

**PSYKOTERAPEUTTISEN MUUTOKSEN RAKENTUMINEN
VÄKIVALTAISTEN MIESTEN RYHMÄTERAPIASSA:
REFLEKSIIVISYYDEN NÄKÖKULMA**

Keltanen Jenni

Räsänen Emma

Pro gradu -tutkielma

Psykologian laitos

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2007

TIIVISTELMÄ

Psykoterapeuttisen muutoksen rakentuminen väkivaltaisten miesten ryhmäterapiassa: refleksiivisyyden näkökulma

Tekijät: Jenni Keltanen ja Emma Räsänen

Ohjaajat: Juha Holma ja Antero Toskala

Psykologian pro gradu -tutkielma

Jyväskylän yliopisto

Kevät 2007

55 sivua, 1 liite

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin väkivaltaongelman suhteen tapahtuvaa psykoterapeuttista muutosta kognitiivis-konstruktivisen teorian valossa, refleksiivisyyden näkökulmasta. Refleksiivisyydellä viitataan yksilön itsetiedostamisen tasoon ja laatuun; tapaan, jolla omaa kokemusta havainnoidaan ja tulkitaan. Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään, muuttuuko väkivaltaongelman käsittely aiempaa refleksiivisemmäksi ryhmäterapiassa aikana. Lisäksi tarkasteltiin refleksiivisyyden kehittymisen yhteyttä käyttäytymisen säätelyyn. Refleksiivisyyden teoriaa ei ole aiemmin sovellettu väkivaltaongelman tutkimisessa, joten tavoitteena oli tältä osin tuoda uudenlaista näkökulmaa väkivaltaongelman tutkimiseen ja hoitoon.

Tutkimusaineisto muodostui viiden miehen tekstimuotoon muutetuista ryhmäterapiaistunnoista. Terapia oli toteutettu Jyväskylän yliopiston psykoterapiaklinikalla, Vaihtoehto väkivallalle -hoito-ohjelman puitteissa. Terapian kesto oli 15 x 1,5 tuntia. Refleksiivisyyden kehittymisestä tehtiin mikroanalyysiä laadullisen sisällönanalyysin avulla. Tuloksissa kuvataan ensin väkivaltaongelman työstämiseen liittyviä yleisiä linjoja koko aineiston pohjalta. Tämän jälkeen esitetään kaksi tapauskuvausta yksilöllisten muutosprosessien etenemisen havainnollistamiseksi.

Tutkimus osoitti, että refleksiivisyyden kehittyminen lähti kaikkien terapia-asiakkaiden kohdalla liikkeelle. Keskeiseksi tässä muutosprosessissa nousi ongelman uudelleenmuotoilu eli reformulaatio, sekä siihen liittyvä ongelman itselähtöisyyden ymmärtäminen. Väkivaltaisuuden syiden itselähtöisyyden ymmärtäminen vahvisti miesten vastuunotto- ja muutosmotivaatiota. Lisäksi refleksiivisyyden kehitys oli yhteydessä aiempaa parempaan tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn. Refleksiivisyyden teorian näkökulmasta kestävään käyttäytymisen tason muutokseen päästään psyyken syvätasolla tapahtuvan merkitysjärjestelmien uudelleenorganisoinnin kautta. Muutoksessa keskeistä on kognitioiden ja emootioiden välisen vuoropuhelun kehittyminen. Lisääntyvä kyky refleksiivisyyteen tarjoaa asiakkaille sellaisia valmiuksia itsehavainnointiin, joiden avulla ongelman työstämistä on mahdollista jatkaa terapian päättymisen jälkeenkin. Tämän tutkimuksen pohjalta voi todeta refleksiivisyyden teorian tarjonnan käytännöllisen työskentelyvälineen väkivaltaongelman tutkimiseen ja lupaavan näkökulman kestäväen muutoksen tavoitteluun.

Avainsanat: parisuhdeväkivalta, psykoterapeuttinen muutos, refleksiivisyys, kognitiivis-konstruktivinen teoria, ryhmäterapia, sisällönanalyysi

ABSTRACT

The Process of Therapeutic Change in Batterers' Treatment: A Cognitive-Constructivist Approach

Authors: Jenni Keltanen and Emma Räsänen
Supervisors: Juha Holma and Antero Toskala
Master's Thesis in Psychology
University of Jyväskylä
Spring 2007
55 pages, 1 appendix

Domestic violence became an acknowledged problem in the 1990s, yet the treatment models for men who batter have not been widely experimented nor explored. This thesis aims at evaluating psychotherapeutic change in batterers from a cognitive-constructivist viewpoint. It does so, firstly, by evaluating whether the men's understanding of their problem develops towards higher reflexivity during the treatment. By reflexivity we refer to the level and quality of an individual's self-awareness: the way the ongoing psychological processes and the emotional experience are perceived and interpreted. Secondly, the level of reflexivity is evaluated in relation to behavioral regulation. The endeavour of the research is to introduce a novel perspective into the treatment of domestic abuse.

The research analysis was based on therapy transcripts from group therapy sessions of five men aged 30-55. The treatment took place at a psychotherapy research clinic at the University of Jyväskylä, and was part of a wider anti-violence program in the Jyväskylä area. The duration of the treatment was 15 x 1.5 hours. The development of the men's reflexive capacities was followed by making a step-by-step microanalysis based on the process model of reflexivity development introduced by Toskala and Hartikainen (2005). The specific research method was content analysis. The general findings, based on all the five clients, are presented first. After that two case illustrations are presented to highlight the characteristics of individual change processes.

With all the therapy clients the development of reflexivity set forward. The turning point in the therapeutic process was the reformulation of the problem. When the men gained new insight concerning the causes of their violent behavior, a new kind of attitude appeared in regard to accepting responsibility, and towards motivation to change. The better the men understood that the problem arises from within themselves, the better they were able to regulate their emotional reactions and behavioral responses. From the cognitive-constructivist viewpoint a change at the behavioral level is inferred through the construction of new insight and personal meaning at the deeper level of the psyche. Crucial in this process is a circular and gradually developing dialogue between emotions and cognitions. The developing capacity for reflexivity gives the clients a tool by which they can continue working on their problem even after the termination of therapy. The results of this study suggest that the cognitive-constructivist theory could offer a practical and promising view on how a sustainable change could be attained in the treatment of batterers.

Key words: domestic violence, psychotherapeutic change, cognitive-constructivist theory, reflexivity, group therapy, content analysis

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO	1
1.1. Psykkinen muutos refleksiivisyyden näkökulmasta.....	2
1.2. Väkiältä tutkimuksen kohteena.....	8
1.3. Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	10
2. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	12
2.1. Yleistä.....	12
2.2. Tutkittavat.....	12
2.3. Menetelmä.....	13
2.4. Aineiston analysointi.....	14
2.5. Luotettavuus.....	16
3. TULOKSET	19
3.1. Yleiset tulokset.....	19
3.1.1. Reaktiivinen positio.....	20
3.1.2. Tunnistava työskentely.....	21
3.1.3. Reformulaatio.....	23
3.1.4. Vaihtoehtoisuuden rakentuminen.....	26
3.1.5. Refleksiivinen positio.....	28
3.2. Tapauskuvaukset.....	29
3.2.1. Tapaus 1.....	29
3.2.2. Tapaus 2.....	36
4. POHDINTA	44
LÄHTEET	51
LIITTEET	

1. JOHDANTO

Väkivaltaongelmaan liittyvästä psykoterapeuttisesta muutoksesta on tehty melko vähän laadullista, prosessiluontoista tutkimusta. Tässä pro gradu -työssä väkivaltaongelmaa lähestytään nimenomaan muutosprosessin tutkimisen kautta. Terapeuttisen työskentelyn aikana tapahtuvaa muutosta tarkastellaan kognitiivis-konstruktivisen viitekehyksen valossa, refleksiivisyyden kehittymisen näkökulmasta. Kognitiivis-konstruktivisessa teoriassa refleksiivisyyden kehittymisen nähdään olevan avainasemassa psykologisessa muutoksessa. Väkivaltaongelman tutkimisessa refleksiivisyyden teoriaa ei ole aiemmin sovellettu. Tutkimuksen tavoitteena onkin tältä osin tuoda uudenlaista näkökulmaa väkivaltaongelman tutkimiseen ja sen psykoterapeuttiseen hoitoon.

Refleksiivisyyden määrittelystä on olemassa useita, hieman toisistaan eroavia näkemyksiä. Psykologisessa kirjallisuudessa refleksiivisyyden käsitettä on usein käytetty reflektiivisyyden synonyymina. Refleksiivisyys on kuitenkin terminä reflektiivisyyttä spesifimpi ja sisältyy reflektiivisyyteen (Toskala & Hartikainen, 2005). Kun reflektiivisyydellä viitataan yksilön kykyyn tarkastella omia ja toisten sisäisiä tiloja (Tiuraniemi, 2002), refleksiivisyydellä tarkoitetaan erityisesti itseen kohdistuvaa reflektiivistä toimintaa; kykyä havainnoida ja tunnistaa omia sisäisiä prosesseja sekä suhdetta niihin (Toskala & Hartikainen, 2005). Refleksiivisyys voidaan määritellä itseä kohti kääntymisenä, yhtenä itsetietoisuuden muotona (Lawson, 1985). Paitsi omien sisäisten prosessien havainnointia, refleksiivisyys on myös tietoisuutta tästä havainnoinnista (Toskala & Hartikainen, 2005). Kun ihminen on refleksiivisessä suhteessa itseensä, hän kykenee saamaan yhteyden todellisiin kokemuksiinsa ja muodostamaan niistä mielensisäisiä käsitteellisiä edustuksia, representaatioita. Hän voi pukea tunteensa ja ajatuksensa sanoiksi ja eritellä kokemuksiaan kielen avulla. Halutessaan hän kykenee irrottautumaan senhetkisestä kokemisen tilastaan ja voi tarkastella itseään ikään kuin ulkopuolelta käsin. Tällöin hän on tietoinen paitsi omasta kokemuksestaan, myös itsestään kokijana ja oman kokemuksensa havainnoijana. Refleksiivisyyteen liittyy myös tietoisuus oman mielen aktiivisesta roolista omien kokemusten konstruoinnissa (Toskala & Hartikainen, 2005).

1.1. Psykkinen muutos refleksiivisuuden näkökulmasta

Psyykkistä muutosta tarkasteltaessa ja sitä tavoiteltaessa keskeisenä kysymyksenä taustalla vaikuttaa aina teoreettinen malli tai näkemys ihmisen psyyken rakentumisesta ja toiminnasta. Kognitiivis-konstruktivisen teorian mukaan psyyken toiminta rakentuu erilaisten tietoprosessien pohjalta, joten myös psykkinen muutos perustuu muutokselle tietoprosessien toiminnassa (Toskala & Hartikainen, 2005). Tietoprosesseissa erotetaan kaksi erillistä prosessikokonaisuutta: emootioiden ja ruumiillisten tuntemusten pohjalta nouseva välitön kokeminen sekä tämän kokemuksen tulkinta (Guidano, 1991, 1995b; Greenberg & Pascual-Leone, 1995, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Välitöntä kokemusta on kuvailtu subjektiivista kokemuksellisuutta edustavaksi minuuden puoleksi, mikä rakentuu automaattisesti viriävistä ja nopeasti ympäristöä havainnoivista tietoprosesseista. Tulkitseva minä puolestaan edustaa kokemusta tiedostavaa, observeivaa ja arvioivaa minuuden puolta. Se muodostuu peräkkäisistä, suhteellisen hitaista, käsitteellisistä päättelyprosesseista. Refleksiivisyydessä keskeistä on prosessiivisen yhteyden rakentuminen emotionaalisen reaktiosysteemin ja käsitteellisen ajattelusysteemin välillä. Välittömästi kokeva minä ja välitöntä kokemusta tulkitseva minä ovat ikään kuin jatkuvassa vuoropuhelussa keskenään siten, että tunteisiin perustuva välitön kokeminen kulkee aina kokemuksen selittämisen ja ajattelun edellä. Minä koetaan vuoroin subjektina ja vuoroin objektina, yksilö liikkuu kokemuksessa elämisen ja kokemuksensa tarkastelun välillä. Mitä tarkemmin ja totuudenmukaisemmin välitöntä kokemusta kyetään tavoittamaan, erittelemään ja pukemaan sanoiksi, sen refleksiivisemmäksi välittömän kokemuksen ja selittävän minän välistä dialogia voidaan kutsua.

Erilaiset tietoprosessit ja niiden väliset suhteet muodostavat yhdessä psyyken hierarkkisesti organisoituneen, dynaamisesti toimivan kokonaisuuden (Guidano, 1991; Toskala, 1991, 1996, 2001; Toskala, Happonen, & Mäntynen, 1996; Toskala & Hartikainen, 2005). Erityisen keskeisessä roolissa psykoterapeuttisessa muutoksessa ovat emootioiden ja kognitioiden välistä vuoropuhelua ohjaavat minuuden syvätason säännöt (Toskala, 1996, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Voidaan puhua myös yksilöllisestä merkityksenannonjärjestelmästä (Guidano, 1991). Syvätason säännöt ja merkityksenanto syntyvät yksilön kokemushistorian pohjalta, erityisesti varhaisissa kiintymyssuhteissa. Niillä viitataan sellaisiin tiedon prosessointia ohjaaviin

periaatteisiin, joiden avulla yksilö säännönmukaisesti, itselleen luonteenomaisella tavalla, organisoii ja selittää kokemustaan ja olemistaan maailmassa. Ne toimivat tavallaan tiedonjärjestämisen sisäisenä kielioppina. Tiedonjärjestämisen säännöt ja merkityksenanto toimivat sanattomasti ja automaattisesti abstraktilla tasolla ja ikään kuin tietoisuuden yläpuolelta ohjaavat yksilön tapaa tulkita sen hetkistä, välitöntä kokemistaan. Niiden toiminta on ennusteita luovaa eli proaktiivista: havainnot ohjaavat tulkintaa ja tulkinnat havainnointia, ennakointi ja palaute vahvistavat toisiaan. Kokeminen ja sen selittäminen muodostavat läpi elämän jatkuvan päättymättömän kehän, mitä ohjaa pyrkimys sisäiseen johdonmukaisuuteen ja tasapainoon. Kehämäisyys palvelee minuuden jatkuvuuden ja eheyden ylläpitämistä, mutta samanaikaisesti se tekee ihmisestä ikään kuin oman totuutensa vangin. Refleksiivisen vuoropuhelun kehämäisyys voi, refleksiivisyyden toimivuudesta riippuen, edistää joko progressiivista tai regressiivistä minuuden rakentumista ja kehittymistä.

Kun dialogi välittömästi kokevan ja selittävän minän välillä ei toimi riittävän hyvin, kokeminen ja sitä koskevat selitykset eivät sovittaudu tarpeeksi toisiinsa (Greenberg & Pascual-Leone, 1995, 2001; Guidano, 1991; Toskala, 1996; Toskala & Hartikainen, 2005). Kokemusten tulkinnat ovat voineet muodostua esimerkiksi korostuneen yksipuolisiksi, toistaviksi tai liian ailahteleviksi. Emotionaalisen kokemisen ja sen selittämisen välisessä vuorovaikutuksessa ilmenee tällöin liiallista disintegraatiota. Tulkitseva minä ei tule riittävän tietoiseksi kokevasta minästä, jolloin kokemukseen ei saada refleksiivistä, käsitteellistä yhteyttä. Jokin kokemisen osa-alue jää liiallisessa määrin tietoisuuden ulkopuolelle ja koetaan itselle vieraaksi. Refleksiivisen tiedostamisen puutteellisuus vaikeuttaa eheän minuuden rakentumista ja yksilön mahdollisuutta säädellä omaa kokemistaan ja toimintaansa.

Psykoterapiassa psyykkiseen muutokseen pyritään uudenlaista refleksiivisyyttä rakentamalla erityisesti niillä kokemisen alueilla, joiden kohdalla refleksiivisyyden kehitys on jäänyt puutteelliseksi (Greenberg & Pascual-Leone, 1995, 2001; Greenberg, Rice, & Elliot, 1987; Guidano, 1991, 1995a, 1995b; Toskala ym., 1996; Toskala & Hartikainen, 2005). Keskeistä on välittömän kokemisen ja sen selittämisen välisen dialogin henkiin herättäminen ja korjaaminen. Kun selittävä minä saa parempaa kosketusta kokevaan minään ja oppii arvioimaan sitä paremmin, ongelmalliset kokemuksellisuuden alueet tulevat paremmin tietoisuuden ja oman hallinnan piiriin. Vaikea kokemuksellisuuden alue alkaa saada enemmän käsitteellistä ja sanallista

edustusta mielessä; selittävän minän abstraktiokyky lisääntyy. Käsitteellistämisen kautta kokeminen jäsentyy, jolloin tulee mahdolliseksi ymmärtää ja tulkita sitä uudella tavalla, eli antaa kokemukselle uudenlaisia merkityksiä. Käsitteellisen ja kognitiopainotteisen prosessoinnin lisäksi merkittävää muutoksen aikaansaamisessa on emotionaalinen kokeminen: emootiota täytyy ensin kokea, jotta sitä voidaan rakentaa uudelleen. Uutta kokemuksellisuuden aluetta ja tunnetta kielen avulla jäsentämällä siihen liittyvä käsitteellinen edustus mielessä edelleen lisääntyy, jolloin kokeminen voi jälleen laajentua. Kognitiivis-konstruktivisen näkemyksen mukaan psyykkiseen muutokseen tarvitaan näin sekä emootioita että kognitioita.

Toskala ja Hartikainen (2005) ovat tarkastelleet, kuinka refleksiivisyyden rakentuminen käytännön tasolla tapahtuu. He kuvaavat muutosprosessia siirtymänä reaktiivisesta positiosta kohti refleksiivistä positiota. Reaktiivinen ja refleksiivinen positio ovat kuvauksia tavasta, jolla yksilö on suhteessa omaan sisäiseen kokemusmaailmaansa. Toskala ja Hartikainen (2005) ovat jakaneet refleksiivisyyden rakentumisen osaprosesseihin, joiden avulla refleksiivisyyden kehittymistä voidaan tarkastella vaihe vaiheelta. Heidän mukaansa refleksiivisyyden voidaan ajatella rakentuvan ainakin seuraavien prosessien kautta: 1. tarkkaavaisuuden suuntaaminen välittömään kokemukseen, 2. kokemuksen tunnistaminen, 3. kokemuksen symbolointi ja tulkinta, 4. uudenlaisen asenteen ja merkityksen luominen suhteessa kokemukseen ja 5. kokemuksen omistaminen ja integrointi minuuteen sekä pyrkimys luoda säätelevä eli agenttinen suhde kokemukseen. Nämä prosessit ovat useimmiten pitkälle automatisoituneita ja rakentuvat ilman, että niihin kiinnitettäisiin tietoista huomiota. Niiden erottelu tarjoaa kuitenkin hyvän apuvälineen psykoterapeuttiseen työskentelyyn sekä terapeuttisen muutoksen tutkimiseen. Tässä tutkimuksessa refleksiivisyyden rakentumisen mallia sovelletaan juuri työskentelyvälineen tavoin psykoterapeuttisen muutoksen tutkimisessa. Seuraavaksi sitä tarkastellaan yksityiskohtaisemmin vaihe vaiheelta.

Kun uudenlaista refleksiivisyyttä aletaan rakentaa, lähtötilanteen muodostaa se refleksiivisen prosessoinnin taso, jonka yksilö on kehityksensä kulussa saavuttanut (Toskala & Hartikainen, 2005). Käytännössä tämä tarkoittaa usein sitä, että refleksiivisyys suhteessa johonkin kokemisen alueeseen on riittämättömästi kehittynyt. Yllä on jo kuvattu, kuinka yksilön välitön, tunteisiin perustuva kokeminen ja tämän kokemuksen tulkinta eivät tällöin riittävän hyvin sovittaudu yhteen, eikä kyseiseen

kokemisen alueeseen näin ollen saada säätelevää yhteyttä. Tällaista tilaa ja yksilön suhdetta sisäiseen kokemusmaailmaansa nähden Toskala ja Hartikainen (2005; Toskala, 2001) kutsuvat reaktiiviseksi positioksi. Kokemukseen ei liity mielessä sellaista käsitteellistä edustusta, jonka avulla sen tavoittaminen ja refleksiivinen tarkastelu tulisi mahdolliseksi. Kun kokemusta edustavat mielensisäiset representaatiot puuttuvat, kokeminen rakentuu ilman, että omat tunteet ja ajatukset tulevat tietoisien prosessoinnin piiriin. Ne tuntemukset, jotka tietoisuuteen tulevat, ovat epämääräisiä ja jäsentymättömiä ja tuntuvat minuuteen kuulumattomilta. Reaktiivisessa positiossa suhde omiin tunteisiin onkin usein etäännyttävä ja välttelevä; vaikeat kokemukset pyritään sulkemaan minuuden ulkopuolelle. Koska kokemukset eivät tule tietoisuuteen, yksilö myös toimii ilman itsetietoisuutta, välittömän kokemisensa ja reagointinsa pohjalta. Hän ei kykene itse säätelemään kokemistaan, vaan on ikään kuin kokemuksensa vietävissä.

Ensimmäinen vaihe refleksiivisyyden rakentumisessa on tarkkaavaisuuden suuntaaminen ongelmalliseen kokemukseen (Toskala, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Pyrkimyksenä on tunnistaa ongelmallinen kokemus mielensisäisenä prosessina ja muodostaa siihen observoiva suhde. Tällainen niin sanottu tunnistava työskentely keskittyy ongelmallisen kokemisen yhteydessä välittömästi viriävien tunteiden, kehollisten tuntemusten ja ajatusten tarkasteluun. Tavoitteena on saada mahdollisimman elävä kosketus ongelmalliseen kokemukseen ja pukea kokemus sanoiksi.

Seuraava askel refleksiivisyyden rakentamisessa on ongelman uudelleenmuotoilu eli reformulaatio (Toskala, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Sen lähtökohtana ovat edellisessä vaiheessa alustavasti tavoitetut sisäiset prosessit. Reformulaation tavoitteena on tuottaa uutta ymmärrystä ongelman perimmäisestä luonteesta ja pyrkiä tavoittamaan ongelmalliseen kokemukseen liittyviä syvimpiä tunteita ja ajatuksia. Reformulaation avulla pyritään ymmärtämään, miten ongelmallinen kokemus rakentuu prosessina, sekä tavoittamaan ongelmaan liittyvän sisäisen prosessin olennaisin osa ja määrittelemään ongelma sen pohjalta uudella tavalla. Ongelman symbolointi ja käsitteellistäminen luovat sillan, jonka avulla se voidaan tavoittaa myöhemmin uudelleen (Toskala & Hartikainen, 2005). Ongelman reformuloinnin myötä kyky ymmärtää oman mielen aktiivisuus ongelmallisen kokemuksen tai tilanteen rakentumisessa lisääntyy, eli kokemuksen itselähtöisyyden tiedostaminen kasvaa. Itsetiedostamisen lisääntyessä myös desentraatioprosessi, eli yksilön eriytyminen omaksi yksilökseen, vahvistuu. Tällöin

tulee mahdolliseksi aiempaa paremmin ottaa etäisyyttä omaan kokemukseen ja luoda rajoja itsen ja muun maailman välille. Riippuvuus muiden reagoinnista, muiden reaktioiden suhteuttaminen itseän sekä omien reaktioiden syiden näkeminen muissa vähenevät. Desentraation myötä yhä uusia kokemuksellisuuden alueita pystytään ottamaan tarkastelun ja uudelleenjäsentelyn kohteeksi.

Kun ongelmallinen kokemus on reformuloitu, siihen aletaan rakentaa uudenlaista, vaihtoehtoista suhdetta (Toskala, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Vaihtoehtoisuuden rakentamisessa pyrkimyksenä on luoda aiempaa hyväksyvämpi ja sallivampi suhde omaan, vaikeilta tuntuviin kokemuksiin. Tavoitteena on luoda sellainen kumppanuussuhde omaan kokemusmaailmaan, että minuudesta poissuljettuja tunnealueita voidaan alkaa aiempaa paremmin sisällyttää minuuteen. Keskeistä vaihtoehtoisuuden rakentamisen kannalta on kokemuksille annettujen merkitysten muuttuminen. Kuten aiemmin on kuvattu, merkityksenanto tapahtuu mielen sanattomalla syvätasolla, ja kokemuksille annetut merkitykset voivat muuttua vain uudenlaisen emotionaalisen kokemisen myötä (Toskala & Hartikainen, 2005). Työskentelyn tässä vaiheessa annetaan tilaa ja oikeutusta vaikeiden tunteiden kokemiselle. Ongelmallista kokemusta tarkastellaan paitsi nykyhetkessä, myös oman kehityshistorian valossa. Ongelmallisen kokemuksen historiallinen ymmärtäminen auttaa osaltaan sallivamman suhteen rakentamisessa omaan kokemuksiin. Kun ongelmallista kokemusta edustavia lapsuuden tunnekokemuksia aletaan tavoittaa, niitä voidaan myös vähitellen integroida minuuteen. Vaihtoehtoisuuden rakentamiseen liittyy myös ongelmallisen kokemuksen generoitumisen ymmärtäminen. Generoituminen, eli se, kuinka ongelmallinen kokeminen näyttäytyy aikuisiän ihmissuhteissa, voi näkyä muun muassa joidenkin tiettyjen vuorovaikutuskuvioiden toistumisena. Tämän ymmärtäminen luo pohjaa aiempaa adaptiivisemmalle ihmissuhteissa toimimiselle.

Kun yksilö saavuttaa refleksiivisen position, hänen suhtautumisensa itseän ja omaan kokemuksiin on muuttunut (Toskala & Hartikainen, 2005). Aiemmin minuuden piiristä poissuljetut kokemuksellisuuden alueet tulevat nyt tietoisuuteen, ne voidaan hyväksyä ja sallia minuuteen kuuluviksi, ja niiden suhteen voidaan kokea lisääntyvää itsesäätelyn mahdollisuutta. Refleksiivisyyden voidaankin nähdä olevan lähtökohta agenttisuudelle, eli säätelevän suhteen saavuttamiselle omaan kokemukseen ja omaan tunteisiin nähden. Lisääntynyt kyky tarkastella ja säädellä omaa kokemusta ja tunteita näkyy myös käytöksen tasolla parempana käyttäytymisen hallintana. Yksilö toimii nyt

itsetietoisuuden kanssa, ilman liiallista tarvetta suojautua tai vältellä alunperin ongelmallista kokemusta. Kokemus omasta toimijuudesta, minän agenttisuudesta, luo perustan minuuden eheyden kokemiselle ja oman elämän hallinnalle.

Refleksiivisyyden lisääntymiseen perustuvassa muutosteoriassa psyykkisen muutoksen ytimessä on näin uudenlaisten refleksiivisten prosessien rakentuminen (Toskala & Hartikainen, 2005). Psykoterapeuttisen muutoksen nähdään tapahtuvan tietoprosesseihin pohjautuvan psyyken dynaamisen kokonaisjärjestelmän keskinäisten suhteiden muutoksina (Greenberg & Pascual-Leone, 1995, 2001; Guidano, 1991; Toskala, 1996; 2001; Toskala ym., 1996; Toskala & Hartikainen, 2005). Merkittävä muutos tapahtuu erityisesti psyyken syvätasolla tietoa organisoivissa prosesseissa. Kyse on kokemisen ja selittämisen, emootioiden ja kognitioiden välisen vuoropuhelun toimivuudesta ja integraatiosta. Muutokset eivät ole ainoastaan sisällöllisiä, vaan niihin liittyy muuttunut tapa nähdä ja jäsentää asioita ja niiden välisiä suhteita; muutos tapahtuu merkityksenannossa. Syvätason muutokset edelleen joko tuottavat tai tekevät mahdolliseksi muita muutoksia, esimerkiksi käyttäytymisen tasolla. Psyykkinen muutos nähdään kehämäisesti etenevänä, itseään tukevana prosessina, missä refleksiivisiä toimintoja voidaan pitää sekä muutoksen edellytyksenä että sen seurauksena (Toskala & Hartikainen, 2005).

Refleksiivisyyttä ja sen yhteyttä psykoterapeuttiseen muutokseen on tätä ennen tutkittu useissa Jyväskylän yliopistossa tehdyissä pro gradu -töissä. Nämä tutkimukset ovat kohdistuneet pääasiassa ahdistuneisuushäiriöiden ja masennuksen kognitiivis-konstruktivisen ryhmämuotoisen psykoterapian tarkasteluun. Refleksiivisyyttä on tutkittu muun muassa paniikkihäiriön (Saarinen & Sopenen, 2000; Sarlin & Syrjäläinen, 1999), sosiaalisen fobian (Karkkila & Syrjälä, 2001; Kieslich & Patja, 2004; Mikola & Oksanen, 1999), sosiaalisen jännittämisen (Kiiskinen & Mutanen, 2002; Koivula & Koski, 1999) ja masennuksen (Ahonen & Sinkkonen, 2001; Hokkanen & Kiuru, 2002) yhteydessä. Refleksiivisyyden tutkiminen on todettu hyväksi tavaksi tarkastella psykoterapiaprosessin aikana tapahtuvia yksilökohtaisia muutoksia. Refleksiivisyyden lisääntymisen yhteys subjektiivisen ongelmakokemuksen lievittymiseen on saanut näistä tutkimuksista tukea. Väkivaltaongelman yhteydessä refleksiivisiä prosesseja ei ole tätä ennen tutkittu.

1.2. Väki­valta tutkimuksen kohteena

Lä­hisuhdevä­ki­valta on tutkimuskohteena tuore aihe; se oli pitkään vaiettu ja perheen yksityisenä asiana pidetty ongelma. Yhteiskunnallinen tietoisuus perheen sisäisen vä­ki­vallan laajuudesta alkoi lisääntyä vasta 1970-luvulla (Dobash, Dobash, Cavanagh, & Lewis, 2000; Holma & Partanen, 2002). Suomessa erityisesti naisiin kohdistuvaa vä­ki­valtaa alettiin tutkia muita länsimaita myöhemmin, varsinaisesti vasta 1990-luvulla (Holma & Partanen, 2002; Holma & Partanen, painossa; Ronkainen, 1998). Aluksi tutkimus oli tilastollista, vä­ki­vallan yleisyyteen liittyvää. Tuolloin ilmeni, että noin viidennes suomalaisista naisista oli joutunut silloisen puolisonsa vä­ki­vallan tai sillä uhkailun kohteeksi (Heiskanen & Piispa, 1998). Tuoreimman tutkimuksen mukaan (Piispa, Heiskanen, Kääriäinen, & Sirén, 2006) nämä luvut ovat pysyneet lähes ennallaan. Parisuhdevä­ki­vallan uhreista yhdeksän kymmenestä on naisia (Heiskanen, Sirén & Aromaa, 2004), minkä vuoksi parisuhdevä­ki­vallan tutkimuksessa on korostunut ilmiön sukupuolistunut luonne. Viime aikoina tutkimuksessa on alettu keskittyä vä­ki­vallan esiintyvyyden tarkastelun lisäksi myös ilmiön ymmärtämiseen, hoitoon ja ennaltaehkäisyyn (Dobash ym., 2000; Holma & Partanen, 2002). Tutkimusta on tehty sekä yhteiskunnallisten näkökohtien että henkilökohtaisen muutoksen tasoilla. Tutkimuksen kohteina ovat olleet vä­ki­vallan uhrit, tekijät sekä erilaiset hoito-ohjelmat. Ulkomailla vä­ki­vallantekijöille suunnattuihin hoito-ohjelmiin liittyvä tutkimus on painottunut tuloksellisuustutkimuksen suuntaan (Dobash ym., 2000). Suomessa hoito-ohjelmiin liittyvää tutkimusta on tehty laadullisen tutkimuksen ja terapiaprosessien tarkastelun näkökulmasta (Holma & Partanen, painossa).

Pro gradu -työmme liittyy Jyväskylän seudulla vuodesta 1995 alkaen toimineeseen Vaihtoehto vä­ki­vallalle -nimiseen lä­hisuhdevä­ki­vallan ehkäisy- ja hoito-ohjelmaan (Holma, Laitila, Wahlström, & Sveins, 2005; Holma & Partanen, 2002). Projektin puitteissa apua tarjotaan sekä vä­ki­vallan uhreille että tekijöille. Puolisoitaan kohtaan vä­ki­valtaisesti käyttäytyneille miehille järjestetään Jyväskylän yliopiston psykoterapiaklinikalla hoitoryhmiä, joiden toimintaan ja kehittämiseen tieteellinen tutkimus on alusta alkaen olennaisena osana kuulunut. Tutkimus on ollut laadullista, erityisesti ryhmien psykoterapeuttisiin prosesseihin liittyvää (Holma & Partanen, 2002; Holma & Wahlström, 2005). Miesten ryhmään liittyen on tähän mennessä tehty yhdeksän pro gradu -työtä, ja valmisteilla on myös väitöskirja (Partanen,

julkaisematon). Pro gradu -töissä on tutkittu miehistä osakulttuuria ja väkivallan käytön oikeuttamista (Partanen, 1998), miesten tapoja selittää väkivaltaisuuttaan (Ajo & Hara, 1998), terapeuttisia interventioita (Liikamaa & Tantarimäki, 1999), ryhmäidentiteetin rakentumista (Ojanaho, 2000), naiskuvia miesten puheessa (Kapanen, 2001), miesten muutoskonstruktioita (Laasanen, 2003), sukupuolistuneita tapoja kertoa parisuhteesta ja parisuhdeväkivallasta (Luostari, 2005), isyydestä puhumisen tapoja (Nevala-Jaakonmaa, 2006) sekä hyväksyvän terapian ja haastamisen kohtaamista (Räsänen, 2006). Refleksiivisyyden lisääntymistä väkivaltaisille miehille suunnattujen hoito-ohjelmien yhteydessä ei aiemmin ole tutkittu.

Väkivaltatutkimusta tehtäessä keskeiseen asemaan nousee väkivallan määrittely ja selittäminen ilmiönä. Tapa, jolla väkivaltaa selitetään, vaikuttaa tutkimusnäkökulman valintaan, väkivallan ehkäisy- ja hoitomuotoihin sekä yhteiskuntapoliittiseen päätöksentekoon ja vastuunottoon. Lisäksi se muokkaa yhteiskunnassa yleisesti vallitsevia asenteita ja suhtautumista niin väkivallan uhriin kuin tekijäänkin.

Aluksi lähisuuhdeväkivaltaa tutkittiin lähinnä yksilön ominaisuuksista tai perheen vuorovaikutusongelmista johtuvana ilmiönä. Perinteisten, yksilöpsykologisten selitysmallien mukaan väkivaltainen käyttäytyminen on nähty pahoinpitelijän intrapsyykkisistä ongelmista tai persoonallisuuden patologiasta johtuvana (Adams, 1988; Dobash & Dobash, 1992). Väkivallan on ajateltu olevan seurausta yksilön varhaisempaan kehityshistoriaan pohjautuvista emotionaalisista ongelmista ja egon häiriintyneestä toiminnasta. Vuorovaikutusta painottavissa, systeemisissä selitysmalleissa puolestaan väkivaltaa on pidetty oireena parisuhteen ongelmista (Adams, 1988; Dobash & Dobash, 1992). Väkivalta on nähty sirkulaarisena ongelmana, johon kumpikin osapuoli omalla käyttäytymisellään vaikuttaa.

Viime vuosina väkivaltaongelman määrittelyssä on enenevässä määrin painottunut feministinen näkökulma, joka korostaa parisuhdeväkivallan sukupuolistunutta luonnetta (Ronkainen, 1998). Väkivallan ajatellaan olevan seurausta miesten ja naisten välisestä epätasa-arvoisesta valtasuhteesta yhteiskunnassa, mikä heijastuu myös yksilötasolla miehen ja naisen suhteeseen (Perttu, 2002). Väkivalta nähdään alistavana ja kontrolloivana käytöksenä, joka tähtää sukupuolten välisten valtaerojen ylläpitämiseen (Bograd, 1988). Feministinen teoria on kritisoinut perinteisiä yksilöpsykologisia ja vuorovaikutuksellisia selitysmalleja siitä, että suhtautumalla väkivaltaan psykopatologiana tai vuorovaikutusongelmana ne poistavat väkivallantekijän vastuuta

teoistaan (Adams, 1988; Bograd, 1988; Dobash & Dobash, 1992; Dobash ym., 2000; Hansen, 1993). Vastuunäkökulman korostamisen lisäksi feministinen teoria on tuonut parisuhdeväkivallan tutkimukseen yksilötasoa laajemman perspektiivin. Sen sijaan, että parisuhdeväkivaltaa tutkittaisiin ainoastaan yksilöpsykologisena tai vuorovaikutusongelmana, on alettu tarkastella sen yhteyttä laajempiin kulttuurisen ja yhteiskunnallisen valtajärjestelmän tasoihin.

Nykyisin parisuhdeväkivallan tutkimuksessa ja hoidossa pyritään useimmiten yhdistämään sekä psykologista että yhteiskunnallista näkökulmaa. Myös Vaihtoehto väkivallalle -hoitomallissa terapeutin ja pro-feministinen lähestymistapa kulkevat rinnatusten. Väkiältä määritellään pro-feministisen mallin mukaisesti sukupuolistuneena vallankäyttönä, josta väkivallantekijä on sekä psykologisesti että rikosoikeudellisesti vastuussa (Holma ym., 2005). Miesten hoidossa ensisijaisena tavoitteena on naisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisy, ja ryhmätyöskentelyssä painottuu vastuuttava työskentelyote. Myös terapeutin ymmärryksen ajatellaan kuitenkin osaltaan edesauttavan miesten muutosta kohti vaihtoehtoista, väkivallatonta käyttäytymistä.

Tässä tutkimuksessa väkiältäisten miesten muutosta tarkastellaan kognitiivis-konstruktivisen viitekehyksen kautta, yksilöpsykologisesta näkökulmasta. Väkiältäilmion monimuotoisuuden vuoksi pidämme kuitenkin myös pro-feministisen näkökulman huomionvientiä tutkimuksessamme tärkeänä. Näemme väkivallan tekijät vastuullisina toiminnastaan ja uskomme, että väkiältäan liittyvien yksilöllisten prosessien tunteminen raivaa tietä sille, että myös he itse kykenevät ottamaan vastuun käyttäytymisestään.

1.3. Tutkimuksen tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen aineistona toimivassa ryhmäterapiassa käytössä oleva viitekehys ei ole kognitiivis-konstruktivinen, mikä asettaa omat ehtonsa tutkimuksen tavoitteille. Tutkimuksessa ei pyritä suoranaisesti testaamaan refleksiivisyyden teorian toimivuutta väkiältäongelman hoidossa; hoitoryhmissä käytössä olevan viitekehyksen ollessa eri tämä ei ole mahdollista. Tavoitteena ei myöskään ole testata ryhmän toiminnan tuloksellisuutta. Tutkimuksen tavoitteet liittyvätkin enemmän uuden tutkimuksellisen alueen hahmotteluun ja tunnusteluun; olemme avoimia erilaisille yhteyksille tai

implikaatioille, joita refleksiivisyyden kehittymisellä voisi väkivaltaongelman hoidossa olla. Todettakoon kuitenkin, että Vaihtoehto väkivallalle -hoitoryhmien ja kognitiivis-konstruktivisen terapian tavoitteet ovat keskenään samansuuntaisia. Molemmissa pyritään ymmärtämään ongelmallinen kokemus itsestä lähtevänä, luomaan vaihtoehtoisuutta suhteessa kokemiseen ja lopulta integroimaan ongelmallinen kokemus minuuteen, jolloin säätelevä, agenttinen suhde kokemukseen tulee mahdolliseksi (Holma ym., 2005; Toskala & Hartikainen, 2005). Kognitiivis-konstruktivinen teoria toimii tutkimuksen taustateorianä tarjoten yksityiskohtaisen työskentelyvälineen väkivaltaongelman käsitteellistymisen ja muutoksen tarkasteluun.

Pro gradu -työmme ensisijaisena tavoitteena on tutkia, muuttuuko väkivaltaongelman käsittely aikaisempaa refleksiivisemmäksi ryhmäterapiassa aikana. Tarkastelemme, kuinka miehet käsitteellistävät väkivaltaongelmansa hoidon alussa ja kuinka käsitteellistäminen mahdollisesti muuttuu hoidon aikana. Kognitiivis-konstruktivisin termein fokuksessa on ongelman reformulaatio. Muutosprosessin vaiheittaisesta etenemisestä tehdään mikroanalyysiä käyttäen apuna Toskalan ja Hartikaisen (2005) esittämää teoriaa refleksiivisyyden osaprosesseista. Lisäksi tarkastellaan mahdollisen refleksiivisyyden kehittymisen yhteyttä käyttäytymisen säätelyyn. Lähtöoletuksena on, että lisääntynyt refleksiivisyys tuo mukanaan parempaa itsesäätelyä ongelmallisen kokemuksen suhteen ja uudenlaista vaihtoehtoisuutta toimintaan. Lisääntyneen agenttisuuden ajatellaan olevan yhteydessä väkivallan vähenemiseen.

2. TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

2.1. Yleistä

Tutkimus on luonteeltaan laadullinen prosessitutkimus, missä on uutta etsivän tutkimuksen piirteitä. Lisäksi kyseessä on teorialähtöinen tutkimus, missä väkivaltaongelman suhteen tapahtuvaa psyykkistä muutosta tarkastellaan kognitiivis-konstruktivisen teorian näkökulmasta. Alustavat tutkimuskysymykset muodostettiin tämän spesifin teorian pohjalta. Kuitenkin myös aineiston annettiin omalta osaltaan muokata tutkimuksen kulkua. Aineistoon ja aihepiirin kirjallisuuteen tutustuminen kulkivat rinnatusten, ja ne yhdessä synnyttivät uusia näkökulmia, ohjaten tutkijoita syventymään tutkimuksen päämäärien kannalta kaikkein keskeisimpään kirjallisuuteen ja fokusoimaan tutkimusongelmia tarkemmiksi. Vastaavanlaista vuoropuhelua teorian, aineiston ja tutkijoiden välillä käytiin aineiston analyysin kohdalla, ja laajemminkin läpi koko tutkimusprosessin.

2.2. Tutkittavat

Tutkimusaineisto muodostui Vaihtoehto väkivallalle -ohjelman syksyn 1999 hoitoryhmästä. Ryhmä tapasi 15 kertaa, 1,5 tuntia kerrallaan. Vetäjinä oli kaksi miesterapeuttia, toinen Jyväskylän yliopiston psykoterapiaklinikalta ja toinen Kriisikeskus Mobilesta. Ryhmässä aloitti kuusi miestä, jotka kaikki kävivät terapian loppuun asti. Välillä oli satunnaisia poissaoloja. Yksi miehistä oli poissa lähes puolet istunnoista ja hänen tuottamansa materiaali niin vähäistä, että hänet päätettiin rajata tutkimuksen ulkopuolelle. Näin ollen lopullinen aineisto muodostui viidestä miehestä. Istunnot on taltioitu videonauhoille ja c-kaseteille. Tämän jälkeen istunnot on transkriboitu tekstiksi, jota on yhteensä 471 sivua. Aineistomme muodostui tästä valmiiksi transkriboidusta tekstistä.

Ryhmään osallistuneet miehet olivat iältään 30–55-vuotiaita. Heidän koulutustasonsa vaihteli perusasteen koulutuksesta korkea-asteen tutkintoon. Ryhmätyöskentelyn ajankohtana yksi miehistä oli naimisissa, kaksi avoliitossa, yhdellä oli avioeroprosessi

meneillään ja yksi oli eronnut avopuolisostaan. Kaikilla heistä oli lapsi(a). Työssäkäyviä miehistä oli neljä ja työttömänä yksi. Väkivallankäyttö oli kestänyt senhetkisessä parisuhteessa kolmesta kuuteen vuotta. Käyttämänsä fyysisen väkivallan miehet kertoivat olleen muun muassa tönimistä, kiinni pitämistä, hiuksista repimistä, läpsimistä, lyömistä ja kuristamista. Puolisot olivat saaneet väkivallan seurauksena vammoja, joiden vuoksi yksi oli käynyt lääkärissä. Henkisen väkivallan muodoista yleisimmin esiintynyt oli uhkaaminen. Jotkut kuvasivat käyttäneensä väkivaltaa myös esineiden rikkomisen tai toisen menojen rajoittamisen muodossa. Yhdellä miehistä puoliso oli nostanut syytteen pahoinpitelystä, mutta myöhemmin perunut tämän. Yhden puoliso oli hankkinut miehelleen lähestymiskiellon. Tuomiota väkivallasta ei ollut saanut kukaan.

Tutkittavien käyttämä väkivalta oli kohdistunut pääasiassa puolisoon. Kaikki miehet kertoivat käyttäneensä väkivaltaa myös aiemmissa parisuhteissaan. Yhdellä heistä oli pitkä väkivaltahistoria myös parisuhteen ulkopuolella. Kukaan ryhmään osallistujista ei kertomansa mukaan ollut käyttänyt fyysistä väkivaltaa lapsiaan kohtaan. Omassa lapsuudessaan kaksi miehistä oli kokenut itseensä kohdistuvaa fyysistä väkivaltaa, yksi henkistä, ja yksi oli nähnyt toisen vanhemman käyttäytyvän väkivaltaisesti toista kohtaan. Vain yhden miehen kohdalla väkivalta ei ollut lapsuudenperheessä ollut selkeästi läsnä.

Vaihtoehto väkivallalle -hoitoryhmään tullaan aina Kriisikeskus Mobilen kautta. Ennen ryhmässä aloittamista miehet käyvät läpi yksilöllisen arviointi- ja motivointijakson Mobilessa (Holma ym., 2005). Ryhmään osallistuminen perustuu miesten vapaaehtoisuuteen sikäli, että siihen ei liity rikosoikeudellisia seuraamuksia lieventäviä tekijöitä. Hoito on osallistujille maksutonta.

2.3. Menetelmä

Aineiston analyysimenetelmänä toimi laadullinen sisällönanalyysi. Se vaikutti istuvan parhaiten tutkimusongelman ja sen sisältämän teoreettisen viitekehyksen raameihin. Tutkimusongelman kannalta keskeistä oli valita sellainen metodi, jonka avulla psyykkinen muutos saadaan esiin mahdollisimman selkeästi ja systemaattisesti. Sisällönanalyysin avulla muutosprosessi voitiin jakaa osiin, jolloin muutoksen rakentumisen vaiheittainen tarkastelu tuli mahdolliseksi. Metodiin tuli voida soveltaa

myös osittaista teorialähtöisyyttä, koska väkivaltaongelman käsittelyssä tapahtuvia muutoksia oli tarkoitus tutkia juuri tietyn, kognitiivis-konstruktivisen, viitekehyksen valossa. Myös tähän tarpeeseen sisällönanalyysi vastasi hyvin (Tesch, 1990; Tuomi & Sarajärvi, 2003). Lisäksi metodin tuli sopia yhteen tutkimuksen teoreettisen taustan kanssa. Kognitiivis-konstruktivistisista näkökulmaa sovellettaessa yksilöiden sisäiset merkitykset ja prosessit ovat tutkimuksessa keskeisessä asemassa (Toskala & Hartikainen, 2005). Näitä yksilöllisiä prosesseja on mahdollista tutkia puheeseen sisältyvien merkitysten kautta, joita tutkija voi tekstikatkelmia tarkastelemalla tavoittaa. Sisällönanalyysi on kielen merkityksiä etsivä metodi (Tesch, 1990; Tuomi & Sarajärvi, 2003), joten se istui tutkimuksen tarkoitukseen hyvin.

2.4. Aineiston analysointi

Aineiston analyysi alkoi segmentoinnilla, eli aineiston jakamisella pienempiin analyysiyksiköihin. Segmentointia ohjasivat yleiset segmentointiin liittyvät ohjeet (Tesch, 1990; Tuomi & Sarajärvi, 2003) sekä tutkimusongelmat. Tutkimusongelmien luonteen kannalta mielekästä oli jaotella aineistoa siten, että segmenteissa näkyi puhujan käsitteellistämisen prosessi yhden puheenvuoron aikana, tiettyyn teemaan liittyen, kokonaisuudessaan. Näistä lähtökohdista syntyivät seuraavat pääperiaatteet: 1) segmentti on ymmärrettävä itsessään, myös kontekstistaan irrallisena, ja 2) segmentti sisältää yhden henkilön yhden pohdinnan tietystä teemasta. Yhteen segmenttiin saattoi sisältyä myös muiden henkilöiden huomautuksia tai kysymyksiä, mikäli sama henkilö keskeytyksen jälkeenkin vielä jatkoi pohdintaansa samasta asiasta. Toisaalta, mikäli puhuja vaihtoi aihetta puheenvuoronsa aikana, aloitettiin uusi segmentti. Segmenttien pituudet vaihtelivat yhdestä lauseesta useaan sivuun.

Segmentointi suoritettiin Word-tekstinkäsittelyohjelmalla. Samalla aineistosta karsittiin kaikki tutkimuskysymysten kannalta merkityksetön puhe, jolloin aineisto redusoitui 358 sivuun. Tämän jälkeen aineisto siirrettiin laadullisten aineistojen analyysiin tarkoitettuun Atlas.ti -ohjelmaan. Atlaksen avulla oli mahdollista järjestää aineisto kunkin miehen kohdalla omaksi tiedostokseen, missä näkyi vain kyseisen miehen segmentit/puheenvuorot istuntojen mukaisessa järjestyksessä. Kronologisesti etenevät, mieskohtaiset tiedostot paitsi helpottivat aineiston käsittelyä koodauksen

yhteydessä, myös mahdollistivat yksilöllisten käsitteellistämisen prosessien paremman seuraamisen ja tarkemman analyysin.

Analyysin avuksi muodostettiin teorialähtöisesti alustava analyysirunko. Analyysirungolla tarkoitetaan sellaista kategorioiden kokonaisuutta, johon aineiston segmentit voidaan lajitella niiden sisällön keskeisten merkitysten mukaan (Tesch, 1990; Tuomi & Sarajarvi, 2003). Keskeisimpänä lähtökohtana kategorioiden muodostamisessa toimi teoria refleksiivisyyden kehittymisestä (Toskala & Hartikainen, 2005). Aiempia refleksiivisyyttä tutkineita pro gradu -töitä tarkasteltuaamme päädyimme joiltain osin hyödyntämään Hokkasen ja Kiurun (2002) pro gradussaan luomia kategorioita. Analyysirunko muodostui viidestä yläkategoriasta sekä näiden alakategorioista. Yläkategoriat viittasivat refleksiivisyyden yleiseen tasoon, ja ne säilytettiin tutkimuksen ajan ennallaan. Alakategoriat olivat yläkategorioita tarkentavia ja eritteleviä. Ne muokkautuivat lopulliseen muotoonsa analyysin edetessä. Kognitiivis-konstruktivisen teorian lisäksi huomioitiin tutkimuksen kohderyhmä, väkivaltaiset miehet, sisällyttämällä kuhunkin pääkategoriaan vastuunottoa kuvaava alakategoria. Vastuu-kategoria syntyi Vaihtoehto väkivallalle -ryhmän tavoitteiden (Holma ym., 2005) innoittamana ja luotiin sen pohjalta, miten ennakoimme vastuunoton kehittyvän refleksiivisyyden lisääntymisen myötä. Huomattavaa kuitenkin on, että vastuunoton kategoria ei varsinaisesti liity kognitiivis-konstruktiviseen teoriaan refleksiivisyyden kehittymisestä. Lisäksi koodauksen edetessä aineiston pohjalta muodostettiin kaksi alakategoriaa: keinot ja kontrollintunne. Myöskään nämä alakategoriat eivät suoraan liity tutkimuksen taustateorioihin, mutta sivuavat niitä läheisesti. Vastuu-kategorian tavoin näiden alakategorioiden kehittymistä seurattiin suhteessa refleksiivisyyden lisääntymiseen.

Analyysirungon avulla aineiston segmenteille merkittiin refleksiivisyyden tasoa osoittava koodi. Koodauksen helpottamiseksi muodostettiin joitain yleisiä periaatteita analyysirungon käytön ohjeistukseksi: 1) pyrkimyksenä oli ensin yläkategorioiden valossa muodostaa yleiskäsitys kunkin segmentin tasosta ja tämän jälkeen luokitella segmentti tarkemmin alakategorioiden mukaan, 2) yhdelle segmentille tuli koodata kaikki siinä ilmenevät keskeiset alakategoriat, koska tarkoituksena oli saada aineistosta esiin kaikki tutkimuskysymysten kannalta keskeinen sisältö. Välillä jokin alakategoria saattoi ilmetä usean tasoisena samassa segmentissä. Tällöin se merkittiin segmenttiin esimerkiksi sekä 2- että 3-tasoisena.

Aineisto koodattiin läpi kolme kertaa Atlas.ti -ohjelman avulla. Aineistoa jaettiin tutkijoiden kesken siten, että kumpikin koodasi siitä puolet. Koodauskierrosten välillä tutkijat keskustelivat näkemyksistään alakategorioiden toimivuudesta ja alakategorioita muokattiin sen mukaisesti. Näin ollen kahdella ensimmäisellä koodauskierroksella aineiston pohjalta syntyi uusia alakategorioita, ja jotkut alkujaan puhtaasti teorialähtöisesti luodut kategoriat muokkautuivat paremmin aineistoa kuvaaviksi. Yhteneväisen analyysirungon käytön varmistamiseksi tutkijat rinnakkaiskoodasivat aineistosta yhden miehen, eli noin 20 prosenttia koko aineistosta. Toisen koodauskierroksen jälkeen rinnakkaiskoodauksen yhdenmukaisuutta vertailtiin, ja tämän jälkeen tehtiin vielä kolmas koodauskierros. Kolmannen koodauskierroksen aikana kategorioiden todettiin saturoituneen (Tuomi & Sarajärvi, 2003): uusia, tutkimusongelmien kannalta merkittäviä kategorioita ei enää syntynyt, ja jo muodostetut kategoriat löysivät lopullisen muotonsa. Analyysirungon alakategorioiden määrän annettiin koodauskierrosten aikana laajentua, mutta saturoitumisen jälkeen analyysirungosta saatiin jälleen suppeampi samantyyppisiä kategorioita yhdistelemällä ja abstrahoimalla (Tuomi & Sarajärvi, 2003). Näin analyysirunko ohjasi aineiston koodausta, mutta myös aineisto omalta osaltaan muokkasi analyysirunkoa. Tuloksia sisältävän ominaisuutensa vuoksi analyysirunkoa (liite 1) käsitellään tarkemmin tulososiossa tutkimuslöydösten valossa. Erillisiä analyysirungon muokkautumisen vaihteita ei tässä esitetä.

2.5. Luotettavuus

Vaikka laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnista ei ole olemassa yksiselitteistä ohjeistusta, yleisinä peruseriaatteina tutkimuksen luotettavuuskriteereistä on esitetty sisäistä johdonmukaisuutta ja riittävää tutkimuksen raportointia (Tuomi & Sarajärvi, 2003). Tutkimusta arvioidaan kokonaisuutena, missä tutkimuksen eri osien on oltava perusteltuja paitsi itsessään, myös suhteessa toisiinsa. Tutkimusprosessi tulee kuvata siten, että lukija saa mahdollisuuden itse arvioida tulosten luotettavuutta ja että joku toinen tutkija voisi samasta aineistosta tehdä samanlaisia johtopäätöksiä (Elliot, Fisher, & Rennie, 1999; McLeod, 2001; Metsämuuronen, 2001; Tuomi & Sarajärvi, 2003). Nämä periaatteet pyrittiin tutkimuksen toteutuksessa huomioimaan.

Pohjimmiltaan luotettavuuskysymyksiin suhtautumista määrittelee se, millainen näkemys todellisuuden luonteesta tutkimukseen kytkeytyy (Tuomi & Sarajärvi, 2003). Tämän tutkimuksen ontologiset lähtöoletukset pohjautuivat konstruktivistiseen tietoteoriaan, jossa todellisuus käsitetään eri henkilöiden suhteellisena todellisuutena (Toskala & Hartikainen, 2005) ja tutkimuslöydökset tutkijan tulkintoina tutkittavasta (Banister, Burman, Parker, Taylor, & Tindall, 1994; McLeod, 2001; Metsämuuronen, 2001). Konstruktivistisen näkökulman mukaan ei ole olemassa yhtä objektiivista todellisuutta, vaan useita erilaisia todellisuuden konstruktioita. Näin ollen myös tutkimuksen avulla saavutettu tieto on yksi todellisuuden representaatio. Tutkimusmenetelmän valinnassa huomioitiin tutkittava ilmiö sekä tutkimuksen taustateoriaan kytkeytyvä käsitys todellisuuden luonteesta ja tiedon saavuttamisen mahdollisuudesta.

Koska laadullinen tutkimusaineisto on rikkaudessaan ja monipuolisuudessaan avoin monenlaisille tulkinnoille, tutkijan ajatellaan väistämättä vaikuttavan siihen, millaisia tuloksista muodostuu (Banister ym., 1994; Elliot ym., 1999; McLeod, 2001; Metsämuuronen, 2001; Tuomi & Sarajärvi, 2003). Tästä lähtökohdasta tutkimuksen validiteetin voidaankin katsoa olevan sidoksissa siihen, kuinka adekvaatisti tutkija kykenee ymmärtämään, esittämään ja tulkitsemaan tutkimuskohteen esiin tuomia merkityksiä. Kaikilla tutkijoilla on omat arvolatauksensa, rajoitteensa ja sokeat pisteensä, jotka vaikuttavat tutkimuksen tuloksiin. Nämä seikat huomioiden pyrimme läpi tutkimusprosessin refleктоimaan ja kriittisesti arvioimaan omaa toimintaamme, tutkimusprosessin etenemistä sekä tapaa, jolla tutkimuslöydökset on konstruoitu.

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan pyrkiä lisäämään myös triangulaation avulla, eli yhdistämällä useita eri menetelmiä, teorioita, tietolähteitä tai tutkijoita samassa tutkimuksessa (Banister ym., 1994; Denzin, 1970; Tuomi & Sarajärvi, 2003). Tässä tutkimuksessa tutkijatriangulaation soveltaminen oli luontevaa, koska tutkijoita oli jo lähtökohtaisesti kaksi. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että aineiston analysointi eteni tutkijoiden itsenäisen työskentelyn ja yhdessä käytyjen keskustelujen vuorotteluna, kuten aiempana on kuvattu. Kahden tutkijan tutkimusasetelma pakotti eksplikoimaan ja perustelevaan analyysia ohjanneet valinnat huolellisesti. Se myös mahdollisti tutkijoiden toisistaan riippumattomasti tekemien havaintojen yhdenmukaisuuden tarkastelun. Luottamusta tehtyihin valintoihin lisäsi se, että itsenäisen työskentelyn välillä käydyissä keskusteluissa nousivat esiin varsin samantyyppiset muutosehdotukset.

Yhteisiä työskentelysääntöjä luomalla pyrittiin kasvattamaan tutkimuksen sisäistä johdonmukaisuutta ja toistettavuuden mahdollisuutta.

Laadullisessa tutkimuksessa pyrkimyksenä eivät ole tilastolliset yleistykset (Tuomi & Sarajärvi, 2003). Näin ei ollut tässäkään tutkimuksessa. Tutkimusasetelma ja tutkimuksen tavoitteet huomioiden kvantifioinnille ja numeerisen informaation esiintuomiselle ei ollut mielekkäitä perusteita, minkä vuoksi tutkimuksen tulokset esitetään puhtaasti kvalitatiivisessa muodossa.

3. TULOKSET

Tulokset esitetään kuvaamalla ensin refleksiivisyyden kehittymisen yleisiä linjoja koko aineistossa analyysirungon mukaisessa järjestyksessä. Kukin pääkategoria alakategorioineen esitetään tiiviissä muodossa omassa laatikossaan, minkä jälkeen alakategorioiden sisältöjä kuvataan yksityiskohtaisemmin sellaisina kuin ne aineistossa ilmenivät. Analyysirunko kokonaisuudessaan on nähtävissä liitteenä (liite 1). Terapeuttista muutosta tarkasteltaessa keskeistä on huomioida kunkin asiakkaan yksilöllinen lähtötilanne ja eteneminen suhteessa siihen. Koska koko aineiston pohjalta muodostettujen yleisten tulosten kuvauksessa yksilölliset muutosprosessit eivät pääse näkyviin, yleisten tulosten jälkeen esitetään kaksi tapausesimerkkiä. Näissä tuodaan tekstiottein havainnollista esiin kahden erilaisen yksilöllisen prosessin eteneminen. Yleisissä tuloksissa on nähtävissä väkivaltaongelman työstämiseen liittyviä yleisempiä linjoja.

3.1. Yleiset tulokset

Kaikilla aineiston miehillä refleksiivisyyden rakentuminen lähti hoidon aikana liikkeelle. Hoidon alkaessa refleksiivisyyden taso miesten joukossa vaihteli, yksilölliset erot olivat huomattaviakin. Lähtötilanne määrittä pitkälti sitä, minkä tasoista työskentely kunkin kohdalla oli. Keskeiseksi muutoksen kannalta osoittautui ongelman uudelleenmuotoilu eli reformulointi. Refleksiivisyyden lisääntyessä ulkoistavat tavat selittää omaa väkivaltaisuutta muuttuivat itselähtöisemmiksi. Miehet oppivat lisääntyvässä määrin ymmärtämään ongelmallisen kokemuksen rakentumista itsestä lähtevänä prosessina. Oivallus ongelman itselähtöisyydestä oli kytköksissä erityisesti vastuunotto- ja muutosmotivaation syntymiseen. Refleksiivisyyden kehittyminen oli yhteydessä myös käyttäytymisen tason muutokseen. Hoidon aikana miesten työskentely keskittyi määrällisesti eniten tunnistavan työskentelyn ja reformulaation vaiheisiin. Reaktiivisuus väheni hoidon edetessä. Vaihtoehtoisuuden rakentumista oli alustavasti nähtävissä hoidon lopulla, mutta refleksiivistä positiota ei terapian aikana saavuttanut kukaan. Kaikilla refleksiivisyys kuitenkin meni omassa mittakaavassaan eteenpäin,

joten refleksiivisyyden voidaan sanoa jokaisen kohdalla lisääntyneen hoidon aikana. Eniten ongelmia ja ristiriitaisuuksia miehille aiheutti vastuunoton täysivaltainen hyväksyminen ja sisäisen kontrollintunteen synty. Kaikki kuitenkin löysivät väkivallan tilalle uusia ongelmanratkaisukeinoja tai toimintatapoja. Kaikki miehet myös raportoivat olleensa väkivallattomia ryhmän aikana.

3.1.1. Reaktiivinen positio

1. Reaktiivinen positio

- 1.1 Kokemuksen rakentuminen kokijan tietoisuuden ulkopuolella
- 1.2 Toimiminen välittömän kokemuksen ohjaamana
- 1.3 Ongelmalliseen kokemukseen liittyvän tilanteen hahmottaminen vain omasta näkökulmasta

- 1.4 Vastuun kieltäminen / vastuun siirto itsen ulkopuolelle
- 1.5 Keinottomuus ongelmallisen kokemuksen / tilanteen yhteydessä
- 1.6 Kontrollintunteen puuttuminen ongelmallisen kokemuksen / tilanteen yhteydessä

Hoidon alkaessa miehet olivat jo käsitelleet väkivaltaongelmaansa Kriisikeskus Mobilessa alkuhaastatteluiden aikana, joten kaikki olivat saaneet ensikosketuksen väkivaltaisuutensa työstämiseen. Tässä mielessä kukaan ei ryhmän alussa ollut täysin reaktiivisessa positiossa suhteessa väkivaltaongelmaansa. Reaktiivisuuden kokemuksia tuli hoidon aikanakin, mutta mikään näistä ei miesten kertoman mukaan johtanut väkivaltaan asti. Reaktiivisia oloiloja tarkasteltiin ja rekonstruointiin ryhmässä jälkikäteen. Reaktiivisuutta miehet kuvailivat siten, että tilanne oli ajautunut pois omasta hallinnasta (1.2). He kokivat olleensa kiihtyneitä ja hyvin kiinni tilanteessa, eivätkä olleet pystyneet ajattelemaan selkeästi (1.1). Yhtäkkisesti sisältä oli noussut raivo, ja ”päässä oli naksahnut tai pimahtanut”. Tästä oli seurannut väkivaltaisuutta. Tavallisimmin kyseessä oli ollut intensiivinen riitatilanne, missä tunteet olivat kuumenneet molemmilla riidan osapuolilla. Itsesätelyn pettämistä selitettiin lähinnä alkoholista, stressistä tai puolison käyttäytymisestä johtuvaksi. Väkivalta nähtiin parisuhteen vuorovaikutusongelmiin kuuluvana ja väkivallan käyttö oikeutettuna, mikäli puolison käytös koettiin epäreiluksi, eikä itsellä ollut muita keinoja vastata ristiriitatilanteeseen. Miesten mielestä nainen omalla toiminnallaan ajoi miehen umpikujaan tai alakynteen.

Tällaiseen tapaan selittää omaa väkivaltaisuutta sisältyi vastuun kieltämistä (1.4). Kun väkivaltaisuuden syyn ajateltiin löytyvän esimerkiksi pullosta, geeneistä tai puolisoista, vastuu tapahtuneesta ja tarpeesta muuttua siirrettiin itseltä pois. Miesten rinnastaessa väkivallan käyttöä muihin parisuhteen ongelmiin myös puolisoilta odotettiin käyttäytymisen muutosta. Tällaisiin tapoihin selittää omaa väkivaltaisuutta ja siirtää vastuuta liittyi myös vaikeus tarkastella omaa toimintaa tai tilannetta objektiivisesti, toisen näkökulmasta käsin (1.3). Tämä näkyi epäsensitiivisyytenä ja kyvyttömyytenä asettua toisen asemaan. Vastuun kieltä ja desentraation puutetta esiintyi eniten hoidon alkupuolella ja hyvin vähän enää hoidon loppupuolella.

Alakategoriat 1.5 ja 1.6 ilmenivät ongelmallisessa tilanteessa sellaisena avuttomuuden kokemuksena, mikä näkyi sekä konkreettisena keinottomuutena että mielensisäisenä kontrollintunteen puuttumisena. Miehet kokivat väkivallan olevan ainut keino, millä he pärjäsivät riitatilanteissa puolison kanssa. Tunne omista vaikutusmahdollisuuksista puuttui täysin. Myös nämä kategoriat näkyivät erityisesti hoidon alkuvaiheessa, mutta ajoittain vielä hoidon loppupuolellakin.

Hoidon aikana miehet kokivat itsehillinnan menetyksiä ja itsesäätelyn epäonnistumisia, mutta väkivaltaan asti nämä eivät tietävästi enää johtaneet. Reaktiivisuuden elementtejä oli joidenkin miesten kohdalla nähtävissä ajoittain vielä hoidon lopussakin, vaikkakin vähemmän kuin hoidon alkupuolella. Kaikilla reaktiivisuus näin ollen väheni.

3.1.2. Tunnistava työskentely

2. Tunnistava työskentely

Ongelmalliseen kokemukseen liittyvien

2.1 kehollisten tuntemusten

2.2 tunteiden

2.3 ajatusten

2.4 reagointitapojen tunnistaminen.

2.5 Väkivaltilanteen tai ongelmallisen kokemuksen / tilanteen tarkastelu

2.6 Toisen näkökulman alustava huomiointi

2.7 Ulkokohtainen tai osittainen vastuunotto

2.8 Ulkokohtaisten keinojen käyttö ongelmallisen kokemuksen / tilanteen yhteydessä

2.9 Ulkokohtainen tai epävarma kontrollintunne

Tunnistava työskentely oli reformulaation ohella eniten koodattu kategoria. Sitä esiintyi kaikilla aineiston miehillä ensimmäisistä istunnoista viimeisiin tapaamisiin asti.

Tunnistavaa työskentelyä esiintyi sekä ongelmallisten kokemusten/tilanteiden ensimmäisten tarkastelujen yhteydessä, jolloin se loi pohjaa ongelman reformuloinnille, että sellaisissa työskentelyvaiheissa, joissa ongelma oli saatettu jo reformuloida, mutta työskentely palasi hetkittäin konkreettisemmän tai pintapuolisemman tarkastelun tasolle. Tätä tapahtui esimerkiksi uusien, vaikeiden tilanteiden kohtaamisen yhteydessä. Tunnistavan työskentelyn yhteydessä tavoitettiin päällimmäisiä, ongelmallisen kokemuksen yhteydessä välittömästi viriäviä tunteita (2.2). Näitä olivat muun muassa raivostuminen, ärsyntyminen ja hätäntyminen. Tunteiden tavoittaminen saattoi olla myös sillä tavoin hapuilevaa, että tavoitettiin joitakin yleisiä tunnekokemuksia, kuten ”tuntui pahalta”. Miehet kuvasivat myös kehollisiin kokemuksiin liittyviä tuntemuksia (2.1) kuten kiristymistä, hiiltymistä tai pään sisällä kiehumista.

Tunnistavaan työskentelyyn kuuluvaa ongelmallisten tilanteiden ja oman väkivaltaisuuden tarkastelua (2.5) sekä omien reagoititapojen tunnistamista (2.4) esiintyi niin ikään läpi aineiston. Reagoititapoja tunnistettiin pääosin kahdenlaisia: vaikeissa tilanteissa oltiin joko hiljaa, pyrkien kiltisti ottamaan vastaan ja nielemään hankalilta tuntuvat asiat, tai sitten reagoitiin riitelemällä ja huutamalla. Työskentelyn tälle vaiheelle ominaista oli, että toisen näkökulmaa alettiin jo tarkastella, mutta kovin syvällistä ymmärrystä toisen kokemusmaailmaa kohtaan ei vielä syntynyt (2.6). Vaikeus ymmärtää puolison näkökulmaa tai tunteita näkyi etenkin puolison pelkoa käsiteltäessä. Monen oli vaikeaa ymmärtää, että puoliso voi kokea hänet pelottavana sellaisinakin hetkinä, jolloin mies ei itse kokenut olevansa väkivaltainen tai uhkaava. Vaikeus ymmärtää toisen näkökulmaa näyttäytyi myös riitatilanteiden yhteydessä, jolloin mies ei kyennyt näkemään puolisonsa tarkoitusperiä, vaan koki tämän haastavan riitaa aiheetta.

Tunnistavan työskentelyn vaiheessa vastuunotto oli ulkokohtaista tai osittaista (2.7). Vastuu väkivallasta saatettiin ottaa päällisin puolin itselle, mutta vastuunottoa motivoivat vielä välineelliset tekijät. Tämä näyttäytyi esimerkiksi niiden miesten kohdalla, jotka olivat väkivaltaisen käyttäytymisensä vuoksi menettäneet puolisonsa tai perheensä. Heillä ryhmään tuloa oli motivoinut toive saada puoliso tai perhe takaisin. Toisaalta tunnistavan työskentelyn yhteydessä näyttäytyi myös osittaista vastuunottoa: vastuuta väkivallasta otettiin jo jonkin verran itselle, mutta osa vastuusta pyrittiin edelleen siirtämään itsen ulkopuolelle. Osittaista vastuunottoa esiintyi kaikkien miesten kohdalla. Sitä oli nähtävissä työskentelyn alkupuolella, jolloin vastuuta omasta väkivallankäytöstä alettiin vasta vähitellen ottaa itselle, tai se saattoi esiintyä

loppupuolen istuntojen aikana, jolloin kyse oli usein pienestä takapakista; vastuu oli jo aiemmin otettu selkeästi itselle, mutta joissakin tilanteissa väkivallan syytä alettiin jälleen etsiä itsen ulkopuolelta.

Tunnistavan työskentelyn vaiheessa miehet pyrkivät kontrolloimaan käyttäytymistään ulkokohtaisten keinojen (2.8) avulla. Tyypillisin ulkokohtainen keino, jota kaikki miehet olivat käyttäneet, oli ongelmallisesta tilanteesta pois lähteminen. Tämän keinon, ”aikalisän”, miehet olivat oppineet Mobile-käyntien aikana. Vaikean tilanteen yhteydessä miehet kokivat usein, ettei heillä ollut kykyä vaikuttaa tilanteen etenemiseen, vaan se vain ikään kuin luisui pois heidän hallinnastaan. Tällöin ainoa tapa välttää tilanteen eteneminen väkivaltaan oli paikalta poistuminen.

Työskentelyn tässä vaiheessa miesten kontrollintunne oli vielä puutteellinen tai sikäli epävarma, etteivät he uskaltaneet luottaa kykyynsä säädellä ja hallita omaa käyttäytymistään (2.9). Epävarmaa kontrollintunnetta esiintyi pääosin alkupuolen istuntojen aikana, mutta jonkin verran myös työskentelyn lopulla. Alkupuolen työskentelyn aikana se edusti kehitystä: mikäli terapian lähtötilannetta oli leimannut avuttomuus ja täysi kontrollintunteen puuttuminen, muutoksen ensimmäinen vaihe oli jonkinlaisen, vaikkakin vielä orastavan kontrollintunteen kokeminen. Toisaalta ulkokohtaista tai epävarmaa kontrollintunnetta esiintyi ajoittain myös loppupuolen istuntojen aikana, vaikka kokemusta omasta kontrollikyvystä oli jo saattanut tulla. Miesten omat arviot kyvystään olla käyttämättä väkivaltaa säilyivät varovaisina koko työskentelyn ajan.

3.1.3. Reformulaatio

3. Reformulaatio

- 3.1 Ongelmalliseen kokemukseen liittyvien ydintunteiden tavoittaminen ja nimeäminen
- 3.2 Ongelmalliseen kokemukseen liittyvien itseä koskevien ydinajatusten tavoittaminen
- 3.3 Ongelmallisen kokemuksen / tilanteen rakentumisen ymmärtäminen
- 3.4 Toisen näkökulman ymmärtäminen

Alustavaa itselähtöisyyttä

- 3.5 vastuunotossa
- 3.6 keinojen käytössä
- 3.7 kontrollintunteessa

Ongelman uudelleenmuotoilua eli reformulaatiota syntyi hoidon aikana kaikilla aineiston miehillä. Tyypillistä reformulaatioille oli, että kunkin miehen kohdalla niitä tapahtui useita erillisiä hoidon aikana. Ongelman reformuloinnin jälkeen sitä työstiin, kunnes syntyi jälleen uusi tai hieman syvempää ymmärrystä osoittava ongelman määrittely. Jotkut miehistä tuottivat useampia reformulaatioita hoidon aikana kuin toiset. Reformulaatioiden sisällöt vaihtelivat, ja vaihtelua oli myös niiden kielellisessä konkreettisuudessa tai abstraktiudessa.

Suurin osa miehistä tavoitti melko syviä ydintunteita (3.1) ja itseen liittyviä ydinajatuksia (3.2) hoidon edetessä. Usein esiin nousseita, väkivaltaisen käyttäytymisen takaa löytyneitä ydintunteita olivat muun muassa avuttomuuden tai voimattomuuden kokemukset tilanteen hallinnassa, esimerkiksi riidan yhteydessä. Miehet tavoittivat mitätöidyksi, alistetuksi, torjutuksi, nöyryytyksi tai epäoikeudenmukaisesti kohdelluksi tulemisen tunteita. Lähes kaikki tunsivat toistuvasti jääneensä alakynteen riitatilanteissa suhteessa puolisoon. Jotkut huomasivat pitävänsä itseään pysyvästi heikompina, huonompina tai alempiarvoisina kuin puoliso. Heikkouden, avuttomuuden tai loukatuksi tulemisen tunteisiin saattoi liittyä häpeää, syyllisyyttä ja henkistä yksin jäämistä. Lisäksi mustasukkaisuus, seksuaalinen epävarmuus tai luottamuksen puute olivat tavoitettujen vaikeiden tunteiden joukossa.

Hoidon alussa miehet selittivät väkivaltaisuutensa seuraavan yhtäkkisestä itsehillinnän menetyksestä, mikä johtui alkoholista, stressistä tai puolisoista. Reformulaatiovaiheessa he alkoivat tavoittaa pitempiä tapahtumaketjuja hermostumisen taustalla ja ymmärtää väkivaltaisuuden omien sisäisten prosessien pohjalta rakentuvana (3.3). Useimmat alkoivat yhdistää omaa väkivaltaisuuttaan taipumukseensa ”kerätä törkyä sisäänsä”. Kun miehet olivat kokeneet tullessa loukatuksi tai olivat pahoittaneet mielensä, he eivät olleet näyttäneet tätä puolisoille. Myös toistuvat alakynteen jäämiset, mustasukkaisuus tai itsen kokeminen puolisoa arvottomammaksi jäivät kalvamaan mieltä. Kaikki alkoivat tunnistaa alkoholin vaikutuksen alaisena tai rajun riidan yhteydessä päässä tapahtunutta nopeaa ”naksahdusta” edeltäneen jopa puoli vuotta kestäneen tunteiden patoamisen. Lisäksi osa miehistä tunnisteli pelkäävänsä riitatilanteita ja puolison suuttumista. Osa huomasi hätäntymisensä siitä, että toisen tunteita ja ajatuksia oli vaikea ymmärtää. Hätäntymisen jälkeen olo oli sekava, jolloin myös omia tunteita ja ajatuksia oli vaikea käsittää. Hoidon edetessä miehet alkoivat näin oivaltaa, että alkoholi, kaoottinen olotila tai raju riita olivat vain viimeinen sysäys väkivallan

puhkeamiselle. Väkivaltaisen käyttäytymisen yhtäkkisyys tuli ymmärrettävämmäksi. Jotkut miehistä olivat jo hoidon alussa oivaltaneet ongelmallisen kokemuksen rakentumista itsestä lähtevänä prosessina. Hoidon edetessä oman väkivaltaisuuden selittäminen muuttui kaikkien kohdalla aiempaa itselähtöisemmäksi. Mitä pidemmälle hoito eteni, sitä hienosyisemmin vaikeita tunteita ja tilanteita opittiin tarkastelemaan.

Reformulaatiovaiheeseen kuuluva itselähtöisyyden ymmärtäminen ongelmallisen kokemuksen rakentumisessa mahdollisti myös desentraation lisääntymisen ja toisen näkökulman paremman ymmärtämisen (3.4). Kun miehet osasivat paremmin tehdä rajanvetoa sen välillä, mikä lähtee itsestä ja mikä puolisoista, tilanteita pystyttiin paremmin tarkastelemaan toisenkin kannalta. Puolison ymmärtäminen näkyi esimerkiksi tämän pelon huomiointina. Toisen pelon sitkeyttä ei välttämättä vielä emotionaalisella tasolla voitu täysin käsittää, mutta se hyväksyttiin, ja omaa toimintaa oltiin valmiita mukauttamaan.

Itselähtöisyyden lisääntymisen myötä kaikki miehet alkoivat myös enenevässä määrin ymmärtää, että vastuu väkivallasta on ainoastaan heillä itsellään (3.5). Vastuunotto alkoi vähitellen syventyä. Siitä huolimatta erityisesti rajanveto väkivallan ja parisuhteen muiden ongelmien välillä oli kuitenkin edelleen ajoittain ongelmallista. Vaikka väkivalta alettiin paremmin nähdä erillisenä asiana parisuhteen vuorovaikutusongelmista, silti oletus tai toive puolison käytöksen muuttumisesta ”vastalahjana” miesten pidättäytymiselle väkivallasta pilkahti monen puheessa vielä hoidon loppuvaiheessakin.

Merkittävä, vastuunottoon läheisesti liittyvä asia oli muutosmotivaation muuttuminen itselähtöisemmäksi. Halu muuttua alkoi nyt pohjautua oivallukselle, että ongelmallinen kokemus liittyi omiin sisäisiin prosesseihin. Tällöin oli muutettava jotain itsessä, esimerkiksi opeteltava riitelemään. Muutosta alettiin haluta oman itsen takia, vaikka puolisoa tai perhettä ei enää saisikaan takaisin. Omista teoista alettiin itselähtöisyyden ymmärtämisen myötä kokea syyllisyyttä ja häpeää. Halu arvostaa itseä miehenä oli yksi motivaatio muutokseen. Miehet myös huomasivat kontrollintunteen kasvun ja toimintatapojen lisääntymisen liittyvän yleisempäänkin hyvän olon ja elämänhallinnan kasvuun. Reformulaatiovaiheelle ominaista itselähtöistä vastuunottoa ja muutospyrkimystä esiintyi kasvavassa määrin hoidon edetessä.

Itselähtöisyyden synty käytännön toiminnan tasolla näkyi sellaisina uusina keinoina ja toimintatapoina (3.6), joiden avulla koettiin pystyttävän toimimaan tyydyttävästi

vaikeissa tilanteissa tai estämään niiden synty. Esimerkkejä uusista, itselähtöisistä keinoista olivat muun muassa tunteiden patoutumisen välttäminen vaikeista asioista puhumalla ja pyrkimällä selvittämään riidat heti niiden syntyessä, omasta jaksamisesta huolehtiminen sekä vaikeiden tilanteiden ennakointi ja vaihtoehtoisen käyttäytymisen harjoittelu mielikuvatasolla. Asioiden jakaminen ja pohtiminen ryhmässä tai tuttavien kanssa koettiin katkeruutta ja vihaa purkavana tapana työstää asioita. Muiden kanssa pohtiessa syntyi myös uusia oivalluksia vaikeista tilanteista ja kokemuksista, ja mielikuvien tasolla voitiin yhdessä miettiä, miten esimerkiksi riitatilanteessa voisi toimia ja saada äänensä kuuluville. Uusien keinojen lisäksi saattoi jokin vanha, ulkokohtaisempaan säätelyyn liittynyt keino, muuttua itselähtöisemmäksi. Näin kävi joidenkin miesten kohdalla aikalisän kanssa. Kun se tunnistavan työskentelyn vaiheessa toimi viimeisenä pakoreittinä, edusti se reformulaatiovaiheeseen liittyvän itselähtöisyyden kehittymisen myötä enemmänkin tilanteen ja oman itsen hallittua säätelyä. Kaiken kaikkiaan itselähtöisiä keinoja alkoi tulla miesten käyttöön selvästi enemmän hoidon loppupuolta kohti.

Kontrollintunteen kehittyessä (3.7) miehet kokivat lisääntyvässä määrin itse voivansa vaikuttaa ongelmallisten tilanteiden kulkuun ja säädellä vaihtoehtoisten toimintatapojen käyttöönottoa. Jonkinasteista sisäistä kontrollintunnetta alkoi syntyä hoidon loppua kohden. Mielensisäinen kokemus omien tunteiden ja tilanteen hallinnan suhteen ei kuitenkaan vahvistunut samassa määrin kuin uudenlaisten keinojen soveltaminen käytännössä.

3.1.4. Vaihtoehtoisuuden rakentuminen

4. Vaihtoehtoisuuden rakentuminen

- 4.1 Hyväksyvä ja salliva suhde ongelmalliseen ydinkokemukseen
- 4.2 Ongelmallisen kokemuksen ymmärtäminen suhteessa omaan kehityshistoriaan
- 4.3 Ongelmallisen kokemuksen generoitumisen ymmärtäminen
- 4.4 Toisen asemaan asettuminen

- 4.5 Vastuunottovalmiuksien vahvistuminen
- 4.6 Keinojen lujittuminen
- 4.7 Sisäisen kontrollintunteen vahvistuminen

Vaihtoehtoisuuden rakentuminen oli koodatuista kategorioista vähiten esiintyvä. Vaikka reformulaation yhteydessä oli kaikkien miesten kohdalla nähtävissä uudenlaista,

vaihtoehtoista käyttäytymistä, niin sellaista kognitiivis-konstruktivisen teorian mukaista vaihtoehtoisuutta, joka pohjautuisi ongelmalliselle kokemukselle annettuihin uudenlaisiin merkityksiin, rakentui melko vähän. Jonkin verran sitä oli kuitenkin nähtävissä loppupuolen istuntojen aikana.

Sallivaa suhtautumista omiin ongelmallisiin kokemuksiin (4.1) esiintyi selkeimmin kehityshistorian tarkastelun yhteydessä (4.2). Miehet tavoittivat ongelmallisina kokemiensa tilanteiden ja tunteiden taustalta vaikeita lapsuudenkokemuksia. Nämä kokemukset liittyivät usein joko itseen tai läheisiin kohdistuneeseen psyykkiseen tai fyysiseen väkivaltaan. Kokemuksiin liittyi useimmiten joko koettua tai konkreettista yksinjäämistä. Yleistä oli, että vaikeiden tunteiden, kuten pelon, vihan ja avuttomuuden kanssa oli jäänyt yksin, eikä itsellä ollut ollut keinoja selviytyä niiden kanssa. Aikuisiällä nämä kokemukset aktivoituivat herkästi uudelleen, ja ne koettiin edelleen uhkaa tuottavina ja jäsentymättöminä. Kun miehet löysivät yhteyden lapsuuden traumaattisten kokemusten ja nykyhetken vaikeiden kokemustilojen välillä, heidän oli hieman helpompaa hyväksyä kipeiden tunteiden olemassaoloa. Kun väkivaltaongelman reformulointi ja sen itselähtöisyyden ymmärtäminen oli herättänyt syyllisyyden ja häpeän tunteita, vaihtoehtoisuuden rakentumiseen liittyi keskeisesti itseä kohtaan herännyt myötätunto. Tämä ei tarkoittanut oman väkivaltaisuuden hyväksymistä, vaan vaikeiden tunteiden ja kokemusten sallimista osaksi itseä ja empaattista suhtautumista tähän osaan minuudesta.

Desentraatiokyvyn kehittymisen myötä myös ongelmallisen kokemuksen generoitumisen ymmärtäminen (4.3) tuli mahdolliseksi. Jotkut miehistä huomasivat samankaltaisten ongelmallisten tilanteiden toistuneen useasti esimerkiksi aiemmissa parisuhteissa tai vaikkapa suhteessa sekä puolisoon että omaan äitiin. Generoitumisen ymmärtäminen auttoi miehiä pohtimaan, mikä omassa käyttäytymisessä aikaansai ongelmallisten tilanteiden ja kokemusten syntyä, ja miten siihen voisi tulevaisuudessa vaikuttaa. Osalla miehistä myös toisen näkökulman ymmärtäminen syveni siten, että he kykenivät eläytymään toisen asemaan ja tunteisiin (4.4). Rekonstruoidessaan väkivaltatilanteita jälkikäteen he ymmärsivät niiden kauheuden puolison näkökulmasta. Tämä mahdollisti myötätunnon heräämisen puolisoa kohtaan. Myötätuntoista suhtautumista oli nähtävissä hetkittäin työskentelyn loppupuolella. Kenelläkään se ei muuttunut kaikenkattavaksi suhtautumistavaksi, mutta tuli kuitenkin joillakin mukaan aiempaa tunneskaalaa rikastuttamaan.

Käyttäytymisen tasolla vaihtoehtoisuuden rakentuminen näkyi entistä kehittyneempinä toimintatapoina (4.6), muun muassa uudenlaisena assertiivisuutena. Assertiivisuus näkyi omien rajojen selkiytymisenä siten, että riitatilanteissa tuli mahdolliseksi pitää puoliaan silloin, kun puolison käyttäytyminen koettiin loukkaavana tai epäoikeudenmukaisena. Väkivaltaisen käyttäytymisen tilalle löytyi uusia, aiempaa rakentavampia toimintatapoja, jotka olivat reiluja kumpaakin osapuolta kohtaan. Kykyä assertiiviseen toimintaan alkoi syntyä ryhmätyöskentelyn lopulla muutamalla miehistä.

4-tason tavoittaminen oli kaikkien miesten kohdalla parhaimmillaankin hetkittäistä. Niin suurta muutosta omiin sisäisiin kokemuksiin nähden ei tapahtunut kenelläkään, ettei väkivallaton käyttäytyminen olisi edelleen vaatinut tietoista ponnistelua. Sen vuoksi vastuunottovalmiuksien vahvistumista (4.5) ja keinojen lujittumista (4.6) koodattiin melko vähän, eikä sisäisen kontrollintunteen vahvistumista (4.7) lainkaan. Niillä miehillä, joilla vaihtoehtoisuuden rakentumista alkoi työskentelyn loppua kohden esiintyä, se kuitenkin auttoi syventämään jo reformuloidun ongelman käsittelyä ja vei siten muutosprosessia eteenpäin.

3.1.5. Refleksiivinen positio

5. Refleksiivinen positio

- 5.1 Ongelmallisen kokemuksen omistaminen ja integrointi minuuteen
- 5.2 Säätelevä eli agenttinen suhde omaan kokemukseen

- 5.3 Vastuunoton pysyvyys
- 5.4 Uudenlaisten toimintatapojen automatisoituminen
- 5.5 Sisäisen kontrollin mahdollistama väkivallaton käyttäytyminen

Viimeinen vaihe refleksiivisyyden kehittymisen mallissa on refleksiivisen position saavuttaminen. Vaikka näitä alakategorioita ei aineistossa koodattu lainkaan, pidettiin ne analyysirungossa mukana muistuttamassa refleksiivisyyden kehittymisen päämäärästä. Aiempien vaiheiden perusteella refleksiivisen position saavuttaminen olisi väkivaltaisten miesten kohdalla voinut ilmetä esimerkiksi siten, että suhde avuttomuuden kokemukseen olisi muuttunut. Avuttomuuteen alun perin liittyneet, minuuden integriteettiä horjuttaneet merkitykset olisivat tiedostamisen ja työstämisen kautta menettäneet uhkaavuuttaan, ja uudenlaisen suhtautumistavan myötä kokemus voitaisiin sisällyttää oman minuuden piiriin kuuluvaksi (5.1). Avuttomuuden kokemus

ei enää herättäisi suojautumisen ja puolustautumisen tarvetta. Myös suhde avuttomuuden kokemuksesta laukaiseviin tekijöihin olisi muuttunut. Alun perin uhkaavat tilanteet eivät enää toimisi suojautumista provosoivina tilannevihjeinä. Muutos näkyisi tällä tavoin myös havainnoinnin ja kokemuksen rakentumisen tasolla. Kun suhde avuttomuuden kokemukseen olisi muuttunut näin perustavanlaatuisesti, omaa kokemusta pystyttäisiin säätelemään jo sen rakentumisen vaiheessa (5.2). Sisäiseen kokemustilaan liittyvä agenttisuus mahdollistaisi myös ulkoisen käyttäytymisen tulemisen oman hallinnan piiriin.

3.2. Tapauskuvaukset

Seuraavaksi esitetään kaksi tapauskuvausta tekstiotteiden avulla. Esimerkkien miehet valittiin sen perusteella, että he poikkesivat refleksiiviseltä lähtötasoltaan toisistaan, minkä seurauksena myös heidän yksilölliset prosessinsa muotoutuivat jonkin verran erilaisiksi. Miehet on nimetty lyhentein M1 ja M2. Terapeuteista käytetään lyhenteitä T1 ja T2. Analyysirungon alakategorioita on liitetty sulkuihin myös tapauskuvausten oheen. Tekstiotteita valittaessa kriteereinä olivat segmenttien merkityksellisyys, havainnollistavuus ja pituus. Siltikin tekstikatkelmia on selkeyden ja tilankäytön vuoksi paikka paikoin lyhennelty aiheen kannalta epäolennaista puhetta poistaen. Merkkinä poistetusta osiosta on kolme pistettä sulkeissa (...). Tekstikatkelman alussa on ilmoitettu terapiaistunnon numero sekä tekstiotteen alkamis- ja päättymisrivit transkriboidussa aineistossa. Sulkujen sisälle on jätetty joitain tekstin transkriboijan merkintöjä. Hakasulut osoittavat tutkijoiden selkeyttämismielessä tai anonymiteetin suojaksi tekemiä lisäyksiä.

3.2.1. Tapaus 1

M1 kertoi väkivaltaisen käytöksensä nykyisessä parisuhteessaan kestäneen noin kolme ja puoli vuotta. Väkivalta oli luonteeltaan ollut muun muassa tönimistä, kasvoihin läpsimistä, käden vääntämistä sekä fyysisellä väkivallalla tai omaisuuden hajottamisella uhkailua. Puoliso ei ollut käynyt lääkärissä fyysisten vammojen vuoksi. Virallisia tuomioita väkivallasta ei ollut, mutta poliisia oli tarvittu, ja kerran puoliso oli nostanut syytteen. Tämä oli kuitenkin myöhemmin peruttu. Väkivaltaista käytöstä oli esiintynyt

myös M1:n kahdessa aiemmassa parisuhteessa. Ennen Vaihtoehto väkivallalle -ryhmässä aloittamista M1 oli käynyt yksilökeskusteluissa Kriisikeskus Mobilessa sekä yhdessä nykyisen puolisonsa kanssa perheasiain neuvottelukeskuksessa. Aiempiin hoitokontakteihin lukeutui myös A-klinikka. Vaihtoehto väkivallalle -ryhmän aikana M1:n parisuhde jatkui. Lapsuuden perheessään M1 ei ollut itse joutunut väkivallan kohteeksi, mutta oli nähnyt väkivaltaa kotona vanhempiensa välillä.

Hoidon alussa M1:n suhde omaan väkivaltaisuuteensa oli pitkälti reaktiivisella tasolla. Hänen tapansa selittää omaa väkivaltaisuuttaan viesti vastuun välttelystä. Hoidon aikana hänen ymmärryksensä oman väkivaltaisuuden syistä lisääntyi jonkin verran, ja ongelma tuli muutamaan kertaan reformuloituksi. Keskeisintä M1:n kohdalla oli väkivaltaan johtavien, toistuvien tapahtumaketjujen tavoittaminen. Ominaista tälle miehelle kuitenkin oli, että vaikka hän oppi jäsentyneemmin ymmärtämään ja sanoittamaan oman väkivaltaisuutensa syitä, perimmäinen ymmärrys väkivallan syiden itselähtöisyydestä jäi edelleen jossain määrin uupumaan. Kognitiivis-konstruktivisen viitekehyksen valossa voisi kenties sanoa, että reformulaatio ei tavoittanut kaikkein perimmäistä kokemuksellista ydintä. Sellainen oivallus, mikä olisi voinut johtaa sisäsyntyiseen hallinnantunteeseen ja täyteen vastuunottoon, jäi uupumaan.

Hoidon alkaessa M1 selitti väkivaltaisuutensa johtuvan pääasiallisesti kolmesta erisyydestä. Keskeisin näistä oli alkoholi, minkä turvin hän myös siirsi vastuun väkivallasta kokonaan pois itseltään (1.4). Hän näki väkivallan seurauksena alkoholista johtuvasta kontrollinmenetyksestä. Yleisemminkin oman väkivaltaisuuden puhkeaminen tuntui M1:stä aluksi täysin käsittämättömältä, ja oma väkivaltainen minuus oli jotain itselle vierasta, muistamattomassa tilassa tapahtuvaa (1.1). M1 kuvaili, kuinka hänellä ei ollut mitään kontrollia tilanteisiin (1.2).

1: 351-355

M1: (...) Minulla väkivalta on esiintynyt aina humalatilanteessa. Kaks avioliittoa päättynyt (...). Siinä väkivalta oli, oli tuota usein esillä, aina humalassa, ja... Todellakin muistamattomassa tilassa.

2: 1452-1461

M1: (...) Kaikki nää väkivallan tilanteet on nimenomaan tullu, että (...) minun juominen on silloin kontrolloimatonta, koska (...) mullon tuhansia tuttuja, ja tuota (naurahtaen), myöskin niitä tarjoajia ja mä oon ollu huono kieltäytymään. Ja sitten kun mulla menee se kontrolli...mulla ei siis, kunto ei petä ollenkaa, että se on siinä mielessä se o, mä oon niinku itellenikin vaarallinen. Mä juon aivan käsittämättömiä määriä ja muuta ja silloin se [kontrolli] menee täysin. (...)

Alkoholin lisäksi M1 tavoitti ensimmäisellä tapaamisella myös luottamuspuolan sekä mustasukkaisuuden ja katkeruuden tunteita väkivallan taustalta. Näihin ei kuitenkaan alkuvaiheessa liittynyt vielä sen syvempää ymmärrystä kokemuksen itselähtöisyydestä. M1 koki jonkin vain ”naksahavan” päässä; kokemus rakentui ilman, että hänellä oli siihen otetta (1.1). Hän vaikutti kuitenkin motivoituneelta ottamaan asiasta selvää:

1: 639-649

M1: (...) Mä haluaisin kans tietää sitä, että mikä aiheuttaa sen muutoksen. [Mobilessa] sitä käytiin aika pitkältä ihan lapsuudesta lähtien sitä että mikä, mikä on joka sen tuo, että... Mä tiedän sen, että mustasukkaisuus, ja semmonen, luottamuspuola. Ehkä niitä käydään tän kurssin aikana läpi niitä tilanteita mitkä on aiheutunu ja mistä missäkin suhteessa on al-, mitä on ollu, tapahtunu ennen ensimmäistä väkivaltaa ni, mä haluan tietää nimenomaan että mikä, mikä se tuolla päässä naksahaa. Onko se...mitä se on. Toivottavasti saan vastauksen.

Lisäksi M1 kertoi ensimmäisellä istunnolla puolison työttömyyden, epäsovivien työaikojen ja passiivisuuden yhdeksi väkivaltaa aiheuttavaksi tekijäksi. M1 koki, että puolison valintojen vuoksi heillä ei ollut riittävästi yhteistä aikaa. Nämä asiat tuottivat M1:lle pettymystä. Asiat tulivat esiin ja aiheuttivat väkivaltaan johtavia riitoja erityisesti silloin, kun yhdessä oli otettu alkoholia:

1: 526-578

M1: (...) Kaveri on ollu (...) työttömänä. (...) Se on nyt ollu meillä tuota toistuvana ongelmana, tai semmosena eripurana aiheena siinä. (...) Näin työmar- narkomaanina se tuntuu minusta hy- hyvin pahalta. Ett mä olisin niinkun, taas mielellään toivosin että hän menis töihin. (...) Nyt sitten ni [puoliso] otti [iltatyön], nyt on sitten viikonloputkin kiinni. Sitä nyt meni se vähäenkin. No me siitä keskusteltiin, meilloli tässä viikko sitten oli semmosta, semmosta jupinaa siinä. Ei mitään koska viinaa ei otettu ja selvinpäin meillei oo ko- väkivaltatilanteita tullu koskaan, niin tuota, siinä jupistiin mutt mä totesin että katotaan nyt sitten että, hän on päätöksensä tehny ja eihän siitä, siitä mitään sitten mutta ett se tulee olemaan kivenä kengässä meillä, pahana siinä että meillei tosiaan oo, hän vapautuu illalla vasta (...) nin meillei oo yhteistä [aikaa ja mahdollisuutta tehdä asioita]. Se on semmosena hyvin pahana, pahana keskustelunaiheena ja, ja siitä se sitten monta kertaa pullahtaa. Nimenomaan sillon kun ollaan yhdessä otettu viinaa sillon se tulee. (...)

Näin M1 jo hoidon alussa tavoitti alustavasti, että riita-asiat kärjistyivät helposti väkivallaksi silloin, kun yhdessä puolison kanssa oli otettu alkoholia. Tähän ei kuitenkaan liittynyt vielä oman kokemuksen ja väkivaltaisuutta aiheuttavien syiden itselähtöisyyden ymmärtämistä. Oman kokemuksen rakentumisen tiedostaminen ja säätely olivat vielä hyvin reaktiivisella tasolla (1.1). Reaktiivinen suhde omaan kokemukseen näkyi myös M1:n puheessa pohdinnan hajanaisuutena. Vastuunkielto (1.4) oli selkeää, eikä toisen näkökulmaa pystytty ymmärtämään (1.3).

Kolmannella tapaamisella alkoi syntyä muutosta refleksiivisempään suuntaan, kun M1 pystyi vähitellen terapeuttien avulla syventymään asioiden pohtimiseen. Tarkempaan käsittelyyn kolmannella tapaamisella tuli ensin mustasukkaisuus:

3: 174-182

T2: Mistä sä tiedät ett sä oot mustasukkanen humalassa? Muistat sä siitä jotain?

M1: Öö, muistan pätkiä ja kyllä mä olen mustasukkanen mä olen mustasukkanen selvistäpäinki.

T2: Sä oot selvinpäin...

M1: Kyllä, se on, se on perintöä, siitä ää tais olla puhetta että, että (...) se on sieltä, se on öö on tuota kolmannen polven perintöä. (...)

Terapeutin kysymyksen johdattamana kävi ilmi, että M1 oli mustasukkainen myös selvinpäin. Tämä vei pohjaa pois siltä, että hän voisi alkoholin turvin kieltää kaiken vastuun väkivallasta. Toteamalla mustasukkaisuuden olevan perittyä M1 kuitenkin edelleen väisti vastuunoton. Pohdintaa mustasukkaisuudesta kuitenkin jatkettiin. M1 kävi läpi parisuhteisiinsa ja lapsuuden perheeseensä liittyviä katkeruuden tunteita herättäviä kokemuksia, ja tavoitti hieman syvempää ymmärrystä luottamisen vaikeuden ja mustasukkaisuuden taustoihin liittyen. Vähitellen mustasukkaisuus ja luottamuspula alkoivat edelleen yhdistyä osaksi laajempaa, väkivaltaisuuteen johtavien tapahtumien kokonaisuutta:

3: 1128-1186

(...)

T2: Sen mustasukkaisuuden sä oot pystyny siihen yhdistään sitten näihin...

M1: Öö, mustasukkaisuus on ollu, joo, kyllä se on ollu, ollu tuota hyvin, hyvin suurena siinä. Myöskin nyt on sitten ollu toisena tää meidän työkuviot. (...) Ne kaks syytä siinon nyt ollu. (...) Nii jos nyt ajattelee näitä riitatilanteita... On otettu, sitt on ruvettu keskustelemaan jostain, ja se on niin arka aihe se työ esimerkiksi että sitten se lähtee rönsyilemään. Se on hallitsematon sen jälkeen se keskustelu, (...) ja sitt sitä ruvetaan, kumpiki vanhojen muistelijoihin, lähetään hakemaan... Se kaikki sitt se karkaa niinku täysin, täysin hallitsemattomaks siinä.

T2: Voiko siihen liittyä mitään niinku että sä tunnet kohdelluks itseäsi niinku epäoikeudenmukaisesti tai...

M1: Ei, ei sii- ei ehkä sillä hetkellä vaan mä palaan koko ajan siihen taakse ja se on nimenomaan tämä luottamuspula, (...) mustasukkaisuus (...). Päivittäin pitäs kai kysyä joka kerta että ootko ollu vieraisissa ja aina nollata se päivä ettei pääsis mutta... Tahtoo olla se kummallakin, että tuota, ei osaa niistä pienistä asioista sillä hetkellä kun pitäs ehdottomasti... Se on se että niitä tulee sitten kerättyä, kerättyä siihen ja sitt se on liian paljon meikäläisen taidoilla hallita. (...)

Terapeutin avustuksella M1 kiteytti väkivallan alkaneen keskinäisistä riidoista, mitkä johtuivat lähinnä mustasukkaisuudesta ja puolison työtilanteesta. Riidat alkoivat rönsyillä, mukaan tulivat vanhatkin mieltä painaneet asiat, ja tilanne meni hallitsemattomaksi. M1 tunnisti, että epävarmuuden tunteita ja riita-asioita ei käsitelty heti niiden noustessa pintaan, jolloin ne pääsivät kerääntymään. Kerääntyneenä pienistä

asioista tuli vyyhti, mitä hän ei enää pystynyt hallitsemaan. M1 alkoi näin paremmin ymmärtää väkivaltaisuutensa taustatekijöitä kokonaisuutena ja pystyi joiltain osin erittelemään ja ymmärtämään ongelmallisen kokemuksen rakentumista (3.3). Nähtävissä oli ensioivallusta sen suhteen, että väkivaltaisuudessa oli kyse häneen itseensä liittyvistä tekijöistä. Myös vastuunotto alkoi tästedes vahvistua. Kirkkaimman vastuunoton hetken M1 saavutti hoidon loppupuolella:

12: 1083-1114

M1: (...) Kyllä mä niinkun oon tehny päätöksen, miettiny sitä ja luvannu [puolisollekin], että seuraavan kerran ku läpsähtää ni sitten läpsähtää ulko-ovi ja avaimet jää sisäpuolelle. (...) Minun täytyy, täytyy niinkun tunnustaa se, että kun vika on suurimmalta osalta minussa ollu. Lyömisessä o ollu syy aina minussa mutta myöskin näissä ongelmassa että mä oon niinku... Mää jossain vaiheessa sillon näitten terapioitien alkuvaiheessa sanoin, että minuss on Suomi menettäny hyvän arkeologin elikkä se vanhojen kaivaminen. Ja [puoliso] on ollu hyvin pitkälle sijaiskärsijänä. Olen sitä pahaa oloa purkanu. (...) Mä niinkun odotin, ett [puolisolta] jotain pientä, joka nyt ei tosiasiassa ois saanu missään tapauksessa aiheuttaa... Mä katsoin ett se oli mulle semmonen että okei sää teit ton nyt mä voin leipoo nenään, noin karrikoiden ja tuota... Mutta kyllä mä niinkun oon, oon tosiaan nyt, nyt tehny sen päätöksen että, että tuota, turha sitä on katella...kyllä se peilistä, peiliin kattomalla se syy löytyy. (...)

Ajoittaisista vastuunoton hetkistä huolimatta koko hoidon ajan M1:n ensireaktio usein oli alkoholin turvin puolustautuminen tai puolison käytöksen syyttäminen. Asioita hänen kohdallaan työstettiin myös alkoholiin liittyvän vastuun välttelyn suhteen. Erityisesti seitsemännestä tapaamisesta alkaen M1 alkoi saavuttaa uutta ymmärrystä alkoholin ja väkivallan suhteesta sekä väkivaltaa edeltäneeseen alkoholin käyttöön liittyvistä tekijöistä. M1 huomasi, että erimielisyydet puolison kanssa olivat aiheuttaneet pinnan kiristymistä, mitä hän oli lähtenyt laukaisemaan alkoholilla (istunto 7). Tällöin tilanne oli helposti karannut käsistä ja päätyneet väkivaltaan. M1 huomasi, että ”huonoon oloon tulee huono humala” (istunto 12). Hän tavoitti laajemminkin, että käytti alkoholia helpottaakseen omaa pahaa oloaan, huolia, väsymystä ja stressiä (istunto 15). Nämä olivat kaikki sellaisia sisäistä painetta synnyttäviä tekijöitä, mitkä alkoholin kanssa johtivat väkivaltaiseen käytökseen. Näin hän alkoi vähitellen hoidon edetessä oivaltaa, että väkivallan puhkeamisessa oli enemmän kyse omasta olost ja omaan itseän liittyvistä tekijöistä kuin suoranaisesti alkoholista. Tietyllä tavalla M1 kuitenkin keskittyi hoidon aikana enemmän alkoholi- kuin väkivaltaongelman pohtimiseen ja tässä mielessä työskenteli useasti ikään kuin ydinongelman vierestä. Kyse oli tavallaan väärästä reformulaatiosta: tämän ryhmän kontekstissa alkoholi ei ollut pääongelma, vaan väkivalta. Alkoholin käsittelyn voi hänen kohdallaan kenties kuitenkin ajatella

olleen tärkeä sivupolku itselähtöisyyden ymmärtämisessä ja vastuunoton kehittymisessä.

Ongelmallisin alue refleksiivisyyden kehittymisen suhteen M1:n kohdalla oli väkivallan erottaminen parisuhteen muista ongelmista. Hoidon alusta loppuun asti M1 rinnasti väkivaltaisuutensa yhdeksi parisuhteen vuorovaikutusongelmaksi tai verrattavaksi esimerkiksi M1:n kokemukseen puolison liiallisesta passiivisuudesta kodinhoidon tai työelämän suhteen. M1 toi esille ottavansa vastuun lyömisestään ja kokevansa inhoa ja itsehalveksuntaa väkivaltaisesta käytöksestään. Hän koki tarvetta muuttua, mutta samanaikaisesti, myös puolison tuli M1:n mielestä muuttua:

8: 480-535

M1: (...) Meillä on tapahtunu muutosta selvästi myöskin vastapuolella. Ja sitten oli tää Ben Furmanin ohjelma oli (...), niin (...) tää nainen hän muistaakseni sano ku sitä joku kysy, ett pitäskö vaimon tai vastapuolen ää väkivallan kohteen muuttaa ni hän sano minun mielestä aika lailla jyrkästi että ei missään tapauksessa, vaan ainoa muutos täytyy tapahtua väkivallan käyttäjässä. (...) Minusta tuntuu hiukan hullulta tuommonen ettei yhtään tarvi muuttua, ett jos mä ajan veneellä kolome kertaa karille samassa kohtaa kun mä yritän, toivon että pääsen siitä ni emmää neljättä kertaa. Mää tiedän että mä pääsen kiertämään sen jostain muualta. Ett (...) tarviiko muuttua emmä niinku sillä, sillä enkä niinku pakene sitä. Se on selvä että minun vastuullahan se lyöminen, lyöminen ja väkivalta aina on. Mutta että myöskin meillä mä oon huomannu siis semmosen selvän (...) että [puoliso] on niinkun välttäny, muuttanu sillä lailla käyttäytymistään että, että tuota, just tämmösiä meillä tuli joskus sitten siivoamisesta ja muusta... Se lähti aina sitten se alkoholi niinku kirvotti ne kielenkannat siinä ja sitten sitä ruvettiin keskustelemaan. (...) Ne oli näitä justiin jotka oli sitten ärsyttäny mutt mä en osannu sitä sanoa. Mutt nyt ei oo niitä ärsykeitä ollu siinä vaan koti hohtaa puhtauttaan ja kaikkia tämmösiä muutoksia mistä mä oon häntä arvostellu hän on niinku tehny ne. Todellaki että mä en oo ö siis siihen, siihen nin sanallakaan puuttunu. Että kuinka yleistä se on. Että onko se nyt sitten [puolison] muuttuminen tosiaan siitä uskosta siihen parempaan. Koska mä oon hakenu apua että hänkin on huomannu että kannattaa ehkä hänenki ja miettiny omaa käyttäytymistään.

Tässä oli nähtävissä, kuinka M1:n tuntui olevan vaikeaa saavuttaa täyttä itselähtöisyyden ymmärtämistä väkivaltaongelmansa suhteen. Vielä hoidon ollessa yli puolen välin hänen oli ajoittain edelleen vaikeaa käsittää, mistä väkivalta loppujen lopuksi tuli (istunto 9). Hän siirsi edelleen vastuuta itseltään pois alkoholin turvin, eikä osannut tehdä selkeää eroa lyömisestä ja parisuhteessa esiintyvän riitelyn välillä. Osa muutosvastuusta siirrettiin näin loppuun asti puolisolle (2.7).

Vaihtoehtoisuus käytännön toiminnassa vaikutti kulkevan pitkälti rinta rinnan refleksiivisyyden kehittymisen kanssa. Mitä paremmin M1 tunnisti väkivaltaisuutensa itsestä lähtevänä, sen sisäsyntyisempiä olivat kontrollintunne ja käytetyt vaihtoehtoiset keinot. Vastuuta välttelevien ja ympäristöä syyttävien syy-selitysten yhteydessä puolestaan oli nähtävissä ulkokohtaisempia ongelmanhallintakeinoja. Yksi M1:n pääkeinoista säilyä väkivallattomana oli alkoholista pidättäytyminen:

2: 1432-1434

M1: (...) Kuten oon kertonu, mulla...meillä esiintyy väkivalta ainoastaan viinaoton yhteydessä ja toistaseks meillä on tilanne se että meille viinaa oteta. (...)

9: 759-764

M1: (...) Että minun juomatapa muuttuu, että kyll mää niinkun haen sitä semmosta ratkasua että, en voi sanoa niin että rinta rottingilla uskaltasin lähteä ja vetää perseet olalle niinku ennen vanhaan ett, mä todennäkösesti kontrolloin jatkossa tuota, öö, juomista. (...)

Ryhmän alussa M1 käytti puolisoa kontrolloimassa juomistaan: puoliso varmensi jokaisen paukun jälkeen, että kaikki oli hyvin ja että M1:n olo ei tuntunut väkivaltaiselta (istunto 1). Hoidon loppua kohden M1 alkoi kuitenkin ottaa enemmän vastuuta oman juomisensa kontrolloinnista ja olotilansa seuraamisesta (istunto 12). Sinänsä voi ajatella olleen hyvä asia, että hän näin pystyi säilymään väkivallattomana, mutta pääongelman ollessa väkivaltaisuus eikä alkoholi, tämä vaikutti vielä jossain määrin ulkoiselta tai toissijaiselta keinolta pitää tilanne hallinnassa (2.8).

Väkivallan rinnastaminen parisuhteen vuorovaikutusongelmaksi oli M1:n refleksiivisyyden kehittymisen kannalta ongelmallinen alue; refleksiivisyys ei tältä osin kehittynyt tunnistavan työskentelyn tasoa pidemmälle. Kuten alkoholiin, myös tähän asiaan liittyen oli nähtävissä ulkokohtaisempaa kontrollin säilyttämisen pyrkimystä (2.9). Tilanne pysyi hallinnassa niin kauan, kun tilanneärsykkeet puuttuivat eli puoliso käyttäytyi odotusten mukaisesti, eikä riitaa syntynyt:

10: 476-524

M1: Muistaakseni sää sanoit sillon sitä ettei voi pakottaa toista muuttumaan sen takia ett mää lyön. Sitä mä en niinkun sitä vastuuta siitä lyömisestä tar- tarkottanukkaan, (...) vaan se että, nimenomaan näitä tilanteita. Nin jos tää tämmösenä jatkuu ni, mää sanon että en yksin, ei yksin minun ansiosta... kyllä mää noston hattua kaverillekin korkeelle. Kyllä hän on poistanu monta, valtavasti, valtavasti tuota aiheita, joista aikasemmin tuli riitä.

14: 1876-1906

M1: (...) Tää, öö [puolison] työtilanne, se on korjaantunu. Se on poistanu hyvin paljon siinä. (...) Ja semmosta uutta aktiivisuutta, ett tuota... Sillon tässä ohjelmassa televisiossa, niin siitä puhuttiin, että pitääkö kaverin muuttua, niin mä en oo niinku vaatinu mitään, mutt se muutos on tullu [puolisolta]. Ett onko se sitten luottamusta ja onko nyt, onko nyt sen väkivallan tilalle [puoliso] keksiny sitten tuoda jotain muuta täytettä siihen suhteeseen. Palkitsee sen, että mä en oo käyttänyt väkivaltaa.

Herää kuitenkin kysymys, mitä tapahtuisi, jos puoliso ei täyttäisikään odotuksia. Kun reformulaation tasolla oli epäselvyyttä ongelman itselähtöisyydestä, väkivallattomuus ei noussut sisäisen hallinnantunteen pohjalta, vaan oli enemmän riippuvainen ympäristötekijöistä ja tilanneärsykkeiden poistamisesta. Samaan tapaan ulkokohtaisena

kontrolli- ja ratkaisukeinona M1:n kohdalla toimi yllä mainittujen lisäksi tilanteiden keskeyttäminen poistumalla.

Eniten reformuloituna ongelmana M1:n kohdalla voi pitää hänen oivallustaan vaikeudestaan ottaa puheeksi itseään häiritseviä asioita, tästä seuraavasta kasaantuvasta katkeruuden tunteesta sekä kyvyttömyydestään hallita kerääntyviä vaikeita tunteita. Kun kokemuksen rakentumista alettiin tällä tapaa ymmärtää (3.3), myös ratkaisukeinojen (3.6) ja kontrollintunteen (3.7) suhteen oli nähtävissä itselähtöisyyttä. M1 oppi hoidon loppua kohden puhumaan mieltä vaivaavista asioista ja estämään näin asioiden kerääntymisen. Tilanteet pyrittiin selvittämään heti niiden ilmaannuttua:

14: 1397-1413

M1: (...) Tää puhuminen on tietysti helpottanu meillä, ettei meillä nyt oo semmosia tosiaan tullu että me on... Tää on niinku auttanu tämä, tämä tuota terapiaa täällä ja minun itteni purkaminen auttanu sikäli että kun tää on opettanu minua keskustelemaan. (...) Mää niitä keräsin sen oman aikani ja sitten kun (...) sitä lähettiin ni se vasta sitten sen muutaman kaljan jälkeen purkautu ja sitt se oliko liian iso, liian iso kerä...sei pysyntykkään käsissä, mopo karkas käsistä sitten. Mutt että nyt o opittu myöskin keskustelemaan tästä.

M1:n kohdalla voi sanoa olleen nähtävissä, kuinka pisimmälle reformuloidut ongelman osa-alueet tuottivat eniten sisäistä hallinnantunnetta, vastuunottoa ja sellaisia vaihtoehtoisia toimintatapoja, joiden avulla M1 oppi itse ratkaisemaan ja muokkaamaan ongelmallisia tilanteita. M1:n kohdalla refleksiivisyyden voi kuitenkin todeta olleen vielä epävarmalla pohjalla: myös ulkoistavammat selitystavat, ongelmanratkaisukeinot ja vastuun välttely säilyivät osittain hänen mielessään hoidon loppuun asti. Vaikka M1:n refleksiivisyys ei kokonaisuudessaan kehittynyt kestävästi tuntukselle pohjalle, hänen työskentelynsä osa-alueittainen tarkastelu havainnollisti kuitenkin ongelman itselähtöisyyden oivaltamisen ja myönteisten käytöksen muutosten yhteyttä.

3.2.2. Tapaus 2

M2 oli käyttäytynyt puolisoaan kohtaan väkivaltaisesti noin kolmen vuoden ajan. Väkivalta oli ollut uhkaamista, tönimistä, kiinni käymistä ja kuristamista. Ryhmätyöskentelyn aikana suhde puolisoon jatkui edelleen. M2 oli käyttänyt väkivaltaa myös aiemmissa parisuhteissaan. Lisäksi hänellä oli taustallaan pitkä väkivaltahistoria suhteessa toisiin miehiin. Omassa lapsuudessaan M2 oli joutunut sekä fyysisen että psyykkisen väkivallan kohteeksi.

M2:n refleksiivisyyden taso oli työskentelyn alusta lähtien melko hyvä. Hän oli työstänyt muihin asioihin liittyviä vaikeuksiaan paitsi omin päin, myös erinäisissä ryhmissä ja ammattiavun kanssa, joten valmiudet tämän kaltaiseen työskentelyyn olivat hyvät. Työskentelyn aikana M2:n tapa selittää väkivaltaisuuttaan muuttui aiempaa itselähtöisemmäksi. Hän tavoitti väkivaltaisen käyttäytymisensä taustalla vaikuttavia ongelmallisia ydintunteita ja alkoi ymmärtää väkivaltatilanteiden rakentumista niiden pohjalta. Lisääntyneestä itselähtöisyyden ymmärtämisestä seurasi aiempaa selkeämpää vastuunottoa. Myös toisen näkökulman ymmärtäminen alkoi kehittyä. Muutos ei kuitenkaan tapahtunut suoraviivaisesti, vaan aika ajoitin vastuuta pyrittiin siirtämään myös itsen ulkopuolelle. Refleksiivisyyden ja vastuunoton muutoksia kuvataan seuraavaksi tekstikatkelmien avulla. Lopuksi tarkastellaan keinojen ja kontrollintunteen suhteen tapahtuneita muutoksia.

Työskentelyn alussa M2 määritteli väkivallan keinoksi, jolla saa puolison hiljaiseksi riitatilanteissa:

1: 126-132

T2: Mitä se sun väkivaltaisuus on ollu, mitä sä oot tehny?

M2: No täällä olen perheväkivallan takia ja siinon ollu lähinnä semmosta riitatilanteissa ku ei mikään muu oo menny jakeluun ni käyny kiinni tai ruvennu töniiin tai heitteleen tavaroita ja nyten viimesellä kerralla vähän kuristelin ja pillissä kiinni.

1: 167-172

M2: (...) Se o aikasemmin ollu semmosta lyhytjännitteistä tönimistä ja muuta, mutta nyt niinkun mä meinasin ett se on parempi ett se loppuu se huuteleminen. Ett rupes olee jo hyvin lähellä jo semmosia vahingoittamistarkotuksia että alko pinna palaa.

Hän tarkasteli omaa väkivaltaisuuttaan melko avoimesti, mutta tavassa puhua väkivallasta oli mukana vähättelevä sävy. Vastuunotto oli tässä vaiheessa osittaista (2.7):

1: 1096-1108

M2: (...) Ilmeisesti tullu liian paljo luottamusta mun väkivallattomuuteen viimesten kuukausien aikana, ku sitten rupee emännän käyttäytyminen muuttuun, et en tiijä, täytyy ruveta jotain uutta miettiin miten suhtautuu, ett jotenki se muuttaa jo koko perheen riitelysteemiä se jos

T2: Haluisit sä katkasta sen?

M2: No emmä nyt ainakaa omalla väkivaltasuudella sitä meinaa katkasta, ett täytyy jotain muuta miettiä. (...)

Alusta saakka oli kuitenkin nähtävissä myös jonkinlaista itselähtöisyyden ymmärtämistä. Tällöin myös vastuuta väkivallankäytöstä otettiin itselle (3.5):

1: 1334-1341

M2: (...) Tää on mun prosessi ja mun prosessi tässä ryhmässä, mutt tää ei ole meidän perheen prosessi, koska tässä on kyse minun väkivaltaisuudesta eikä meidän perheen riitojen ratkomisesta.

Toisessa istunnossa M2 kuvasi väkivaltaa vallan tavoitteluna:

2: 237-242

M2: Minä oon (...) käyttäny niinku väkivaltaisuutta vallan välineenä silloin ku asiat ei oo muuten järjestyny. (...)

2: 485-503

M2: (...) Mä luulen ett se o ollu enemmän ku yhdeksänkymmentäviis prosenttisesti valtaa, valtaan pyrkimistä jollain tavalla, jollain hyvin kierolla tavalla. Ei mitenkään ett haluan olla tämän perheen valtiias ja siksi käytän väkivaltaa, vaan ett se on tullu näiss riitatilanteissa, jotenki mä oon tarvinnut sitä tasapainottaakseni sitä asetelmaa. (...) Se ett mihin mä tarviin sitä valtaa ja mistä se on lähtösin ni se o jo huomattavasti monimutkasempi juttu. Se liittyy mun koko niinku psyykkiseen rakenteeseen hyvin pitkältä ajalta, ja sanotaan niin pienestä ku minä muistan ni mulla o aina ollu vallan ja vallankäytön kanssa ongelmia. (...)

Tällöin hän määritteli väkivallan tarkoitukselliseksi toiminnaksi eikä pyrkinyt kieltämään sen välineellistä merkitystä itselleen. Hän koki puolison olleen riitatilanteissa itseään vahvemmillä, ja tätä epätasapainoiseksi kokemaansa asetelmaa hän oli pyrkinyt väkivallalla tasoittamaan. Toisaalta hän yhdisti väkivallan myös omaan kuormittuneisuuteensa ja puolison käyttäytymiseen:

2: 414-444

M2: (...) Mulla se väkivaltaisuus on tullu tämmösissä tilanteissa joissa mä oon jotenki ollu kuormitettu töitten tai jonkun muun stressin takia tai masennusta potenu aika paljon edellisvuosina. Ja siinä ku on päästy semmoselle epäasialliselle syytelytasolle ja muuten ni mullon pinna palanu. (...) Ensijaisesti mä oon kuitenkin vastuussa siitä että mä en ole väkivaltanen tai uhkaava, joten mä vaan jatkan poistumista.

Määritellessään väkivallan näin hän sijoitti itsensä uhrin asemaan ja siirsi samalla vastuuta pois itseltään. Vastuunsiirto ei kuitenkaan ollut totaalista.

Kolmannessa istunnossa tapahtui merkittävä reformulaatio, jossa M2 tavoitti väkivaltaisuutensa taustalla vaikuttavia ongelmallisia ydintunteita (3.1). Hän ymmärsi niiden juontuvan lapsuuden vaikeista kokemuksista ja aktivoituvan edelleen hankalien tilanteiden yhteydessä (4.2). Tähän reformulaatioon liittyi kuitenkin vielä vastuun siirtämistä menneisyydelle ja puolisolle:

3: 1324-1364

M2: (...) Mä luulen ett mullaki o hyvin selkeä ajatus jostai epäoikeudenmukaisuudesta ennen kö mä oon väkivaltanen. Varmaan nyt ni- viimeisiä mielikuvia ennen kö mä käyn kiinni ni on se että tässä mennään niinku yli kaikkien rajojen (...) semmonen vyön alle lyömine johonkii että varmasti sattuu.

(...) Jossain vaiheessa riitaa nin se menee semmoseen ettei o mitään muuta tarkotusta enää kun vahingoittaa toista (...) se vaan vittuilee niin pitkään että mulla palaa pinna. Mut se epäoikeudenmukaisuus on varmaan niissä mä luulen ett se on minun koko elämäni tragedia, ku jotenki isäukko on hakannu mua ainakin ainakin alle kaksvuotiaasta lähtien siniseks (...) jossain vaiheessa se meni myös semmoseks psyykkiseks (nielaisee) latistamiseksi. (...) Jotenki se sama alistaminen ja epäoikeudenmukaisuus, jotain tämmösiä fiiliksiä mulla tulee parisuhteessa näissä riitatilanteissa. (...)

Kun reformuloidun ongelman käsittelyä jatkettiin, M2 alkoi ymmärtää, että oma olotila ja reagoititavat vaikuttavat osaltaan riitatilanteiden syntyyn (3.3). Pohtiessaan, miten omaa toimintaa voisi muuttaa, hän alkoi ottaa myös vastuuta enenevissä määrin itselleen (3.5):

4: 97-125

M2: (...) Mä oon paljo kelannu sitä, että miten mun pitäs hoitaa itseäni ett mä olisin nii vahva että mä niinku huononakin päivänä kestäisin semmoset epäoikeudenmukaisuudet. (...) Sillon jos itellä menee huonosti, on niinku heikoilla, nin ei oikein voimat riitä sanoo niitä. Jotenkin nyppii ja keräilee niitä pikku naljauksia tai letkauksia tai mitä se nyt sitte onki. Mutt niitten sisältö ainakin mulla usein kerääntyy sillai ett mä koen ne niinku alistamisena, jollain tavalla niinku ylenkatsomista tai jotain tämmöstä. (...) Jotain mitä mä voin itse tehdä on pyrkiä hoitaa itseäni hyvin niinku kokonaisvaltasesti, jotta mä olisin niinku vahvempi kestäämään niitä ja toisaalta vahvempi tasapäisesti selevittäään niitä asioita ennenkö niistä tulee hirveitä patoutumia.

Ongelman työstämisen jatkuessa desentraatiokyky kehittyi, ja sen myötä myös toisen näkökulman ymmärtäminen syveni (3.4). M2 kykeni aiempaa selkeämmin erottamaan parisuhteen vuorovaikutusongelmat ja väkivallan toisistaan. Tämä näkyi myös entistä selkeämpänä vastuunottona:

6: 941-956

M2: (...) Me ollaan itse vastuussa omasta väkivaltasuudesta, eikä missään tapauksessa se vaimo. Vaikka se mitä tekisi ni sei oo vastuussa siitä, ett lyökö mä sitä vai enkö lyö, vaan se on yksin mun päätettävä. Ja mun mielestä samall lailla mun vaimon ei tule ikinä hyväksyä sitä että mä käyttäydyn väkivaltasesti, vaikka se ois tehny ihan mitä tahansa. Ett se on loppu on sitten sitä että miten järjestellään sitä perheen vuorovaikutusta uudestaan, mutta vastuuasiat on hyvin selkeät.

Koska väkivalta oli vuosikymmenten ajan kuulunut tavalla tai toisella elämään, M2 näki sen varsin pysyvänä osana itseään. Työskentelyn lopulla hän otti kuitenkin vastuuta väkivallankäytöstä selkeästi itselleen ja osoitti motivaatiota muutokseen:

9: 1227-1280

M2: (...) Mä luulen ett mussa on mun elämäni loppuun asti se paha olemassa ja väkivaltaisuus ei häviä musta mihinkään, enkä mä oo siitä ees hirveen huolissaan. Ett kyllä se on toisaalta hyvin pitkälle osa mun persoonaa (...) koska se oli niin jokapäivästä jossain vaiheess elämää ni ei se varmaan katoa, ei ainakaan helpolla. Se on sitten taas ihan eri asia miten mä niinku suhtaudun siihe itessäni. (...) Jos mä oon perheen sisällä harrastanu väkivaltaa ni silloha mä oon jo hävinny ennenkö mä oon tarttunukkaan väkivaltaan. Ett siinei oo kyllä minkäänlaista ylpeyden aiheetta, että hyvin yksiselitteisesti mä oon hävinny suunsoitossa ja tarttunu nyrkkeihin niinku semmosta ihmistä kohtaan,

joka ei varmasti pärjää mulle nyrkeillään. Yhtä mieletöntä ku ruveta lasta hakkaamaan. Ei siino niinku siinä mielessä mitää eroo, koska se o ihan varma että toinen ei pärjää. Ei siihen sisälly mitään sankaruutta, oikeestaan häpeää ja tappio. (...) Kyllä mä koitan vahvasti kasvaa semmoseen perheväkivallattomaan identiteettiin, jossa niinku se ei kuulu minun käytös käyttäytymistapoihin.

T1: Sillai sun persoona muuttuis.

M2: Nii. (...)

Kuten alussa on todettu, muutos ei kuitenkaan tapahtunut suoraviivaisesti. Tapa, jolla M2 määritteli omaa väkivallankäyttöään, ja sen myötä vastuunotto, vaihtelivat edelleen. Kun yhdeksännessä istunnossa tuli puhetta väkivallan rikosoikeudellisista seuraamuksista, M2 suhtautui omaan väkivaltaisuuksiinsa vähätellen:

9: 1671-1708

M2: Mä varmaan nauraisin jos joku mulle kantais haastetta. (...)

T2: Mitä sä aattelet, oisko se oikeudenmukasta jos saisit rangaistuksen?

M2: No ei varmaan tommosta, ku emmä oo kuitenkaa lyöny. Jos mä oo mustelman saanu aikaseks ni se on kyllä siinä. (...)

T2: Mitä jos sä tekisit nyt jotaki pahempaa, löisit sillai ett se ois vakava, vakava pahoinpitely, jollon se tulkittais juridisesti. Eli oisko se oikeudenmukaista?

M2: Olis. Sais noita sitten miettiä. Mutta ei se mun elämäni niinku järkyttäis eikä sillai vaikutas. (...) Kyllähän se nää mun tapaukset on just enemmän semmosta huonoo vuorovaikutusta ja kuin varsinaista väkivaltaa mistä tuomioita jaetaan.

Tällaisia ”notkahduksia” väkivaltaongelman määrittelyssä ja vastuunotossa tapahtui ajoittain vielä silloinkin, kun selvää kehitystä oli jo tapahtunut. Pääosin muutoksen suunta oli kuitenkin myönteinen. Työskentelyn loppuvaiheessa M2 kuvasi väkivallankäyttöön liittyvien merkitysten muuttumista. Katkelma heijastaa osuvasti refleksiivisyyden suhteen tapahtunutta kehitystä:

12: 1472-1494

M2: (...) Jos multa olis viime maaliskuussa kysyny, että saako perheessä käyttää väkivaltaa, ni mä olisin sanonu että ei tietenkään, eihän ketään saa alistaa väkivallalla ja niin eteenpäin, mutta kun se akka sano niin pahasti. Mutt nyt tää sivulause on niinku jääny pois siitä. Jotenkin asia jonka olen jo tiennyt oikei hyvin ni on niinku sisäistyny ihan eri lailla ja siihen on tullu semmone henkilökohtanen sitovuus mukaan. (...) Ajatus semmosesta valtataistelusta (...) menettää jotenkin mielekkyytensä. Jos en mä oo pärjänny sillä sanan säilällä tämmösessä viimesen päälle väänTELÖISSÄ ja mä oon joutunu turvautuu väkivaltaan, mä en tee sitä enää. Vierasta ruveta sanan säilällä koittaa sivaltaa kovemmin. Jotenkin niinku se taistelusetelma murenee niinku mun päässäni. Ehkä minust tulee entistä halukkaampi tekemään kompromisseja (naurahten). (...)

Läpi työskentelyn ryhmässä käytiin keskustelua siitä, millaiseksi elämä väkivallan loputtua muuttuu. Myös M2 pohti, kuinka parisuhteen vuorovaikutus tulee muuttumaan väkivallan loputtua. Useimpien ryhmäläisten tapaan hän koki, että myös puolison tulisi muuttaa käyttäytymistään. Lopulta hän kuitenkin itse totesi tämän toiveen olevan varsin epärealistinen:

14: 1612-1628

M2: (...) Mulla o edelleen jäänyt yksi semmone iso kysymys johon mä törmään yhä uudestaan ja uudestaan on se, että miten rakennetaan parisuhteen vuorovaikutus sen jälkeen ku väkivalta jää pois sieltä. Em- mä niinkun väitän, että sillä väkivallalla on ollut iso merkitys siinä. Mä väitän että mä en ole väkivaltainen siinä mielessä että mä nauttisin siitä väkivaltaisuudestani tai siitä hallintayrityksestä väkivallalla siinä parisuhteessa, vaan että se parisuhde o ollu niin kipee vuorovaikutukseltaan ja minä niin onneton siinä vuorovaikutukse- tässä parisuhteessa, ett se on jäänyt viimeiseksi keinoksi jota mä oon yrittänyt, ja vielä useita kertoja, vaikka oon hyvin tiennyt ett se on aina tappio, mutt silti mä oon ajautunut siihen. Että mä nään siinä vuorovaikutuksessa jotain tosi patologista, jotain tosi kipeätä. Nyt mullo iso kysymysmerkki, ett miten tää rakennetaan uudestaan. (...)

14: 1986-1992

M2: (...) Jotenki on semmone naivi ajatus ett kun mä teen niin paljo duunia itteni kanssa ni täst täytyy tulla palkintona sitten tämmöne varsin sopuisa ja mutkaton parisuhde ja vuorovaikutus siihen. Mut ei se vaan niinkun toimi sillai. (...)

Viimeistä istuntoa edelsi M2:n kohdalla tulikivenkatkuinen riitatilanne puolison kanssa.

Tämä osoitti, että muutoksen kestävyys on edelleen ajoittain varsin kovalla koetuksella:

15: 197-292

M2: (...) Mä ainaki otin hyvät harjotukset viime perjantaina että miten on kurssi mennyt. (...) Sain kyllä hyvän hipulin siitä (...) löin kamat kassiin ja hyppäsin autoon (...) olin viis päivää reissussa. (...) Jos siinä ois pitänyt olla neljän seinän sisässä yksi viistoista minuuttia, ni kyllä mä oisin varmaan polttanu pinnani (...) mä vedin nii loukkaannuin ihan mielettömästi siitä että mua ei oteta johonki pikkujouluun mukaan. Ni eihän sillä mulle ny niin suurta merkitystä oo, mutta jotenki vaan jostakin syystä loukkaannuin nii helvetisti. (...)

T2: (...) Mitä ois voinut tapahtua (...) oisit sä saattanu lyödä, olla väkivaltainen, uhata?

M2: Kyllä se varmaan hyvin lähellä sitä olis ollu. Mää kävi- mä olin niin kypsä että en tiijä mitä sitten todellisuudessa ois tapahtunu. Kai mä siitä olisin varmaan hypänny autoon ja lähteny muuten ajeleen taikka hävinny johonki, mutta varmaan ohkasimmalla kyllä olin mitä on ollu viimeeseen puoleen vuoteen ainakaa. Onneks se ny ratkes tolleen, mutt en tiijä. Kyllä mä siitä varmaanki olisin tajunnu pihalle lähtee kuiteski.

T2: Sä uskot niin ett

M2: Nii tällain ettei toi pää kuitenkaan nii hirveesti oo rauhottunu, ett kyllä näit- e- ensiapukeinoille on käyttöä. (...) Nyt pysyin siinä ite tilanteessa suht rauhallisena ja sitte, mutta niinku se kuinka lujaa päähän sisässä kiehu ni oli kyllä varsin vaikuttava kokemus että

T2: Se oli sitä samaa vanhaa mitä ennenki.

M2: Nii varmaan oli joo. (...)

Vaikka muutosta oli tapahtunut monella saralla, reaktiivinen kokemisen tapa ei ollut kuitenkaan suuresti muuttunut. Vaikea tilanne aktivoi edelleen ongelmallisen kokemisen, josta seurasi varsin välittömiä tunnereaktioita. Kuten M2 itse totesi, ensiapukeinoille oli tästä syystä edelleen käyttöä. Esimerkki osoittaa kuitenkin, että väkivaltaisen käyttäytymisen tilalle tulleet vaihtoehtoiset toimintatavat kestivät vaikealta tuntuvassa tilanteessa. Käyttäytyminen pysyi hallinnassa, vaikka se tiukan paikan edessä vaatikin varsin konkreettisia keinoja avuksi.

Lopuksi tarkastellaan käyttäytymisen tasolla tapahtunutta muutosta, eli sitä, miten keinot ja kontrollintunne työskentelyn aikana kehittyivät. Alkutilanne oli seuraavanlainen:

2: 420-423

M2: (...) Tuntuu ett mut on riisuttu aseista jos multa o otettu väkivaltanen tai uhkaava käyttäytyminen pois, ni mä oon niinku entistä heikommilla. (...)

2: 540-565

T2: Mites nyt ku sä et pysty käyttäytyä väkivaltasesti, ku sä oot sen päätöksen tehny ni (...) tuntuuks se siltä että sä oot menettäny jotain asemastas?

M2: No emmä tiijä onks se konkreettisesti, ei niin, mutt oon mä vähän keinoton (...) koska mulla ei oo oikeestaan muuta keinoos jos vertaan suhteessa tähä aiempaan käyttäytymiseen. Nyt mun ainoo keino on vaan poistua paikalta (naurahtaan). Mutta kyl mää oon miettiny että parempi niin, se on ainaki varman päälle pelaamista. (...)

2: 636-656

M2: (...) Toisaalta mä koen itteni vahvemmasi kuin aikasemmin, joka päivä hiukan vahvemmas mitä mä oon ollu käyttäytynyt väkivallattomasti, uhkaamatta (...) Mä koen ett mä pystyn hallitsees sitä käyttäytymistä, just sillä poistumisella pääasiassa, mutt se kuitenkin tuo mulle semmosen oman vahvuuden tunteen siitä ett mä en oo ihan tuuliajolla eikä se ryöpsähdä jos mä

T2: Sullon valta omaan käyttäytymiseen

M2: Nii, ett se tuntuu itestä hyvälle. Ett sillon ne riitatilanteet ja se poistuminenkaa ei oo niin alistavaa kun mä en tee sitä pelosta omaa käyttäytymistäni kohtaan, vaan hallitakseni sen tilanteen keinolla jonka mä osaan. (...)

Väkivalta oli ennen tuntunut ainoalta keinolta selviytyä riitatilanteista. Väkivallan tilalle M2 oli omaksunut ulkokohtaisen keinon, paikalta poistumisen (2.8). Aluksi poistuminen oli tuntunut nöyryyttävältä, mutta vähitellen se oli saanut omassa mielessä uudenlaisen merkityksen. Poistumisen avulla oli alkanut saavuttaa kontrollintunnetta suhteessa omaan käyttäytymiseen. Refleksiivisyyden kehittymisen myötä M2 omaksui uusia, entistä itselähtöisempiä keinoja (3.6), joiden avulla hän pyrki estämään väkivaltatilanteiden syntymisen. Näitä olivat muun muassa omasta jaksamisesta huolehtiminen, asioiden selvittäminen puhumalla ja omien puolien pitäminen riitatilanteissa. Uudet toimintatavat (4.6) heijastivat myös assertiivisuuden kehittymistä:

8: 726-745

M2: (...) Saatiin se puhuttua ja se päätty oikeen hyvin sitte loppujen lopuks. Mä luulen (...) et välttämättä mä en olis aikasemmin vastannu niin terävästi tommosiin syytöksiin, ett mä olisin nielly taikka vesittäny niitä tai jotain muuta. Mut mä huomaan ett mä otan ite aggressiivisemmin kantaa (...) ett ne tilanteet ratkoo sillon kun ne tulee vastaan. (...) Emmä usko ett se on niinku aggressiivisuutta puolisoos kohtaan, ei mulla semmosta oo, mutta noita tilanteita kohtaa ett mä en suostu keräämään niitä. (...)

9: 153-165

M2: (...) Oon täss miettiny muutaman päivän et ehkä meillä on kommunikointi kehittyny sillai että tarkistetaan olettamuksia jo huomattavasti aikasemmin: vittuiletko nyt tolla kun kilistelet niitä asioita

tai jotain muuta. Usein se herättää semmosta jo pientä närästystä koko kysymys, mutta se sitten menee helpommalla ohitteeksi. Et mun mielestä ehkä parempaan suuntaan menossa sillä ei kerää liian paljon oletuksia toisen toiminnan motiiveista vaan tarkistelee heti niitä. (...)

Vaikka työskentelyn aikana rakentui monia vaihtoehtoisia toimintatapoja ja käsitys omasta kontrollikyvyistä sai sen myötä vahvistusta, epävarmuutta itsekontrollin suhteen näkyi vielä hoidon loppupuolellakin. Tämä osoitti kuitenkin, että M2 tarkasteli omaa väkivaltaisuuttaan varsin realistisesti ja otti sitä kautta vastuuta käyttäytymisestään:

10: 1071-1107

M2: Jos tommonen väkivaltakierre on kaikilla nyt jatkunu kuitenkin vuosia (...) ni on musta aika naivia olettaa, että kaikki muuttuu kolmessa kuukaudessa. Että eihän se poistu mihinkään jos ei muuta ni se on ainaki alitajunnassa. (...) Mä ainaki uskon, että mut saa lyömään jos mua tarpeeks paljo kuormitetaan ja tarpeeks paljo ärsytetään. On hyvin mahdollista ett mä oon edelleenki väkivaltanen. (...) Se häviää vasta niin, että alitajuntaan tulee jotain muita ratkasuja päälle ja se pikku hiljaa hautautuu, muttei se katoa sieltä mihinkään se ratkaisumalli. Ja sen takia vois olla iha hyvä niinku käydä vaikka toistuvasti täällä tämmösiä ensiapukeinoja, mitä teen jos pinna palaa, ja pitää niinku sitä peruutuspeiliä kirkkaana että muistaa ainaki sen mistä on tulossa. Että kyllä mulla itellä tulee välillä semmone fiilis ett tuudittautuuko tässä semmosee ett väkivalta on täysin vieras asia niinku ja sitten jos palaaki pinna ni mitä sitten tapahtuu. Mä oon joskus miettiny sitä itekseni että onko niinkun hyväkä olla näin luottavaisena itseensä, että onko se ihan totta.

Kuten M2 itse totesi, muutoksen lujittuminen vaatinee huomattavasti pidemmän ajan, kuin mitä ryhmätyöskentely kesti. Työskentelyn aikana tapahtuneen ongelman uudelleenmuotoilun voi kuitenkin ajatella luovan hyvän perustan muutoksen myöhemmälle jatkumiselle.

4. POHDINTA

Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään kognitiivis-konstruktivisen teorian ja erityisesti refleksiivisyyttä koskevan näkökulman sovellettavuutta väkivaltaongelman ymmärtämiseen ja hoitoon. Koska kyseessä oli uuden tutkimuksellisen alueen hahmottelu, tutkimus oli luonteeltaan pääosin kuvaileva. Tutkimuksen ensisijaisena tavoitteena oli selvittää, muuttuuko väkivaltaongelman käsittely aiempaa refleksiivisemmäksi ryhmäterapian aikana. Muutosta tarkasteltiin prosessina, jolloin eri vaiheet ja osatekijät refleksiivisyyden rakentumisessa saatettiin huomioida. Lisäksi tarkasteltiin refleksiivisyyden yhteyttä käyttäytymisen säätelyyn. Lähtöoletuksena oli, että refleksiivisyyden kehittyminen tuo mukanaan parempaa itsesäätelyä ja uudenlaista vaihtoehtoisuutta käyttäytymiseen. Lisääntyneen agenttisuuden oletettiin olevan yhteydessä väkivallan vähenemiseen.

Tutkimus osoitti, että kaikilla aineiston miehillä refleksiivisyys kehittyi ryhmäterapian aikana. Refleksiivisyyden taso vaihteli yksilöittäin, pitkälti sen mukaan, mikä oli kunkin lähtötaso työskentelyn alkaessa. Jokainen edistyi työskentelyssään omaan alkutilanteeseensa nähden. Kukaan miehistä ei ollut täysin reaktiivisessa positiossa ongelmalliseen kokemukseensa nähden terapian alkaessa, eikä kukaan myöskään saavuttanut refleksiivistä positiota terapian aikana. Aineisto kuvastikin pääosin niitä refleksiivisyyden osaprosesseja, joita näiden polariteettien välille sijoittuu. Keskeiseen asemaan refleksiivisyyden rakentumisessa nousi väkivaltaongelman uudelleenmuotoilu eli reformulaatio. Ongelman reformuloinnissa keskeisessä roolissa olivat sekä kognitiot että emootiot. Emootioiden tarkastelun avulla päästiin kiinni väkivaltaisen käyttäytymisen taustalla vaikuttaviin syvimpiin tunteisiin. Näiden niin sanottujen ydintunteiden tavoittamisen myötä ongelmallisen kokemuksen jäsentäminen tietoisuuden tasolla tuli mahdolliseksi, minkä seurauksena sen rakentumista omien sisäisten prosessien pohjalta alettiin ymmärtää. Reformulaatiot loivat pohjaa ongelman aiempaa syvemmälle ja monipuolisemmalle työstämiselle sekä uusien näkökulmien avautumiselle. Lisäksi tietoisuus siitä, että ongelma rakentuu itsestä käsin, oli yhteydessä vastuunoton ja muutosmotivaation syvenemiseen sekä uudenlaisten toimintatapojen ja keinojen käyttöönottoon.

Vaikka refleksiivistä positiota ei ryhmäterapian aikana saavutettu, tulokset tukevat oletusta käyttäytymisen säätelyn paranemisesta ja vaihtoehtoisuuden lisääntymisestä refleksiivisyyden kehittymisen myötä. Toisen lähtöoletuksen, joka koski agenttisuuden lisääntymisen ja väkivallan vähenemisen yhteyttä, todentaminen osoittautui tämän tutkimuksen rajoissa hankalammaksi. Mikäli agenttisuus määritellään Toskalan ja Hartikaisen (2005) tavoin sääteleväksi suhteeksi omiin mielensisäisiin kokemuksiin nähden, sitä ei ryhmätyöskentelyn aikana ehtinyt juurikaan syntyä. Tällaisen agenttisuuden ajatellaan olevan seurausta refleksiivisen position saavuttamisesta; se edellyttää varsin pitkälle edennyttä, psyyken syvätasolla tapahtunutta muutosta. Syvätason muutoksen seurauksena ympäristöä ja itseä aletaan havainnoida ja tulkita uudella tavalla, jolloin alun perin ongelmallinen kokemus alkaa vähitellen jo lähtökohtaisesti, kokemuksen syntyessä, rakentua eri tavalla. Näin syntynyt kyky vaikuttaa omien kokemusten rakentumiseen tuo mukanaan uudenlaista, sisäistä kontrollintunnetta. Tällainen agenttisuus suhteessa omiin kokemuksiin toimii hieman eri tasolla kuin agenttisuus suhteessa käyttäytymiseen. Kokemisen säätely ja sisäinen kontrolli kulkevat ikään kuin askeleen edellä käyttäytymisen säätelyä ja ulkoista kontrollia. Refleksiivisen, agenttisen suhteen saavuttamisen omiin kokemuksiin nähden voisikin ajatella olevan niin perustavanlaatuista, että se mahdollistaisi pysyvän muutoksen myös käyttäytymisen tasolla. Vaikka ryhmätyöskentelyn aikana ei aivan näin pitkälle päästy, aineistossa oli kuitenkin nähtävissä, että refleksiivisyyden osittainkin kehittyminen tuo mukanaan lisääntynyttä kykyä oman käyttäytymisen säätelyyn. Itsetietoisuuden kanssa toimiessaan miehet kykenivät aiempaa paremmin ohjailemaan käytöstään ja toimimaan uusilla, vaihtoehtoisilla tavoilla ongelmallisissa tilanteissa.

Tutkimuksen perusteella refleksiivisyyden kehittyminen eteni väkivaltaongelman käsittelyssä samansuuntaisesti, kuin se kognitiivis-konstruktivisen teorian mukaan yleisemminkin ottaen psykoterapeuttisen muutoksen yhteydessä etenee. Keskeistä kestäväen muutoksen aikaansaamisessa on psyyken syvärakenteissa, merkityksenannon tasolla tapahtuvat muutokset (Greenberg & Pascual-Leone, 2001; Guidano, 1991; Toskala, 1996, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Yhden syyn siihen, miksi ryhmäläisten kohdalla ei syvälle uusien merkitysten syntymiseen juuri päästy, voisi kognitiivis-konstruktivisen teorian valossa ajatella olleen hoidon suhteellisen lyhyen keston. Uusien merkitysten syntymiselle ja lujittumiselle ei ehkä ollut riittävästi aikaa.

Minän eheyden ja jatkuvuuden suojaamiseksi nopea muutos ei kognitiivis-konstruktivisen teorian mukaan ole mahdollinen, vaikka kyseessä olisi pohjimmiltaan toivottukin muutos (Toskala & Hartikainen, 2005). Psyhyken perusteissa tapahtuva uudelleenorganisoiiuminen vaatii vaiheittaista siirtymistä syvemmälle ongelmallisen kokemuksen tarkasteluun. Ongelmaa työstetään vähitellen, useiden reformulaatioiden kautta, jolloin yhä uusia kokemuksellisuuden alueita saadaan muuntuneessa, uusia merkityksiä sisältävässä muodossaan integroitua minuuteen. Muutoksen luonnetta voidaan näin kuvata ennemmin kehämäisesti kuin lineaarisesti eteneväksi. Tästä näkökulmasta tarkastellen ryhmäterapiassa saavutetun ongelman reformulaation voidaan ajatella luoneen hyvän pohjan sellaiselle ongelman työstämiselle, mikä voi miesten kohdalla jatkua vielä ryhmähoidon päättymisen jälkeenkin.

Väkivaltaongelman hoitoon on todettu liittyvän joitain erityiskysymyksiä, joihin törmättiin myös tässä tutkimuksessa. Yksi hoidon onnistumisen kannalta haasteellisimpia tekijöitä oli miesten vaikeus erottaa väkivalta parisuhteen muista ongelmista. Tämä hankaloitti väkivaltaongelman itselähtöisyyden ymmärtämistä ja sitä kautta myös ongelman uudelleenmuotoilua ja jatkotyöstämistä. Miehet kokivat puolison käytöksen väkivaltaa provosoivana, jolloin heidän oli vaikeaa hyväksyä olevansa yksin vastuussa väkivaltaisuudestaan. Totta kenties on, että väkivalta ei synny tyhjiössä, vaan ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa (Lahti, 2001). Taustalta on usein löydettävissä parisuhteen sisäisiä valtapelejä ja ristiriitoja, joihin väkivallantekijällä ei ole ollut riittäviä selvittelykeinoja. Myös tässä tutkimuksessa yhtenä keskeisimpänä väkivaltaan johtavana vaikeana kokemuksena tai ydintunteena näyttöytyi ristiriitatilanteissa heräävä avuttomuus tai keinottomuus. Tämä ei kuitenkaan oikeuta väkivaltaista käyttäytymistä missään olosuhteissa. Muutosvastuu väkivallan suhteen on aina väkivallantekijällä. Kognitiivis-konstruktivisen teorian valossa omien avuttomuuden tunteiden kohtaamisen ja työstämisen voidaan ajatella olevan keskeistä väkivaltaongelman suhteen tapahtuvan kestävän muutoksen tavoittelussa. Ongelman reformulointi osaltaan selkiytti vastuukysymyksiä, ja lisäksi se loi pohjan ongelmaan liittyvien ydintunteiden terapeutiselle työstämiselle.

Feministinen kritiikki on nostanut esiin vastuuttavan työskentelyotteen välttämättömyyden väkivaltaisten miesten hoidossa. Yksilöpsykologisia ja vuorovaikutuksellisia selitysmalleja on kritisoitu siitä, että suhtautumalla väkivaltaan psykopatologiana tai parisuhteen vuorovaikutusongelmana ne poistavat

väkivallantekijän vastuuta teoistaan (Adams, 1988; Bograd, 1988; Dobash & Dobash, 1992; Dobash ym., 2000; Hansen, 1993). Pro-feministisen lähestymistavan rinnalla on kuitenkin viime vuosina onnistuneesti käytetty myös yksilöpsykologista työskentelyotetta muutoksen tukemiseksi (esim. Daniels & Murphy, 1997; Raakil, 2002). Terapeuttisen asennoitumisen on todettu edesauttavan oman väkivaltaisuuden kohtaamista, vastuunottoa ja sisäisen motivaation syntyä. Yksilöllisten tekijöiden huomioinnin, kuten väkivaltaan liittyvien vaikeiden tunteiden käsittelyn, on todettu olevan myös muutoksen pysyvyyden kannalta tärkeää. Omat havaintomme olivat näiden kliinisten kokemusten kanssa samansuuntaisia.

Tässä tutkimuksessa yksilöpsykologista teoriaa edustanut kognitiivis-konstruktiiivinen teoria vaikutti väkivaltaongelman ymmärtämisen ja hoitamisen kannalta varteenotettavalta. Refleksiivisyyden teoria tarjosi toimivan työvälineen väkivaltaongelman tutkimiseen ja mahdollisti kokonaisvaltaisen näkemyksen muodostamisen väkivaltaongelman suhteen tapahtuvan psyykkisen muutoksen rakentumisesta. Erityisesti ongelman itselähtöisyyden oivaltaminen ja reformulointi vaikuttivat tutkimuksen perusteella edesauttavan vastuunotto- ja muutosmotivaation syntyä. Ongelman työstämisen psyyken syvätasolla tapahtuvien merkityksenannon muutosten kautta voisi edelleen ennustaa luovan muutokselle pysyvän pohjan. Kognitiivis-konstruktiiivisen teorian näkökulmasta muutoksessa ei ole kyse vain käytöksen tai ajatusten muokkaamisesta ulkoapäin ohjeistamalla, vaan asenteen muutoksesta henkilökohtaisen paradigman muuttumisen kautta; yksilön muuttuvasta tavasta nähdä ja jäsentää asioita (Greenberg & Pascual-Leone, 2001; Guidano, 1991; Happonen, Mäntynen, Toskala, & Verronen, 1998; Toskala, 1996, 2001; Toskala & Hartikainen, 2005). Refleksiivisyyden teoria tarjoaa selkeän osaprosesseittain eritellyn mallin muutoksen tukemiseksi, mikä antaa myös terapeutille konkreettisia strategioita työskentelyvälineeksi. Taustalla on kokonaisvaltainen teoria ihmispsyyyken toiminnasta. Ominaista tälle teorialle on näkemys, että psyykkinen muutos tapahtuu emootio- ja kognitiopohjaisten tietoprosessien välisen vuoropuhelun ja synteessin kautta (Greenberg & Pascual-Leone, 1995, 2001; Guidano, 1991, 1995b; Toskala, 1996, 2001; Toskala ym., 1996; Toskala & Hartikainen, 2005). Refleksiivisyyden kehittymistä on tutkittu monenlaisten psyykkisten häiriöiden hoidossa, ja sen on havaittu olevan yhteydessä myönteiseen psykoterapeuttiseen muutokseen (Toskala & Hartikainen, 2005). Tutkimuksemme kautta saimme vastaavia havaintoja myös väkivaltaongelman

työstämiseen liittyen. Tältä pohjalta todettakoon, että refleksiivisyyden kehittymisen aktiivinen tukeminen voisi olla toimiva lähestymistapa pro-feministisyyden rinnalle.

Refleksiivisyyden teorian antia edelleen ajatellen keskeistä on asiakkaan kehittyvä kyky itsehavainnointiin ja sen kautta muuttuva suhde omiin sisäisiin prosesseihin (Toskala & Hartikainen, 2005). Oman psyyken toiminnasta tietoisemmaksi tulo mahdollistaa muutoksen myös emotionaalisella tasolla. Yllä kuvatulla tavalla oman kokemuksen rakentumisen haltuunoton kautta itsesäätely ja agenttisuuden kokemukset alkavat vähitellen näkyä myös käytöksen tasolla. Kyvyn havainnoida itseä ja tulla tietoiseksi omista psyykkisistä prosesseista on huomattu olevan yksi keskeisimpiä vaikuttavia tekijöitä terapeuttisen muutoksen aikaansaamiseksi psykoterapiassa yleisemminkin ottaen (Leiman, 2006). Vastaavia ajatuksia itsehavainnoinnin, reflektointi- tai mentalisaatiokyvyn keskeisyydestä sisältyy monen eri terapiasuuntauksen teorioihin. Tämä tutkimus omalta osaltaan, refleksiivisyyden teorian näkökulmasta, tuki käsitystä itsehavainnoinnin kehittymisen tärkeydestä. Taustateoriamme termein puhuen kehittyvä refleksiivisyys muodostaa psykoterapeuttisen muutoksen ytimen, ollen sekä muutoksen edellytys että sen seuraus (Toskala & Hartikainen, 2005). Refleksiivisyys tarjoaa asiakkaalle työskentelyvälineen, minkä avulla hän voi jatkuvasti syventää ongelmansa työstämistä vielä hoidon päättymisen jälkeenkin.

Tutkimuksen luotettavuuteen liittyviä kysymyksiä on jo aiemmin yksityiskohtaisesti käsitelty tutkimuksen toteuttamisen ja metodin esittelyn yhteydessä. Täydelliseen tutkimustulosten objektiivisuuden saavuttamiseen laadullisen tutkimuksen piirissä suhtaudutaan kriittisesti. Mahdollisimman objektiivisten ja luotettavien havaintojen maksimoimiseksi tutkimus pyrittiin kuitenkin alusta loppuun toteuttamaan laadullisen tutkimuksen kriteerejä noudattamalla (Banister ym., 1994; Elliot ym., 1999; McLeod, 2001; Metsämuuronen, 2001; Tuomi & Sarajärvi, 2003). Tätä tavoiteltiin muun muassa sisäisen johdonmukaisuuden ja riittävän yksityiskohtaisen raportoinnin sekä autenttisten tekstiotteiden esittämisen avulla. Tutkimusmetodin valinta vaikutti onnistuneelta tutkimuksen taustateoriat ja tutkimuskysymykset huomioiden. Virhetekijöitä, kuten tutkijoiden omia asenteita ja teoreettisia ennako-oletuksia, pyrittiin minimoimaan näistä tietoisiksi tulemalla, keskinäisillä keskusteluilla ja yhteneviä työskentelysääntöjä luomalla ja testaamalla.

Erityisen haasteellista tutkimuksessa oli se, että tutkimuksen aineistona toimivaa ryhmäterapiaa ei ollut toteutettu refleksiivisyyden mallin mukaisesti. Suoraviivaisia johtopäätöksiä refleksiivisyyden kehittymisen yhteydestä käytöksen säätelyn lisääntymiseen oli vaikeaa tehdä. Koska refleksiivisyyden mallia ei myöskään aiemmin ole sovellettu väkivaltaongelman yhteydessä, tutkijat joutuivat käyttämään omaa harkintakykyään arvioidessaan käyttäytymisen tason muutosten yhteyttä refleksiivisyyden eri vaiheisiin. Osa kategorioista oli tässä mielessä vaikeasti koodattavia. Refleksiivisyyden mallista ei ollut suoraan pääteltävissä, kuinka esimerkiksi syvien merkitysten tasolla syntyvä vaihtoehtoisuus olisi havaittavissa käytännön tasolla. Oletettavaa on, että mitä pidemmälle syvien merkitysten muutosten tasolle siirrytään, sen implisiittisempiä ja vähemmän konkreettisesti havainnoitavia muutokset ovat. Lisäksi muutoksen kontrollointi käytännössä jäi miesten oman kertoman varaan. Tutkimukseen ei myöskään liittynyt ryhmän päättymisen jälkeistä seuranta, joten pidemmän aikavälin muutokset jäivät myös teoreettisen spekuloinnin varaan.

Näin ollen tulosten yleistyksetkin liikkuvat osittain teoriatasolla. Lisäksi yleistettävyyttä tulee tarkastella kriittisesti myös aineiston pienen koon vuoksi. Tämä on tavallista psykoterapian prosessitutkimuksen piirissä laadullisen tutkimuksen työläyden vuoksi. Edelleen tärkeää on huomata, että ryhmässä mukana olleet miehet olivat poikkeuksellisen motivoitunut otos väkivaltaisista miehistä. Vuosittain Kriisikeskus Mobilessa parisuhdeväkivallan vuoksi käyneistä miehistä yksilöhaastatteluiden kautta hoitoryhmään päätyy noin 13 % (Holma ym., 2005). Toisaalta osallistujat kuitenkin varioivat taustamuuttujien suhteen monenlaisesti, ja mukana oli myös verbaalisilta kyvyiltään ja refleksiiviseltä lähtötasoltaan eri tyyppisiä miehiä. Tulosten voi näin ajatella olevan yleistettävissä samantyyppisesti valikoituneeseen joukkoon. Erityisesti tulosten voi ajatella olevan yleistettävissä sellaisiin ryhmäterapeuttisiin hoitoihin, joissa pyritään samanaikaisesti soveltamaan sekä yksilöpsykologista muutosteoriaa että profeminististä, vastuuttavaa viitekehystä.

Jatkossa olisi kiinnostavaa tutkia refleksiivisyyden ja väkivallan suhdetta sellaisessa terapiassa, jossa refleksiivisyyden rakentumista pyrittäisiin tietoisesti tukemaan. Tämä tekisi paremmin oikeutta ja toisi lisää syvyyttä juuri väkivaltaongelman yhteydessä näyttäytyvän refleksiivisyyden tarkasteluun. Refleksiivisyyden kehittymistä olisi myös hyvä seurata pidemmällä aikavälillä, koska psyyken syvätasolla tapahtuva muutos

syntyy suhteellisen hitaasti. Jotta refleksiivisyyden lisääntymisen ja väkivallan vähenemisen välistä yhteyttä voitaisiin tutkia tuloksellisuuden näkökulmasta, täytyisi aineistona olla sellainen ryhmäterapia, jossa refleksiivisyyden teoriaa sovellettaisiin systemaattisesti. Tuloksellisuustutkimuksen ollessa kyseessä miesten väkivallattomuutta tulisi mitata paitsi miesten oman kertoman, myös puolisoitten raportoinnin kautta.

Naisiin kohdistuva väkivalta on edelleen ajankohtainen ongelma yhteiskunnassamme. Sen ehkäisyssä tarvitaan kokonaisvaltaista lähestymistapaa; yksilöiden kohtaamisen lisäksi on huomioitava myös ongelman laajempi, yhteiskunnallinen konteksti. Tapa, jolla naisiin kohdistuvaan väkivaltaan yhteiskunnassa puututaan, pitää aina sisällään merkittävän kannanoton. Se kertoo siitä, mikä yhteiskunnassamme on sallittua ja mikä ei. Väkivaltaisten miesten hoito ja tutkimus on yksi tärkeä osa naisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyä. Ellei tekijää hoideta, väkivallan kierre jatkuu. Miesten ohjelmat näin ollen osaltaan ehkäisevät naisiin kohdistuvaa väkivaltaa ja lisäksi välittävät tärkeää viestiä suuremmalle yleisölle: väkivaltaiset miehet voivat ja heidän tulee muuttua. Miesten muutos on tärkeää paitsi tästä syystä, myös miesten oman psyykkisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun paranemisen kannalta. Tässä tutkimuksessa väkivaltaongelmaa lähestyttiin miesten yksilöpsykologisen muutoksen tarkastelun kautta. Refleksiivisyyden kehittymisen tukemisen todettiin olevan yksi mahdollinen lähestymistapa pysyvän muutoksen aikaansaamiseksi.

LÄHTEET

- Adams, D. (1988). Treatment Models of Men Who Batter: A Profeminist Analysis. Teoksessa K. Yllö & M. Bograd (toim.), *Feminist Perspectives on Wife Abuse* (s. 176-199). London: Sage.
- Ahonen, S., & Sinkkonen, M. (2001). *Refleksiivisyyden kehittyminen masennuksen kognitiivis-konstruktivistisessa ryhmämuotoisessa psykoterapiassa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Ajo, A., & Hara, S. (1998). *Selittämisen diskurssit ja vastuunotto parisuhdeväkivaltaisten miesten puheessa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Banister, P., Burman, E., Parker, I., Taylor, M., & Tindall, C. (1994). *Qualitative Methods in Psychotherapy: A Research Guide*. Buckingham: Open University Press.
- Bograd, M. (1988). Feminist Perspectives on Wife Abuse: An Introduction. Teoksessa K. Yllö & M. Bograd (toim.), *Feminist Perspectives on Wife Abuse* (s. 11-27). London: Sage.
- Daniels, J. W., & Murphy, C. M. (1997). Stages and Processes of Change in Batterers' Treatment. *Cognitive and Behavioral Practice*, 4, 123-145.
- Denzin, N. K. (1970). *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods*. Chicago: Aldine.
- Dobash, R. E., & Dobash, R. P. (1992). *Women, Violence and Social Change*. London: Routledge.
- Dobash, R. E., Dobash, R. P., Cavanagh, K., & Lewis, R. (2000). *Changing Violent Men*. Thousand Oaks: Sage.
- Elliot, R., Fisher, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving Guidelines for the Publication of Qualitative Research Studies in Psychology and Related Fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 215-229.
- Greenberg, L., & Pascual-Leone, J. (1995). A Dialectical Constructivist Approach to Experiential Change. Teoksessa R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney (toim.), *Constructivism in Psychotherapy* (s. 169-191). Washington: APA.
- Greenberg, L. S., & Pascual-Leone, J. (2001). A Dialectical Constructivist View of the

- Creation of Personal Meaning. *Journal of Constructivist Psychology*, 14, 165-186.
- Greenberg, L., Rice, L., & Elliott, R. (1987). *Facilitating Emotional Change: The Moment-by-Moment Process*. New York: Guilford Press.
- Guidano, V. (1991). *The Self in Process. Toward a Post-Rationalist Cognitive Therapy*. New York: Guilford Press.
- Guidano, V. (1995a). Constructivist Psychotherapy: A Theoretical Framework. Teoksessa R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney, *Constructivism in Psychotherapy* (s. 93-108). Washington: APA.
- Guidano, V. (1995b). Self-Observation in Constructivist Psychotherapy. Teoksessa R. A. Neimeyer & M. J. Mahoney, *Constructivism in Psychotherapy* (s. 155-168). Washington: APA.
- Hansen, M. (1993). Feminism and Family Therapy: A Review of Feminist Critiques of Approaches to Family Violence. Teoksessa M. Hansen & M. Harway (toim.), *Battering and Family Therapy. A Feminist Perspective* (s. 69-81). Newbury Park: Sage.
- Happonen, J., Mäntynen, P., Toskala, A., & Verronen, V. (1998). Tiedon kehittyminen ja psykoterapia. Tieteenteorioiden yhteys konstruktivistisiin näkemyksiin inhimillisestä tiedosta ja psykoterapiasta. *Psykologia*, 33 (2), 84-93.
- Heiskanen, M., & Piispa, M. (1998). *Usko, toivo, hakkaus. Kyselytutkimus miesten naisille tekemästä väkivallasta*. Helsinki: Tilastokeskus.
- Heiskanen, M., Sirén, R., & Aromaa, K. (2004). *Suomalaisten turvallisuus 2003: vuoden 2003 haastattelututkimuksen ennakkotietoja suomalaisten tapaturmien ja rikosten kohteeksi joutumisesta ja pelosta*. Helsinki: Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos.
- Hokkanen, J., & Kiuru, N. (2002). *Refleksiivisyyden yhteys terapeutiseen muutokseen: Masennuksen hoito kognitiivis-konstruktivistisessa ryhmämuotoisessa lyhytterapiassa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Holma, J. M., Laitila, A., Wahlström, J., & Sveins, P. (2005). Miehet väkivaltahoito-ohjelmien kohteena: lähtökohtia ja toimintaperiaatteita. Teoksessa J. M. Holma & J. Wahlström (toim.), *Iskuryhmä. Miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmissä* (s. 24-50). Helsinki: Yliopistopaino.
- Holma, J., & Partanen, T. (2002). Vaihtoehto väkivallalle: toimijuutta kaikille perheenjäsenille. Teoksessa A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.), *Perhe ja*

- vanhemmuus: suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen* (s.188-207). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Holma, J., & Partanen, T. (painossa). Pohdintoja miesten väkivallan tutkimisesta perhesuhteissa. Teoksessa E. Sevon ja M. Notko (toim.), *Perhesuhteet puntarissa*.
- Holma, J. M., & Wahlström, J. (2005). *Iskuryhmä. Miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmissä*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Kapanen, K. (2001). *Naiskuvat parisuhdeväkivaltaan syyllistyneiden miesten puheessa: Miten miehet puhuvat naisista ja naisiin kohdistamastaan väkivallasta*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Karkkila, S-R., & Syrjälä, M. (2001). *Reaktiivisesta positioista kohti refleksiivisyyttä sosiaalisen fobian kognitiivis-konstruktivisessa terapiassa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Kieslich, H., & Patja, M. (2004). *Refleksiivisyyden luokittelu ja sen muutoksen kuvaus sosiaalisen fobian kognitiivis-konstruktivisessa psykoterapiassa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Kiiskinen, N., & Mutanen, S. (2002). *Sosiaalisten jännittäjien refleksiivisyyden ja desentraation muutos lyhytkestoisessa kognitiivis-konstruktivisessa ryhmäterapiassa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Koivula, K., & Koski, T. (1999). *Sosiaalisten jännittäjien reflektiivinen toiminta ja sen yhteys kognitiivis-konstruktivisessa terapiassa tapahtuneeseen muutokseen*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Laasanen, M. (2003). *Parisuhdeväkivaltaa käyttäneiden miesten muutoskonstruktiot*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Lahti, M. (2001). *Domesticated Violence: The Power of the Ordinary in Everyday Finland*. Helsinki: Helsinki University Press.
- Lawson, H. (1985). *Reflexivity: The Post-Modern Predicament*. London: Hutchinson.
- Leiman, M. (2006). Mikä psykoterapiassa vaikuttaa? Esitelmä Duodecimin ja Suomen Akatemian järjestämässä *Psykoterapia konsensuskokouksessa*, Espoossa 16.10.2006. Julkaisematon lähde.
- Liikamaa, M., & Tantarimäki, T. (1999). *Terapeuttiset interventiot väkivaltaisten miesten ryhmämuotoisessa terapiassa*. Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Luostari, M. (2005). *Sukupuolistuneet tavat kertoa parisuhteesta ja*

- parisuhdeväkivallasta väkivallan hoito-ohjelman aikana.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- McLeod, J. (2001). *Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy.* London: Sage.
- Metsämuuronen, J. (2001). *Laadullisen tutkimuksen perusteet* (2. painos). Helsinki: Methelp.
- Mikola, T., & Oksanen, H. (1999). *Reaktiivisesta refleksiiviseen positioon sosiaalisen fobian terapiassa.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Nevala-Jaakonmaa, S. (2006). *Isyydestä puhumisen tavat lähisuhdeväkivaltaan syyllistyneiden miesten ryhmämuotoisessa hoidossa.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Ojanaho, S. (2000). *Ryhmäidentiteetin rakentuminen väkivaltaisten miesten ryhmäterapiassa.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Partanen, T. (1998). ”*En mää halua olla väkivaltainen kenellekään, jos mua ei pakoteta siihen*”. *Oikeuttamisen diskurssit väkivaltaisten miesten puheissa.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Perttu, S. (2002). Mitä on naisiin kohdistuva väkivalta? Teoksessa M. Rautava & S. Perttu (toim.), *Naisiin kohdistuva pari- ja lähisuhdeväkivalta. Käsikirja perus- ja täydennyskoulutukseen* (s. 17-49). Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Piispa, M., Heiskanen, M., Kääriäinen, J., & Sirén, R. (2006). *Naisiin kohdistunut väkivalta 2005.* Helsinki: Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos.
- Raakil, M. (2002). A Norwegian Integrative Model for the Treatment of Men Who Batter. *Family Violence & Sexual Assault Bulletin*, 18, 8-14.
- Ronkainen, S. (1998). *Sukupuolistunut väkivalta ja sen tutkimus Suomessa: Tutkimuksen katveet valokeilassa.* Naistutkimusraportteja 2/98. Helsinki: Hakapaino.
- Räsänen, E. (2006). *Dialogia miesten väkivallasta: Hyväksyvän terapian ja haastamisen kohdatessa.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Saarinen, J., & Sopenan, T. (2000). *Reflexivity and Therapeutic Change in the Cognitive Constructive Psychotherapy of Panic Disorder.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.
- Sarlin, K., & Syrjäläinen, R. (1999). *Reaktiivisesta positioista refleksiiviseen positioon paniikkihäiriössä.* Jyväskylän yliopisto. Psykologian pro gradu -tutkielma.

- Tesch, R. (1990). *Qualitative Research: Analysis Types and Software Tools* (3. painos). New York: Falmer.
- Tiuraniemi, J. (2002). Reflektiivisyys asiantuntijan työssä. Teoksessa P. Nieminen & E. Keskinen (toim.), *Taitavan toiminnan psykologia* (s. 165-195). Helsinki: Hakapaino.
- Toskala, A. (1991). *Kognitiivisen psykoterapian teoreettisia perusteita ja sovelluksia*. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus.
- Toskala, A. (1996). Psykoterapeuttinen muutos: konstruktivistinen näkökulma. Teoksessa A. Toskala & J. Wahlström (toim.), *Psykoterapian prosessit: tutkimukselliset konstruktiot* (s. 10-23). Helsinki: Suomen psykologinen seura.
- Toskala, A. (2001). Kognitiivis-konstruktivistinen ja kokemuksellinen näkökulma. Teoksessa S. Kähkönen, I. Karila & N. Holmberg (toim.), *Kognitiivinen psykoterapia* (s. 361-373). Helsinki: Duodecim.
- Toskala, A., Happonen, J., & Mäntynen, P. (1996). Informaation käsittely minuuden rakentamisessa ja psyykkisissä häiriöissä. Teoksessa A. Toskala (toim.), *Kognitiivinen psykoterapia: uudet kehityslinjat ja sovellukset*. (s. 1-13). Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.
- Toskala, A., & Hartikainen, K. (2005). *Minuuden rakentuminen: psyykinen kehitys ja kognitiivis-konstruktivistinen psykoterapia*. Jyväskylä: Jyväskylän koulutuskeskus.
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2003). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (2. painos). Helsinki: Tammi.

LIITTEET

LIITE 1: Analyysirunko

1. REAKTIIVINEN POSITIO	2. TUNNISTAVA TYÖSKENTELY	3. REFORMULAATIO	4. VAIHTOEHTOISUUDEN RAKENTUMINEN	5. REFLEKSIIVINEN POSITIO
<p>1.1 Kokemuksen rakentuminen kokijan tietoisuuden ulkopuolella</p> <p>1.2 Toimiminen välittömän kokemuksen ohjaamana</p> <p>1.3 Ongelmalliseen kokemukseen liittyvän tilanteen hahmottaminen vain omasta näkökulmasta</p>	<p>Ongelmalliseen kokemukseen liittyvien</p> <p>2.1 kehollisten tuntemusten</p> <p>2.2 tunteiden</p> <p>2.3 ajatusten</p> <p>2.4 reagoititapojen tunnistaminen.</p> <p>2.5 Väkivaltatilanteen tai ongelmallisen kokemuksen / tilanteen tarkastelu</p> <p>2.6 Toisen näkökulman alustava huomiointi</p>	<p>3.1 Ongelmalliseen kokemukseen liittyvien ydintunteiden tavoittaminen ja nimeäminen</p> <p>3.2 Ongelmalliseen kokemukseen liittyvien itseä koskevien ydinajatusten tavoittaminen</p> <p>3.3 Ongelmallisen kokemuksen / tilanteen rakentumisen ymmärtäminen</p> <p>3.4 Toisen näkökulman ymmärtäminen</p>	<p>4.1 Hyväksyvä ja salliva suhde ongelmalliseen ydinkokemukseen</p> <p>4.2 Ongelmallisen kokemuksen ymmärtäminen suhteessa omaan kehityshistoriaan</p> <p>4.3 Ongelmallisen kokemuksen generoitumisen ymmärtäminen</p> <p>4.4 Toisen asemaan asettuminen</p>	<p>5.1 Ongelmallisen kokemuksen omistaminen ja integrointi minuuteen</p> <p>5.2 Säätelevä eli agenttinen suhde omaan kokemukseen</p>
<p>1.4 Vastuun kieltäminen / vastuun siirto itsen ulkopuolelle</p> <p>1.5 Keinottomuus ongelmallisen kokemuksen / tilanteen yhteydessä</p> <p>1.6 Kontrollintunteen puuttuminen ongelmallisen kokemuksen / tilanteen yhteydessä</p>	<p>2.7 Ulkokohtainen tai osittainen vastuunotto</p> <p>2.8 Ulkokohtaisten keinojen käyttö</p> <p>2.9 Ulkokohtainen tai epävarma kontrollintunne</p>	<p>Alustavaa itselähtöisyyttä</p> <p>3.5 vastuunotossa</p> <p>3.6 keinojen käytössä</p> <p>3.7 kontrollintunteessa</p>	<p>4.5 Vastuunottovalmiuksien vahvistuminen</p> <p>4.6 Keinojen lujittuminen</p> <p>4.7 Sisäisen kontrollintunteen vahvistuminen</p>	<p>5.3 Vastuunoton pysyvyys</p> <p>5.4 Uudenlaisten toimintatapojen automatisoituminen</p> <p>5.5 Sisäisen kontrollin mahdollistama väkivallaton käyttäytyminen</p>