

**ITSESTÄ KERROTUT KERTOMUKSET SUHTEESSA
PSYKOTERAPEUTTISESTA MUUTOKSESTA LAADITTUUN
METAMALLIIN VAIHTOEHTO VÄKIVALLALLE -
RYHMÄINTERVENTIOSSA**
Kahden miehen kehityskertomukset

**Tinja Juselius
Noora Riikonen
Pro Gradu -tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Toukokuu 2020**

JUSELIUS, TINJA & RIIKONEN, NOORA: Itsestä kerrotut kertomukset suhteessa psykoterapeuttisesta muutoksesta laadittuun metamalliin Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäinterventiossa: Kahden miehen kehityskertomukset
Pro Gradu -tutkielma, 50 sivua
Ohjaaja: Aarno Laitila
Psykologia
Toukokuu 2020

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin itsestä kerrotuja kertomuksia suhteessa psykoterapeuttisesta muutoksesta laadittuun metamalliin Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäinterventiossa. Taustateorianamme toimi Mikael Leimanin (2012) metamalli, jossa itsehavainnoinnin kehittymistä pidetään keskeisenä psykoterapeuttisena muutostekijänä. Metamallissa itsehavainnoinnin kehittymistä kuvataan siirtymisenä objektipositiosta subjektipositioon, jolloin yksilö saavuttaa toimijuuden tunteen käsiteltävän ongelman suhteen. Tutkimme, millaisia kertomuksia tutkittavat tuottivat väkivaltaan liittyen ja miten kertomukset muuttuivat ryhmän aikana. Lisäksi tarkastelimme, millä tavalla muut ryhmäläiset osallistuivat tutkittavien kertomuksiin.

Vaihtoehto väkivallalle -interventio on Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimuskeskuksen sekä kriisikeskus Mobilen perustama ryhmämuotoinen hoito-ohjelma lähisuhteissaan väkivaltaa käyttäneille henkilöille. Tutkimusaineistomme koostui kahden miehen ryhmäinterventio videoiduista yhteensä 25 istunnosta. Toteutimme tutkimuksemme laadullisena tapaustutkimuksena ja käytimme analyysimenetelmänä narratiivista analyysia. Muodostimme tutkittaville juonelliset kehityskertomukset sen mukaan, millaisia kertomuksia he väkivallasta tuottivat ja tarkastelimme niitä metamallin positoiden mukaisesti. Otimme analyysiin mukaan myös muiden ryhmäläisten tapoja osallistua tutkittavien kertomuksiin.

Tutkimuksemme havaitsimme, että psykoterapeuttinen muutos väkivallan hoidossa ei välttämättä tapahdu yhtä suoraviivaisesti, kuin metamallissa. Molemmilta tutkittaviltamme löytyi kerronnastaan kaikkia malliin kuuluvia positioita, mutta vain toisella tutkimushenkilöllä itsehavainnointi kehittyi ajallisesti mallin mukaan. Väkivallan hoidossa on otettava huomioon, että tunne toimijuudesta voi vaihdella intervention aikana, eikä se lisäänty jatkuvana koko hoidon ajan. Väkivaltaan liittyy kokemuksellisuuden lisäksi myös toiminnallinen käyttäytymisen tasolla näkyvä puoli, joten väkivallan ilmiön moniulotteisuus edellyttää vielä mallin soveltamista ja kehittämistä. Muiden ryhmäläisten osallistumisen tavoista havaitsimme, että ryhmässä tapahtui paljon samaistumista, kokemusten vertailua sekä muiden kannustamista, kun taas toisia haastava puhe ja palautteen antaminen oli vähäistä. Muiden ryhmäläisten kokemusten kuuleminen ja niiden peilaaminen omiin kokemuksiin näyttäytyivät tutkittavillemme erityisen hyödyllisinä muutoksen kannalta. Keskeistä puoliavoimen ryhmän toiminnassa on se, että eri aikaan aloittaneiden osallistujien on mahdollista vertailla kertomuksiaan ja kokemuksiaan. Tutkimuksemme osoittaa, että muutosprosessi väkivallan hoidossa on yksilöllistä ja muiden ryhmäläisten osallistumisella on merkitystä sen etenemisessä.

Avainsanat: psykoterapeuttinen muutos, lähisuhdeväkivalta, ryhmähoito, narratiivinen analyysi, itsehavainnointi, objektipositio, havaitsijapositio, subjektipositio, toimijuus

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ
Department of Psychology

JUSELIUS, TINJA & RIIKONEN, NOORA: Self-narratives in relation to a meta-model of psychotherapeutic change in a group for intimately violent persons: The stories of two men
Master's thesis, 50 pages
Supervisor: Aarno Laitila
Psychology
May 2020

The purpose of this study was to examine self-narratives in relation to a meta-model of psychotherapeutic change in a group for intimately violent persons. As a background theory we used Mikael Leiman's (2012) meta-model of psychotherapeutic change. The model suggests that all psychotherapies aim at increasing and expanding the client's self-observation as a central factor for change. The gradual improvement of self-observation is described in the model as a transition process from object position to subject position. In subject position the client achieves a sense of agency in relation to the problem. We examined our subjects' self-narratives related to violence and how the narratives changed during the treatment. We were also interested in how other group members participated in constructing these narratives.

The group programme Alternative to Violence for intimately violent persons was created in collaboration with the Psychotherapy Training and Research Centre of the University of Jyväskylä and crisis centre Mobile. The study was conducted as a case study of two men and contained 25 recorded video sessions. Narrative analysis was used as the research method to analyse the subjects' plotted narratives of their progress in the treatment. These narratives were constructed according to object, observer, and subject position of Leiman's model. In the analysis we included the ways in which other group members participated in constructing the subjects' narratives.

As a result of our study we found that psychotherapeutic change in the treatment of violence does not necessarily progress as linearly as the model suggests. We could find all the positions included in the model from both of our subjects' narratives but only the other subject's self-observation developed temporally according to the model. In treatment of violence it is important to consider that sense of agency can vary and does not increase continuously during the treatment. There is also a behavioural aspect to violence, so the multidimensionality of the phenomenon requires further application and development of the model. When we examined the participation of other group members, we noticed that there was a lot of identification with others, comparison of experiences, and encouragement of others. The group members did not challenge each other or give feedback as much. The possibility to hear others' experiences was especially beneficial in facilitating change for the subjects. The open-ended group enables the participants to compare their stories and learn from group members that are in different stages of the treatment. Based on our study, the transformation process in the treatment of violence is individual and the participation of other members is significant to the process of change.

Key words: psychotherapeutic change, domestic violence, group treatment, narrative analysis, self-observation, object position, observer position, subject position, agency

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO	1
1.1. Psykoterapiatutkimus	1
1.2. Psykoterapeuttiseen muutokseen vaikuttavat tekijät	4
1.3. Leimanin metamalli psykoterapeuttisen muutoksen kuvaajana	5
1.4. Itsestä kerrotut kertomukset ja väkivalta	8
1.5. Tutkimuskysymykset	11
2. MENETELMÄT	12
2.1. Tutkimusaineisto ja tutkittavat	12
2.2. Narratiivinen lähestymistapa ja analyysi	13
2.2.1. Narratiivit ja kertomukset	14
2.2.2. Juonentaminen ja tarinatyyppit	15
2.3. Aineiston analysointi McLeodin ja Balamoutsoun menetelmällä	16
3. TULOKSET	19
3.1. Eeron tarina: Myöntäminen avaimena muutokseen	19
3.1.1. Objektipositio	19
3.1.2. Havait sijapositio	21
3.1.3. Subjektipositio	23
3.2. Eeron tarina: ryhmän osallistuminen	25
3.3. Karin tarina: Löytöretkellä muutokseen	27
3.3.1. Objektipositio	27
3.3.2. Havait sijapositio	29
3.3.3. Subjektipositio	32
3.4. Karin tarina: ryhmän osallistuminen	33
4. POHDINTA	36
LÄHTEET	44

1. JOHDANTO

Tässä tutkimuksessa tarkastelemme itsestä kerrottuja kertomuksia ja niiden muutosta suhteessa psykoterapeuttisesta muutoksesta laadittuun metamalliin väkivaltaa käyttäneiden ryhmäinterventiossa. Valitsimme psykoterapeuttisesta muutoksesta laadituista malleista tutkimuksemme taustateoriaksi Mikael Leimanin (2012) kehittämän metamallin, sillä se onnistuu mielestämme kuvaamaan kokoavasti kaikille psykoterapioille yhteisiä ja keskeisiä prosesseja. Ryhmästä tehty laadullinen prosessitutkimus on aikaisemmin keskittynyt lähisuhdeväkivallasta kertomisen tapoihin sekä ammattilaisten käyttämien keinojen ja käytäntöjen tutkimiseen (Holma & Nyqvist, 2017). Muutosprosesseja tutkimuksissa on tarkasteltu suhteessa reflektiivisyyden kehittymiseen, mentalisaatioon, kiintymyssuhdeteoriaan sekä assimilaatiomalliin (Päivinen ym., 2017). Leimanin metamalli on johdettu William B. Stilesin kehittämästä assimilaatioprosessin vaihemallista (Stiles ym., 1990) ja se keskittyy itsehavainnoinnin kehittymiseen keskeisenä psykoterapeuttisena muutostekijänä (Leiman, 2012c). Mielestämme psykoterapeuttista muutosta on tärkeää tarkastella myös tämän muunnellun metamallin valossa, sillä se onnistuu kuvaamaan muutosta ennemminkin prosessillisena jatkumona vaiheittaiseen assimilaatiomalliin verrattuna. Psykoterapeuttisen muutosprosessin hahmottaminen auttaa ymmärtämään asiakkaan kokemaa muutosta ja kehittämään sitä edistäviä menetelmiä. Tutkimuksemme on laadullinen narratiivinen tapaustutkimus, joka kuvaa kahden ryhmässä olleen miehen yksilöllistä psykoterapiaprosessia ottaen myös huomioon, millä tavalla muut ryhmäläiset osallistuivat tutkittavien kertomuksiin.

1.1. Psykoterapiatutkimus

Psykoterapiatutkimus pyrkii selvittämään psykoterapian tehokkuutta ja psykoterapeuttisen muutoksen tapahtumista. Tutkimuskenttä voidaan jakaa vaikuttavuus- ja prosessitutkimukseen (Kopta ym., 1999; Lahti-Nuutila & Eronen, 2012; Llewelyn & Hardy, 2001). Psykoterapioiden vaikuttavuutta on tutkittu lääketieteellisen ajattelun mukaisesti kokeellisilla ryhmävertailuilla, joissa ollaan kiinnostuneita psykoterapian tehosta (Leiman, 2004). Koeasetelmissä, joissa psykoterapeuttista hoitoa saaneita potilaita on verrattu hoitoa saamattomaan kontrolliryhmään, on toistuvasti huomattu psykoterapian korkea vaikuttavuus (Wampold, 2001). Tutkimusten tulosten perusteella psykoterapian voidaan todeta olevan vaikuttava hoitomuoto (Kopta ym., 1999; Wampold, 2001), joten sitä voidaan perustellusti käyttää terveydenhuollossa ammatillisesti

(Palveluvalikoimaneuvosto, 2018). Siitä, mikä psykoterapiasta tekee tehokkaan hoitomuodon, on ollut erilaisia käsityksiä.

Wampoldin (2001) mukaan psykoterapioita voidaan tarkastella kahden eri lähestymistavan kautta, joita ovat medikaalinen malli ja kontekstuaalinen malli. Medikaalisen mallin lähtökohdaksi voidaan pitää sen vastaavuutta lääketieteeseen ja lääkeainetutkimukseen. Samalla tavoin kuin lääkkeet vaikuttavat lääkkeen tehoon, myös psykoterapiasuuntausten taustateorioihin kuuluvien erityisten menetelmien ajatellaan liittyvän psykoterapian vaikuttavuuteen. Medikaalisen mallin mukaan voidaankin siis olettaa, että eri psykoterapioilla on vaikuttavuuseroja. Eri psykoterapiasuuntauksilla on ollut oma käsityksensä siitä, kuinka psykoterapeuttinen muutos saadaan tapahtumaan (Peräkylä ym., 2008). Kun tutkimuksissa erilaisia menetelmiä on kokeellisesti verrattu keskenään, niiden välillä on havaittu vain vähäisiä eroja (Leiman, 2004; Wahlström, 2012b; Wampold, 2001). Vaikka teoreettisten taustojen mukaan hoitomuodot ovat erilaisia, ne ovat eri menetelmistään huolimatta yhtä tehokkaita, ja tätä ilmiötä kutsutaan ekvivalenssiparadoksiksi (Leiman, 2004). Tutkittaessa terapiamuotojen prosesseja on havaittu, että samasta suuntauksesta huolimatta terapeutit toimivat eri asiakkaiden kanssa eri tavoin, jolloin vaikuttavuutta ei voida mitata ainoastaan suuntauksen mukaan (Lahti-Nuutila & Eronen, 2012). Terapeutin ja asiakkaan välisellä hyvällä yhteistyösuhteella onkin nähty olevan enemmän merkitystä kuin terapeutin käyttämällä menetelmillä (Lambert & Barley, 2002). Tärkeämpää on, että terapeutti mukauttaa terapeuttista lähestymistapaansa joustavasti asiakkaan tarpeiden mukaan (Hill & Castonguay, 2017). Voidaankin siis olettaa, että vastaus psykoterapioiden vaikuttavuuteen löytyy muualta, kuin erityisistä psykoterapiamenetelmistä.

Psykoterapian vaikuttavuutta voidaankin tutkimuksista saatujen tulosten perusteella selittää paremmin kontekstuaalisesta mallista käsin, joka korostaa psykoterapioiden yhteisten tekijöiden merkitystä psykoterapian vaikuttavuudelle psykoterapioiden erityisten sisältöjen sijaan (Wampold, 2001). Yhteiset eli toisin sanoen yleiset tekijät ovat yhteisiä kaikille psykoterapioille niiden erilaisista teoreettisista taustoista huolimatta (Wahlström, 2012b). Leiman (2004) kuvaakin psykoterapiaa asiakkaan ja terapeutin yhteisenä toimintana, jolloin mitään yksittäistä menetelmää ei voida irrottaa terapiassa tapahtuvasta vuorovaikutuksesta. Keskeistä on terapeutin luoma myönteinen toivoa ja luottamusta herättävä terapiakonteksti asiakkaan muutoksen saavuttamiselle (Wahlström, 2012b; Wampold, 2001). Vaikka ainakin joidenkin menetelmien on huomattu olevan tarpeellisia tiettyjen häiriöiden tai ongelmien hoidossa, tällöinkin terapeuttinen yhteistyösuhde määrittää käytetyn menetelmän asemaa ja merkitystä hoidossa (Wampold, 2001).

Vaikuttavuustutkimuksella voidaan siis selvittää psykoterapian toimivuutta yleisellä tasolla, mutta se ei kuitenkaan kerro siitä, mitä psykoterapiaprosessissa tapahtuu. Psykoterapian

yksityiskohtaisia prosessin kannalta tärkeitä tapahtumia voidaankin tutkia prosessitutkimuksen keinoin (Wahlström, 2012b). Prosessitutkimus tutkii sitä, mitä psykoterapiassa sisällöllisesti tapahtuu (Llewelyn & Hardy, 2001; Wahlström, 2012b) ja sen tavoitteena on kehittää ymmärrystä muutokseen vaikuttavista tekijöistä psykoterapian aikana (Lahti-Nuutila & Eronen, 2012). Prosessi- ja vaikuttavuustutkimusta ei voida kuitenkaan täysin erottaa toisistaan, sillä prosessitutkimuksen antamalla tiedolla voidaan lisätä psykoterapioiden tehokkuutta (Garfield, 1990). Prosessitutkimusta toteutetaan usein intensiivisinä tapaustutkimuksina, joissa käytetään laadullisia menetelmiä (Wahlström, 2012b). Tapaustutkimusten avulla voidaan saada tärkeää tutkimustietoa siitä, miten hoidon onnistunut tai epäonnistunut lopputulos tapahtuvat (Lahti-Nuutila & Eronen, 2012). Tapaustutkimusten avulla voidaankin testata erilaisten teorioiden sopivuutta psykoterapian prosesseihin (Stiles, 2005).

Yksi prosessitutkimuksen haasteista on eri suuntausten eroavat käsitykset terapian muutosprosesseista (Peräkylä ym., 2008). Viimeisten vuosikymmenten aikana on kuitenkin tapahtunut psykoterapiateorioiden yhteensovittamista (Hanna, 2009), mitä kutsutaan psykoterapioiden integraatioksi (Lahti-Nuutila & Eronen, 2012). Tutkimustulokset terapioiden yhteisistä vaikuttavista tekijöistä ovat vaikuttaneet integratiivisen lähestymistavan syntymiseen (Holmes & Bateman, 2002; Norcross, 2005). Norcrossin (2005) mukaan eri suuntausten kehittyessä käytännön työssä niiden välille on myös muodostunut enemmän yhteneväisyyksiä. Integratiivinen lähestymistapa ei siis tarkoita yksittäistä psykoterapiasuuntausta muiden joukossa, vaan se pikemminkin kerää tutkimustietoa yhteisistä psykoterapeuttista muutosta edistävästä tekijöistä (Valkonen, 2012). Siinä periaatteena on yhdistää eri psykoterapioiden teoreettista taustaa ja menetelmiä joustavasti asiakkaan tarpeen mukaan (Erskine, 2015; Lahti-Nuutila & Eronen, 2012). Integratiivisuus onkin syntynyt vastapainoksi eri psykoterapiasuuntausten erillisyydelle sekä psykoterapian toimivuuden kasvattamiseksi (Holmes & Bateman, 2002). Terapiasuuntausten lisäksi on alettu tutkia myös suuntauksista riippumattomia psykoterapeuttisia periaatteita ja käytäntöjä (Lahti-Nuutila & Eronen, 2012).

Koska muutosmekanismien ei ole havaittu olevan yksittäisten psykoterapiasuuntausten teorioiden mukaisia, prosessitutkimuksen avulla on pyritty muodostamaan eri käyttöteorioiden rajoja ylittäviä transteoreettisia muutosmalleja (Wahlström, 2012b). Kaikille psykoterapioille yhteisen teoreettisen mallin muodostamisen takana on ajatus siitä, että psykoterapiat pohjautuvat yhteisiin perusprosesseihin (Leiman, 2012a). Vaikuttavuustutkimusten tulokset tukevat tätä teoriaa, ja muutosmalleja onkin muodostettu useampia.

1.2. Psykoterapeuttiseen muutokseen vaikuttavat tekijät

Psykoteraapian tärkein päämäärä on psykoterapeuttisen muutoksen aikaansaaminen asiakkaassa ja tätä muutosta voidaankin pitää psykoterapian vaikuttavuuden kriteerinä (Hanna, 2009; Ogles, 2013). Leiman (2004) määrittelee psykoterapeuttisen muutoksen psyykkiseksi kehitystapahtumaksi, jossa ongelmallinen lähtötilanne muuttuu terapian edetessä. Psykoterapeuttista muutosta voidaan myös kuvailla ajatusten, tunteiden, käyttäytymisen ja sosiaalisen toiminnan tasolla tapahtuvaksi myönteiseksi muutokseksi, jonka ansiosta elämänhallinta parantuu ja tyytyväisyys elämään kasvaa (Hanna, 2009). Keskeinen prosessi psykoterapeuttisen muutoksen taustalla on asiakkaan merkitysrakenteiden uudelleenorganisoiduminen, jolloin tapa nähdä ja käsitellä asioita muuttuu (Toskala, 1996). Muutosta voidaan kuvata siis myös asiakkaan elämänlaadussa tapahtuneiden muutosten kautta, eikä ainoastaan oireiden vähenemisen merkinä.

Psykoterapeuttisen muutoksen edistäjinä on tutkittu monia eri tekijöitä. American Psychological Associationin (APA) asiantuntijaryhmän raportissa nämä on jaettu kolmeen eri osaluokkaan: terapian ulkopuoliset tekijät, terapiassa käytetyt tekniikat sekä jo aiemmin mainitut psykoterapioiden yhteiset tekijät (Lambert & Barley, 2002). Raportin mukaan terapian ulkopuolisia muutokseen vaikuttavia tekijöitä ovat esimerkiksi asiakkaan sosiaalinen ympäristö ja hänen saamansa ulkopuolinen tuki, sekä asiakkaaseen liittyvät tekijät, kuten odotukset ja uskomus terapian onnistumisesta. Leiman (2004) korostaa, että erityisesti asiakkaan suhtautuminen ongelmaan on keskeisessä roolissa. Asiakkaat eivät ole ainoastaan passiivisia hoidon vastaanottajia, vaan aktiivisia osallistujia (Bohart & Wade, 2013), jolloin asiakkaan oma aktiivisuus ja ymmärryksen taso omasta ongelmasta, sekä muutosvalmius vaikuttavat siihen, miten ja millainen psykoterapia tehoaa (Wahlström, 2012b). APA:n asiantuntijaryhmän kokoavassa raportissa, jossa on yhdistetty useiden tutkimusten tuloksia ja kirjallisuutta psykoterapeuttiseen muutokseen vaikuttavista tekijöistä, 40 % muutoksesta on terapian ulkopuolisten tekijöiden aiheuttamaa.

Terapiassa käytetyillä tekniikoilla ei ole nähty merkittävää vaikutusta psykoterapiassa tapahtuvaan muutokseen (Wampold, 2001), ja APA:n raportin mukaan niiden vaikutus onkin vain 15 %. Yhteisten tekijöiden vaikutus on samassa tutkimuksessa 30 %, joten niiden vaikutus muutokseen on tekniikoita suurempi. Keskeisimpänä näistä pidetään terapeutin ja asiakkaan välistä yhteistyösuhdetta, eli allianssia (Suomalainen Lääkäriseura Duodecim & Suomen Akatemia, 2006). Terapiassa sisällön tuottaminen tapahtuu asiakkaan ja terapeutin vuorovaikutuksen kautta (Leiman, 2004), miksi yhteistyösuhdetta voidaankin nähdä olevan merkittävä tekijä psykoterapian hoitotuloksen kannalta. Muita yhteisiä tekijöitä kaikille psykoterapioille ovat myös esimerkiksi

terapeutin empaattisuus, toivon ylläpitäminen, hoidon antamat korjaavat tunnekokemukset sekä terapeutin kyky lisätä asiakkaan osallistumista prosessiin ja vahvistaa tämän itsehavainnointikykyä (Duodecim & Suomen Akatemia, 2006; Holmes & Bateman, 2002; Wahlström, 2012b). Havainnoimalla asiakkaan kanssa ja auttamalla tätä tunnistamaan ongelmallisia ajatustapoja, mahdollistuu itsen havainnoiminen toisesta näkökulmasta (Leiman, 2012b). Leiman lisää, että tämä lisääntynyt huomio omiin sisäisiin kokemuksiin lisää asiakkaan itsetietoisuutta ja kykyä nähdä valinnan mahdollisuus. Psykoterapiassa onkin kyse ongelman uudelleenrakentamisesta ja tämän johdosta uusien toimintatapojen sisäistämisestä ongelmien ratkaisuun, mikä mahdollistuu yhteisten tekijöiden vaikutusten kautta (Lambert, 2013).

Koska merkityksiä ja ymmärrystä tapahtumille rakennetaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, ovat terapeutteisessa kontekstissa kommunikaatio ja kertomukset erityisen olennaisia (Anderson & Goolishian, 1992). Asiakkaat ovat kuvanneet itsestä ja erityisesti vaikeista asioista kertomisen haastavana, mutta muutoksen kannalta tärkeinä elementteinä (Wahlström, 2012a). Rennie (1994) on tutkinut itsestä ja vaikeista asioista kertomisen vaikutuksia ja hän havaitsi kertomusten kertomisen etenevän kahden vaiheen kautta. Terapian alussa asiakkaalla on ongelmaansa nähden sisäinen ristiriita, josta hän pyrkii etäännyttämään kertomisen alussa. Vaikeasta asiasta kertominen tuo tapahtumat takaisin mieleen, mikä lopulta tuo ristiriidan kuitenkin lähemmäs asiakasta ja hän ajautuu kontaktiin sen kanssa. Tarinan kertominen on siis auttanut asiakasta kohtaamaan sisäiset ristiriitansa, mikä näyttäytyi Rennien tutkimuksen mukaan hyvin terapeuttisena. Vaikeista asioista kertominen aiheutti myös emotionaalisen helpottumisen tunteen sekä toimi välineenä itsenäisesti toteutettavalle ajattelulle. Angus ja McLeod (2004) painottavatkin, että juuri kokemuksista kertominen on välttämätön prosessi asiakkaan itsereflektiolle ja merkitysten luomiselle psykoterapiassa.

1.3. Leimanin metamalli psykoterapeuttisen muutoksen kuvaajana

Psykoterapeuttista muutosta voidaan kuvata Leimanin (2012) metamallin mukaisesti. Metamalli on johdettu Stilesin kehittämästä assimilaatiomallista (Stiles ym., 1990), joka kuvaa psykoterapiassa tapahtuvaa muutosta kahdeksanvaiheisen mallin mukaisesti. Assimilaatiomallin mukaan psykoterapiassa pyritään muuttamaan suhtautumista tiettyihin ongelmiin eri kehitysvaiheiden, kuten ongelman tunnistamisen, uudelleen muotoilun, ymmärryksen ja lopulta sen ratkaisemisen kautta. Mallin perusteella asiakas siirtyy psykoterapian aikana vaiheesta toiseen assimiloiden eli integroiden

ongelman osaksi siihen liittyvää ajattelumallia ja toimintaa, jotka on luotu vuorovaikutuksessa asiakkaan ja psykoterapeutin välillä. Leimanin metamalli kuvaa assimilaatiomallin tavoin psykoterapiassa tapahtuvaa muutosprosessia, mutta kuvaten sen prosessinomaisena jatkumona selkeiden eri vaiheiden sijaan, painottaen itsehavainnoinnin merkitystä.

Leimanin metamallin peruseriaatteena on, että kaikille psykoterapioille on yhteistä pyrkimys asiakkaan itsehavainnoinnin kehittymiseen niin, että asiakas päätyy muodostamaan uuden suhtautumistavan ongelmaansa nähden (Leiman, 2012a). Itsehavainnointi on oman käyttäytymisen havainnointia, minkä avulla pystytään tunnistamaan haitallisia ajattelu- ja käyttäytymismalleja (Lehtonen & Lappalainen, 2005). Terapialle ominaista on, että kommunikaatio tapahtuu terapeutin ja asiakkaan välillä jonkin ongelman ympärillä, jolloin ongelmia pyritään purkamaan yhteisesti luomalla uusia merkityksiä (Anderson & Goolishian, 1992). Leimanin (2012b) mukaan itsehavainnoimalla asiakas oppii ymmärtämään ja jäsentämään ongelmaansa selkeämmin ja tätä kautta mahdollistuu uusi hyväksyvämpi suhtautumistapa ongelmaan, mikä voi johtaa uusien toimintatapojen omaksumiseen. Haasteena itsehavainnoinnille on usein ongelmiin liittyvä häpeä, pelko ja sietämättömyyden tunne, sillä voimakkaasti epämiellyttävien tunteiden tunnistamista halutaan välttää. Kun asiakas terapeutin avustuksella tunnistaa nämä itsehavainnoinnin esteeksi muodostuneet ajatukset, mahdollistuu niiden havainnoiva kohtaaminen ja automatisoituneiden mallien purkautuminen uusien valinnanvapautta korostavien mallien tieltä. Tätä itsehavainnoinnin kehittymisen prosessia kuvataan Leimanin metamallissa siirtymisellä objektipositioista subjektipositioon ongelmaan nähden. Metamalli on esitetty kuviossa 1.

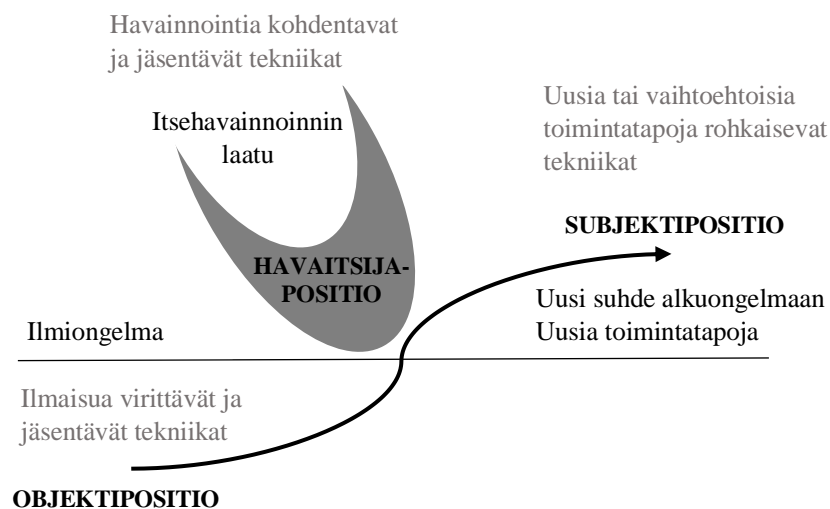
Leimanin (2012c) mukaan siirtyminen subjektipositioon mahdollistuu havaitsijaposition kehittymisen kautta. Tällä tarkoitetaan itsensä havainnoinnin kehittymistä, jolloin asiakas vähitellen kykenee tarkastelemaan ongelmaansa monista eri näkökulmista ja omaksumaan uudenlaisen suhtautumistavan siihen. Itsehavainnoinnin kehittyminen edellyttää terapeuttisia menetelmiä, joiden avulla asiakas kykenee ongelmiansa kokemisen lisäksi tarkastelemaan niitä myös etäämmältä. Itsehavainnointi on asemoitunutta, eli se on aina suhteessa ihmisen tunteisiin sekä havainnoinnin ja tulkintojen tapoihin, eli havainnoinnin kohteisiin. Asiakkaalla on näin ollen terapiaan tullessaan jo tietynlainen suhtautuminen itseensä ja ongelmaansa, sekä tavat havainnoida niitä. Tässä suhtautumisessa usein korostuvat avuttomuuden ja hallitsemattomuuden tunteet, sekä ajatus siitä, että ongelma ei ole ihmisen itsensä säädeltävissä, eikä vaikuttamismahdollisuuksia ole (Leiman, 2012c, 2015). Narratiiveissa ongelmaa kuvataan niin, että toimijuuden ja vapauden tunteet ovat vähäisiä (Anderson & Goolishian, 1992). Tämä näyttäytyy puheessa muun muassa niin, että toiminnalla ei ole tekijää (Kurri & Wahlström, 2007; Todd, 2014). Nämä vähäiset tai olemattomat toimijuuden narratiiviset kuvaukset psykoterapiaprosessin alussa ovat kuitenkin tärkeitä (Toivonen,

2019), sillä ne voidaan nähdä välttämättöminä myöhemmälle toimijuuden rakentumiselle. Leiman (2012c) kuvaa tätä terapian alussa esiintyvää toimijuuden puutetta ja voimattomuuden tunnetta kuvaavaa asemoitumista objektiposition käsitteellä. Asiakkaan ollessa objektiposition ongelmansa nähden, hän käyttää tiettyjä haitallisia suojautumismekanismeja, jotka vahvistavat objektiposition pysymistä. Terapeutin tehtävänä onkin auttaa asiakasta kehittämään havaitsijaposition laatua erilaisten tekniikoiden avulla niin, että asiakas oppii tunnistamaan ja jäsentämään näitä suojautumismekanismeja, ja lopulta kykenee muuttamaan niitä. Tavoitteena on tätä kautta subjektiposition saavuttaminen.

Subjektipositionilla tarkoitetaan voimaantumista ja valinnanvapautta korostavaa suhdetta ongelmaan nähden (Leiman, 2012c), ja tätä kuvataan usein toimijuuden käsitteellä. Toimijuudella tarkoitetaan tunnetta omista mahdollisuuksista vaikuttaa omaan elämään ja päätöksiin (Holma, 1999; Valkonen, 2007). Toimijuus on tarkoituksellista tavoitteisiin suuntautunutta toimintaa, jossa ihmisen omilla päätöksillä ja toiminnalla on pitkälle suuntautuvia vaikutuksia (Lee, 2004). Toimijuus korostaa vastuuta omista teoista ja kykyä löytää vaihtoehtoisia tapoja toimia erilaisissa tilanteissa (Pulkkinen & Aaltonen, 2003; Valkonen, 2007). Toimijuuden tunteen saavuttaessaan ihminen siirtyy totutuista malleistaan uusien mahdollisuuksien omaksumiseen (White, 2008). Toimijuutta on tarkasteltu sekä yksilön sisäisenä olemassa olevana ominaisuutena, että sosiaalisesti vuorovaikutuksessa rakentuvana ilmiönä (Kurri, 2005; Virkki, 2004). Toimijuuden sosiaalisen näkökulman mukaan se rakentuu ja muokkautuu keskustelussa ja saa merkityksensä vuorovaikutuksessa, jonka kautta luodaan sosiaalista todellisuutta (Kurri, 2005). Tarkastelemme tutkimuksessamme toimijuutta tästä vuorovaikutteisesta näkökulmasta, sillä tutkimme miesten narratiivien muutoksia vuorovaikutteisessa prosessissa sekä terapeuttien että muiden ryhmäläisten kanssa. Omien kokemusten kertomuksellistaminen auttaa yksilöä hahmottamaan elämäänsä paremmin, jolloin tunne omista vaikuttamismahdollisuuksista voi kasvaa (Holma, 1999). Myös Angus ja McLeod (2004) korostavat asiakkaan kokemusten ja ajatusten ilmaisemisen narratiivisesti olevan tärkeässä roolissa toimijuuden tuottamisessa.

Muutoksen mahdollistuminen ja toimijuuden tunteen saavuttaminen vaativat aina asiakkaan aktiivista toimintaa ja osallistumista terapiaan (Bohart & Wade, 2013; Leiman, 2012c), minkä mahdollistaa luotettava ja toimiva yhteistyösuhde. Hyvään yhteistyösuhteeseen liittyy terapeutin kyky käyttää tekniikoitaan oikein ajoitettuna asiakkaan kehityksen tasoon ja valmiuteen ottaa vastaan toimenpiteitä, eli terapeutin on toimittava asiakkaan lähikehityksen vyöhykkeellä (Leiman, 2012b). Lev Vygotsky (1978) on määritellyt lähikehityksen vyöhykkeen oppimiseen liittyvänä alueena, johon kuuluu ihmisen todellisen kehityksen tason lisäksi potentiaalisen kehityksen taso, johon hänen on mahdollista yltää saadessaan apua muilta. Leiman (2012c) on soveltanut tätä psykoterapiakontekstiin, jossa lähikehityksen vyöhykettä voidaan pitää asiakkaan havaitsijaposition

tasona, jonka kehittämiseen terapeutti käyttää asiakkaan lähikehityksen vyöhykkeelle sopivia tekniikoita. Mikäli terapeutti menee liian pitkälle asiakkaan kehityksen tason ulkopuolelle ja käyttää toimenpiteitä, joita asiakas ei ole vielä valmis vastaanottamaan, on vaarana asiakkaan palautuminen haitallisiin suojautumismekanismeihin.



KUVIO 1. Leimanin (2012c) metamalli

1.4. Itsestä kerrotut kertomukset ja väkivalta

Tarkastelemme tutkimuksessamme tutkittaviemme itsestä kerrottuja kertomuksia, jotka viittaavat yksilön itsestään toisille kertomiin tarinoin. Tarinoiden kautta yksilö rakentaa kuvaa itsestään kokemusten ja niille annettujen merkitysten kautta, jotka ovat identiteetin perusta (Holma, 1999). Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa kuulijat voivat käyttää toistensa kertomuksia oman tarinansa tulkitsemiseen (Hänninen, 1999) ja yksilön itseen liittyvät kertomukset muuttuvatkin jatkuvasti (Anderson & Goolishian, 1992).

Erityisesti narratiivisuus korostuu terapiakontekstissa, sillä siinä yksilö antaa ongelmilleen merkityksiä tarinoiden muodossa (Anderson & Goolishian, 1992). Näin ollen muodostamalla uusia narratiiveja terapeutin kanssa voidaan saavuttaa toimijuus ja suhtautua tapahtumiin uudella tavalla (Anderson & Goolishian, 1992; Holma, 1999; Kurri, 2005). Itsenäisen

toimijuuden saavuttaminen vaatiikin ensin yhteisen, jaetun toimijuuden rakentamisen (Leiman, 2012c; White, 2008). Kurri (2005) painottaa tarinoiden uudelleen muokkautumisen merkitystä siihen, kuinka myös toimijuuteen liittyvä vastuun ottaminen rakentuu uudella tavalla kertomuksissa. Tämä voidaan nähdä tärkeänä erityisesti väkivaltaa käyttäneiden henkilöiden kohdalla, sillä vastuunotto omasta väkivaltaisesta käyttäytymisestä on keskeinen muutoksen mahdollistava tekijä (Dobash ym., 2000; Holma ym., 2006).

Kun väkivaltaa käyttäneiden miesten kertomuksia väkivallasta on tutkittu, niiden on huomattu olevan ristiriitaisia (Dobash ym., 2000; Holma ym., 2005; Kapanen, 2005). Vaikka miehet ovat puheessaan tuominneet yleisesti naisiin kohdistetun väkivallan, oma väkivaltainen käytös kumppania kohtaan on jollain tasolla hyväksytty (Dobash ym., 2000; Kapanen, 2005). Nyqvist (2001) on selittänyt ilmiötä sillä, että kun omaa toimintaa ei voida sisäistää omaan moraalikäsitkseen, toiminnalle pyritään löytämään hyväksyttävä syy ristiriidan hävittämiseksi. Väkivallan tekijöiden kertomusten onkin huomattu koostuvan väkivallan oikeuttamisesta, ulkoistamisesta ja kieltämisestä (Hearn, 1998). Nämä keinot voidaan nähdä väkivaltaa käyttäneiden miesten puolustusmekanismeina sille, että omaa syyllisyyttä on vaikeaa sietää (Nyqvist, 2001). Vaikeasti kohdattavien tunteiden vuoksi väkivaltaiset teot ovat vaikeita siirtää omaan minäkuvaan ja tarinaan omasta elämästä (Holma ym., 2005). Husso (2003) korostaakin, että vaikka ihmisellä on taipumus tuottaa itsestään yhtenäisiä tarinoita, ne voivat olla myös ristiriitaisia ja katkonaisia. Väkivalta onkin usein kuvattu miesten kertomuksissa erillisiksi sattumuksiksi, jotka eivät määrittele miestä väkivaltaiseksi (Hearn, 1998; Nyqvist, 2001).

Väkivalta saatetaan kieltää kokonaan tai sen voimakkuutta ja vaikutuksia vähätellä (Hearn, 1998). On myös huomattu, että puheessaan miehet pohtivat käyttämänsä väkivallan sijaan enemmän väkivallan syitä, ja he tarkastelevat näitä itsensä ulkopuolelta (Nyqvist, 2001). Väkivaltaa on huomattu selitettävän muun muassa traumaattisen menneisyyden ja väkivallan luonnollisuuden kautta (Ajo & Grönroos, 2005) sekä päihteiden käytöllä ja psyykkisellä pahoinvoinnilla (Hearn, 1998). Väkivaltaa on selitetty miesten kertomuksissa myös itsehillinnän puutteella väkivaltaan johtaneissa tilanteissa (Partanen ym., 2006). Hearnin (1998) mukaan käyttämällä erilaisia selitystapoja tekijä myöntää käyttämänsä väkivallan vääryyden, mutta ei ota tästä vastuuta itselleen, vaan ulkoistaa sen. Väkivallan oikeuttamisen kohdalla taas vastuu väkivallasta hyväksytään, mutta ei siihen liittyvää moraalisuusmoitetta. Väkivallan oikeuttaminen näkyy miesten kertomuksissa usein puolison syyllistämisenä (Dobash ym., 2000; Nyqvist, 2001). Naista syytetään väkivaltaan provosoivasta käyttäytymisestä (Kapanen, 2005; Partanen & Holma, 2002), jolloin myös naisen ajatellaan olevan vastuussa tapahtuneesta väkivallasta (Kapanen, 2005). Miesten kertomuksissa naisten riitely kuvataan usein henkisenä väkivaltana, johon on oikeus vastata käyttämällä väkivaltaa

(Partanen & Holma, 2002). Nyqvist (2001) huomasikin tutkimuksessaan, että miehet kokivat usein riitatilanteet puolison kanssa nöyryyttävinä, jolloin omaa valta-asemaa vahvistettiin käyttämällä väkivaltaa.

Erilaiset selitykset väkivallan teoille eivät ole toisistaan erillisiä, vaan samassa kertomuksessa niitä voi esiintyä useampia samaan aikaan (Ajo & Grönroos, 2005; Hearn, 1998). Niille kaikille yhteistä on se, ettei omaa väkivaltaisuutta täysin tunnusteta (Nyqvist 2001). Miesten käyttämät selitysmallit rajaavat heidän toimijuuttaan, sillä käyttäytymisen hallinta on luovutettu oman itsen ulkopuolelle (Partanen & Holma 2002). Alasaarela (2005) huomasikin tutkimuksessaan, että ryhmäintervention alussa kaikki miehet näyttäytyivät kertomuksissaan itselleen olosuhteiden uhreina ja heidän toimijuuttaan kuvasi passiivisuus. Myös Nyqvist (2001) havaitsi tutkimuksessaan väkivaltaa käyttäneiden miesten voimattomuuden tunteen käyttämänsä väkivaltaa kohtaan. Hearn (1998) on kuvannut tällaisten kertomusten aktiiviseksi toimijaksi itse väkivallan, joka saa väkivallan tekijän toimimaan. Tällöin väkivalta vain tapahtuu, eikä yksilöllä ole muita vaihtoehtoja tilanteessa. Väkiältä voidaan irrottaa itsestä myös muodostamalla kaksi erilaista minuutta, väkivaltaa käyttävä minä ja väkivaltaa käyttämätön minä. Väkiältä käyttäneiden miesten kertomuksissa väkivaltaa käyttävä minä toimi hallitsemattomasti menneisyydessä ja väkivallaton minä puhui aktiivisena ja vastuullisena toimijana nykyisyydessä. Oma väkivaltainen minä etäännytetäänkin oman nykyisen itsen ulkopuolelle.

Kuten Goffman (1959) on esittänyt, ihmisellä on pyrkimys välittää itsestään sosiaalisessa ympäristössä haluamiaan vaikutelmia. Nyqvist (2001) on kuitenkin huomannut, että ryhmässä, jossa kaikki osallistujat ovat jakaneet samanlaisia väkivaltaisia kokemuksia itsestään, väkivallasta avoimesti puhuminen on ollut osallistujille helpompaa. Muiden vertaisten läsnäololla näyttääkin olevan merkitystä oman väkivaltaisen käyttäytymisen ymmärtämisessä (Holma ym., 2006). Tätä edesauttavat muiden selitysten kuuleminen ja omien selitysten suhteuttaminen niihin ja tämä muuttunut ymmärrys välittyy myös muille osallistujille (Daniels & Murphy, 1997; Holma ym., 2005). Vertaistuen on huomattu myös auttavan oman syyllisyyden kestämisessä, jolloin väkiältä pystytään tunnustamaan helpommin (Nyqvist, 2001). Miehet ovat kuvanneet, että jopa pelkkä mielikuva ryhmästä ja siellä keskustelluista vaihtoehtoisista toimintamalleista ovat auttaneet toimimaan eri tavalla tilanteissa, joissa mies on aikaisemmin käyttänyt väkivaltaa (Sveins ym., 2000). Ryhmä voi tarjota turvallisen ilmapiirin miehille jakaa kokemuksiaan ja tunteitaan myös laajemmin (Daniels & Murphy, 1997), ja erityisesti ryhmämuotoinen hoito voi tarjota mahdollisuuden kokea emotionaalista yhteyttä muiden osallistujien kanssa (Jennings & Murphy, 2000).

On otettava huomioon, että ryhmässä osallistujat voivat myös haitallisesti tukea toistensa selitystapoja väkivallalle. Vaarana on uhria syyllistävän ilmapiirin vakiinnuttaminen

selitysmalliksi (Holma ym., 2006), tai väkivallasta ja sen muodoista saadun tiedon väärinkäyttö kumppanin satuttamiseen (Hearn, 1998). Onkin tärkeää, että ryhmäinterventioon osallistujat arvioidaan ja valitaan tarkoin, sekä keskitytään omien valintojen merkitykseen väkivaltaisessa käyttäytymisessä ulkopuolisten tekijöiden syyttämisen sijaan (Holma ym., 2006). Ryhmäinterventioissa on näin ollen otettava huomioon myös muiden ryhmäläisten osallisuus yksilöiden psykoterapeuttisessa muutoksessa.

1.5. Tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, minkälaisia kertomuksia tutkimushenkilöt itsestään tuottavat väkivaltaan liittyen ja miten ne muuttuvat Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäinterventio aikana. Tutkimuksemme taustateorianä toimii Leimanin (2012) metamalli, jossa tarkastellaan itsehavainnoinnin kehittymistä keskeisenä psykoterapeuttisena muutostekijänä. Kiinnostuksen kohteena onkin, siirrytäänkö tutkittavien kertomuksissa voimattomuuden ja hallitsemattomuuden tunteesta (objektipositio) toimijuuteen (subjektipositio) ja millä tavalla tämä tapahtuu. Lisäksi tarkastelemme muiden ryhmäläisten osallistumista tutkittavien kertomuksiin. Tutkimusongelmaa lähestymme seuraavien tutkimuskysymysten avulla:

1. Millaisia kertomuksia miehet tuottavat väkivaltaan liittyen elämänsuhteestaan suhteessa omiin valinnanmahdollisuuksiin ja muutosmahdollisuuteen, ja miten kertomukset muuttuvat ryhmän aikana?
2. Millä tavalla muut ryhmäläiset osallistuvat miesten kertomuksiin?

2. MENETELMÄT

2.1. Tutkimusaineisto ja tutkittavat

Tämän tutkimuksen aineisto koostui Jyväskylän Vaihtoehto väkivallalle -ohjelman videoituista ryhmäistunnoista. Ohjelman toiminta on aloitettu vuonna 1996 yhteistyössä kriisikeskus Mobilen ja Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimusclinikan kanssa, ja se on tarkoitettu lähisuhdeväkivaltaa käyttäneille miehille (Sveins ym., 2000). Vaihtoehto väkivallalle -ohjelma on ottanut mallia toiminnassaan Oslossa vuonna 1987 perustetusta Alternativ til Våld (ATV) -klinikalla tehdystä työstä väkivaltaa käyttäneiden miesten kanssa (Holma ym., 2006). Ohjelmaan kuuluvat kriisikeskus Mobilen toimintamallit väkivaltaa kokeneelle naiselle ja väkivaltaa käyttäneelle miehelle, viranomaisverkoston muodostaminen sekä väkivaltaa käyttäneiden miesten ryhmät (Holma ym., 2005). Nykyisin ryhmiin on otettu myös väkivaltaa käyttäneitä naisia. Ohjelman lähtökohtana on näkemys väkivallasta vallankäyttönä, ja tavoitteena onkin, että väkivallan tekijät tunnistaisivat oman väkivaltaisen käyttäytymisensä sekä sen seuraukset, ottaisivat vastuun omasta käyttäytymisestään ja omaksuisivat vaihtoehtoisia tapoja toimia väkivallan sijaan (Holma & Partanen, 2002). Ohjelma perustuu profeministiseen (Partanen ym., 2010) ja koulutukselliseen näkökulmaan, mutta käyttää myös yksilöllisempiä psykoterapeuttisia lähestymistapoja (Säävälä ym., 2006). Ryhmätapaamisissa ei ole käytössä selkeää rakennetta läpikäytävillä teemoilla, vaan aiheet määräytyvät suurimmaksi osaksi osallistujien omien kertomusten mukaan (Holma ym., 2005).

Väkivaltaa käyttäneiden hoitokontakti alkaa ensin yksilökäynneillä Mobilessa, jonka jälkeen heillä on mahdollista osallistua Psykoterapian opetus- ja tutkimusclinikalla järjestettävään ryhmään (Holma ym., 2005). Ryhmän vetäjät valitsevat ryhmään osallistujat haastattelun perusteella, jossa arvioidaan heidän motivaatiotaan ja haluaan muuttaa käyttäytymistään (Sveins ym., 2000). Ohjelmaan osallistumiseen ei liity laillista pakkoa, joten se on kaikille osallistujille vapaaehtoista (Holma ym., 2005). Ryhmässä aloittaessaan osallistujat sitoutuvat käymään ryhmässä 15 kertaa, mutta koska ryhmät ovat puoliavoimia, osallistujien on mahdollista jatkaa ryhmässä käymistä näiden kertojen jälkeenkin (Holma ym., 2006). Tällä hetkellä ryhmiä on kaksi, joista toisessa ryhmäläiset tapaavat kerran viikossa ja toisessa ryhmässä kerran kahdessa viikossa. Ryhmäistuntojen kesto on noin 1,5 tuntia ja niissä on mukana joko kaksi miesvetäjää tai yksi mies- ja yksi naisvetäjä.

Valitsimme tutkittaviksemme kaksi ryhmään osallistunutta miestä, jotka kävivät osin samaan aikaan hoitoryhmässä 2000-luvulla. Miehet valittiin tutkimukseen sen perusteella, että heidän tarinansa ryhmän aikana erosivat monella tapaa toisistaan, minkä katsottiin olevan hyödyksi

tutkimuksessamme. Tutkittavien nimet ja muut tunnistetiedot pseudonymisoitiin ja kutsuimme tutkittavia miehiä Eeroksi ja Kariksi. Molemmat olivat hakeutuneet ohjelmaan kotona tapahtuneen väkivaltaisen tilanteen jälkeen ja olivat eroamassa puolisoistaan. Molemmilla tutkittavista oli lapsia. Eero kävi ryhmässä noin 2,5 vuotta ja tutkimusaineistomme sisälsi Eerolta 13 eri istuntoa tältä ajalta. Kari osallistui ryhmään noin 1,5 vuoden ajan ja tutkimusaineistomme sisälsi Karilta 12 eri istuntoa tältä ajalta. Molemmat tutkittavat olivat antaneet kirjallisen suostumuksen ryhmän videointiin ja tämän materiaalin käyttämiseen tutkimustarkoitukseen Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimuslinikalla.

2.2. Narratiivinen lähestymistapa ja analyysi

Tutkimustamme on ohjannut narratiivinen lähestymistapa, jossa ollaan kiinnostuneita kertomuksista tiedon ja todellisuuden muodostajina (Heikkinen, 2018). Narratiivisen lähestymistavan mukaan ihmiset muodostavat jatkuvasti kokemuksistaan kertomuksia, joiden mukaan tapahtumille annetaan merkityksiä (Holma, 1999). Psykoterapiakontekstissa asiakas muodostaa elämästään kertomuksia ja keskustelee näistä yhteistyössä terapeutin kanssa (Holma, 2001), joten narratiivisen tutkimustavan voitiin katsoa sopivan hyvin tutkimusaineistoomme terapeuttista lähestymistapaa käyttävässä ryhmäinterventiossa. Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitystä kertomusten muodostamisessa interventioon lisäävät myös ryhmän muut osallistujat. Narratiivisessa terapiassa hyödynnetyn yleisönäkökulman mukaan muilla kertomuksen kuulijoilla on merkitystä oman elämäntarinan jäsentämisessä, sillä kuulijat voivat tarjota uusia näkökulmia tarinaan rikastuttaen ja laajentaen sitä (Payne, 2006). Kuulijoiden läsnäolo velvoittaa kertojaa liittämään tarinan osaksi omaa elämäänsä laajemmin myös terapiakontekstin ulkopuolelle. Tutkimuksemme toisena viitekehyksenä voidaankin pitää sosiaalisen konstruktionismin näkökulmaa, jonka mukaan kertominen ja todellisuus maailmasta muodostuu yhteisessä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa (Gergen, 1999; McLeod, 2001). Ihmiset valitsevat kertomuksilleen sosiaalisessa ympäristössä tarjolla olevia jäsenyyksiä, joihin ihmisten välinen ymmärrys perustuu (Holma, 1999).

Tutkimuksessamme narratiivisuus kuvaa tutkimusaineistomme luonteen lisäksi myös sen analyysitapaa. Narratiiviset aineiston tarkastelutavat ovat laadullisia tutkimusmenetelmiä, ja ne voidaan jakaa narratiivien analyysiin sekä narratiiviseen analyysiin (Polkinghorne, 1995). Käytimme tutkimuksessamme menetelmänä narratiivista analyysia. Narratiivisessa analyysissä aineiston eri osat, kuten kuvatut tapahtumat, yhdistetään yhdeksi kokonaiseksi tarinaksi, jolloin juoni antaa

tapahtumille merkityksen (Polkinghorne, 1995). Tutkimus on holistista ja retrospektiivistä, jolloin mitä tahansa yksittäisiä tapahtumia tarkastellaan suhteessa tutkimuksessa syntyvään kokonaistarinaan (Lieblich ym., 1998; Polkinghorne, 1995). Polkinghornen mukaan narratiivisella analyysillä pyritään vastaamaan siihen, kuinka tarinan lopputulemaan päädyttiin ja ymmärtämään yksilön toimintaa tämän sosiaalisessa ympäristössä. Analyysille kaikki kerätty aineisto ei kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista, vaan tarkoitus on valita juonen kulun kannalta muodostuvaan tarinaan sille merkitykselliset tapahtumat. Narratiivisessa analyysissä tarvitaan hermeneuttisen kehän mukaista tulkintaa, jossa juonta rakennetaan tarinan osista, mutta myös samalla tarinan osille saadaan uusia merkityksiä juonen antaman kehyksen avulla (Hänninen, 1999; McLeod, 2001; Polkinghorne, 1995).

2.2.1. Narratiivit ja kertomukset

Narratiivin, tarinan ja kertomuksen käsitteitä on tutkimuskirjallisuudessa käytetty monin eri tavoin ja niiden merkitys vaihtelee myös tieteenaloittain (Riessman & Speedy, 2007). Narratiivi, eli tarina määritellään usein tapahtumien sarjana (McLeod, 1997), jossa on alku, keskikohta ja loppu (Hänninen, 1999; White & Epston, 1990). Lisäksi Gergen ja Gergen (1988) ovat esitelleet viisi ominaisuutta, jotka ovat tärkeitä ymmärrettävän tarinan muodostumiselle erityisesti länsimaisessa kulttuurissa. Heidän mukaansa tarinalla täytyy olla jokin tavoite, eli tavoiteltu lopputulema. Tarinaan valitaan lopputuleman kannalta merkittävät tapahtumat ja niiden esittämisessä on jokin tarkoituksellinen järjestys, useimmiten ajanmukaisesti etenevä. Lisäksi tarinan tapahtumat nähdään syysuhteisina, joten ne tulisi liittää toisiinsa niiden syysuhteita mukaillen. Viimeisenä tarinasta tulisi myös ilmetä sen alku- ja loppupiste.

Käytimme tutkimuksessamme tarinan ja narratiivin käsitteitä synonyymeina, mutta kertomuksen ja tarinan käsitteillä on tietynlainen eroavaisuus (Heikkinen, 2018), ja näemmekin tutkimuksemme kannalta tärkeänä erottaa ne toisistaan. Tarinalla tarkoitetaan kuvausta tapahtumien kulusta (Heikkinen, 2018), eli juonellista tapahtumia yhdistelevää kokonaisuutta (Hänninen, 1999). Kertomus taas on tapa, jolla tarinaa voidaan kuvata, eli se on tarina esitetyssä muodossa (Heikkinen, 2018; Hänninen, 1999). Erilaisia kertomuksen esitystapoja kuvaa kerronnallisen diskurssin käsite (Heikkinen, 2018), joka on esimerkiksi meidän tutkimuksessamme ryhmäinterventiossa tapahtunut suullisesti osallistujien välillä. Vaikka tarinalle onkin ominaista syysuhteinen ja ajallinen tapahtumien järjestys, voidaan se kertoa missä tahansa järjestyksessä (Heikkinen, 2018). Tutkimuksessamme on erotettavissa myös lyhyen aikavälin, esimerkiksi yhtä tapahtumaa kuvaavia tarinoita, sekä pidempiä,

lyhyitä yksittäisiä tarinoita sisältäviä muutostarinoita. Kuvaamme näitä Gergenin ja Gergenin (1988) makro- ja mikronarratiivien käsitteillä. Makronarratiivilla viitataan pitkän aikavälin tarinaan, johon kuuluu pienempiä mikronarratiiveja, eli yksittäisiä tapahtumakuvauksia. Makronarratiivi voidaan nähdä eräänlaisena elämäntarinana, jolla on suuri merkitys sen kannalta, miten siihen kuuluvat mikronarratiivit rakennetaan, ymmärretään ja liitetään elämäntarinan (Gergen & Gergen, 1988).

Lisäksi tutkimuksellemme tärkeä käsite on itsestä kerrotut kertomukset, jotka viittaavat yksilön itsestään toisille kertomiin tarinoihin. Kun ihminen järjestää oman elämänsä kokemukset ja tapahtumat tarinan muotoon, hän kykenee ymmärtämään niiden merkityksiä paremmin ja muodostamaan yhdenmukaisen kuvan itsestään ja ympäristöstään (White & Epston, 1990). Yhdenmukaisuuden tunne itsestä muodostuu siitä, että ihminen pystyy liittämään menneisyytensä tapahtumat omaan elämäntarinan (Gergen & Gergen, 1988), sekä tulkitsemaan tulevia tapahtumia (White & Epston, 1990). Kulttuuri ja sen tarjoamat mallit ohjaavat sitä, miten tarinoita rakennetaan ja miten on hyväksyttävää kertoa tiettyjä tarinoita itsestään (Bruner, 1990; White & Epston, 1990). Kulttuurin tarjoamat mallit muodostuvat ongelmallisiksi silloin, kun oman elämän kokemuksia on vaikea liittää kulttuurin tarjoamiin tarinoihin (Osatuke ym., 2004), tai silloin, kun yksilö ei halua samaistua tiettyyn sosiaaliseen ryhmään (Ochs & Capps, 2001). Olemmekin kiinnostuneita siitä, miten tutkimushenkilöidemme kertomuksiin itsestä vaikuttavat muut ryhmäläiset sekä kulttuuriset mallit.

2.2.2. Juonentaminen ja tarinatyyppit

Bruner (1990) korostaa, että tarinan pääasiällisin ominaisuus on sen luontainen järjestys, sillä tarinan ainesosat, kuten tapahtumat ja niissä toimivat ihmiset eivät itsessään ole merkityksellisiä. Eri tapahtumat saavatkin narratiivisen merkityksensä silloin, kun ne liitetään tarinan kokonaisuuteen, eli juoneen (Bruner, 1990; Polkinghorne, 1995). Juonen avulla on mahdollista vetää yhteen kaikki tarinan ainesosat niin, että niistä muodostuu yhtenäinen tavoitteeseen suuntautunut kokonaisuus (Polkinghorne, 1995). Tällöin tarinan määritelmälle on tärkeää erityisesti sen kokonaisuuden ymmärtäminen ja tätä kautta eri tapahtumille merkityksen löytäminen tarinan juonen avulla.

Muodostimme oman juonellisen makronarratiivin molempien tutkimushenkilöidemme kehityksestä suhteessa Leimanin taustateoriaan. Näitä makronarratiiveja kutsumme kehityskertomuksiksi, joiden rakentamiseen valitsimme kokonaisuuden kannalta merkityksellisiä mikronarratiiveja. Tarinan juoni on yhteydessä sen onnistuneeseen tai epäonnistuneeseen

lopputulokseen, mutta merkityksellistä on myös sen päähenkilön kehittyminen ja muutos (Hänninen, 2018). Onkin olemassa tiettyjä kulttuuriin sidottuja tarinatyyppejä, joiden avulla yksilön on mahdollista ymmärtää omaa elämäntarinaansa (Hänninen, 1991; McLeod, 1997). Frye (1957) on esitellyt länsimaisessa kulttuurissa tyypillisimmät tarinatyypit: romanssi, komedia, tragedia ja satiiri. Esimerkiksi romanssi on eräänlainen sankaritarina, sillä tarinassa keskeistä on erilaisten vaikeuksien kautta voittoon pääseminen. Tragediassa päähenkilön alkutilanteen suhde lopputulemaan on päinvastainen; hän epäonnistuu saavutuksissaan. Campbellin (1966) ”sankarimyytissä” on Fryen romanssin kaltaisia ominaisuuksia ja vaiheita, sillä se kuvaa sankarillista päähenkilöä, joka lopulta voittaa monista vastoinkäymisistä huolimatta. Vaikka onkin olemassa yleisesti määriteltyjä tarinatyyppejä, ne ovat aina sidoksissa kontekstiinsa ja muotoutuvat sen mukaisesti (Hänninen, 2018).

Kaikille tarinatyypeille yhteistä on niiden tarinan eteneminen jotakin tiettyä tavoitetta kohti, vaikka lopputulema voikin olla joko tavoitteen saavuttaminen tai siinä epäonnistuminen (Gergen & Gergen, 1988). Gergen ja Gergen kuvaavat tarinatyyppeiden voivan sisältää kolmea erilaista narratiivin muotoa, joiden mukaan juoni kehittyy. Stabiilissa narratiivissa tapahtumat liittyvät toisiinsa niin, että yksilö pysyy muuttumattomana. Progressiivisessa narratiivissa päähenkilö lähestyy päämääräänsä, kun taas regressiivisessä etäännyttyä siitä. Joidenkin tarinatyyppeiden juonta kuvaa ainoastaan yksi narratiivin muoto, mutta joihinkin voi sisältyä kaikkia muotoja. Erilaisista tilanteista onkin olemassa mallitarinoita, joissa hahmotetaan yleisesti sitä, miten tilanteen kuuluisi edetä ja miten päähenkilön tulisi toimia (Hänninen, 1999). Olemmekin tutkimuksessamme kiinnostuneita siitä, miten tutkittaviemme kehityskertomusten juoni etenee suhteessa käyttämämme taustateorian antamaan tietynlaiseen mallitarinaan.

2.3. Aineiston analysointi McLeodin ja Balamoutsoun menetelmällä

Käytimme aineistomme analysoimiseen McLeodin ja Balamoutsoun (2001) narratiivista analyysimenetelmää soveltaen sitä tutkimuksemme tarkoitukseen. Sitä ei ole aikaisemmin hyödynnetty ryhmäkontekstissa. Menetelmä on kolmivaiheinen ja jokainen vaihe sisältää monia eri osia, joista olemme hyödyntäneet oman tutkimuksemme edellyttämiä ja siihen sopivia vaiheita.

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa on tarkoitus tutustua aineistoon kokonaisuutena ja hahmottaa sen rakennetta ja merkityksiä. Ensimmäiseksi tutustuimme Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäinterventio istunnoista tallennettuihin videoihin tietyiltä vuosilta ja valitsimme ryhmästä kaksi osallistujaa tutkimushenkilöiksemme. Halusimme valita hoitoprosesseiltaan mahdollisimman

erilaiset henkilöt, jotta taustateoriamme tutkiminen onnistuisi monipuolisesti. Valittuamme kaksi tutkittavaa, kartoitimme ajanjaksot, jolloin he olivat käyneet ryhmässä ja valitsimme molemmilta tutkittavilta sopivin väliajoin suhteutettuna mahdollisimman monta tapaamiskertaa katsottavaksi. Lopullinen aineistomme koostui yhteensä 25:stä 1,5 tunnin videotallenteesta. Keskityimme ensin analysoimaan Eeron muutosprosessin alusta loppuun, minkä jälkeen teimme samoin Karille. Ensin litteroimme vapaasti istunnoista tutkittavamme puheen sekä muiden ryhmäläisten kommentit tämän kertomukseen liittyen. Tämän jälkeen identifioimme tutkittavan puheesta kaikki tämän kerronnassa esiintyvät tarinat ja samalla tunnistimme kertomuksista aiheita, jotka toistuivat koko ryhmäintervention ajan. Seuraavaksi valitsimme tarinoista tarkemmin analysoitavaksi tarinat, joilla oli näkemyksemme mukaan merkitystä tutkittavan muutosprosessiin taustateoriamme ohjaamana.

Analyysin toisessa vaiheessa, eli mikroanalyysissa, pyritään ymmärtämään tiettyjä terapeutisia tapahtumia ja prosesseja. Valittuamme tarinat, syvennyimme tarkastelemaan niihin liittyviä merkityksiä muutosprosessin juonen ja lopputuloksen kannalta. Taustateoriamme mukaan tutkimme tarinoiden toimijuuteen liittyviä positioita ja itsehavainnoinnin tasoa. Tunnistimme tarinoista myös kulttuurisesti muodostettuja narratiiveja, sillä huomasimme näillä olevan merkitystä väkivallan käsittelyyn koko ryhmässä. Valitsimme tutkittavamme kertomuksista kokonaisjuonen kannalta tärkeitä puheenvuoroja, jotka litteroimme osaksi kehityskertomusta. McLeod ja Balamoutsou suosittelevat mallissaan litteroidun tekstin muuttamista stanza-muotoon, eli tekstin esittämistä runon säkeinä. Tämä ei kuitenkaan mielestämme tuonut lisäarvoa tutkimuksemme kannalta, vaan halusimme esittää puheenvuorot samassa muodossa, kuin ne kerrottiin. Poistimme kuitenkin litteraatioista täytesanat, toistot, kesken jääneet tavut sekä yksittäiset äännähdykset, sillä olimme kiinnostuneita vain puheen asiasisällöstä. Litteraatioiden tapaamiskerrat numeroitiin sen mukaan, monennestako katsomastamme tapaamisesta se oli otettu. Osana analyysia tutkimme toista tutkimuskysymystämme varten myös muiden ryhmäläisten merkitystä tutkittavan hoitoprosessin etenemiseen. Tarkastelimme ryhmäläisten kommentteista erilaisia osallistumisen tapoja, joilla oli näkemyksemme mukaan vaikutusta tutkittavan kertomusten kehittymiseen. Jaottelimme muiden ryhmäläisten kommentit ja keskustelut sen mukaan, millaisin tavoin he olivat mukana muodostamassa tutkittavan muutosprosessia.

Analyysin viimeisessä vaiheessa esitetään löydökset ja niistä muodostetaan yhtenäinen kokonaisuus. Toteutimme tämän juonentamalla molempien tutkimushenkilöiden muutosprosessit ja tutkimuksemme tuloksena muodostimmekin tutkittavien mikronarratiiveista uudet koko prosessia kuvaavat kehityskertomukset. Jäsensimme juonentamista taustateorian avulla jakamalla kehityskertomukset objekti-, havaittaja- ja subjektipositioiden mukaan. Lisäksi muodostimme erilliset tarinat ryhmäläisten osallistumisesta tutkittavien kertomuksiin. Analyysimenetelmässä

huomioitavaa on se, että sen eri vaiheet limittyvät toisiinsa, eli niitä voidaan toteuttaa samanaikaisesti ja niiden välillä voidaan siirtyä edestakaisin palaamalla myös taaksepäin analyysissä. Katsoimmekin tutkittaviemme videotallenteita useasti läpi joka analyysin vaiheessa, ja tutkimuksen tulokset muokkautuivat analyysin aikana vähitellen. Tutkittavien kokonaistarina ohjasi valitsemaan sille merkityksellisiä mikrotarinoita, mutta mikrotarinat myös samalla muokkasivat käsitystämme kokonaistarinaa. Toteutimme tutkimuksemme parityönä, joten pystyimme vertailemaan tekemiämme havaintoja ja tulkintoja tarinoista. McLeod ja Balamoutsou korostavatkin useamman tutkijan ja lukijan tärkeyttä aineistosta tehtyjen tulkintojen muodostamisessa.

3. TULOKSET

Esittelemme analyysimme tulokset ensin kokonaisuudessaan ensimmäiseltä tutkimushenkilöltä, ja sitten toiselta. Esittelemme molemmilta miehiltä erikseen heidän juonelliset kehityskertomuksensa intervention ajalta, sekä millä tavalla muut ryhmäläiset osallistuivat niihin.

3.1. Eeron tarina: Myöntäminen avaimena muutokseen

Eero oli hoidon aikaan 35–45-vuotias työssäkäyvä mies, jolla oli vaimo ja peruskouluikäisiä lapsia. Eero tuli ryhmään noin kolme kuukautta aiemmin olleen riitaisen viikonlopun jälkeen, jolloin hän oli uhannut lyödä vaimoaan. Riidan jälkeen hän oli ollut asumuserossa vaimonsa kanssa ja nähnyt lapsiaan sovituisissa tapaamisissa. Eero tuli ryhmään kriisikeskus Mobilen kautta ja oli tätä ennen käynyt aikaisemmin terapiassa.

3.1.1. Objektipositio

Ryhmäintervention alussa Eeron voitiin nähdä olevan kerronnassaan objektipositiossa ongelmaansa nähden. Ensimmäisessä tapaamisessa Eero kertoi, että oli tullut ryhmään, koska oli uhannut lyödä vaimoaan. Hän selitti tätä ulkoisilla tekijöillä mainiten vähäisen vapaa-ajan ja stressin. Eeron kertomuksessa tapahtumat tapahtuivat ilman toimijaa, hänen kuvaten riitatilannetta: *“meni homma vähä huutamiseksi siinä”*. Lisäksi hän koki tilanteen seuraukset epäoikeudenmukaisina ja hieman naurettavina. Hän koki, että myös vaimo oli syyllinen tapahtumiin. Eero näytti suhtautuvan tilanteeseen ja väkivallalla uhkaamiseen vähätellen ja oikeuttaen käyttämäänsä väkivaltaa, ottamatta siitä täyttä vastuuta. Toisena merkittävänä tapahtumana Eero kertoi tilanteen, jossa hän oli suuttunut lapselleen ja haukkunut tätä. Tässäkin tarinassa näkyi toimijan puuttuminen, sillä hän kuvasi, että haukkumista ja syyttämistä vain on ja vihaa sekä ristiriitatilanteita vain tulee jostakin. Hän koki vihan tunteensa olleen tilanteessa niin voimakkaana, ettei pystynyt sitä itse hallitsemaan. Tarinan kuvailussa näkyi objektiposition mukaisesti ajatus siitä, että vaikuttamismahdollisuuksia omaan käyttäytymiseen ei ollut. Eero koki käyttäytymisensä syynä olleen työssä vallinnut väkivaltaista käyttäytymistä normalisoiva kulttuuri, sekä lapsuuden kasvatuksesta ja kokemuksista siirtyneet

toimintamallit. Eero kuitenkin halusi saada apua vihan hallintaan, jotta ei kokisi itseään voimattomaksi tilanteissa.

1. tapaaminen

00:56:51–00:58:02

Jonkun verran tunnistan, että sielä on sitä mikä sen vihan laukasee, esimerkiks siel on sitä pelkoo taustalla. Ja sitte sitä vihaa on siellä lapsuudessa, ollu semmosia kokemuksia, mitkä on jääny sinne semmosena, että se reaktio tulee jostaki muualta, et se ei oo enää siihe tilanteeseen realistinen. Et se tulee voimakkaamana se viha ja se ittesä ilmasemine. Et sitä aina tärähtelee välillä sitte ku joku osuu niihi miinoihi tietämättä mitä on ne haavat ittellä. Sillai sitä joteki aatellu, että on siinä aika voimaton sen eessä. Katotaa, mitä tulee, että kyl se tietysti on vähä semmosta, ettei se oma vihan hallinta oo ihan hanskassa, että jos siihe sit jotai sais.

Ensimmäisten kahden kuukauden aikana Eero kuvaili vaimonsa uhkaustilannetta sekä tilannetta, jossa oli suuttunut lapselleen yhä vähätellen ja selittäen näitä ulkoisten tekijöiden vaikutuksista johtuvina. Eero näki edelleen tilanteessaan epäoikeudenmukaisuutta itseään kohtaan ja piti saamiaan seurauksia ylireagointina. Hänellä näytti olevan vaikeuksia täysin erottaa negatiivisten tunteiden kokemista siitä, kuinka niihin käyttäytymisen tasolla päättää reagoida. Tässä näkyi yhä itsensä hallitsemattomuuden kokemus ja vaikeus tehdä aktiivisia valintoja sen suhteen, miten tilanteissa toimii.

Eero kertoi myös tilanteista, joissa oli ollut jo aikaisemmin väkivaltainen lapsiaan kohtaan. Hän myönsi, että ei ollut toiminut oikein, mutta vähätteli tekojen vakavuutta ja vetosi siihen, että ”*jokainen on tehnyt virheitä*”. Hän suhteutti tapahtumaa hänelle itselleen lapsuudessa tapahtuneeseen väkivallan tekoon, ja koki omista teoistansa johtuvat seuraukset kohtuuttomina. Hän perusteli tätä sillä, että hänen lapsuudessaan seuraukset eivät olleet olleet samanlaiset. Lapsuutensa kokemusten ja työkuultuurin vuoksi Eero ajatteli aikaisemmin hänen kokemansa väkivallan olleen hänen oma syynsä, mutta ymmärsi myöhemmin, että syy oli väkivallan tekijän. Havainnostaan huolimatta hän ei kuitenkaan täysin havainnut tätä tekijän vastuuta itsessään. Hän kuvasikin, että lapsuuden kokemuksista johtuva viha siirtyy tilanteisiin rajuina reaktioina. Tällaiseksi tilanteeksi hän kuvasi jalkapalloharjoituksissa tapahtuneen tilanteen, jossa oli puolustanut perheenjäsentään väkivaltaisesti. Tapahtuneen taustalta hän tunnisti keinottomuuden puuttua tilanteeseen rakentavalla tavalla lapsuudesta opittujen mallien takia. Hän näki nämä mallit ongelmallisina, mutta ei kyseenalaistanut niitä omassa toiminnassaan. Hän kertoi, että oli tehnyt tietoisin päätöksen puuttua tilanteeseen, mutta oli jälkeinpäin ihmetellyt, miten oli päätyntä käyttäytymään väkivaltaisesti. Vaikka tarinassa Eero kuvasikin tehneensä tietoisin päätöksen, hänen käyttäytymistään kuvasi hallinnan tunteen puute. Jälkeinpäin hän kuitenkin tunnisti, kuinka hänen olisi pitänyt toimia.

Eero pohti myös ryhmän toimivuutta ja hyödyllisyyttä omalla kohdallaan. Hän kuvasi haluaan pohtia käyttäytymisensä taustalla vaikuttavia asioita, mutta ei silti kokenut ainoastaan näistä puhumisesta olevan hänelle hyötyä. Vaikka Eero ilmaisi halunsa muuttua ja koki käyttäytymisestään syyllisyyttä, hän näytti olevan vielä asemoitunut ongelmalliseen käyttäytymiseensä nähden objektiposition mukaisella tavalla. Tästä asemoitumisesta luopuminen olisi välttämätöntä uuden suhtautumistavan omaksumisessa.

3.1.2. Havaitisijaposition

Noin kahden kuukauden jälkeen Eeron kertomuksissa oli huomattavissa muutosta, erityisesti itsehavainnoinnin osalta. Hän oli alkanut havainnoida uudella tavalla lapsuutensa kokemusten merkitystä ja lapsuuden tarinasta muodostuikin tärkeä osa Eeron muutosprosessia. Omien lapsuuden väkivaltaisten kokemusten suhteuttaminen omaan käyttäytymiseen perhettä kohtaan nykyisyydessä sai hänet pohtimaan väkivaltaa ja sen vakavuutta uudesta näkökulmasta. Aikaisemmin hän oli kokenut lapsuuden kokemuksista nousevan vihan määrittävän hänen käyttäytymistään ilman suuria vaikutusmahdollisuuksia, mutta alkoi nyt tunnistaa vihan alta myös muita tunteita. Hän huomasi, kuinka oli aiemmin kieltänyt omaa väkivaltaisuuttaan sekä ajatellut, ettei hänellä ole vaikutusmahdollisuuksia omaan toimintaansa. Tarinoissa näyttäytyi mahdollisuus kohdata oma käyttäytyminen: hän ei enää syyllistänyt muita käyttäytymisestään ja alkoi nähdä tarpeen muuttaa omia toimintatapojaan. Hän myönsi käyttäytymisensä olleen uhkaavaa ja pelottavaa, mitä oli aiemmin vähätelty.

4. tapaaminen

00:43:31–00:44:16

Myös se vapauttaa se totuus siitä, että tämmöstä on tapahtunu ja tää on iha oikeesti näin ja myöntää niitä asioita, ni onhan se älyttömän pelottavaa ja siis kohata se oma toiminta tällä lailla, ni kyllä sitä alkuu oli, et eihä tää ny oo mitää. Et sitä niiku (toinen ryhmäläinenkin) mulle sano, että hän muistaa sen vaiheen joskus sillan niitä ensimmäisiä istuntoja, että muistaa sen kieltämisvaiheen, sanoit sillan siinä. Varmaa sitä kieltämistä itellä, et emmä nyt näin pahasti oo tehny tai näin.

00:45:20–00:45:59

Et on niitä tapauksia tosiaan sit se jalkapallossa tapahtunu ja nää jutut, ni toi sitte ittesä sille paikalle et joteki tuli nii semmoseks siinä et en minä maha tälle mitään, että ku lyö se tunne nii voimakkaasti ylite, että kyllähän siinä nyt jotenki miettii sitä, et ei hyvänen aika, et eihän se pelkästään siitä tilanteesta voi tulla, että mulla kiehuu näi paljon, eikä mistää tulisesta luonteesta, eikä mistään voi sillai aatella sitä, että kyllä sen täytyy olla jotain muuta.

Eero alkoi rakentaa toimijan rooliaan vähitellen havainnoimalla, että oma käyttäytyminen ja viha ei voinut johtua ainoastaan tilannetekijöistä tai omista luonteenpiirteistä. Tämä havainto antoi mahdollisuuden muuttaa omia reagointitapoja, sillä Eero alkoi nähdä käyttäytymisensä irrallisena tapana toimia sen sijaan, että se olisi muuttumaton ominaisuus. Huolimatta siitä, että hän myönsi omaa vastuutaan käyttäytymisestään, hän kertoi tämän olleen myös pelottavaa kohdata.

Seuraavan puolen vuoden aikana Eeron kyky nähdä tilanteita muiden ihmisten asemasta kehittyi, sillä hän alkoi ymmärtää toimintaansa muutenkin, kuin ainoastaan omien tunteidensa kautta. Eero kuvaili aikaisempaa käyttäytymistään perhettään kohtaan käyttämällä sanaa väkivalta ja kuvasi itseään tekijän roolissa. Tässä pystyi näkemään muutoksen aiempaan tapaan kuvata tarinoita ilman toimijaa. Hän oli muuttanut takaisin yhteen vaimonsa ja lastensa kanssa ja opetteli heidän kanssaan “väkivallatonta” olemista.

5. tapaaminen

00:10:51–00:11:10

Ja kyl ne on pistäny ajattelemaa, miltä toisesta tuntuu semmoset tilanteet. Sitä on aika lailla ollu sokee sille omalle toiminnalle.

00:12:13–00:12:42

Mut se on jännä juttu, että enne sitä aatteli, että paskanmarjat, että muut on väärässä ja minä oikeessa, et se johtuu muista, et mulla ei oo mitää vikaa tai kaikki on ok. Sen myöntämine, että ei tässä tosiaa oo kaikki iha ok ollu. Et on se ollu pelottavaa se myöntäminenki. Et ehkä siinä on niitä semmosia avaimia siihen.

Hän koki, että tilanteen myöntäminen itselle oli ollut tärkeää siinä, että tilanne perheen kanssa oli muuttunut. Hän tunnisti, että omista lapsuuden kasvatustavoista johtuen hänellä oli ollut tarve kontrolloida perhettään oman turvattomuuden kokemuksensa takia ja väkivalta oli toiminut kontrolloinnin välineenä. Hän kuvasi edelleen itsensä lapsuuden kasvatuksesta johtuen keinottomaksi tilanteissa, mutta esimerkiksi jalkapalloharjoituksissa tapahtuneen väkivaltatilanteen osalta hän tunnisti, miten olisi pitänyt toimia. Eero huomasikin omien haitallisten käyttäytymismallien vaikuttaneen tilanteissa, jotka eivät olleet menneet niin kuin hän halusi. Vaikka hän tunnisti muita vaihtoehtoisia toimintatapoja, hänellä näytti vielä olevan vaikeuksia omaksua näitä omaan toimintaansa.

Tapaamisissa nousi esiin uusi tarina tilanteesta lapsen kanssa, jossa Eero oli huutamisen sijaan puhunut tunteistaan. Tässä tarinassa Eeron toimintatapa poikkesi selvästi aiemmista tilanteista, sillä hän oli hellittänyt hallinnan tarvettaan. Tarina oli Eeron kehityksessä merkittävä, sillä ärtymys ei ollut purkautunut hallitsemattomana vihana, vaan Eero oli kyennyt käsittelemään ja sietämään

epämiellyttäviä tunteita ja oli tuonut ne esiin rakentavammalla tavalla. Hän oli lisäksi kuullut perheeltään, että hänen käyttäytymisensä kotona oli muuttunut parempaan suuntaan. Eeron pohdinnassa kuitenkin näkyi se, ettei hän itse tunnistanut helposti tilanteita, joissa oli käyttänyt vaihtoehtoisia toimintatapoja ja hän koki myös vaikeuksia antaa näistä positiivista palautetta itselleen. Hän antoi kunniaa onnistuneista tilanteista enemmän muille ihmisille, mikä voisi kertoa siitä, että hän ei täysin kokenut omaa toimijuuttaan muutoksessa. Tämä voi kertoa myös häpeän tunteesta väkivallan tekoihin liittyen, mikä saattoi estää Eeroa antamasta itselleen myönteistä palautetta onnistumisista.

Puolentoista vuoden jälkeen ryhmän aloittamisesta Eero tunnisti, että hän oli aikaisemmin oikeuttanut väkivaltaista käyttäytymistään lapsuutensa kokemusten ”*varjolla*” ja alkoi kyseenalaistaa tätä. Ryhmän alussa Eero oli pohtinut, kuinka väkivaltainen käyttäytyminen vaikutti häneen itseensä, mutta nyt hän alkoi pohtia sen vaikutuksia myös toisiin ihmisiin. Tapaamisissa korostui se, ettei Eero pitänyt väkivaltaa enää keinona vastata haastaviin tilanteisiin. Hän myös laajensi näkemystään väkivallan toimimattomuudesta työympäristöönsä. Eero kertoi, että oli oppinut jossain määrin tunnistaa kohtia, joissa helposti saattaisi menettää malttinsa. Vaikka tilanteiden aikana oman käytöksen säätely tuntui Eerosta vielä haastavalta, hän alkoi tunnistaa hetkiä, joissa hänellä on valinnan mahdollisuus.

3.1.3. Subjektipositio

Eero nosti koko ryhmän ajan esiin tilanteen, jossa oli suuttunut lapselleen, sekä jalkapalloharjoituksissa tapahtuneen väkivaltatilanteen merkittävänä tapahtumina oman käyttäytymisen hallitsemattomuuden tunnistamisessa. Kuitenkin viimeisen puolen vuoden aikana Eeron kerronnasta huomasi, että oman käyttäytymisen hallitsemattomuuden tunne ei ollut enää niin voimakas ja että hän koki voivansa vaikuttaa omaan käyttäytymiseensä. Hän oli ottanut toimijan roolia tunteidensa hallinnassa ja oli tunnistanut vapautensa valita, miten toimia. Muutosta voitiin huomata myös siinä, millä tavalla hän kertoi aiemmista väkivallan teoistaan vaimoaan ja lapsiaan kohtaan. Hän kertoi fyysisen väkivallan lisäksi käyttäneensä myös henkistä väkivaltaa. Lisäksi Eero ei enää kokenut alun epäoikeudenmukaisuuden tunnetta väkivallan tekojen seurauksista, vaan piti näitä aiheellisina ja tarpeellisina muutoksen kannalta. Alussa Eero oli epäillyt paljon ryhmässä puhumisen hyötyjä käyttäytymisen muuttamisen suhteen, mutta ymmärsi nyt tämän olleen tärkeä osa muutosprosessia.

Eero kuvasi edelleen osasyynä väkivaltaansa työpaikalla vallinneen kulttuurin sekä lapsuudesta siirtyneet mallit. Oltuaan ryhmässä noin vuoden, Eero oli alkanut ohjaajan avustuksella kuitenkin pohtia, että hänen elämäänsä voisivat määrittää lapsuuden ja nuoruuden kokemuksiin verraten enemmän niiden jälkeiset vuodet. Ajatus tästä kehittyi ja hän havaitsi viimeisen puolen vuoden aikana, että jokaisen pitäisi hallita oma käyttäytymisensä. Tässä pystyi näkemään muutoksen aikaisempaan kokemukseen lapsuuden mallien siirtymisestä: hän näki nyt mahdollisuuden sille, että voisi vaikuttaa itse omaan elämäänsä ja valintoihinsa malleja enemmän.

Kertomusten tasolla pystyi havaitsemaan, että Eeron kyky asettua toisen henkilön asemaan oli edelleen kehittynyt, mikä oli auttanut häntä tunnistamaan paremmin omaa käytöstä ja sen vaikutuksia, sekä myöntämään väkivaltaisuutensa.

Viimeinen tapaaminen

00:33:46–00.34:58

Ja täällä on tullu niitä hyviä kysymyksiä, ja on tullu niitä semmosia ahaa-elämyksiä, että ei se aina kato sitä, että miten se menee se prosessi eteenpäin. Et ehkä itel on joku tietty mielikuva, et mite se homma pitäs mennä, mut ei se sit välttämättä meekkää sillai. Et kuitenki sitä semmosta tietynlaista eheytymistä on tapahtunu iha kotonaki ja semmosissa vaikeissa tilanteissa, et ruvennu ajattelemaan sitä, et miks mä nyt käyttäydyn tällä lailla. Mut ehkä se vaatii kuitenki jotain semmosta nöyrytystä ja huomaan, et on se itelle ollu vaikeeta ja edellee. Siinä on semmone prosessi varmaa, missä on aika monenlaista, että ehkä se ku kattoo siihe kaks ja puol vuotta sitte, ni oliha se sitä, että kyl sitä aina pimeessä tilassa oli, jotenki ajatteli, et se oma käytös oli iha oikein ja jotenki semmosta oikeutettua.

Sen lisäksi, että Eero oppi tunnistamaan tunteitaan ja puhumaan niistä tilanteissa paremmin, hän alkoi oppia kohtaamaan toisten ihmisten tunteita reagoimatta niihin yhtä rajusti kuin aikaisemmin. Ryhmän alussa Eerolla oli ollut vaikeuksia tunnistaa tunteen kokemisen ja siihen reagoimisen eroa, mutta nyt hänen mielestään mikään tunnetila ei oikeuttanut tai antanut syytä reagoida väkivaltaisesti. Hän kertoi, että oli huomannut parhaimpien keskustelujen syntyvän ilman äänen korottamista ja olikin kokenut riitatilanteissa muutosta omassa käyttäytymisessään. Eero kuitenkin kuvasi, että hänellä on vielä paljon kehitettävää ja prosessi on vielä kesken. Hän tunnisti pystyvänsä jatkamaan prosessia ryhmän jälkeenkin, mikä kuvasi hänen pystyvyyden tunteensa kasvaneen oman käyttäytymisen hallinnassa. Eeron kertomusta tulevaisuudesta kuvasi toiveikkuus: käyttäytymisen myöntäminen mahdollisti sen käsittelemisen ja antoi mahdollisuuden opetella käyttämään uusia toimintatapoja.

Viimeinen tapaaminen

00:43:02–00:43:43

Se on ainoa tie se totuus siinä myöntää itelle, että näin on tullu toimittua ja et siinä ei muuta, et jos sitä alkaa vähättelee tai valehtelee sitä hommaa itelle, ni ei siinä oikee hyvällä oo. Tai se prosessi ei mee eteepäin siinä, että sitte on vaa ainoostaa se malli. Mut onhan siinä tavallaa se, et anteeksanto, että okei, että näi on tehty ja siitä huolimatta voi saada sen anteeks. On se uus mahollisuus alottaa, ni ei siinä oikee muuta mahollisuutta ole.

3.2. Eeron tarina: ryhmän osallistuminen

Eeron puheenvuorot ryhmässä olivat usein pitkäkestoisia ja hänen kertomuksiinsa sisältyi paljon kuvauksia eri tilanteista ja niihin liittyvistä tunteista. Suurimmaksi osaksi Eero kävi ryhmässä keskustelua ohjaajien kanssa ja vastasi heidän esittämiin kysymyksiin, mutta myös muut ryhmäläiset kommentoivat välillä Eeron kertomuksia. Eero myös itse osallistui ryhmän väliseen keskusteluun, mutta pysytteli enemmän kuuntelijan roolissa, kun muut ryhmäläiset jakoivat tarinoitaan.

Ensimmäisellä kerralla Eero totesi, että muiden ryhmäläisten kertomuksissa oli paljon samankaltaisuutta hänen omien kokemustensa kanssa ja sai vahvistusta siihen, ettei ollut yksin väkivaltaisen käyttäytymisensä kanssa. Kun Eero kertoi omista epäoikeudenmukaisuuden tunteistaan liittyen väkivallasta saamiinsa seurauksiin, toinen ryhmässä pitkään ollut mies vertasi tätä kokemusta omaansa ryhmän alussa. Hän kertoi, että oli jälkepäin ollut kiitollinen käyttäytymisensä seurauksista ja uskoi Eeronkin vielä tuntevan näin. Eero ei vielä tässä vaiheessa vastaanottanut toisen tarjoamaa näkökulmaa, vaan puolusti omaa näkemystään. Eero kuitenkin muisti tämän kommentin vielä ryhmän lopussa, ja kertoi saavuttaneensa myös saman kiitollisuuden tunteen. Toinen ryhmäläinen olikin pyrkinyt antamaan Eerolle näkökulmaa siihen, millä tavoin ryhmän aikana voi muuttua. Sama henkilö myös kannusti Eeroa ryhmän alussa tunteiden ilmaisuun, ja ryhmän aikana tunteiden kuvailu alkoi näkyä Eeron tarinoissa enemmän.

Eeron puhetta ryhmän alussa kuvasti väkivallan vähättely, johon pidempään ryhmässä ollut osallistuja puuttui. Eero ei kuitenkaan vielä tunnistanut vähättelevänsä toimintaansa ja puolusti tässäkin omaa kertomustaan. Muut ryhmäläiset eivät puuttuneet Eeron väkivaltaa oikeuttavaan ja vähättelevään kertomukseen mitenkään, joten Eero ei saanut toisilta ryhmäläisiltä myöskään vahvistusta vähättelevälle puheelleen. Ryhmän aikana Eeron ajattelutapaa kyseenalaisti vain yksi osallistuja ja näyttikin siltä, että muiden ryhmäläisten oli helpompi osallistua toisten kertomuksiin kannustavasti tai niihin samaistuen.

Eero alkoi pohtia ryhmän edetessä keinoja oman käyttäytymisensä hallintaan ja toinen ryhmäläinen tarjosikin hänelle vaihtoehtoa, joka oli toiminut hänellä itsellään haastavissa tilanteissa. He pohtivat yhdessä sitä, kuinka oman mielipiteen voi joskus jättää ilmaisematta välttääkseen toisen mielen pahoittamista. Myöhemmin Eero keskusteli muiden ryhmäläisten kanssa siitä, miten omat reaktiot haastavissa tilanteissa voivat näyttäytyä toiselle osapuolelle. Näiden keskustelujen voisi nähdä vahvistaneen Eeron kykyä asettua toisen osapuolen asemaan riidan aikana.

Eero kertoi ryhmässä, että työpaikan kulttuurista saadut mallit olivat osittain vaikuttaneet hänen väkivaltaiseen käyttäytymiseensä. Moni ryhmän osallistujista samaistui kokemuksiin väkivaltaisesta kulttuurista työpaikoilla ja Eero saikin muilta vahvistusta ja ymmärrystä kokemuksilleen. Kukaan ryhmäläisistä ei kuitenkaan kyseenalaistanut totuttujen käyttäytymismallien siirtämistä omaan toimintaan. Ryhmäläiset keskustelivat lisäksi siitä, kuinka työpaikkakulttuuri ei ollut niin väkivaltaista nykyään ja keskustelun myötä Eero totesikin hänen suhtautumisensa väkivaltaan muuttuneen aikaisemmasta. Työpaikkakulttuurin vaikutuksen lisäksi Eero selitti väkivaltaista käyttäytymistään lapsuudesta siirtyneillä malleilla ja saikin toiselta ryhmäläiseltä vahvistusta ajatukselleen siitä, että kasvatuksesta saatuja malleja voi olla vaikeaa muuttaa. Tässä keskustelussa ei tuettu Eeron toimijuutta omassa käyttäytymisessä, vaan sen nähtiin olevan riippuvainen lapsuuden kokemuksista. Toinen ryhmäläinen kuitenkin tuki Eeron päätelmää siitä, että Eero ei ollut toiminut oman lapsensa kanssa täysin saamiensa mallien mukaan. Ryhmäläinen totesikin, että vaikka työpaikka- ja kasvatuskulttuuri olivat muuttuneet, myös Eeron omat arvot olivat muuttuneet väkivaltaista käyttäytymistä kohtaan. Tässä näkyi, että toinen ryhmäläinen tunnisti myös Eeron oman osuuden muutoksessa ja näin ollen tuki hänen toimijuuttaan.

Ryhmän loppuvaiheessa Eeron rooli vaihtui neuvojen vastaanottajasta neuvojen antajan rooliin. Eero pohti ryhmässä lopettamispäätöstään ja muutostaan ryhmän aikana, mikä sai uudet osallistujat kiinnostumaan siitä, millainen Eeron tilanne oli ollut ryhmän alussa. Eero totesikin, että oli saanut ryhmässä hyviä kysymyksiä ja oivalluksia, eikä ilman tiettyjä tapahtumia olisi tajunnut käyttäytymisensä olleen väärin. Hän sai muilta ryhmäläisiltä kannustusta jatkaa muutosprosessiaan ryhmän jälkeenkkin.

Eero oli epäillyt ryhmän alussa, tulisiko hän hyötymään ryhmässä käydyistä keskusteluista, mutta ryhmän edetessä koki keskustelujen auttaneen häntä ymmärtämään omaa käyttäytymistään. Vaikka Eero jakoi myös henkilökohtaisia asioita ryhmässä, hän kertoi elämänsähistoriastaan vieläkin yksityiskohtaisemmin ollessaan tapaamisessa kahdestaan ohjaajan kanssa. Hän totesikin tapaamisen aikana, ettei olisi keskustellut asioista niin yksityiskohtaisesti, jos paikalla olisi ollut muita ryhmäläisiä. Vaikka väkivallasta puhuminen helpottui vertaisryhmässä, muiden henkilökohtaisten asioiden jakaminen saattoi olla vaikeaa Eerolle, koska muut ryhmäläiset

eivät jakaneet samoja kokemuksia. Ohjaajan kanssa kahdestaan käydyin tapaamisen jälkeen Eero kuitenkin rohkaistui jakamaan samoja asioita myös muille ryhmäläisille myöhemmin. Voikin olla, että ryhmäläisten vaihtuvuudesta huolimatta Eeron luottamus ryhmää kohtaan oli kasvanut vähitellen ja hän oli kokenut sen turvalliseksi paikaksi jakaa asioita elämästään ja tunteistaan.

3.3. Karin tarina: Löytöretkellä muutokseen

Kari oli hoidon aikaan 40–50-vuotias työssäkäyvä mies, jolla oli ex-vaimo ja lapsia. Lasten ikä vaihteli alakouluiästä aikuisikään. Kari tuli ryhmään noin kolme kuukautta aiemmin olleen riidan jälkeen, jolloin hän oli uhkaillut vaimoaan. Riidan jälkeen puoliset olivat muuttaneet erilleen ja aloittaneet avioeroprosessin. Ryhmän aikana Kari näki lapsiaan vaihtelevasti. Karilla ei ollut kriisikeskus Mobilen yksilökäyntien lisäksi aikaisempaa kokemusta terapeuttisesta työskentelystä.

3.3.1. Objektipositio

Ryhmäintervention alussa Kari kertoi osallistuneensa ryhmään, koska oli huolestunut käyttäytymisestään eroon johtaneen riidan jälkeen. Hän kuvasi, että käyttäytyminen riidan aikana ei ollut ollut ollenkaan hänen tapaistaan. Hän kuitenkin kertoi, että alkoholilla oli ollut osuutta tilanteeseen ja hän oikeutti käyttäytymistään myös vaimon aiheuttamilla luottamusongelmilla parisuhteessa. Karin kuvailussa, että *“se vaan purkautu se homma”*, näkyi se, että hän ei kokenut toimijuutta omassa käyttäytymisessään. Varsinkin ryhmän alussa Kari kuvaili paljon muiden ihmisten huonoksi kokemaansa käytöstä ja koki epäreiluna sen, etteivät muut joutuneet vastuuseen teoistaan samalla tavalla, kuin hän oli joutunut. Koko ryhmässä olonsa ajan Kari kuvasi riitatilannetta vähätellen ja käyttäytymistään pitkään myös ilman toimijaa. Kari esitti parisuhteen luottamusongelmat yhtenä selittävänä tekijänä käyttäytymiselleen riidan aikana vielä vuoden kuluttua ryhmän aloittamisesta.

Toisessa tapaamisessa Kari kuvaili riitatilanteesta huolimatta olleensa parisuhteessa *“itse rauhallisuus”* ja kokikin uhkailun olleen vain yksittäinen ja poikkeuksellinen hermojen menetys. Tämä ajatus säilyi läpi ryhmän ja vielä ryhmän loppuvaiheessakin hän koki, ettei hänellä ollut koskaan ollut väkivaltaista käyttäytymistä tätä yhtä tapausta lukuun ottamatta. Karin kuvailussa näkyi se, että hänen oli vaikeaa liittää käyttäytymistään riitatilanteessa osaksi omaa elämäntarinaansa.

Kun ryhmässä puhuttiin väkivaltaan turvautumisesta ainoana keinona haastavissa tilanteissa, Kari puhui aiheesta yleisellä tasolla ja näin etäännytti itsensä väkivallan käyttäjän roolista. Yleistävää puhetta näyttäytyi Karin kerronnassa useasti myös muissa aiheissa ja se näyttikin olevan Karin keino käsitellä asioita ilman, että hänen täytyi liittää niitä itseensä.

Kari esitti ryhmässä toivomuksen, että saisi itselleen vaihtoehtoisia toimintatapoja haastaviin tilanteisiin. Kari kertoi, että kykenee päättämään etukäteen, miten aikoo reagoida vaikeissa tilanteissa ja tämä oli hänelle toimiva keino välttää hermostumista. Hän kuitenkin korosti, että toimintasuunnitelman täytyi olla valmiina, sillä itse vaikeassa tilanteessa ei ollut mahdollista enää valita tietoisesti omaa toimintatapaa. Hän oli myös huolissaan siitä, voisiko tunnereaktio tulla tilanteessa niin voimakkaaksi, ettei hän pystyisi noudattamaan edes ennakkoon tehtyä suunnitelmaa.

2. tapaaminen

01:22:11–01:23:01

Ehkä sä oot valinnu jo etukäteen sen, että mitenkä sä reagoit, koska et sä siinä voi sadasosan sekunnissa päättää miten sä reagoit. Et kyl sä oot päättäny sen etukätee vähä niiku mäki tein. Mä päätin et mä en provosoidu ni ei mun tarvii päättää sitä siinä pahassa tilanteessa, mun pitää vaa muistaa se. Mut että se päätöshän on tehty aikasemmin et sinänsä se ei oo enää valinta, vaan se on enemmänki et miten sä pystyt noudattamaa sitä sun omaa. Et keittääkö sulla sitte jossai vaiheessa välillä yli ne kierrokset, että se menee pipariks se sun linja. Poikkeet siltä omalta linjaltas. Sehä on sinänsä semmonen mikä mua vähä huolestuttaa, että voiko näin käydä uudestaankin.

Kari kertoi ryhmässä tilanteesta lapsensa kanssa, jossa hän ei ollut varautunut kohtaamaan myös entistä puolisoaan. Kari oli hermostunut siitä, että entinen puoliso tuli keskeyttämään hänen ja lapsen tärkeän keskustelun, jolloin Kari oli korottanut ääntään entiselle puolisolleen. Jälkeenpäin Karilla oli pettynyt olo toimintaansa tilanteessa. Hän kuvasi, että tilanne tuli samanlailla yllättäen, kuin eroon johtanut riitatilanne puolison kanssa, eikä hän siksi ollut osannut käyttäytyä, niin kuin olisi halunnut. Vaikka Kari oli löytänyt tavan hallita käyttäytymistään suunnitelmien muodossa, ne eivät toimineet yllättävissä tilanteissa. Hän ei tunnistanut mahdollisuutta muuttaa omaa käytöstään joustavasti tilanteen mukaan, vaan Karin toimijuuden tunne näyttikin katoavan, jos suunnitelman noudattaminen ei onnistunut. Karin ajattelumallien joustamattomuus näkyi myös siinä, että hänellä oli vaikeuksia muuttaa olemassa olevia suhtautumistapojaan tiettyihin asioihin. Hänellä näytti myös välillä olevan haastavaa tunnistaa totuuden ja tulkintojen välistä eroa ja hän kuvasi, etteivät muiden ihmisten tulkinnat tilanteista riittäneet hänelle ainoana totuutena.

3.3.2. Havaitisijapositio

Vaikka Kari näytti suhtautuvan moneen asiaan objektipositiossa ryhmässä olonsa ajan, hänen kerronnassaan ilmeni myös itsehavainnoinnin muutoksia ja kehittymistä prosessin aikana. Positioiden rajat olivat useassa tarinassa kuitenkin epäselvät ja niitä saattoi esiintyä samanaikaisesti. Osassa tarinoita Kari siirtyi myös havaitisijapositiosta takaisin objektipositioon, joten muutos ei aina ollut suoraviivaista.

Vaikka Kari kuvailikin eron johtanutta riitatilannetta paljon vähätellen ja ilman toimijaa, hän jo ensimmäisessä ryhmätapaamisessa pohti haitallista tapaansa riidellä ja myönsi toimineensa väärin monissa riitatilanteissa. Vaikka hän monesti vähätelikin toimintaansa, ei hän vähätellyt entisen puolisonsa kokemusta riidasta, vaan uskoi tämän olleen oikeasti peloissaan. Hän myönsi, että oli saanut puolisolleen pahan olon aikaan omalla käyttäytymisellään ja oli nyt päättänyt toimia eron jälkeisissä puhelinyhteydenotoissa paremmin. Kari kuvasi näissä yhteydenotoissa onnistuneensa pitäytymään ennakkosuunnitelmassaan, mikä saattoi johtua siitä, että hänellä oli ollut enemmän aikaa reagoida. Tämä ei ollut onnistunut aikaisemmin mainitussa tilanteessa, jossa Kari oli tavannut yllättäen entisen puolisonsa. Hän uskoi, että puoliso oli kokenut tämän tilanteen myös uhkaavana ja myönsi, että oli käyttäytynyt epäkohteliaasti. Kari kuitenkin korosti, ettei hänen oma näkemyksensä ollut tilanteesta uhkaava, eikä hänellä ollut ollut tarkoitus antaa sellaista vaikutelmaa toiselle. Vaikka Kari pystyi hyväksymään toisen ihmisen kokemuksen, hän ei ottanut tästä täyttä vastuuta kyseisessä tilanteessa.

Kari kuitenkin havaitsi, että omalla toiminnalla on vaikutusta toisten ihmisten kokemuksiin ja tämä oli saanut hänet pohtimaan oman käyttäytymisensä muuttamista. Hän alkoi ymmärtää tilanteiden pelottavuuden myös paikalla olleiden lastensa näkökulmasta ja pohti millaisia pitkäaikaisia vaikutuksia tällä voisi olla heihin. Lisäksi viimeisten kuukausien aikana ryhmässä Kari ei enää maininnut luottamusongelmia parisuhteessa eron johtaneen riitatilanteen taustalla. Vaikka viimeisissä tapaamisissa Kari käsitteli kyseisiä luottamusongelmia, hän ei enää syyttänyt puolisoaan, vaan pohti, millaisia tunteita tilanne oli hänessä itsessään herättänyt ja miten hän oli niihin reagoinut. Karin huomio näytti siirtyneen toisten ihmisten toiminnan arvioinnista omien kokemusten havainnointiin.

Ryhmässä käytiin läpi myös yksi tarina, jossa Kari oli ollut tyytyväinen omaan toimintaansa yllättävässä tilanteessa. Kari kertoi, että häntä kohtaan oli esitetty syyttelyä ja haukkumista, vaikka hän oli yrittänyt vain olla avuksi. Vaikka tilanteeseen ei ollut ennakkoon tehtyä suunnitelmaa, Kari oli kyennyt hillitsemään itsensä, eikä ollut kiihtynyt. Hän oli ymmärtänyt, että

hän ei tilanteessa kyennyt vaikuttamaan toisten käyttäytymiseen, vaan ainoastaan siihen, miten itse reagoi. Tämä oli ensimmäinen tilanne, jossa hän koki pystyneensä toimimaan oikein ilman valmista suunnitelmaa. Hän kertoikin, että oli alkanut tunnistaa tilanteita, joissa kannattaa antaa periksi. Tästä kokemuksesta huolimatta hän oli edelleen epävarma siitä, miten hän onnistuisi tulevissa vastaavissa tilanteissa.

6. tapaaminen

00:56:58–00:57:24

Lähinnä se on just se et periaattees sä tiät olevas oikeessa, mutta sit se ongelma on oikeestaa se et miten sä saat hoidettuu sen sillee nätisti pois alta. Ja siihe ei välttämättä oo aina kristallinkirkkaita keinoja siin tilanteessa, että jos se vähä riistäytyy käsistä se homma ni ei mul ainakaa oo suunnitelmaa a, b ja c mitä mä noudatan, vaa ne pitää keksii siin lennossa. Ja se aina välillä vähän jännittää, että saaks ne hoidettuu sillee nätisti.

Kari ei ollut vielä saavuttanut täyttä toimijuutta oman käyttäytymisensä suhteen, sillä hänellä ei ollut täyttä luottamusta mahdollisuuksiinsa hallita reaktioitaan tulevaisuudessa. Hän koki, että vastaaviin haastaviin tilanteisiin päätyminen oli hänen ”kohtalonsa”, mikä voisi kertoa siitä, että hän ei kokenut pystyvänsä vaikuttamaan tapahtumien kulkuun.

Ryhmätapaamisissa käsiteltiin myös paljon Karin täydellisyuden tavoittelua ja itsekriittisyyttä. Nämä nousivat tärkeiksi teemoiksi, sillä Kari myönsi vaativuuden itseään kohtaan heijastuvan myös muihin ihmisiin. Kari oli havainnut tämän näkyneen varsinkin lasten kasvatuksessa, mutta oli sittemmin tajunnut, että täydellisyyteen pyrkiminen lasten kanssa ei ollut aina tarpeellista. Hän vertasi oman lapsuutensa vaativaa kasvatustyyliä omiin kasvatustapoihinsa ja kertoi, että pyrki tietoisesti itse olemaan vanhempana vähemmän vaativa. Kari alkoikin havainnoida, mitä hänen vaativuutensa taustalla voisi olla ja koki, että hänellä on mahdollisuus valita erilainen kasvatustapa. Täydellisyuden tavoittelu näkyi myös Karin kertomuksessa siinä, kuinka hän oli ennen eroa omistanut vapaa-aikansa ainoastaan perheelleen ja vaatineensa itseään tekemään tämän eteen kaikkensa. Hän kuvasi vaativuuden tunnettaan niin, että pienikin epäonnistuminen saattoi ”pilata kaiken”. Omien ajatusmallien havainnointi antoi Karille mahdollisuuden nähdä omaa toimintaa ja muuttaa sitä. Tämä prosessi kuitenkin jäi Karilla vielä havaittajaposition tasolle.

Kari myönsi olleensa monessa tilanteessa ”joustamaton” ja ”järkähtämätön” ja kuvasi turhautuneensa joskus liikaakin tilanteissa, joissa ei ollut toimittu hänen suunnitelmansa mukaan. Hän kertoi ajatelleensa pitkään, että hänen tapansa oli ainoa oikea keino toimia. Karin ymmärrys tästä kehittyi ryhmän aikana ja hän huomasi, että tämä ajattelutapa oli näkynyt hänen elämässään laajasti.

3. tapaaminen

00:44:17–00:44:52

Mun mielestä siin nyt on kyse aika paljon samasta asiasta, että olipa se nyt lapsen kanssa kommunikaatio tai sitte parisuhteessa, ni mullaki oli se, että mä peilasin varmaa aika paljon itteni kautta kaikkii asioita et mitkä mulle toimi, ni mä jotenki kuvittelin, että ne toimii myös kaikille muille. Se kai siinä on se pointti et ei nähny sitä, että ihmiset on nii erilaisia, että ei ne mun tavat välttämättä oo se ainoa oikein. Kyl mä sen tiesin et ne mun jutut on hyviä et ne ei mitää takataskusta ollu temmattuja, mut muitaki juttuja on olemassa.

Kari kuvasi useasti hänen ja entisen puolisonsa olleen täysin erilaisia ja sijainneen “*janan toisissa päissä*”. Kari totesi, että heidän olisi pitänyt riitatilanteissa kohdatakin toisensa janan puolivälissä. Pohdinnasta näkyi, että Karin alkoi olla helpompi hahmottaa toisen näkökulmaa ja osittain luopua omastaan paremman lopputuloksen saamiseksi. Ryhmässä nousi keskustelun aiheeksi myös muiden ihmisten syytely ja tämä sai Karin pohtimaan tätä itsensä kohdalla.

7. tapaaminen

00:16:32–00:17:11

Muutamia asioita on jääny vähä pyörii tonne takaraivoo näist keskusteluista mitä muut on puhunu täällä. Et semmosia vähä vaikeempia asioita, mitä mä en saa heti hahmotettua. Ne on ollu mielenkiintosisia mulle. Muun muassa sä (viittaa toiseen ryhmäläiseen) oot monesti sanonu pari juttua, mikä mua kaivertaa oikeestaa vähä vieläki, että ajattelee helposti, että se vika on muissa ihmisissä ja siihe liittyviä asioita. Ni sitä mä oon miettiny, että mitenkä paljo mä oon sellane ollu ja mite paljo mä oon edelleenki. Kyl mä ainaki tunnustan et oon miettiny monta kertaa sen noin.

Karin kerronnassa näkyi vaikeutta suhtautua muiden ihmisten tekemiin tulkintoihin, mutta tämä vaihteli paljon ryhmätapaamisten aikana. Hän alkoi tunnistaa, että muilla voi olla samasta asiasta erilaisia tulkintoja kuin hänellä, eikä oma tulkinta ole ainoa oikea. Kari kyseenalaistikin omat tulkintansa tilanteista ja pohti muutamissa tapaamisissa sitä, olisiko hän voinut käyttää tajuamattaan henkistä väkivaltaa puolisoaan kohtaan. Hän myös totesi, että oli usein kuvitellut tietävänsä toisen ihmisen ajatukset, mutta oli kuitenkin käsittänyt ne monesti väärin. Kari pohti ryhmässä aihetta, josta hän oli riidellyt jatkuvasti entisen puolisonsa kanssa ja ymmärsi, että puoliso oli saattanut kokea hänen käyttäytymisensä eri tavoin, kuin hän oli sen tarkoittanut. Hän totesikin, että ei ollut ikinä halunnut aiheuttaa toiselle pahaa mieltä, mutta myönsi käyttäneensä vääriä toimintatapoja. Ristiriitaista Karin pohdinnassa oli se, että vielä viimeisellä ryhmän tapaamiskerralla hän kuitenkin koki, ettei toisten tulkintojen väärinymmärrys ollut aiheuttanut koskaan riitatilanteita. Tämä voisi johtua siitä, että hänellä saattoi olla vaikeuksia vielä nähdä tekemiensä havaintojen merkitystä elämässään.

Kari kertoi joidenkin ryhmässä muilta kuulemiensa asioiden jääneen pyörimään hänen mieleensä pitkäksi aikaa. Hän kuitenkin kuvasi, että ei ollut vielä saanut selvyyttä tilanteeseensa, vaan koki sen entistä sekavammaksi ryhmään tulon jälkeen. Hän ymmärsi, että *“oivaltaminen on pitkä tie”* ja prosessi vaatii aikaa. Karin kerronnassa näkyi se, kuinka hänen itsehavainnoinnin kehittämisprosessinsa oli vielä keskeneräinen ja omien ajatusmallien havainnointi ei ollut vielä kehittynyt uusiin toimintamalleihin siirtymiseen asti. Kari oli kuitenkin ilmaissut halunsa tarkastella itseään syvemmin ja pohtikin, voisiko menneisyydestä tai *“pintatietoisuuden”* alta löytyä vaikuttavia tekijöitä oman käyttäytymisen taustalla.

3.3.3. Subjektipositio

Karin muutosprosessi ryhmätapaamisten aikana jäi pääosin objekti- ja havaitisijaposition tasolle. Hän joutui yllättäen keskeyttämään ryhmän, eikä näin ryhmän lopussa saanut mahdollisuutta arvioida oman prosessinsa kulkua. Joidenkin asioiden kohdalla Karin kertomuksissa oli kuitenkin nähtävissä subjektiposition mukaista toimijuutta. Toisella tapaamiskerralla Kari kertoi oppineensa hillitsemään kiihtymistään puhelinyhteydenottotilanteissa entisen puolisonsa kanssa ja kerronnassa näkyi Karin luottamus siihen, että hän pystyy hallitsemaan omaa käyttäytymistään. Tästä puuttui kuitenkin subjektipositiolle ominainen valinnanvapauden tunne, sillä Karin käyttäytymistä ohjasi ennakkoon tehty päätös tavasta toimia.

Vaikka Kari vähätteli, oikeutti ja kielsi käyttämäänsä väkivaltaa, hän myös myönsi olleensa eroon johtaneessa riitatilanteessa väkivaltainen ja asetti itsensä väkivallan tekijän rooliin tämän tilanteen suhteen. Karin kerronnassa näkyi välillä ymmärrys siitä, että hän olisi voinut tilanteessa valita myös toisenlaisen tavan toimia. Parhaiten ajatus vaihtoehtoisista toimintatavoista tuli esiin Karin kertomuksessa omasta nuoruudestaan, jolloin hän joutui herkästi mukaan tappeluihin. Jos tappelun aihe oli tuntunut hänestä henkilökohtaiselta, hän ei ollut kokenut muuta vaihtoehtoa, kuin ottaa osaa siihen. Nykyään hän koki vastaavista tilanteista poistumisen helpompana ja korostikin sitä, että kiihtymyksen tunteet ovat sallittuja, mutta merkittävää on, kuinka itsensä silloin hallitsee. Vaikka Karin kertomuksissa näyttäytyikin välillä toimijuutta, siirtyminen oman käyttäytymisen tarkastelussa ja ymmärryksessä ei Karin kohdalla edennyt suoraviivaisesti objektipositiosta subjektipositioon ja jäi suurimmaksi osaksi havaintojen tekemisen tasolle.

3.4. Karin tarina: ryhmän osallistuminen

Kari osallistui ryhmän keskusteluihin paljon sekä ohjaajien että muiden ryhmäläisten kanssa. Hän kyseli monesti muiden kokemuksista ja mielipiteistä eri aiheisiin, mutta ei kuitenkaan itse avannut omia kokemuksiaan kovin laajasti muille osallistujille. Tästä huolimatta hän esitti ryhmässä vahvojakin mielipiteitä, jotka osin erosivat muiden näkemyksistä. Ensimmäisellä tapaamiskerralla Kari kertoi tulleen ryhmään omasta tahdostaan ja avoimin mielin. Hän totesi, ettei ollut keksinyt muuta keinoa saada apua ongelmaansa ja olikin odottanut ryhmän alkua.

Kari kertoi ryhmän edetessä pitävänsä tarinoiden jakamista ryhmässä hyvänä asiana ja oli niiden kautta pystynyt peilaamaan muiden kokemuksia omaan elämäänsä. Kari saikin muilta osallistujilta apua erilaisten käsitteiden ja tunteiden määrittelyyn kuunnellessaan tarinoita heidän kokemuksistaan. Tämä auttoi häntä hahmottamaan, miten tietyt ilmiöt näyttäytyivät hänen omassa elämässään. Esimerkiksi ryhmän puolivälissä osallistujien pohtiessa rajojen asettamisen käsitettä lähisuhdeväkivallassa, Karin oli vaikeaa hahmottaa omia ja toisten rajoja. Toinen osallistuja auttoi Karia ymmärtämään käsitteet kertomalla, miten ne näkyivät hänen elämässään. Kari kysyikin ryhmäläiseltä, millaisia toimintatapoja tämä käytti tilanteissa, joissa oli vaarana rajojen ylittäminen. Hän ei kuitenkaan avautunut ryhmässä omista ajatuksistaan, vaan teki toisten ja omien toimintatapojen välillä hiljaista vertailua. Ryhmän lopussa Kari alkoi kertoa enemmän havainnoista myös omaan elämäänsä liittyen. Tämä kuitenkin edellytti sen, että joku toinen ryhmäläinen kertoi ensin omista kokemuksistaan. Esimerkiksi kun Karin oli vaikeaa liittää kasvojen menettämisen, häpeän ja syyllisyyden tunteita omaan tarinaansa ja jakaa se muille, tämä helpottui hänen kuullessaan toisen ryhmäläisen kokemuksesta. Tässä näkyi Karin vaikeudet nähdä tekemiensä havaintojen merkitystä omassa elämässään ilman, että sai kuulla toisten ryhmäläisten tarinoita.

Ryhmän aikana Kari korosti ennakkosuunnitelmien tärkeyttä ja sai siihen muilta ryhmäläisiltä vahvistusta. Ryhmän lopussa toinen ryhmäläinen kuitenkin pohti mahdollisuutta poistua mukavuusalueelta ja valita toimintatapa vasta itse tilanteessa. Kari torjui vaihtoehdoisen näkemyksen yleistämällä, että sellaisia tilanteita ei usein tunnista, jolloin näin voisi tehdä. Kari perustelikin usein mielipiteitään ryhmässä yleistämällä ne tosiasioiksi ja vaikka hän hyväksyi muiden eriävät mielipiteet, hänen oli vaikeaa muuttaa omia näkemyksiään. Yleistäminen näkyi myös siinä, että Kari ei kertonut tunteistaan omakohtaisesti, vaikka muut ryhmäläiset niin tekivät. Kun ryhmän puolivälissä keskusteltiin oman käyttäytymisen hillinnästä, Kari kertoi voivansa kuvitella tarpeen purkaa huonoa oloa fyysisesti. Toinen ryhmäläinen tarjosi mahdollisuuden siihen, ettei näin välttämättä tarvitse tehdä, ja Kari totesi myös tämän olevan mahdollista. Tässä kohtaa Kari ei ollut

torjunut toisen ryhmäläisen esitystä vaihtoehtoisesta toimintatavasta, vaan he pääsivät yhdessä samaan johtopäätökseen. Karin tapa ottaa vastaan toisten mielipiteitä vaihtelikin ryhmän aikana, ja joskus hän pystyi myös ottamaan nämä osaksi omaa suhtautumistapaansa.

Karin kertoessa ryhmässä onnistumisen kokemuksesta haastavassa tilanteessa, hän sai toiselta ryhmäläiseltä vahvistusta siihen, että hän oli toiminut oikein hillitessään oman käyttäytymisensä, vaikkei saanutkaan tällä muiden käyttäytymistä rauhoitettua. Ryhmäläisillä muodostuikin tapaamisten aikana yhteinen ajatus siitä, että jokainen voi muuttaa vain omaa käytöstään ja kaikkia tunteita voi kokea antamatta niiden vaikuttaa omaan toimintaan. Kari kuvasi hermostuneensa aikaisemmin, jos tilanteet eivät olleet menneet hänen suunnitelmiensa mukaan ja näissä keskusteluissa pystyi näkemään ryhmäläisten hyväksyntää sille, että joissakin tilanteissa on hyväkin luopua yrityksestä hallita tilannetta kokonaisuudessaan. Kari kuvasi olevansa vaativa itseään kohtaan ja täydellisyyden tavoitteluun liittyviin tarinoihin pystyi moni muukin ryhmäläinen samaistumaan. Toisen ryhmäläisen jakaessa epäonnistumisen kokemuksensa, Kari kannusti häntä jatkamaan tästä huolimatta ja antoi ymmärrystä epäonnistumisesta johtuvaan pettymyksen tunteeseen. Tämä auttoi toista ryhmäläistä suhtautumaan myötätuntoisemmin omaan epäonnistumiseensa. Kari myös antoi myönteistä palautetta siitä, että toinen jakoi tämän kokemuksen ryhmässä. Sen lisäksi, että ryhmä antoi Karille mahdollisuuden saada toisilta tukea ja näkökulmia, hän myös itse tuki muita ryhmäläisiä.

Kari käsitteli kertomuksissaan usein muiden ihmisten tekemiä tulkintoja suhteessa omiin tulkintoihinsa. Karin ensimmäisellä tapaamiskerralla toinen, juuri ryhmässä aloittanut ryhmäläinen kertoi, ettei ollut ymmärtänyt entisen puolisonsa kokemusta siitä, että hän oli koko ajan vihainen. Kari samaistui tähän kommentoimalla, ettei itsekään ymmärtänyt entisen puolisonsa kokemusta. Ryhmäläiset eivät jatkaneet asian tarkastelua entisten puolisoidensa kannalta, jolloin he tukivat toistensa tapaa nähdä asiat vain omasta näkökulmastaan. Myöhemmin ryhmän aikana kuitenkin muut osallistujat tarjosivat Karille apua tarkastella myös muiden tekemiä tulkintoja. Esimerkiksi toinen pidempään ryhmässä ollut osallistuja tarjosi oman kokemuksensa kautta näkökulmaa siihen, miten toinen voi tulkita oman käyttäytymisen pelottavana. Kuullessaan tämän, Kari myönsikin joustamattomuutensa toisten näkökulmien huomioimisessa ja pohti ryhmän edetessä enemmän, millaisia hänen entisen puolisonsa tulkinnat olivat voineet olla. Toinenkin ryhmäläinen osallistui Karin pohdintaan ja korosti, että myös omat ajatukset ja päätelmät toisen käyttäytymisestä ovat vain tulkintoja, eivätkä objektiivisia totuuksia.

Huolimatta siitä, että Kari ei avannut ryhmässä omia tunteitaan ja ajatuksiaan yhtä paljon kuin muut, hän totesi ryhmässä puhumisen olleen hänelle helppoa. Hän kertoi, ettei jakaisi samanlaisia asioita tuttavilleen, mutta ryhmässä koki niiden jakamisen tarpeelliseksi, koska muilla

oli samankaltaisia kokemuksia. Hänen mielestään ryhmään osallistuminen oli todiste siitä, että osallistujat ovat valmiita puhumaan asioistaan. Hän korosti, että ei pitänyt ryhmää opetustilanteena, vaan paikkana, jossa sai keskustella. Jotkut toisten kertomat asiat olivat jääneet häiritsemään häntä ja saaneet hänet miettimään elämäänsä uudesta näkökulmasta, jota oli kuitenkin vielä vaikeaa hahmottaa. Ryhmän loppuvaiheessa Kari kuvasikin asioiden menneen keskustelujen myötä monimutkaisemmiksi, johon toinen ryhmäläinen kommentoi, että tämä voisi olla merkki siitä, että Karin ajatteluprosessi oli alkanut kehittyä. He keskustelivatkin yhteisymmärryksessä siitä, että muutosprosessi on hidasta, eikä käyttäytymistä ole mahdollista hetkessä korjata.

4. POHDINTA

Tutkimuksemme tarkoituksena oli selvittää, millaisia kertomuksia Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäintervention miehet tuottavat väkivaltaan liittyen elämänsuhteestaan suhteessa omiin valinnan mahdollisuuksiin ja muutosmahdollisuuteen, ja miten kertomukset muuttuvat ryhmän aikana. Taustateorianamme miesten muutoksen tutkimisessa oli Leimanin metamalli psykoterapeuttisesta muutoksesta, jossa merkittävänä tekijänä muutokselle pidetään itsehavainnoinnin kehittymistä. Lisäksi tarkastelimme, millä tavalla muut ryhmäläiset osallistuiivat miesten kertomuksiin.

Tutkimme kahden tutkimushenkilömme ryhmän aikana tapahtunutta muutosta rakentamalla heille molemmille juonellisen kehityskertomuksen sen mukaan, millaisia kertomuksia he väkivallasta tuottivat. Tarkastelimme heidän kehityskertomuksiaan metamallin objekti-, havaitsija- ja subjektiposition käsitteillä. Molempien tutkittavien kertomuksissa varsinkin ryhmän alussa oli havaittavissa objektiposition mukaista puhetta. Molemmat selittivät käyttämäänsä väkivaltaa ulkoisilla tekijöillä ja syyttivät siitä puolisoaan, sekä vähätelivät käyttämänsä väkivallan vakavuutta. Molemmat miehet kokivat myös epäoikeudenmukaisuuden tunnetta saamistaan seurauksista. Onkin huomattu, että väkivallan tekijät usein oikeuttavat ja ulkoistavat väkivaltaansa, sekä vähättelevät sen voimakkuutta ja vaikutuksia (Hearn, 1998). Väkivaltaa oikeutetaan usein syyllistämällä puolisoa (Dobash ym., 2000; Nyqvist, 2001). Aikaisempien tutkimusten mukaan väkivaltaa on selitetty lapsuuden traumoilla, väkivallan luonnollisuudella (Ajo & Grönroos, 2005) sekä päihteiden käytöllä ja psyykkisellä pahoinvoinnilla (Hearn, 1998), mitkä näkyivät myös tutkimushenkilöidemme selitystapoina. Käyttämällä näitä selityskeinoja miehet asettavat itsensä uhriposition, joka onkin keino välttää vastuuta käyttämästään väkivallasta (Partanen & Wahlström, 2003). Vastuunotto on tärkeä osa toimijuutta (Kurri & Wahlström, 2007; Pulkkinen & Aaltonen, 2003; Valkonen, 2007), jolloin myös toimijuuden rakentuminen estyy. Heikkoa toimijuutta kuvaa myös molempien miesten kertomuksissa esiintynyt hallitsemattomuuden tunne, jolloin yksilö ei näe itsellään olevan mahdollisuutta vaikuttaa omaan toimintaansa (Leiman, 2012c, 2015). Miehet kuvasivat väkivaltaa puheessaan usein ilman tekijää, mikä kuvaa myös toimijuuden puutetta (Kurri & Wahlström, 2007; Todd, 2014). Lisäksi toisella tutkimushenkilöllämme Karilla näyttäytyi väkivallan kieltämistä ja hän etäännytti väkivaltaista toimintaa itsestään yleistämällä.

Ryhmän aikana molemmilla miehillä oli havaittavissa itsehavainnoinnin kehittymistä, jota Leimanin mallissa määritellään havaitsijaposition käsitteellä. Havaitsijaposition asiakas kykenee vähitellen tarkastelemaan ongelmaansa eri näkökulmista, jolloin myös suhtautumistapa ongelmaan voi muuttua (Leiman, 2012c). Eeron itsehavainnoinnin kehitys näkyi monella eri osa-

alueella. Hänen lapsuuden tarinansa merkitys muuttui ryhmän aikana, eikä se enää toiminut pelkästään omaa väkivaltaista käyttäytymistä selittävänä tekijänä. Hän myös alkoi tunnistaa vihan tunteen alta muitakin tunteita, erityisesti pelkoa. Voikin olla, että väkivaltaa käyttävillä miehillä viha toimii suojana muille tunteille, kuten pelolle, epävarmuudelle ja häpeälle (Jennings & Murphy, 2000). Ryhmän aikana Eero alkoi tarkastella tilanteita myös muiden näkökulmista, mikä auttoi häntä vähitellen myöntämään omaa väkivaltaista käyttäytymistä ja sen vaikutuksia. Hän alkoi lisäksi tunnistaa erilaisia vaihtoehtoisia tapoja toimia, mutta niiden omaksuminen käyttäytymisen tasolla oli vielä haastavaa. Eeron kerronnan kehittämisessä huomaa, että hän oli tunnistanut haitalliset käyttäytymismallinsa, mikä onkin edellytys uusien valinnanvapautta korostavien mallien omaksumiselle (Leiman, 2012b).

Karin itsehavainnoinnin kehittyminen näkyi siinä, että hän tunnisti itselleen tyypillisen tavan suunnitella toimintaansa etukäteen ja havaitsi tämän toimimattomuuden yllättävissä tilanteissa. Myös Karin kyky nähdä asioita muiden ihmisten näkökulmista kehittyi ryhmän aikana ja hän myönsi toimineensa väärin monissa tilanteissa. Hän myös alkoi havainnoida toisten käyttäytymisen sijasta enemmän omaa käyttäytymistään ja pohti, ettei voi muuttua kuin omaa toimintaansa. Lisäksi Kari pohti itsekriittisyyttään ja joustamattomuuttaan sekä sitä, miten ne heijastuvat muihin ihmisiin. Vaikka Kari teki ryhmän aikana paljon yksittäisiä havaintoja omista ominaisuuksistaan ja toiminnastaan, hänen oli vaikeaa nähdä niiden yhteyttä väkivaltaiseen käyttäytymiseen. Daniels ja Murphy (1997) ovat huomanneet, että vaikka väkivaltaa käyttäneet miehet helposti tunnistavat väkivallan haittavaikutuksia, on heillä vaikeuksia tunnistaa niitä malleja, jotka ylläpitävät heidän väkivaltaista käyttäytymistään. Kari koki tilanteensa muuttuneen epäselvemmäksi ryhmän aikana, mikä kertoo siitä, että Karin itsehavainnoinnin prosessi oli alkanut, mutta jäänyt vielä kesken. Hänellä oli ryhmän aikana vaikeuksia havainnoida etenkin omia tunteitaan.

Molempien tutkimushenkilöiden kertomuksissa esiintyi myös subjektiposition mukaista puhetta, mutta Eerolla tätä oli kuitenkin selkeästi Karia enemmän. Lisäksi Eeron kertomuksista näkyi ryhmän lopussa, että hän oli omaksunut uusia toimintatapoja myös käytännön tasolla. Ryhmän aikana Eerolla vahvistui käsitys siitä, että jokaisen tulisi hallita oma käyttäytyminen ja hän kokikin voivansa itse vaikuttaa siihen, miten toimii. Myös Kari pohti ryhmän aikana, että kiihtyminen on luonnollista, mutta ratkaiseva on se, miten tilanteessa käyttäytyy. Hän kuitenkin luotti oman käyttäytymisensä hallintaan täysin vain, jos hänellä oli siitä etukäteen tehty suunnitelma. Subjektipositiossa yksilö kokee voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä ja hänellä on vapaus valita, miten toimii (Leiman, 2012c). Karilla tämä ei täysin toteutunut, sillä yllättävissä tilanteissa hän ei kokenut itsellään olevan valinnan mahdollisuutta. Eeron kertomuksissa valinnan mahdollisuutta rajoittivat lapsuudesta siirtyneet mallit, mutta ryhmän lopussa hän alkoi antaa enemmän painoarvoa

sille, että aikuisuudessa tehdyt valinnat voivat määrittää hänen käyttäytymistään enemmän. Onnistuneissa muutostarinoissa keskeistä väkivaltaryhmässä onkin ajallinen vertailu menneisyyden ja nykyisyyden välillä (Partanen ym., 2010).

Toimijuuteen liittyvä vastuun ottaminen näkyi Eeron puheessa siinä, että hän otti tekijän roolin kertomuksissaan, eikä enää vähätellyt tai syytellyt muita käyttämästään väkivallasta. Alussa Eeron kokema epäoikeudenmukaisuuden tunne muuttui ymmärrykseksi seurausten aiheellisuudesta. Eero näytti antaneen väkivallan seurauksille tärkeän merkityksen muutosprosessinsa kannalta, mikä oli auttanut häntä ottamaan käyttämänsä väkivallan osaksi omaa elämäntarinaansa. Myös Kari myönsi ryhmän aikana käyttäneensä väkivaltaa, mutta vain yhdessä tilanteessa, eikä kokenut itseään muuten väkivaltaiseksi. Miesten kertomuksissa väkivalta kuvataan usein yksittäisiksi sattumuksiksi, jotka eivät määritä miestä itseään väkivaltaiseksi (Hearn, 1998; Nyqvist, 2001). Holma ym. (2005) ovatkin pohtineet, että väkivaltaa voi olla vaikea siirtää osaksi omaa elämäntarinaa hankalien tunteiden vuoksi, joita oman väkivaltaisuuden käsittely tuottaa. Vaikeiden asioiden mieleen palauttaminen ja niistä kertominen voi kuitenkin auttaa kohtaamaan omat sisäiset ristiriidat (Rennie, 1994), mikä varsinkin väkivallan hoidossa voi auttaa sisällyttämään väkivaltaisuuteen liittyvät ristiriitaisuudet osaksi omaa minäkuvaa.

Metamallin mukaan ihmisellä on jokin tietty suhtautuminen ongelmaan, eli hän on asemoituneena siihen, miten havaitsee ja ymmärtää itseään (Leiman, 2012c). Havaitsimme, että Eeron asemoituminen omaa väkivaltaisuutta kohtaan muuttui, kun taas Karin asemoituminen ei muuttunut samalla tavalla, vaikka hän omaksuikin ryhmän aikana uusia näkökulmia. Karin prosessin kulkuun on voinut vaikuttaa se, että hän joutui jättämään ryhmän yllättäen kesken, eikä saanut mahdollisuutta reflektoida omaa muutosprosessiaan. Eero taas koki lopettaessaan saaneensa tarvitsemansa avun väkivallan käsittelyyn ryhmästä. Lisäksi Eerolla oli jo ennen Mobilen yksilökäyntejä ja ryhmää terapiataustaa, kun taas Karilla ei ollut aikaisempaa kokemusta terapeutisesta työskentelystä. Tämä on voinut vaikuttaa siihen, että miesten itsehavainnoinnin lähtötaso oli jo ryhmän alkaessa erilainen, jolloin muun muassa valmius tarkastella omia tunteita oli Eerolle helpompaa. Yksilön aktiivisuus hoidon aikana, ymmärryksen taso omasta ongelmasta sekä muutosvalmius vaikuttavat psykoterapian tehoon (Wahlström, 2012b), mikä näyttäisi soveltuvan myös ryhmäinterventioon.

Eeron kehityskertomuksen nimesimme ”Myöntäminen avaimena muutokseen”, sillä Eerolla väkivallan myöntäminen näyttäytyi merkittävänä tekijänä muutosprosessissa. Karin kertomusta kutsuimme nimellä ”Löytöretkellä muutokseen”, sillä kertomusta kuvasti tarve löytää vastauksia hänen tilanteeseensa. Leimanin metamalli voidaan nähdä tietynlaisena mallitarinana siitä, miten psykoterapiassa muutos tapahtuu ja miten päähenkilön kehitys etenee kohti tavoitetta. Eerolla

itsehavainnoinnin kehitys eteni kokonaisuudessaan ajallisesti mallitarinan mukaisesti, kun taas Karilla siitä ei ollut havaittavissa yhtä ajallista kehityskulkua. Malli ei siis onnistunut täysin kuvaamaan väkivaltaiseen käyttäytymiseen liittyvää terapeutista muutosta. Väkivalta on ilmiönä niin moniulotteinen, että siihen liittyviä muutosmekanismeja voi olla haastavaa mallintaa tietyn perusprosessin mukaisesti. Koska väkivaltaan liittyy niin paljon vaikeasti käsiteltäviä tunteita, kuten syyllisyyttä ja häpeää, voivat ne olla esteenä yksilön itsehavainnoinnille. Nämä tunteet voidaan kokea voimakkaiksi onnistumisen kokemustenkin jälkeen, jolloin itsehavainnoinnin prosessissa voidaan palata myös hetkellisesti taaksepäin. Narratiivisesta näkökulmasta väkivaltaiseen käyttäytymiseen liittyvään muutosprosessiin näyttäisikin sisältyvän monenlaisia Gergenin ja Gergenin (1988) esittelemiä narratiivin muotoja, eikä muutos välttämättä etene suoraviivaisesti. Tutkiessaan motivaatiota kuvaavan transteoreettisen mallin soveltuvuutta väkivaltaryhmän miesten muutosprosessiin, myös Daniels ja Murphy (1997) huomasivat, ettei muutos aina etene suoraviivaisesti. Metamallin soveltamisen väkivallan hoitoon tekee haastavaksi se, että malli keskittyy enemmänkin yksilön sisäisten merkitysrakenteiden muutokseen jättäen vähemmälle huomiolle yksilön muutoksen käyttäytymisen tasolla. Erityisesti väkivallan hoidossa käyttäytymisen muutos on olennainen osa muutosprosessia, sillä hoito-ohjelmien tavoitteena on väkivaltaisen käyttäytymisen loppuminen.

Molempien tutkittavien kehityskertomuksissa oli kuitenkin havaittavissa itsehavainnoinnin kehittymistä, mikä kertoo tämän merkityksestä myös väkivallan hoidossa. Itsehavainnoinnin kehittyminen kuuluukin kaikille psykoterapioille yhteisiin tekijöihin (Duodecim & Suomen Akatemia, 2006; Holmes & Bateman, 2002; Leiman, 2012c; Wahlström, 2012b), joiden nähdään olevan merkityksellisiä psykoterapian vaikuttavuuden kannalta (Wampold, 2001). Malli sopi myös väkivaltaiseen käyttäytymiseen liittyvän terapeutin muutoksen kuvaamiseen toimijuuden kehittymisen osalta, sillä vastuunotto omasta käyttäytymisestä on tärkeä tekijä muutokselle väkivallan hoidossa (Dobash ym., 2000; Holma ym., 2006). Toimijuuden tunteen voitiin kuitenkin nähdä vaihtelevan muutosprosessin aikana. Myös Toivonen (2019) huomasi väitöskirjatutkimuksessaan, että asiakkailta oli havaittavissa jo psykoterapian alussa monia toimijuuden eri muotoja. Voikin olla, että toimijuutta voidaan kokea eri tavoin ongelman eri osaluilla.

Koska interventio tapahtui ryhmässä, koimme tärkeäksi tarkastella myös millä tavalla muut ryhmäläiset osallistuivat tutkittavien kertomuksiin. Muiden ryhmäläisten osallistumiseen näytti vaikuttavan se, kuinka aktiivisesti tutkittavamme itse osallistuivat keskusteluihin. Kari osallistui keskusteluihin paljon kommentoimalla muiden kertomuksia sekä aloittamalla keskusteluja, kun taas Eero keskittyi enemmän kertomaan itsestään omissa puheenvuoroissaan ja kysyttäessä. Daniels ja

Murphy (1997) ovat huomanneet, että väkivaltaa käyttäneiden ryhmässä itsensä havainnointi tapahtuu pääosin vertailun, samaistumisen sekä muilta saadun palautteen kautta. Havaitsimmekin, että ryhmässä tapahtui paljon samaistumista muiden kokemuksiin, niiden vertailua sekä muiden kannustamista. Ryhmässä oli kuitenkin vain muutama osallistuja, jotka antoivat haastavia kommentteja tai palautetta muille, joten tämä ei ollut yleistä ryhmässä. Tämä voisi johtua siitä, että palautteen antamista ei koeta omaksi tehtäväksi vertaisten kanssa, vaan se saatetaan kokea enemmän ohjaajien tehtäväksi.

Tärkeänä antina ryhmästä sekä Eero että Kari kokivat muiden ryhmäläisten kertomusten kuulemisen, sillä niitä pystyi peilaamaan omiin kokemuksiin ja niistä sai uusia näkökulmia. Erityisesti Karille toisten näkökulmien kuuleminen oli mielestämme hyödyllistä, sillä tämä on voinut lisätä Karin myönteistä suhtautumista muiden tulkintoja kohtaan. On mahdollista, että ryhmässä opitut vuorovaikutustaidot siirtyvät myös ryhmän ulkopuolisiin ihmissuhteisiin. Kuulemalla muiden kokemuksia on mahdollista suhteuttaa omia kokemuksia niihin ja tätä kautta lisätä ymmärrystä omasta väkivallasta (Daniels & Murphy, 1997; Holma ym., 2005). Karin kohdalla ryhmässä määriteltiin ryhmäläisten kesken paljon väkivaltaan liittyviä käsitteitä, mikä lisäsi Karin kykyä havainnoida käyttämäänsä väkivaltaa ja sen vaikutuksia. Myös väkivallan myöntäminen voi helpottua (Nygqvist, 2001), mikä osoittautui Eerolla merkittäväksi tekijäksi muutoksessa.

Vaihtoehto väkivallalle -ryhmä on puoliavoin, joten osallistujien määrä vaihtelee istunnoissa ja voi mahdollistaa myös istuntoja ohjaajan kanssa kahden kesken. Tutkimuksessamme huomasimmekin, että ohjaajalle saatetaan kertoa joistakin henkilökohtaisemmista asioista helpommin, kuin muille ryhmäläisille. Voi kuitenkin olla, että luottamus ryhmää kohtaan kasvaa vähitellen ja kuullessaan toisten kertovan henkilökohtaisemmista asioista, omienkin asioiden jakaminen helpottuu. Väkivaltaryhmien onkin todettu voivan tarjota osallistujille turvallisen ilmapiirin väkivallan lisäksi muidenkin asioiden jakamiseen (Daniels & Murphy, 1997).

On huomattu, että osallistujat voivat vaikuttaa toistensa kertomuksiin myös haitallisesti tukemalla toisten käyttämiä selityskeinoja, kuten syyllistämällä yhdessä väkivallan uhreja (Holma ym., 2006). Ryhmässä keskusteltiin paljon työpaikkakulttuurin vaikutuksesta väkivaltaan ja osallistujien välillä oli väkivaltaa normalisoivaa puhetta. Huomasimme kuitenkin, että vaikka miesten kertomukset sisälsivät uhria syyllistävää puhetta, eivät muut osallistujat kannustaneet toisiaan tähän. Tähän voisi vaikuttaa se, että ryhmässä on juuri aloittaneita sekä jo pitkään käyneitä ryhmäläisiä sekaisin, jolloin pidempään ryhmässä olleet eivät käytä enää väkivallan selitystapoja samalla tavalla. Eri vaiheissa olevien osallistujien ryhmän onkin todettu olevan hyödyllinen, sillä uusilla osallistujilla on mahdollisuus oppia aiemmin aloittaneiden ryhmäläisten kertomuksista (Daniels & Murphy, 1997).

Lisäksi aiemmin aloittaneiden on mahdollista vertailla kertomuksiaan vasta-aloittaneiden kertomuksiin ja tätä kautta huomata oma kehityksensä ryhmän aloittamisesta.

Metamalliin kuuluu käsitys siitä, että itsehavainnointi kehittyy yksilön lähikehityksen vyöhykkeellä (Leiman, 2012c). Mallin mukaan terapeutin kuuluu suhteuttaa käyttämänsä tekniikat asiakkaan valmiuteen ottaa niitä vastaan. Tutkimuksessamme huomasimme lähikehityksen vyöhykkeen vaikuttavan myös ryhmäläisten tekemien kommenttien osalta. Ryhmässä vasta-aloittaneet eivät välttämättä ole valmiita vastaanottamaan jo itsehavainnoinnin kannalta pidemmällä olevien ryhmäläisten havaintoja. Tämä näkyi tutkimuksessamme, mutta huomionarvoista oli se, että pidemmällä olevien ryhmäläisten havainnot muistettiin kuitenkin myöhemmin. Vaikka toisten ryhmäläisten kommentit eivät välttämättä sen hetkisessä tilanteessa sovellu vielä yksilön itsehavainnoinnin materiaaliksi, ne voivat osoittautua merkityksellisiksi myöhemmin.

Olemme toteuttaneet tutkimuksen kahden tutkittavan tapaustutkimuksena, sillä halusimme tutkia psykoterapeuttista muutosprosessia heidän kohdallaan yksityiskohtaisesti. Tapaustutkimuksella oli mahdollista saavuttaa tutkimushenkilöiden muutoksen ainutlaatuisuus ja yksilöllinen prosessi, sekä ymmärtää paremmin väkivallan ryhmämuotoisessa hoidossa tapahtuvaa muutosta terapeutin muutosprosessina. Prosessin tarkkaa hahmottamista varten katsoimmekin videoituja ryhmätapaamisia paljon molemmilta tutkittavilta. Tapaustutkimuksessa on kiinnitettävä erityistä huomiota tutkittavien tunnistetietojen peittämiseen, joten jätimme pois analyysistämme tunnistettavia tietoja ja tapahtumia, tai muutimme niitä. Tällöin jouduimme jättämään kehityskertomuksista pois mahdollisia yksilön kehityksen kannalta merkityksellisiä asioita. Lisäksi tutkimuksen tuloksia ei voi yleistää koskemaan kaikkia ryhmässä olleita miehiä. Tapaustutkimuksen tarkoituksena on lisätä ymmärrystä yksittäisestä tapauksesta ja sen avulla voidaan tutkia teorian sopivuutta tietyssä kontekstissa ja edelleen kehittää sitä (Stiles, 2005).

Koimme narratiivisen analyysin tutkimukseemme sopivaksi, koska omasta elämästä kertominen tarinoiden kautta on ihmiselle luontaista ja sitä kautta onnistuimme parhaiten kuvaamaan miesten muutosprosesseja. Tutkimuksemme tarkoituksena ei ollut selvittää objektiivista totuutta kertomusten taustalta, vaan tarkastella, millä tavalla miehet kertovat kokemuksistaan. Kertomuksia ei voidakaan pitää tarkkoina totuuksina tapahtumista, vaan niitä ohjaavat kertojan arvot ja tarkoitusperät, jolloin sama tapahtuma voidaan kertoa monella eri tavalla (Riessman, 1993). Kerronnallinen tutkimus pohjautuu tulkinnalliseen lähestymistapaan (Heikkinen, 2018), joten myös tutkija vaikuttaa vääjäämättä siihen, millaiseksi tutkimustulokset muodostuvat (Tuomi & Sarajarvi, 2018). Tuloksemme pohjautuvatkin siihen, miten tulkitsimme miesten kertomuksia ja niiden merkityksiä, sillä emme voineet tarkistaa näkemyksiämme tutkimushenkilöiltä itseltään. Tulkintaamme ohjasi Leimanin metamalli, joten tulkintamme pohjautuvat tutkittuun teoreettiseen

malliin. Sovelsimme mallia kuitenkin vasta muodostaessamme tutkittaville kehityskertomukset, jotta se ei ohjaisi aineistostamme tekemiä havaintoja. Koska tutkimuksen teossa myös uudet havainnot ohjaavat aikaisempia tulkintoja (Stiles, 1993), toistimme analyysin eri vaiheita useasti. Lisäksi tulkintojemme tarkkuutta lisää se, että aineistomme koostui alkuperäisistä videoista, eikä vain litteroidusta tekstistä sekä se, että havaintoja oli tekemässä kaksi tutkijaa.

Jotta tutkimuksen lukija pystyy arvioimaan, mihin tutkijan tulkinnat perustuvat, täytyy tutkimuksen kaikki vaiheet raportoida mahdollisimman läpinäkyvästi ja yksityiskohtaisesti (Elliott ym., 1999; Riessman, 1993; Tuomi & Sarajärvi, 2018). Pyrimmekin raportoimaan tutkimuksemme eri vaiheet mahdollisimman tarkasti ja liittämään ne toisiinsa johdonmukaisesti. Vaikka tapaustutkimuksissa tutkittavien tunnistetiedot peitetään, on tutkijan tärkeää säilyttää tutkittavan oma ääni tämän kertomissa tarinoissa (McLeod, 2001). Esitimmekin tutkittaviemme kehityskertomuksissa heidän kertomuksiaan myös litteroituna tekstinä tuodaksemme esiin heidän tapansa kertoa itsestään.

On otettava huomioon, että Leimanin metamalli on kehitetty psykoterapeuttisen muutoksen kuvaamiseen, mutta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmä ei ole psykoterapiaa. Se on kuitenkin hoito-ohjelma, joka hyödyntää terapeuttisia työskentelymalleja, jonka vuoksi mallin voidaan katsoa soveltuvan ryhmän yksilöiden muutosprosessin tutkimiseen. Lisäksi mallia ei ole aikaisemmin tarkasteltu ryhmähoidon kontekstissa, joten tutkimuksemme tarkasteli mallia osittain täysin uudesta näkökulmasta antaen tietoa muiden ryhmäläisten merkityksestä yksilön itsehavainnoinnin kehittymiselle. Tutkimuksemme ei kuitenkaan ottanut huomioon ohjaajien vaikutusta ryhmässä tutkittaviemme muutokseen. Havaitsimme, että ohjaajien kysymysten ja kommenttien merkitys oli suuri ryhmän toiminnassa ja näiden avulla he ohjasivat keskusteluja muutoksen kannalta tärkeisiin aiheisiin. Lisäksi Leimanin mallissa korostuvat terapeutin käyttämät menetelmät itsehavainnoinnin kehittymisen edistäjinä, jolloin tutkimuksessamme osa mallista jäi tarkastelematta.

Tutkimuksemme tulosten mukaan itsehavainnoinnin kehitys ei välttämättä tapahdu suoraviivaisesti Leimanin mallin mukaisesti. Metamalli voidaankin nähdä mallitarinana, joka esittää suotuisimman kehityskulun tavoitteen, eli subjektiposition, saavuttamiselle. Metamalli auttaa kuvaamaan itsehavainnoinnin kehittymistä merkittävänä muutostekijänä toimijuuden rakentamisessa, mutta ei ota täysin huomioon muutoksen kohteena olevan ongelman moniulotteisuutta. Hoidossa on otettava huomioon, että itsehavainnoinnin kehittyminen on yksilöllistä, eikä tunne toimijuudesta lisääny jatkuvana koko hoidon ajan. Lisäksi asiakkaan itsehavainnoinnin lähtötaso ja valmius muutokseen intervention alussa vaikuttavat prosessin etenemiseen, jolloin ohjaajien on tärkeää ottaa huomioon jokainen ryhmäläinen yksilöllisesti. Tulosten mukaan ryhmän muilla osallistujilla on merkitystä yksilön itsehavainnoinnin kehitykselle ja tätä voidaankin pitää yhtenä ryhmähoidon hyödyistä.

Tutkimuksemme antoi uutta tietoa psykoterapeuttisen muutoksen metamallin soveltamisesta väkivallan hoitoon ryhmäkontekstissa ja lisäsi tietoa mallin mukaan kuvatun muutoksen etenemisen tavoista. Mallia olisi kuitenkin tarpeellista tutkia laajemmalla aineistolla ja ottamalla mukaan myös ryhmän ohjaajien vaikutus muutokseen. Lisäksi muutoksen pysyvyys tulisi ottaa jatkotutkimuksissa huomioon, sillä tutkimme vain ryhmäintervention aikana tapahtunutta muutosta. Väkivaltaa käyttäneiden henkilöiden muutosprosessin syvällinen ymmärtäminen auttaa ohjaamaan ohjaajien työskentelyä sekä ryhmän toimintaa, ja tätä kautta edistää väkivallan hoitoa ja ehkäisevää työtä.

LÄHTEET

- Ajo, A., & Grönroos, S. (2005). Selittäminen ja vastuunotto miesten puheessa. Teoksessa J. M. Holma & J. Wahlström (toim.), *Iskuryhmä: miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmissä* (s. 90–113). Yliopistopaino.
- Alasaarela, S. (2005). Ryhmäidentiteetin rakentuminen ryhmähoidon aikana. Teoksessa J. M. Holma & J. Wahlström (toim.), *Iskuryhmä: miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmissä* (s. 135–153). Yliopistopaino.
- Anderson, H., & Goolishian, H. (1992). Client is the expert: a not-knowing approach to therapy. Teoksessa S. McNamee & K. J. Gergen (toim.), *Therapy as social construction* (s. 25–39). Sage Publications.
- Angus, L. E., & McLeod, J. (2004). Toward an integrative framework for understanding the role of narrative in the psychotherapy process. Teoksessa L. E. Angus & J. McLeod (toim.), *The handbook of narrative and psychotherapy: practice, theory and research* (s. 366–374). Sage Publications.
- Bohart, A. C., & Wade, A. G. (2013). The client in psychotherapy. Teoksessa M. J. Lambert (toim.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6. painos) (s. 219–257). John Wiley & Sons Inc.
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Harvard University Press.
- Campbell, J. (1966). *The hero with a thousand faces* (8. painos). Meridian books.
- Daniels, J. W., & Murphy, C. M. (1997). Stages and processes of change in batterers' treatment. *Cognitive and Behavioral Practice*, 4(1), 123–145. [https://doi.org/10.1016/S1077-7229\(97\)80015-6](https://doi.org/10.1016/S1077-7229(97)80015-6)
- Dobash, E. R., Dobash, R. P., Cavanagh, K., & Lewis, R. (2000). *Changing violent men*. Sage Publications.
- Elliott, R., Fischer, C. T., & Rennie, D. L. (1999). Evolving guidelines for publication of qualitative research studies in psychology and related fields. *British Journal of Clinical Psychology*, 38, 215–229.
- Erskine, R. G. (2015). *Relational patterns, therapeutic presence: concepts and practice of integrative psychotherapy*. Karnac Books Ltd.
- Frye, N. (1957). *Anatomy of criticism: four essays*. Princeton University Press.
- Garfield, S. L. (1990). Issues and methods in psychotherapy process research. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58(3), 273–280. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.58.3.273>

- Gergen, K. J. (1999). *An invitation to social construction*. Sage Publications.
- Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (1988). Narrative and the self as relationship. Teoksessa L. Berkowitz (toim.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 21) (s. 17–56). Academic Press.
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Anchor Books.
- Hanna, F. J. (2009). *Vaikeat asiakkaat terapiassa: miten edistää myönteistä muutosta* (J. Pihlainen, suomennos). Edita. (Alkuperäinen julkaisu 2001).
- Hearn, J. (1998). *The violences of men*. Sage Publications.
- Heikkinen, H. L. T. (2018). Kerronnallinen tutkimus. Teoksessa R. Valli, J. Aaltonen & A. Laajalahti (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin* (s. 170–187). PS-kustannus.
- Hill, C. E., & Castonguay, L. G. (2017). Therapist effects: integration and conclusions. Teoksessa L. G. Castonguay & C. E. Hill (toim.), *How and why are some therapists better than others? Understanding therapist effect* (s. 325–341). American Psychological Association.
- Holma, J. M. (1999). *The search for a narrative: Investigating acute psychosis and the need-adapted treatment model from the narrative viewpoint* [Väitöskirjatutkimus, University of Jyväskylä]. University Library of Jyväskylä.
- Holma, J. M. (2001). Mistä puhutaan kun puhutaan narratiivisuudesta? Teoksessa R. Rinne & J. Seikkula (toim.), *Ja äkisti uusi aikakausi: professori Jukka Aaltonen 60 vuotta* (s. 132–144). Gummerus.
- 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). Yliopistopaino.
- Holma, J. M., & Nyqvist, L. (2017). Väkivaltatyö miesten kanssa. Teoksessa J. Niemi, H. Kainulainen & P. Honkatukia (toim.), *Sukupuolistunut väkivalta: oikeudellinen ja sosiaalinen ongelma* (s. 104–120). Vastapaino.
- Holma, J., Partanen, T., Wahlström, J., Laitila, A., & Seikkula, J. (2006). Narratives and discourses in groups for male batterers. Teoksessa M. Lipshitz (toim.), *Domestic violence reverberations* (s. 59–83). Nova Science Publishers.
- Holmes, J., & Bateman, A. W. (2002). Introduction. Teoksessa J. Holmes & A. Bateman (toim.), *Integration in psychotherapy: models and methods* (s. 1–10). Oxford University Press.
- Husso, M. (2003). *Parisuhdeväkivalta: lyötyjen aika ja tila*. Vastapaino.
- Hänninen, V. (1991). Työpaikan menetys tarinana. *Psykologia*, 26, 348–355.
- Hänninen, V. (1999). *Sisäinen tarina, elämä ja muutos* (5. painos) [Väitöskirjatutkimus, Tampereen yliopisto]. Tampereen yliopistopaino Oy Juvenes Print.

- Hänninen, V. (2018). Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa R. Valli, J. Aaltonen & A. Laajalahti (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin* (s. 188–208). PS-kustannus.
- Jennings, J. L., & Murphy, C. M. (2000). Male-male dimensions of male-female battering: a new look at domestic violence. *Psychology of Men and Masculinity*, 1(1), 21–29. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.1.1.21>
- Kapanen, K. (2005). Naiskuvat miesten puheessa. Teoksessa J. M. Holma & J. Wahlström (toim.), *Iskuryhmä: miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmissä* (s. 72–89). Yliopistopaino.
- Kopta, S. M., Lueger, R. J., Saunders, S. M., & Howard, K. I. (1999). Individual psychotherapy outcome and process research: challenges leading to greater turmoil or a positive transition? *Annual Review of Psychology*, 50, 441–469. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.50.1.441>
- Kurri, K. (2005). *The invisible moral order: agency, accountability and responsibility in therapy talk* [Väitöskirjatutkimus, University of Jyväskylä]. University Library of Jyväskylä.
- Kurri, K., & Wahlström, J. (2007). Reformulations of agentless talk in psychotherapy. *Text and talk*, 27(3), 315–338. <https://doi.org/10.1515/TEXT.2007.013>
- Lahti-Nuuttila, P., & Eronen, S. (2012). Johdatus integratiiviseen lähestymistapaan. Teoksessa S. Eronen & P. Lahti-Nuuttila (toim.), *Mikä psykoterapiassa auttaa? Integratiivisen lähestymistavan perusteita* (s.18–34). Edita.
- Lambert, M. J. (2013). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. Teoksessa M. J. Lambert (toim.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6. painos) (s. 169–218). John Wiley & Sons Inc.
- Lambert, M. J., & Barley, D. E. (2002). Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome. Teoksessa J. C. Norcross (toim.), *Psychotherapy relationships that work: therapist contributions and responsiveness to patients* (s. 17–32). Oxford University Press.
- Lee, C. (2004). Agency and purpose in narrative therapy: questioning the postmodern rejection of metanarrative. *Journal of Psychology and Theology*, 32(3), 221–231. <https://doi.org/10.1177/009164710403200307>
- Lehtonen, T., & Lappalainen, R. (2005). *Kognitiivisen käyttäytymisterapian perusmenetelmiä: terapiamalli, altistus, itsehavainnointi, käyttäytymisen aktivointi, ongelmanratkaisu*. Tampereen yliopisto.
- Leiman, M. (2004). Vaikuttavuustutkimuksen pulmallisuus psykoterapiassa. *Duodecim*, 120(22), 2645–2653.

- Leiman, M. (2012a). Dialogical sequence analysis in studying psychotherapeutic discourse. *International Journal for Dialogical Science*, 6(1), 123–147.
- Leiman, M. (2012b). Psykoterapiat ja psykoterapeutit. Teoksessa M. O. Huttunen & H. Kalska (toim.), *Psykoterapiat* (s. 318–327). Duodecim.
- Leiman, M. (2012c). Psykoterapioiden yhteinen perusprosessi. Teoksessa S. Eronen & P. Lahti-Nuuttila (toim.), *Mikä psykoterapiassa auttaa? Integratiivisen lähestymistavan perusteita* (s. 71–90). Edita.
- Leiman, M. (2015). Lähikehityksen vyöhyke ja itsehavainnoinnin laatu. Teoksessa M. Koivuluhta & P. A. Kauppila (toim.), *Toimijuuden tuki: dialoginen ohjaus* (s. 71–94). Toimijuuden tuki: koulutus- ja työsiirtymät, toimijuus ja ohjaus -hanke.
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. B. (1998). *Narrative research: reading, analysis and interpretation*. Sage Publications.
- Llewelyn, S., & Hardy, G. (2001). Process research in understanding and applying psychological therapies. *British Journal of Clinical Psychology*, 40, 1–21.
- McLeod, J. (1997). *Narrative and psychotherapy*. Sage Publications.
- McLeod, J. (2001). *Qualitative research in counselling and psychotherapy*. Sage Publications.
- McLeod, J., & Balamoutsou, S. (2001). A method for qualitative narrative analysis of psychotherapy transcripts. *Psychologische Beiträge*, 43(3), 128–152.
- Norcross, J. C. (2005). A primer on psychotherapy integration. Teoksessa J. C. Norcross & M. R. Goldfried (toim.), *Handbook of psychotherapy integration* (2. painos) (s. 3–23). Oxford University Press.
- Nyqvist, L. (2001). *Väkivaltainen parisuhde, asiakkuus ja muutos: prosessinarviointi parisuhdeväkivallasta ja turvakotien selviytymistä tukevasta asiakastyöstä*. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 28. Ensi- ja turvakotien liitto.
- Ochs, E., & Capps, L. (2001). *Living narrative: creating lives in everyday storytelling*. Harvard University Press.
- Ogles, B. M. (2013). Measuring change in psychotherapy research. Teoksessa M. J. Lambert (toim.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6. painos) (s. 134–166). John Wiley & Sons Inc.
- Osatuke, K., Glick, M. J., Gray, M. A., Reynolds, D. J., Humphreys, C. L., Salvi, L. M., & Stiles, W. B. (2004). Assimilation and narrative: stories as meaning bridges. Teoksessa L. E. Angus & J. McLeod (toim.), *Handbook of narrative and psychotherapy: practice, theory and research* (s. 192–210). Sage Publications.

Palveluvalikoimaneuvosto (2018). *Palveluvalikoimaneuvoston perustelumuistio: Psykoterapiat ja muut psykososiaaliset hoito- ja kuntoutusmenetelmät mielenterveys- ja päihdehäiriöiden hoidossa.*

<https://palveluvalikoima.fi/documents/1237350/11049969/Perustelumuistio+psykoterapiat+p%C3%A4iv.+29.11.2018/f82fc0d1-fcba-6612-b024-ba1023b12bc9/Perustelumuistio+psykoterapiat+p%C3%A4iv.+29.11.2018.pdf>

Partanen, T., & Holma, J. (2002). Vaihtoehto väkivallalle: toimijuutta kaikille perheenjäsenille. Teoksessa A. Rönkä & U. Kinnunen (toim.), *Perhe ja vanhemmuus: suomalainen perhe-elämä ja sen tukeminen* (s. 188–207). PS-kustannus.

Partanen, T., & Wahlström, J. (2003). The dilemma of victim positioning in group therapy for abusive men. Teoksessa C. Hall, K. Juhila, N. Parton & T. Pösö (toim.), *Constructing clienthood in social work and human services: interactions, identities and practices.* (s. 129–144). Jessica Kingsley.

Partanen, T., Wahlström, J., & Holma, J. (2006). Loss of self-control as excuse in group-therapy conversations for intimately violent men. *Communication & Medicine*, 3(2), 171–183.

Partanen, T., Wahlström, J., & Holma, J. (2010). Constructing and negotiating ‘change’ in follow-up meetings for intimately violent men. *Communication & Medicine*, 7(1), 65–74.

Payne, M. (2006). *Narrative therapy.* Sage Publications.

Peräkylä, A., Antaki, C., Vehviläinen, S., & Leudar, I. (2008). Analysing psychotherapy in practice. Teoksessa A. Peräkylä, C. Antaki, S. Vehviläinen & I. Leudar (toim.), *Conversation analysis and psychotherapy* (s. 5–25). Cambridge University Press.

Polkinghorne, D. E. (1995). Narrative configuration in qualitative analysis. Teoksessa J. A. Hatch & R. Wisniewski (toim.), *Life history and narrative* (s. 5–23). The Falmer Press.

Pulkkinen, M. L., & Aaltonen, J. (2003). Sense of agency in narrative processes of repeatedly convicted drunk drivers. *Counselling Psychology Quarterly*, 16(2), 145–159.
<https://doi.org/10.1080/0951507031000151525>

Päivinen, H., Vall, B., & Holma, J. (2017). Research on facilitating successful treatment processes in perpetrator programs. Teoksessa M. Ortiz (toim.), *Domestic violence: prevalence, risk factors and perspectives* (s. 163–187). Nova Science Publishers.

Rennie, D. L. (1994). Storytelling in psychotherapy: the client’s subjective experience. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 31(2), 234–243.
<https://doi.org/10.1037/h0090224>

Riessman, C. K. (1993). *Narrative analysis.* Sage Publications.

- Riessman, C. K., & Speedy, J. (2007). Narrative inquiry in the psychotherapy professions: a critical review. Teoksessa D. J. Clandinin (toim.), *Handbook of narrative inquiry: mapping a methodology* (s. 426–456). Sage Publications.
- Stiles, W. B. (1993). Quality control in qualitative research. *Clinical Psychology Review*, 13(6), 593–618. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(93\)90048-Q](https://doi.org/10.1016/0272-7358(93)90048-Q)
- Stiles, W. B. (2005). Case studies. Teoksessa J. C. Norcross, L. E. Beutler & R. F. Levant (toim.), *Evidence-based practices in mental health: debate and dialogue on the fundamental questions* (s. 57–64). American Psychological Association.
- Stiles, W. B., Elliott, R., Llewelyn, S. P., Firth-Cozens, J. A., Margison, F. R., Shapiro, D. A., & Hardy, G. (1990). Assimilation of problematic experiences by clients in psychotherapy. *Psychotherapy*, 27(3), 411–420. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.3.411>
- Suomalainen Lääkäriseura Duodecim & Suomen Akatemia (2006). Konsensuslausuma: Psykoterapia. <https://www.duodecim.fi/wp-content/uploads/sites/9/2016/02/lausuma06.pdf>
- Sveins, P., Holma, J., & Laitila, A. (2000). The Jyväskylä model for combating domestic violence. Teoksessa L. Keeler (toim.), *Recommendations of the E.U. expert meeting on violence against women* (s. 156–173). Reports of the Ministry of Social Affairs and Health 2000:13.
- Säävälä, H., Pohjoisvirta, R., Nyqvist, L., Keinänen, E., & Salonen, S. (2006). Miesten väkivaltatyön organisointi. Teoksessa H. Säävälä, R. Pohjoisvirta, E. Keinänen & S. Salonen (toim.), *Mies varikolle: apua lähisuhdeväkivaltaan* (s. 57–84). Kalevaprint Oy.
- Todd, N. (2014). Between subject and object: using the grammar of verbs to enhance the therapeutic construction of personal agency. *Journal of Constructivist Psychology*, 27(4), 289–302. <https://doi.org/10.1080/10720537.2013.843479>
- Toivonen, H. (2019). *Constructions of agency and nonagency in psychotherapy: the 10 discursive tools model* [Väitöskirjatutkimus, University of Jyväskylä]. JYU Dissertations.
- Toskala, A. (1996). Psykoterapeuttinen muutos: konstruktivistinen näkökulma. Teoksessa A. Toskala & J. Wahlström (toim.), *Psykoteraapian prosessit: tutkimukselliset konstruktiot* (s. 10–23). Suomen Psykologinen Seura.
- Tuomi, J., & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Valkonen, H. (2012). Integriivinen psykoterapia työtteenä. Teoksessa S. Eronen & P. Lahti-Nuutila (toim.), *Mikä psykoterapiassa auttaa? Integriivisen lähestymistavan perusteita* (s. 274–296). Edita.

- Valkonen, J. (2007). *Psykoterapia, masennus ja sisäinen tarina* [Väitöskirjatutkimus, Helsingin yliopisto]. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 77.
- Virkki, T. (2004). *Vihan voima: toimijuus ja muutos vihakertomuksissa* [Väitöskirjatutkimus, Jyväskylän yliopisto]. Jyväskylän yliopisto.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: the development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Wahlström, J. (2012a). Psykoterapia asiakkaan kokemana. Teoksessa S. Eronen & P. Lahti-Nuuttila (toim.), *Mikä psykoterapiassa auttaa? Integratiivisen lähestymistavan perusteita* (s. 114–141). Edita.
- Wahlström, J. (2012b). Psykoterapian tulos ja siihen vaikuttavat tekijät. Teoksessa S. Eronen & P. Lahti-Nuuttila (toim.), *Mikä psykoterapiassa auttaa? Integratiivisen lähestymistavan perusteita* (s. 35–70). Edita.
- Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate: models, methods and findings*. Lawrence Erlbaum Associates.
- White, M. (2008). *Karttoja narratiiviseen työskentelyyn* (K. Mähönen, suomennos). Kuva ja Mieli. (Alkuperäinen julkaisu 2007).
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Norton.