen, koska se tarjoaa lyhytaikaisen helpotuksen. Viiltelyyn turvaudutaan lopulta kuin impulssiin ilman ajatusprosessia. Aletaan ikään kuin vartioida sitä, että alkaisi tuntua pahalta. Pipher (1994) selittää koukkuun jäämistä siten, että parempien coping-keinojen puuttuessa itsensä vahingoittamisesta tulee tapa rauhoittua. Milla viiltelee aina, kun ajatus siitä tulee hänelle mieleen. Tässä suhteessa hänen viiltelynsä voi ajatella olevan impulsiivista. Millan viiltely oli kuitenkin aineistonkeruun aikaan varsin harvatahtista ja hän näyttää sietävän kielteisiä tunteita joissain tilanteissa. Pia pystyi toisinaan estämään

tilanteen kehittymisen viiltelyksi. Hän kuvasi kuitenkin viiltely-yllykkeen voimistumista. Jos hän pystyi työntämään viiltelyajatuksen pois, se tuli seuraavana päivänä mieleen voimakkaampana. Emme tavoittaneet kyseistä kokemusta tutkimuskirjallisuudesta, mutta se on löydöksenä mielenkiintoinen. Tässä yhteydessä on syytä tuoda esille, että esihaastateltava kuvasi toisinaan istuneensa pitkiä aikoja, jopa tunteja, miettien viiltely-yllykkeen vallassa viillelläkö vai ei. Tutkimuksessamme kokemus pakosta viillellä näyttäytyy siten yksilöllisenä, vaikka riippuvuutta siitä kuvattiin selkeästi. Viiltelyyn kehittyvä psyykkinen riippuvuus näyttää ilmeiseltä. Se, kehittykö riippuvuus ja miten tämä tapahtuu, lienee kuitenkin yksilöllistä.

Millalle arvet vaikuttavat olevan ainoastaan kielteinen asia. Pia puolestaan liittää arpiin sekä kielteisiä että myönteisiä merkityksiä. Arvet ovat Pialle muistutus viiltelyn tuottamasta hyvästä olost ja mahdollisuudesta kokea se uudelleen. Arvet voidaan nähdä myös merkinä käynnissä olevasta taistelusta ja siitä, että kaikki ei ole menetetty (Strong, 1998). Arpien kielteisenä kokeminen näkyy parhaiten siinä, että ne pyritään peittämään toisten katseilta. Arpien takia viiltely ei ole puhtaasti yksityinen asia. Jos ne ovat esillä, viiltelystä tulee näkyvä ulkopuolisille. Tähän liittyen olemme miettineet arpien vaikutusta toipumiseen. Usein arvet jättävät kehoon pysyvän merkin viiltelystä. Vaikka viiltely loppuisi, arvet herättävät hämmennystä. Mikä vaikutus tietoisuudella siitä, että viiltelyn loputtuakin joutuisi miettimään pukeutumistaan, on nuoren itsetuntoon ja toipumiseen? Jos viiltelyn koetaan helpottavan ja nähdään, että keholle on jo tehty pysyvää vahinkoa, saattavat arvet olla viiltelyn lopettamista estävä tekijä.

Tutkimuksessamme nuoret eivät muistaneet mistä tilanteista arvet ovat tulleet. On katsottu, että arvet saattaisivat muistuttaa tietystä viiltelytilanteesta (Strong, 1998), mutta tutkimuksessamme näin ei ollut. Arpien ja haavojen on katsottu olevan myös pysyvä, fyysinen todiste sisäisestä taistelusta. Ne on nähty ulkoisena muistuttajana henkisestä kivusta (Favazza, 1996; Strong, 1998) tehden näkyvän siitä mikä on usein jätetty huomiotta, vähätelty tai kätkeyty. Strong on katsonut arpien olevan konkreettinen merkki kivun ja vamman lisäksi myös paranemisesta. Mielestämme on mahdollista, että mikäli nuoren ajatusmaailma ei ole vielä kovin abstrakti, arvet voivat olla hänelle konkreettinen merkki sisäisestä tuskasta. Arpeutuneet haavat voivat merkitä hänelle voitettuja vaikeuksia ja kestettyä kipua.

Nuoret näkivät viiltelyn olevan epänormaalia tai muiden mielessä hulluuteen liitettävää. Tätä kautta omaan viiltelyyn liittyi häpeää. Pia kuvasi häpeävänsä viiltelyään

heti tilanteen jälkeen kertoessaan siitä muille. Milla puolestaan kertoi häpeävänsä omaa viiltelyään yleisesti. Tutkimuksessamme viiltelylle annettiin keinon merkitys. Se ei kuitenkaan näyttäytynyt kertomuksissa valittavissa olevana mahdollisuutena, vaan tietyssä tilanteessa koettiin pakko viillellä. Osittain vaikean masennuksen vuoksi nuorten voimavarat ja keinot näyttäytyivät tutkimuksessa hyvin rajallisina. Tämän vuoksi me näemme yhdeksi keskeiseksi viiltelyn syyksi haastattelemiemme nuorten kohdalla masennuksen. Masennus vaikuttaa näkemyksemme mukaan keinojen ja voimavarojen rajallisuuden lisäksi myös siihen, että he eivät pysty kestäämään äärimmäisiä tunteita. Osittain masennuksen vuoksi viiltelystä on tullut keino selvitä vaikeiden tunteiden kanssa. Yhtenä viiltelyä selittävänä tekijänä tulivat esiin Millan kertomuksessa raivokohtaukset. Mielialälääkityksen aloittamisen jälkeen ne ovat jääneet pois ja Milla katsoo viiltelyn vähentyneen tämän vuoksi.

Aiemmissa tutkimuksissa on kiinnitetty huomiota sekä masennuksen että bulimian yhteydestä itsensä vahingoittamiseen. Masennuksen ja viiltelyn yhteyden luonne lienee tapauskohtainen. Mielestämme on oleellista, että viiltelevän henkilön masennus ei jää hoitamatta, koska masennuksesta toipuminen voi edesauttaa viiltelyn loppumista. Bulimian on yhtäältä nähty altistavan itsensä vahingoittamiselle (Farber, 2000) ja toisaalta itsensä vahingoittamisen ja bulimisen käyttäytymisen on havaittu toisinaan korvaavan toisensa (Farber, 2000; Favazza, DeRosear & Conterio, 1989). Millan kohdalla viiltely on edeltänyt bulimisia oireita. Hän kuvasi viiltelyn ja bulimian olleen eri aikaan vaikeammassa vaiheessa. Näin ollen on mahdollista, että ne ovat hänen kohdallaan osittain korvanneet toisensa. Mainittakoon vielä, että Millan kertomuksessa tulee esille sosiaalinen jännittäminen, mutta sillä ei ollut kerronnassa yhteyttä viiltelyyn. Kiinnitimme tähän huomiota, koska potilastyön kautta saamiemme havaintojen mukaan monet viiltelevät henkilöt kärsivät myös sosiaalisesta jännittämisestä.

Itsensä vahingoittamisen vaikutuksia sosiaalisiin suhteisiin ei ole juurikaan tutkittu. Huomasimme, että viiltely oli haastateltavien elämässä vaikea puheenaihe. Tavallisesti muut ihmiset näyttävät vaikenevan arvet nähdessään tai vaihtavan puheenaihetta haastateltavan ottaessa viiltelyn esille keskustelussa. Levenkron (1995) on kiinnittänyt huomiota siihen, että viiltely vie ihmistä pois päin muista. Meistä näyttää, että vaikeneminen, jonka viiltelevät henkilöt kokevat muiden taholta, vähentää heidän haluaan jakaa viiltelykokemuksensa, mikä edelleen lisää vaikenemistä. Ihmisten jakaessa kokemuksiaan toistensa kanssa heidän kertomuksensa tulevat osaksi sosiaalista

tarinavarantoa (Hänninen, 1999). Jos viiltelystä vaietaan, sosiaalinen tarinavaranto ei sen osalta lisäännä. Tämä on tärkeää tiedostaa, koska ihmiset tulkitsevat ja ymmärtävät kokemuksiaan sosiaalisen tarinavarannon turvin.

Viiltelyyn ja vaikenemiseen liittyen nuorten valmiudet ja halukkuus puhua viiltelystä haastatteluja tehdessämme on mielestämme huomionarvoinen seikka. He kokivat kokemustensa jakamisen tärkeäksi ja hyödylliseksi. Voidaan ajatella, että suhtautumistavan ollessa kiinnostunut, neutraali ja ymmärrykseen pyrkivä, viiltelystä ollaan valmiita puhumaan. On kuitenkin huomioitava, että tutkimustilanne ja haastattelijan ammattirooli ovat todennäköisesti helpottaneet puhumista. Lisäksi haastattelut tapahtuivat nuoria hoitavan yksikön tiloissa, jossa he ovat tottuneet puhumaan vaikeista asioistaan.

Viiltelystä puhumisen hankaluutta ja siitä vaikenemista ajatellen on mielenkiintoista, että Pian käsityksen mukaan viiltely on hänelle myös tapa saada huomiota. On kuitenkin nähtävissä, että huomion saaminen viiltelyn kautta ei itsessään ole Pialle tärkeää, vaan se on keino saada muut huomaamaan hänen avun tarpeensa. Pia näkee, että hänen ongelmiansa vakavuus ymmärrettiin vasta itsemurhayritysten kautta. Tämän kokemuksen takia hän näkee, että hänellä on tarve näyttää viiltelyllä huono vointinsa toisille saadakseen apua ja tukea.

Tutkimuksessamme itseinho tulee esiin viiltelylle altistavana tuntemuksena Millan kertomuksessa. Näkemyksemme mukaan se on hyvin olennainen viiltelyyn liittyvä tekijä, vaikka se ei kertomuksissa keskeiseen asemaan noussutkaan. Tätä tukevat sekä Strongin (1998) näkemys itseään vahingoittavien maisten omaan kehoonsa kohdistuvan häpeän ja inhon huomattavasta voimakkuudesta että omat kokemuksemme potilastyöstä. Mielestämme on mahdollista, että viilteleminen lisää itseen kohdistuvaa vihaa tai inhoa, joka edelleen saa viiltelemään. Levenkron (1995) on liittänyt itseinhoon huomionsa siitä, että itseään vahingoittavat potilaat eivät koe ansaitsevansa edes hoitoa.

Itsensä vahingoittaminen voidaan nähdä omaan etovaan ja vieraalta tuntuvaan kehoon kohdistuvana väkivaltana. Husso (2003) on havainnut, että parisuhdeväkivaltaa kokiessa totunnaiset rajat sekä itseen ja todellisuuteen liittyvät käsitykset ja merkitykset voivat muuttua. Tämä aiheutuu siitä, että väkivallan jatkuessa sen vähättely ja sivuuttaminen käyvät yhä vaikeammiksi. Väkivallan kokemuksen poissulkemiseen liittyy kammon ja kuvotuksen kokemuksia, jotka horjuttavat oman ruumiin hallintaa ja kontrollia. Mikäli itsensä vahingoittaminen nähdään omaan kehoon kohdistettuna

väkivaltana, saman ilmiön voidaan ajatella liittyvän myös viiltelyyn (Husso, henkilökohtainen kommunikaatio, 2002). Toisin sanoen, oman kehon koettu vieraus sekä sitä kohtaan tunnettu inho selittäisivät sitä miksi omaa kehoa satutetaan. Husso on lähestynyt asiaa abjektin käsitteen avulla. Abjektin kokemus voi liittyä tilanteeseen, jossa oma ruumis on muuttunut vieraaksi ja vastenmieliseksi (Kristeva, 1993). Siinä oma, vieraalta tuntuva ruumis ei tunnu hallittavissa olevalta objektilta.

4.2. Pohdintaa itsensä vahingoittamisen ja itsetuhoisuuden suhteesta

Solomonin ja Farrandin (1996) tutkimuksessa itsensä vahingoittaminen erotettiin aina itsetuhoisuudesta. Jopa haastateltava, jonka kohdalla tilanne oli alkanut itsensä vahingoittamisena ja muuttunut itsemurhayritykseksi, erotti nämä kaksi asiaa toisistaan. Solomonin ja Farrandin mukaan olennaista itsensä vahingoittamisessa on, että se ei ole suisidaalista käyttäytymistä. Vaikka teot saattavat hämärtyä, niiden merkitys ei hämärry. Vaikka itsensä vahingoittaminen erotetaan lähes aina suisidaalisuudesta, asia ei ole yksiselitteinen. Eräässä haastattelututkimuksessa (n. 40) 65 % vastanneista raportoi itsemurha-aikomuksen itseään vahingoittaessaan (Liebling, Chipchase ja Velangi, 1997). Lisäksi haastatellut toivat esiin, että heidän suisidaalinen aikomuksensa tunnistettiin harvo in. Tutkimukseen osallistuneet olivat sairaalahoidossa olevia naisia, jotka olivat pääasiassa syntyneet rikoksen tehneitä henkilöitä.

Tutkimuksessamme kävi ilmi, että haastateltavilla viiltelytilanteisiin ei ollut liittynyt itsemurha-aikomusta. Vaikka itsensä vahingoittaminen erotettiin tutkimuksessamme itsemurhayrityksestä, viiltelytilanteeseen saattoi liittyä itsetuhoisia ajatuksia. Millan kohdalla itsetuhoiset ajatukset olivat toisinaan läsnä viiltelytilanteessa siten, että hänellä oli mielessään mahdollisuus tappaa itsensä jossain tilanteessa. Hän tunnisti myös vaaran kuolla viiltelyyn vahingossa, ilman itsemurha-aikomusta. Lisäksi hän näki viiltelyn olevan aina jossain määrin itsetuhoista, koska viillellessä tehdään vahinkoa itselle. Pia puolestaan teki selkeän eron itsensä vahingoittamisen ja itsetuhoisuuden välille. Hänellä oli takanaan kolme lääkkeillä tehtyä itsemurhayritystä. Reder, Lucey ja Fredman (1991) katsovat yliannoksen ottamisen heijastavan perhedynaamisia ongelmia ja olevan nuoren yritys ratkaista ihmissuhdekonflikti. Heidän mukaansa nuori kaipaa tällöin vapautusta ongelmista uskoen samalla, että kukaan ei voi niitä ratkaista. Yliannoksen ottamisen

katsotaan olevan nuoren syytös muita kohtaan siitä, että hänellä on täysi vastuu omasta elämästään ja kehostaan. Solomon ja Farrand (1996) tutkivat liittykö sama merkitys viiltelyyn. He eivät löytäneet vastaavaa yhteyttä.

Molemmat nuoret olivat sitä mieltä, että psykiatrian alan ammattilaiset pystyvät luotettavasti arvioimaan itsemurhavaaran viiltelyn yhteydessä. Solomon ja Farrand (1996) näkevät, että sivustakatsojat hämärtävät rajoja itsemurhan ja itsensä vahingoittamisen välillä. He katsovat myös, että itseään vahingoittavat ihmiset ovat haavoittuvaisia toisten tulkinnolle teoistaan, mikä todennäköisesti edesauttaa väärinkäsityksiä itsensä vahingoittamisesta. Tähän liittyen on vaarana, että itsensä vahingoittavan potilaan hoito toteutetaan ulkopuolisten tekemien tulkintojen pohjalta. Itsensä vahingoittamisen moni-ilmeisen luonteen vuoksi itsemurhariskiä sen yhteydessä arvioitaessa korostuvat potilaan kanssa keskusteluun perustuvat tulkinnat. Toisin sanoen tapauskohtaisten tilannetekijöiden tulisi ohjata tulkintaa. Vaikka näyttää siltä, että itsensä vahingoittaminen on erotettavissa itsetuhoisuudesta, on huomattava, että itseään vahingoittavat henkilöt ovat korkeammassa itsemurhariskissä (Favazza & Conterio, 1989).

4.3. Pohdintaa tutkimuksen menetelmistä, pätevydestä ja luotettavuudesta

Mielestämme teemahaastattelu sopi tutkimuksemme aineistonkeruumenetelmäksi hyvin, sillä sen avulla keskustelu pystyttiin keskittämään tutkimuksen kannalta olennaisiin aiheisiin. Teemahaastattelurungon käyttö on rajannut keskustelua. Avointa haastattelua käyttämällä olisi saattanut tulla esille joitakin asioita, joista haastateltavan huomio on tutkimuksessamme ohjautunut pois. Olemme kuitenkin pyrkineet olemaan avoimia haastattelun aikana esiin nouseville asioille. Tämän katsotaan olevan mahdollista teemahaastattelua käytettäessä (Hirsjärvi & Hurme, 2000).

Aineistosta muodostui laaja ja monipuolinen. Rikas aineisto oli tutkimuskysymysten kannalta etu ja saimme tutkimuksesta sisällöllisesti irti enemmän kuin olimme etukäteen odottaneet. Toisaalta laaja aineisto tuotti ongelmallisuutta rajauksen suhteen. Jouduimme jättämään pois esimerkiksi sosiaalisista suhteista ja viiltelyn hoidosta kertovaa materiaalia. Nämä olisivat tuoneet työhömmme laajempaa näkökulmaa.

Päädyimme rajaamaan pois osan analyysivaiheessa löydetyistä kategorioista välttääksemme tulosten pintapuolisen käsittelyn. Rajauksemme perusteena oli tutkimuskysymyksiin keskittyminen, ja luotettavuuden takaamiseksi pyrimme tuomaan esille kaiken olennaisen tiedon niiden suhteen (Eskola & Suoranta, 1998).

Koska kyseessä oli itsellemme vieras aihealue, pyrimme tutustumaan itseä vahingoittavaa käyttäytymistä käsittelevään kirjallisuuteen mahdollisimman monipuolisesti. Näkemyksemme etukäteistietojen merkityksestä tutkimuksessamme yhtenee Alasuutarin (1994) näkemyksen kanssa, jonka mukaan eri näkökulmista asiaa tarkasteleviin teorioihin tutustumalla pystyy valmistamaan itseään tutkimuksen tekoon niin, että osaa pitää mielensä avoimena. Tutkimuskohteen hyvän tuntemuksen katsotaan lisäävän tutkimuksen vastaavuutta (Karila, 1997) sekä tutkijan teoreettista herkkyyttä aineistoa kohtaan (Strauss & Corbin, 1994). Grounded teorian käyttöön päädyimme, koska tämän menetelmän käytön katsotaan soveltuvan erityisen hyvin tutkimusalueille, joista on vähän tutkimustietoa (Chenitz & Swanson, 1986; Glaser & Strauss, 1967).

Glaserin ja Straussin (1967) mukaan tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi aineiston keruu- ja analysointivaiheet sekä kategorioiden muodostaminen tulisi esittää tutkimusraportissa mahdollisimman tarkasti. Tutkimuksemme tarkoituksena oli ensisijaisesti kuvata nuoren kokemusta ja viiltelyä yksityiskohtaisesti. Tämän vuoksi tutkimuksen pätevyyttä arvioitaessa ensisijaista on nähdäksemme kategorioiden pohjalta aineistosta tekemiemme päätelmien kuvaus verrattuna aineistosta esiin nousseiden kategorioiden muodostamisen kuvaukseen. Tutkimuksemme pätevyys perustuu pitkälti näiden päätelmien luotettavuuteen (Kvale, 1989). Tämän vuoksi olemme pyrkineet kuvaamaan aineiston pohjalta tekemiämme päätelmiä mahdollisimman tarkasti tulososiossa, havainnollistaen prosessia aineistolainauksin. Tätä kautta tutkimuksemme pätevyuden ulkopuolinen arviointi tulee mahdolliseksi.

Empiirisen aineiston keräämisessä olemme käyttäneet ainoastaan haastattelumenetelmää. Tässä tutkimuksessa ei siis toteudu menetelmätriangulaatio, joka tarkoittaa useamman tiedonkeruumenetelmän käyttöä (Eskola & Suoranta, 1998). Tämä olisi saattanut vaikuttaa rakennevaliditeettiin sekä reliabiliteettiin niitä vahvistavasti. Harkitsimme haastattelujen videoimista, jolloin olisimme voineet ottaa tekstimateriaalin tueksi havaintomme myös ei-kielellisestä kommunikaatiosta. Mielestämme videokameroiden käyttö olisi kuitenkin estänyt luottamuksellisen ja turvallisen ilmapiirin muodostumista, joka oli edellytys henkilökohtaisen

tutkimusaiheen käsittelyyn. Tämän näkemyksen vahvistivat myös haastateltavat. Mielestämme ääninauhureiden käyttö oli edellä kuvatusta syystä parempi haastattelujen tallentamistapa. Tutkimuksen luotettavuutta pyrimme lisäämään antamalla haastateltavien lukea ja tarkistaa tulkintamme haastatteluaineistosta (Eskola & Suoranta, 1998). Molemmat haastateltavat kokivat, että olimme tavoittaneet hyvin heidän kokemuksensa. He korostivat joidenkin löydösten olennaisuutta suhteessa muihin, mutta heillä ei ollut mitään varsinaista lisättävää työhömmme. Heidän kommenttinsa on huomioitu raporttia viimeisteltäessä.

Haastattelijana toimineen tutkijan tulkintaa haastatteluaineistosta saattaa ohjata itse haastattelutilanteessa heränneet mielikuvat ja käsitykset (Kvale, 1996). Pyrimme tutkimuksen luotettavuuteen perehtymällä kumpaankin haastatteluaineistoon tasapuolisesti ja koettaen keskustelemalla saavuttaa yhteinen näkemys aineiston sisällöstä. Tutkimuksen luotettavuutta lisää tutkijatriangulaatio, jolloin samaa ilmiötä on tutkimassa useampi kuin yksi henkilö (Eskola & Suoranta, 1998).

Luotettavuutta katsomme lisänneemme siten, että keskustelimme aineistosta analyysin eri vaiheissa keskenämme ja merkitsimme muistiin välittömästi esiin tulleita ajatuksia, kysymyksiä ja ristiriitoja. Työskentelytapamme on nähtävissä dialogisena intersubjektivisuutena, jonka tarkoituksena on muodostaa keskustelun ja vastavuoroisen kritiikin kautta yhteisnäkemys tutkijoiden välille (Kvale, 1996).

Tutkimuksemme pätevyyttä arvioidessa tulee ottaa huomioon, että tutkimuksemme perustuu haastateltavien retrospektiivisiin kertomuksiin. Kumpikaan haastatelluista ei viillellyt haastattelujen välisenä aikana, joten he joutuivat palauttamaan mieleen kokemuksiaan takautuvasti pidemmältä ajanjaksolta. Voidaan ajatella, että haastateltavien kertomukset tutkimustilanteessa olivat heidän senhetkinen tietoinen käsitys kokemuksistaan, joiden luotettavuutta ja totuudellisuutta emme halunneet lähteä kyseenalaistamaan. On kuitenkin mahdollista, että tarkasteltaessa kokemuksia jälkikäteen kerronnasta jää puuttumaan jotakin, mikä kokemuksen kattavan kuvaamisen kannalta olisi ollut olennaista. Toisaalta viiltelykokemuksen tässä-ja-nyt kuvaaminen olisi ollut mahdotonta. Pyyntö viiltelytilanteiden päiväkirja-tyyppiseen kirjaamiseen olisi ollut menetelmänä kyseenalainen, sillä se olisi saattanut vaikuttaa koettujen tuntemusten raportoimiseen sekä altistaa viiltelylle.

Yksi tutkimuksemme rajoitus on kokonaisten, alusta loppuun asti kuvattujen viiltelytilanteiden vähäinen määrä haastatteluaineistossa. Tällaisia tilanteita sisältyy

aineistoon muutamia, mutta tiedot viiltelytilanteissa esiintyvistä ajatuksista ja tunteista tulevat esille pääasiassa erillisten kysymysten kautta. Useampien viiltelytilanteiden kokonaisvaltainen kuvaus olisi saattanut tuoda esille lisää tietoa viiltelykokemuksesta.

Varsinainen tutkimustarkoituksemme ei ollut verrata tulostemme yhdenmukaisuutta mihinkään tiettyyn tutkimukseen. Tuloksemme ovat kuitenkin monilta osin samansuuntaisia kirjallisuudessa esitettyjen aiempien tutkimusten kanssa. Tämän voidaan katsoa vahvistavan tutkimuksemme pätevyyttä (Anttila, 1999).

Etukäteistiedot tutkimuksen aiheesta ja koulutusalaistamme ovat saattaneet vaikuttaa haastateltavien kerrontaan siten, että kerronnassa psyykkisten vaikeuksien osuus on korostunut. Toisaalta uskomme, että kyseiset tiedot auttoivat haastateltavia orientoitumaan haastatteluihin ja tätä kautta tuottamaan kattavampaa haastattelumateriaalia.

4.4. Pohdintaa tutkimusaiheesta ja jatkotutkimuksesta

Myönteisenä asiana todettakoon, että kumpikaan haastateltavista ei kertomansa mukaan ollut vahingoittanut itseään tutkimushaastattelujen välillä. Otettuamme nuoriin yhteyttä puolen vuoden kuluttua aineistonkeruusta toinen haastateltavista kertoi, että ei ollut viillellyt aineistonkeruun jälkeen lainkaan. Toinen heistä puolestaan kuvasi pystyvänsä nyt toisinaan vastustamaan ajatusta viiltelystä. Näin ollen tutkimuksella näyttää olleen interventiovaikutusta. Levenkronin (1995) mukaan kiinnostunut, ymmärrykseen pyrkivä ja empaattinen suhtautuminen viiltelyyn voi olla siitä luopumista edesauttava tekijä. Havainto siitä, että tutkimus, joka rakentuu avoimien kysymysten esittämisen varaan, näyttää helpottavan viiltelyn kaltaista oiretta, on mielenkiintoinen ja kenties tutkimisen arvoinenkin asia.

Havaitsimme, että haastateltavien puhe oli refleksiivistä kerrottaessa viiltelystä ja sitä edeltävistä asioista. Refleksiivisyys hävisi molempien haastateltavien puheesta, kun he siirtyivät kertomaan viiltelyn jälkeisestä tilanteesta. Tulkitsimme tämän siten, että muutos kerronnassa heijastaa kokemuksen muuntumista. Vaikuttaa siltä, että viiltely lisää hallinnan tuntua kestopäivän ajan, mutta sen vaikutus on näennäisesti eheyttävä, koska se ei lisää refleksiivisyyttä suhteessa itseän. Havainnot vaihtelevista kerrontatavoista haastatteluja tehdessä sai meidät kiinnittämään huomiota kieleen,

vaikka tämä ei ollut alun perin tutkimuksemme tarkoitus. Tutkimuskysymysten luonteen vuoksi jouduimme rajaamaan puhettavan käsittelyä. Nähdäksemme puheen tapoja tutkimalla olisi saatavissa lisää tietoa viiltelystä.

Nuoren viiltelyn tarkastelu psykodynaamisen viitekehyksen kautta olisi ollut houkuttelevaa, koska sen avulla viiltelylle olisi pystytty rakentamaan selitystä. Koska tutkimuksemme tarkoitus oli ilmiön kuvaaminen eikä selittäminen, psykodynaamisen viitekehyksen anti tutkimuksellemme oli esiymmärryksen lisääminen tutkimusaiheesta sekä keskustelun virittäminen aineistosta. Mielestämme nuorten viiltelyn tutkiminen psykodynaamisesta viitekehyksestä käsin olisi hyödyllistä tulevaisuudessa.

Tämänhetkiset psykodynaamiset näkemykset itsensä vahingoittamisesta pohjautuvat vahvasti kiintymyssuhteisiin. Integroitunutta psykodynaamista ymmärrystä ilmiölle ei kuitenkaan ole. Yhtäältä itseä vahingoittava käyttäytyminen pyritään ymmärtämään ensisijaisesti viettiristiriitaisuuksista johtuvana oireena (Waska, 1988). Yksilö pyrkii suojautumaan viettiristiriitojen aiheuttamilta vaikeilta tunteilta, kuten häpeältä ja syyllisyydeltä, ja rankaisemaan itseään vahingoittamalla itseään. Tällöin itsensä vahingoittaminen toimii defenssinä vaikeita tunteita ja kontrollin menettämisen tunnetta vastaan.

Toisaalta itseä vahingoittavan käyttäytymisen funktio voidaan nähdä rajan häivyttämisenä (Woodruff, 1999; Hubner, 1984) tai vahvistamisena (Doctors, 1999) itsen ja muiden, sisäisen ja ulkoisen maailman, välillä. Rajan häivyttämässä on kyse tiedostamattomasta toiveesta palauttaa ykseys primaariobjektiin ja saada sitä kautta turvan ja hyvänolon tunne takaisin (Woodruff, 1999; Hubner, 1984). Woodruff katsoo rajan häivyttämisen liittyvän ihmisen kyvyttömyyteen kohdata ja käsitellä tunnetilojaan symbolisella tasolla. Doctorsin mukaan rajan vahvistamisessa on kyse siitä, että ihminen pyrkii palauttamaan ja säilyttämään itseohjautuvuuden ja kontrollin suhteessa hämmentäviin ja voimakkaisiin tunteisiinsa.

Ymmärryksen lisäämiseksi viiltelystä oireena olisi nähdäksemme hyödyllistä tehdä jatkossa terapiatutkimusta, jossa pystyttäisiin tutkimaan lukuisia saman henkilön viiltelytilanteita. Tällä tavoin olisi mahdollista saada kattava kuva itse viiltelytilanteeseen sekä viiltelyyn yleisesti liittyvistä tekijöistä. Terapiatutkimuksen kautta olisi myös mahdollista saada tietoa, jota voisi soveltaa hoidollisissa interventioissa. Yksi keskeisimpiä viiltelyn luonteeseen liittyviä kiistanalaisia kysymyksiä on näkemys viiltelystä impulssikontrollin häiriönä vs. tunteiden

säätelyongelmana. Tämän asian selventämisellä olisi kliinistä merkitystä. Viiltelyä on tutkittu pääasiassa psykiatristen potilaiden kohdalla. Mikäli halutaan lisätä ymmärrystä viiltelystä yleisesti, muutenkin kuin psykiatrisena ilmiönä, olisi tutkittava populaatiota, joka ei ole psykiatrisen hoidon piirissä.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. (1989). *Erinomaista, rakas Watson. Johdatus yhteiskuntatutkimukseen*. Helsinki: Painokaari Oy.
- Brittlebank, A., Cole, F., Hassayneh, F., Kenny, M., Simpson, D. & Scott, J. (1990). Hostility, hopelessness and deliberate self-harm: a prospective follow-up study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 81, 280-283.
- Chenitz, W. & Swanson, J. (1986). Qualitative research using grounded theory. Teoksessa W. Chenitz & J. Swanson (toim.), *From practice to grounded theory*. (s. 3-15). Manlo Park: Addison Wesley.
- Doctors, S. (1999). Further thoughts on “self-cutting”: The intersubjective context of self-experience and the vulnerability to self-loss. *Psychoanalytic Review*, 86, 733-744.
- Eskola, J., & Suoranta, J. (1998). *Johdatus Laadulliseen tutkimukseen*. (3.painos) Tampere: Vastapaino.
- Farber, S. (2000). *When the Body is the Target*. Northvale, New Jersey: Jason Aronson Inc.
- Favazza, A. (1987). *Bodies under Siege. Self-Mutilation in Culture and Psychiatry*. Baltimore (Md): John Hopkins University press.
- Favazza, A. (1996). *Bodies under Siege. Self-Mutilation in Culture and Psychiatry* (2nd ed.). Baltimore (Md): John Hopkins University press.
- Favazza, A. (1998). The Coming of Age of Self-Mutilation. *Nervous and Mental Disease*, 186, 259- 267.
- Favazza, A. R. & Conterio, K. (1989). Female Habitual self-mutilators. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 79, 283-289.
- Favazza, A., DeRosear, L. & Conterio, K. (1989). Self-Mutilation and Eating Disorders. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 19, 352-361.
- Glaser, B.G. (1992). *Basics of Grounded theory analysis*. Mill Valley: Sociology Press.
- Glaser, B.G. & Strauss, A.L. (1967). *The discovery of Grounded Theory. Strategies for qualitative research*. New York: Aldine De Gruyter.
- Gratz, K., Conrad, S. & Roemer, L. (2002). Risk Factors for Deliberate Self-Harm Among College Students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 72, 128-140.

- Graff, H. & Mallin, R. (1967). The Syndrome of The Wrist Cutter. *American Journal of Psychiatry*, 124, 36-42.
- Grönfors, M. (1982). *Kvalitatiiviset kenttätömenetelmät*. Juva: WSOY.
- Herpertz, S. (1995). Self-injurious behavior: Psychopathological and nosological characteristics in subtypes of self-injurers. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 91, 57-68.
- Herpertz, S., Sass, H. & Favazza, A. (1997). Impulsivity in Self-mutilative behaviour. psychometric and biological findings. *Journal of Psychiatry*, 31, 451-465.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2000). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hubner, M. K. (1984). Pain and Potential Space. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 48, 443-454.
- Husso, M. (2003). *Parisuhdeväkivalta. Lyötyjen aika ja tila*. Tampere: Vastapaino.
- Hänninen, V. (1999). *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Johnstone, L. (1997). Self-Injury and the Psychiatric Response. *Feminism & Psychology*, 7(3), 421-426.
- Karila, K. (1997). *Lastentarhanopettajan kehittyvä asiantuntijuus. Lapsirakkaasta opiskelijasta kasvatuksen asiantuntijaksi*. Väitöstyö: Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Helsinki: Edita.
- Kolk, B. van der, Berry, J. & Herman, J. (1991). Childhood Origins of Self-Destructive Behavior. *American Journal of Psychiatry*, 148, 1665-1671.
- Kristeva, J. (1993). *Puhuva subjekti*. Helsinki: Gaudeamus.
- Kvale, S. (1989). *Issues of Validity in Qualitative Research*. Sweden, Lund: Studentlitteratur.
- Kvale, S. (1996). *Interviews an introduction to qualitative research interviewing*. California: Sage.
- Laufer, M. & Laufer, M. E. (1984). *Adolescence and Developmental Breakdown*. New Haven: Yale University Press.
- Levenkron, S. (1998). *Cutting: Understanding and Overcoming Self-Mutilation*. New York: W.W Norton & Company.
- Liebling, H., Chipchase, H., Velangi, R. (1997). Why Do Women Harm Themselves? – Surviving Special Hospitals. *Feminism and psychology*, 7(3), 427-437.

- McLaughlin, J.-A., Miller, P. & Warwick, H. (1996). Deliberate self-harm in adolescents: hopelessness, depression, problems and problem-solving. *Journal of adolescence*, 19, 523-532.
- Michelman, J., Eicher, J. & Michelman, S. (1991) Adolescent Dress Part I: Dress And Body Markings of Psychiatric Outpatients and Inpatients. *Adolescence*, 26, 375-385.
- Pao, P. (1969). The Syndrome of delicate self-cutting. *British Journal of Medical Psychology*, 42, 95-206.
- Pattison, M. E. & Kahan, J. (1983). The Deliberate Self-Harm Syndrome. *American Journal of Psychiatry*, 140, 867-872.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative Evaluation and Research Methods* (2 nd. ed.). Newbury Park, California: Sage.
- Pipher, M. (1994). *Reviving Ophelia. Saving the Selves of Adolescent girls*. New York: Ballantine Books.
- Reder, P., Lucey, C. & Fredman, G. (1991). The challenge of deliberate self-harm by young Adolescent. *Journal of Adolescence*, 14, 135-148.
- Rosen, P., Barent, W. & Walsh, B. (1989). Patterns of Contagion in Self-Mutilation Epidemics. *American Journal of Psychiatry*, 146, 656-658.
- Rosen, P., Walsh, B. & Rode, S., (1990). Interpersonal Loss and Self-Mutilation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 20, 177-184.
- Ross, S. & Heath, N. (2001). A Study of the Frequency of Self-Mutilation in a Community Sample of Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 67-77.
- Silvonen, J. & Keso, P. (1999). Grounded theory aineistolähtöisen analyysin mallina. *Psykologia*, 34 (2), 88-96.
- Solomon, Y. & Farrand, J. (1996). "Why don't you do it properly?" Young women who self-injure. *Journal of adolescence*, 19, 111-119.
- Stake, R. E. (2000). Case Studies. Teoksessa *Hanbook of Qualitative Research*. (2 nd. ed.). California: SAGE.
- Stanley, B., Gameroff, M., Michalsen, V. & Mann, J. (2001). Are Suicide Attempters Who Self-Mutilate a Unique population? *American Journal of Psychiatry*, 158, 427-432.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative Research. Grounded Theory Procedure and Techniques*. California: Sage.

- Strauss, A. & Corbin, J. (1994) Grounded Theory methodology. An overview.
- Teoksessa N. K. Denzin & Y. S. Lincoln, (toim.), *Handbook of Qualitative research* (s. 273-285). California: Sage.
- Strong, M. (1998). *A Bright Red Scream: Self-mutilation and the Language of Pain. With an Introduction by Armando Favazza*. New York: Viking.
- Suyemoto, K. L. (1998). The Functions on Self-mutilation. *Clinical Psychology Review*, 18, 531-554.
- Taiminen, T., Kallio-Soukainen, K., Nokso-Koivisto, H., Kaljonen, A. & Helenius, H. (1998). Contagion of Deliberate Self-Harm Among Adolescent Inpatients. *Journal of American Academy Child and Adolescent Psychiatry*, 37, 211-217.
- Tamtam, D. & Whittaker, J. (1992). Personality Disorder and Self-Wounding. *British Journal of Psychiatry*, 161, 451-464.
- Tuovinen, M. (1973). *Crime as an attempt at Intrapsychic adaptation*. University of Oulu, Series D, Medica No. 2
- Virkkunen, M. (1976). Self-mutilation in antisocial personality (disorder). *Acta psychiatrica Scandinavica*, 54, 347-352.
- Walsh, B. W. & Rosen, P. (1985). Self-Mutilation and Contagion: An empirical Test. *American Journal of Psychiatry*, 142, 119-120.
- Waska, R. T. (1998). Self-mutilation, Substance Abuse, and the Psychoanalytic Approach: Four Cases. *American Journal of Psychotherapy*, 52, 18-27.
- Winchel, R. M. & Stanley, M. (1991). Self-Injurious Behavior: A Review of the Behavior and Biology of Self-Mutilation. *American Journal of Psychiatry*, 148, 306-317.
- Woodruff, M. E. (1999). Flesh Made Word: Cutting Back to the Mother. *Psychoanalytical Review*, 86(5), 701-708.
- Yin, R. K. (1994) *Case Study research. Design and Methods* (2nd. ed.). London: Sage.

LIITE 1. Haastattelurunko

A) Nykytilanne

elämämpiiri:

keskeisimmiksi ja tärkeimmiksi koetut asiat elämässä tällä hetkellä,
kokemus omasta elämäntilanteesta (ja voinnista)
mitkä asiat vaikeina/ongelmallisina tällä hetkellä (voimakkuus)

Tulevaisuus:

pystyykö ajattelemaan tulevaisuutta/aikuisuutta,
mitä positiivista näkee tulevaisuudessa
tulevaisuuden toiveet, suunnitelmat ja huolet

B) Sosiaaliset suhteet

Perhe: ketä perheeseen kuuluu,
läheisyys/tärkeys,
tunteiden osoittaminen perheessä,
vanhempien suhtautumistapa itse; koettu ympäristön tuki/huolehtiminen, (vastuu itsestä),

Vertaissuhteet: koulukaverit, mahdollinen koulukiusaaminen,
ystävät, onko sydänystävä(t),
seurustelusuhde/et,

Tärkeät aikuiset

C) Elämäntapahtumat ja persoonallisuus

Keskeiset elämäntapahtumat :

itse tärkeimmiksi koetut tapahtumat;
tsek. päivähoito, koulu; miten kokee koulunkäynnin, millainen oppilas, muutot, harrastukset,
leikkaukset, pitkäaikaissairaudet sisarukset, (vanhempien työttömyys), erot, menetykset,

Minäkäsitys :

ulkonäkö, ruumiinkuva
mahdolliset lävistyksiset tai tatuoinnit,
sisältä-/ ulkoaohjautuvuus,
mahdollinen impulsiivisuus/holtittomuus,
tyytyväisyys/tyytymättömyys itsen eri puoliin

Aikuistuminen ja seksuaalisuus :

kuukautisten alkamis-ikä; miten koki suhde päihteisiin,
kykeneekö näkemään itsensä aikuisena,

Tunne-elämä:

miten näyttää tunteita,
mistä kokee mielihyvää, mistä vihastuu (voimakkuus),
millaiset tilanteet herättää ahdistusta,
mahdolliset vaikeudet tunteiden ilmaisussa,
tunteiden säätely – copingkeinot, toisten ihmisten käyttäytyminen tunteiden säätelyssä

D) Viiltely ja muut psyykkiset vaikeudet

Viiltelyprosessi:

ensimmäinen kerta,
viiltelyä edeltäneet tilanteet,
mahdolliset tietyt tilanteet/tunteet, jotka johtavat aina viiltelyyn,
viiltelyä edeltäneet tunteet,
viive ajatuksen ja toiminnan välillä,
toteuttaako aina, kun tulee mieleen viillellä väline/välineet,
paikka,
kipu,
kokeeko olevansa riippuvainen viiltelystä,
seuraako rutiinia,
hyöty/vaikutus/muutos olotilassa
ajatukset viiltelytilanteessa,
tunteet viiltelytilanteessa,
kokemus välittömästi viiltelytilanteen jälkeen,
kuolemantoiveet/tai itsetuhoajatukset viillellessä,
veren kokeminen,
arvet -sijainti,
muistaako tilanteen, jossa arvet tulleet,
pyrkiikö peittämään,
mahdolliset symbolit/sanat,
onko ollut päihteiden vaikutuksen alisena viillellessään,
onko muita suoria tapoja vahingoittaa itseä,
onko satuttanut koskaan itseään jonkun toisen nähden,
viimeinen kerta, miten loppui/väheni, oma arvio viiltelyn vakavuudesta

Viiltely suhteessa ulkoiseen maailmaan:

kuka tiesi ensimmäisestä kerrasta/ myöhemmin,
mahdolliset toiveet muiden reaktioista, mitä mahdollisesti halusi viiltelyllä viestiä,
mitä muut kertoivat ajattelevansa ja tuntevansa, miten koki muiden suhtautuvan,
miten vaikutti toverisuhteisiin/perhesuhteisiin,
kokemus siitä, miten viiltely vaikuttanut toisten käsityksiin itsestä, toisten onko tuttavilla, jotka viillelleet,
viiltelyn näkeminen,
matkiminen toisten taholta,
huomiohakuisuus,
mahdollinen toisten epäonnen/onnettomuuden vaikutus viiltelyyn,
suhtautuminen: ymmärtämään pyrkivä/tuomitseva tms.

Hoito:

Onko käynyt ensiavussa/terveyskeskuksessa,
onko tikattu, –lääkärin suhtautuminen, – lähete/suositus psykiatrialle? päälimmäiset ajatukset psykiatrisesta hoidosta: mikä hyvää, minkä olisi toivonut olevan toisin, suhtautuminen: ymmärtämään pyrkivä/tuomitseva tms.

Koetut ongelmat/ Vaikeudet:

mahdolliset interpersoonalliset ongelmat,
oma tulkinta siitä, hankkiutuuko/ päätyykö vaikeuksiin, mahdolliset mielenterveyden ongelmat ensimmäisen asteen sukulaisilla

Muut mahdolliset psyykkiset ongelmat: masennus; toivottomuus, itsetuhoajatukset, jos tekisi itsemurhan, millä tavalla sen tekisi, suisidirytykset, mielikuvat kuolemasta, mahdolliset syömishäiriöt

LIITE 2. Pian haastattelukertomuksen teemat ja kategoriat

ahdistus	6	masennustermin käyttö	10
arvet	9	luottamus	1
elämäntilanne		mielen tyhjyys	7
ensimmäinen viiltelykertta	3	musiikin kuuntelu	4
epäonnistuminen	6	oman teon tajuaminen	8
etäisyys vanhempiin	1	oma peräänantamattomuus	1
haavat	7	opiskelu	5
haavan uudelleen aukaisu	8	osastolle joutuminen	8
hoidon alkaminen	3	psykiatrisen osastohoito	3
hulluus	9	paha olo	6
huomio	9	pakko	9
huonouden ja surkeuden		sisarukset	1
kokemus	6	meidän perhe	1
hyvä ja paha itsessä	7	paras kaveri	1
häpeä	8	pelko	1
ikätoverit	1	piirtäminen	4
itku	6	poikaystävän kanssa	
itsen kuvaaminen		puhuminen	4
mielialaoireilun kautta	5	riitatilanteet	6
itsenäistyminen	2	riitely ihmissuhteen	
itsemurhayritykset	5	määrittäjänä	1
jaksamattomuus	5	suhde poikaystävään	1
kannanotto viiltelyyn		suhde vanhempiin	1
yleisesti		syllisyys	6
kavereiden tuki	1	tulevaisuuden visio	2
kevyt, vapautunut olo	7	tyhjyyden tunne	7
keino	9	uupuminen	8
kielteisyyttä	5	vaikeneminen	10
kiinnostamattomuus	5	vetäytyminen	
kipu	7	vuorovaikutustilanteissa	5
koettu toisten		veri	7
ymmärtämättömyys	5	viha	7
koirat	4	viillellyt potilastoverti	6
kokemukset hoidosta	3	viiltely ja itsetuhoisuus	9
kokemus kukaan ei välitä	5	viiltelyä koskevat asiatiedot	
kokemus olla ihan loppu	5	voinnin vaihtelu	5
kokemus viiltely-yllykkeen		väkivallan uhka	1
voimistumisesta	9	väsytys	5
koukkuun jääminen	9	yksin oleminen	1
koulukiusaaminen	1	ärtyneisyys	5
kuolemantoiveet	5		

Sosiaalinen tilanne 1
Turvallisuushakuinen tulevaisuusprojekti 2
Erillisiä mainintoja hoidon vaiheista 3
Aktiiviset ahdistuksen hallitsemiskeinot 4
Tilanteisiin kytkeytynyt kertomus
mielialaoireilusta 5

Refleksiivinen epäkoherentti kertomus viiltelyä
edeltävästä tilanteesta 6
Refleksiivinen epäkoherentti kertomus
viiltelytilanteesta 7
Ei-refleksiivinen kuvaus viiltelyn jälkeisestä
tilanteesta 8
Avoimesti jaetut ajatukset omasta viiltelystä 9
Sosiaalinen tarinavaranto 10

LIITE 3. Millan haastattelukertomuksen teemat ja kategoriat

ahdistus	3	menetykset	1
ajatusten muuttuminen/ muuttumattomuus	2	oma peräänantamattomuus	1
alakuloisuus	5	paras kaveri	1
arvet	9	parhaalle kaverille	
bulimia	3	puhuminen	4
elokuvat	4	parhaan ystävän paha olo	6
elämäkulku		pelko	2
ensimmäinen viiltelykerta	3	perheen ulkopuoliset	
epänormaalius	9	aikuiset	1
epätodellinen olo	8	pystyvyys	7
haavat	7	raivokohtaukset	9
hoidon alkaminen	3	rauhoittuminen	8
häpeä	9	rentoutuminen	8
ihon polttaminen		riitatilanteet	6
ikätoverit	1	riitely ihmissuhteen	
itku	6	määrittäjänä	1
itseinho	6	sisarukset	1
itseäärääminen	1	sosiaalinen jännittäminen	3
itsen kuvaaminen		suhde vanhempiin	1
mielialaoireilun kautta	5	suorittaminen	2
itsetuhoajatukset	5	suru	6
jaksamattomuus	5	televisio	10
kannanotto viiltelyyn		torjuminen	4
yleisesti		tulevaisuuden visio	2
kavereiden tuki	1	tyhjiyden tunne	7
keino	9	ulkonäkö	3
kielteisyys	5	vaikeneminen	1
kiinnostamattomuus	5	veri	7
kipu	7	viha	6
kokemukset hoidosta	3	viiltely ja itsetuhoisuus	9
koukkuun jääminen	9	viiltely ja syömisongelmat	9
luottamus	1	viiltelyä koskevat asiatiedot	
nukahtaminen	8	väkivaltakokemus	3
nukkuminen	4	välimatka vanhempiin	1
masennustermin käyttö	10	välttäminen/ valitseminen	4
		väsytys	5

Sosiaalinen situaatio 1

Epävarmuuden sävyttämä tulevaisuusprojekti 2

Jäsentynyt kertomus psyykkisen problematiikan
kulusta 3

Elämää normalisoivat keinot ja voimavarat 4

Masennusoireita yleisesti kuvaava kertomus
mielialaoireilusta 5

Koherentti refleksiivinen kertomus viiltelylle

altistavista tilanteista 6

Koherentti refleksiivinen kertomus

viiltelytilanteesta 7

Ei refleksiivinen kuvaus viiltelyn jälkeisestä
tilanteesta 8

Avoimesti jaetut käsitykset omasta viiltelystä 9

Sosiaalinen tarinavaranto 10