

**VÄKIVALTAINTERVENTIOON OSALLISTUNEIDEN  
KOKEMUKSET PARISUHDEVÄKIVALLAN  
VÄHENTÄMISESSÄ AUTTANEISTA TEKIJÖISTÄ**

**Maria Pullinen  
Saara Seppänen  
Pro gradu -tutkielma  
Psykologian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
Kesäkuu 2021**

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Psykologian laitos

PULLINEN, MARIA & SEPPÄNEN, SAARA: Väkivaltainterventioon osallistuneiden kokemukset parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä

Pro gradu -tutkielma, 45 s.

Ohjaaja: Juha Holma

Psykologia

Kesäkuu 2021

---

Parisuhdeväkivallan tekijöille perustettuja ryhmämuotoisia interventioita on useita, mutta parisuhdeväkivallan vähentämiseen vaikuttavista interventioiden mekanismeista tiedetään vielä vähän. Tässä laadullisessa tutkimuksessa selvitettiin Jyväskylän malliin perustuvan ryhmämuotoisen hoito-ohjelman ryhmäläisten kokemuksia parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä. Lisäksi tutkimme, kenen aloitteesta keskustelut näistä kokemuksista ryhmässä alkoivat.

Tutkimusaineistomme koostui Jyväskylän mallin videoiduista ryhmäistunnoista kahden vuoden ajalta. Jyväskylän malli on Jyväskylän yliopiston Psykoterapian tutkimus- ja opetusklinikan sekä Kriisikeskus Mobilen yhteistyössä perustama ryhmäinterventio lähisuhteissaan väkivaltaisille henkilöille. Analyysimenetelmänä käytimme laadullista sisällönanalyysia. Poimimme videotallenteista litteroitavaksi kohdat, joissa tutkittavat kertoivat, mitkä asiat ovat auttaneet heitä vähentämään parisuhdeväkivaltaa. Ryhmittelimme nämä kohdat viiteen luokkaan, jotka olivat (1) Vaihtoehtoiset toimintatavat, (2) Muutokset asenteissa ja ajattelutavoissa, (3) Vertaistuen saaminen ryhmässä, (4) Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen ja (5) Muu ulkopuolinen tuki. Ryhmittelyn jälkeen tarkastelimme luokittain, kenen aloitteesta keskustelut alkoivat.

Tutkimuksessamme havaitsimme, että ryhmäläiset pystyivät vaihtoehtoisten toimintamallien, kuten aikalisän avulla hallitsemaan vihan tunnettaan ja käyttäytymistään. Konkreettisten keinojen lisäksi ryhmäläisiä oli auttanut omien ajatusten ja tunteiden ilmaiseminen sanallisesti. Ryhmäläiset raportoivat asenteissa ja ajattelutavoissa näkyvinä muutoksina väkivallan tunnistamisen, siitä vastuunottamisen, väkivaltaisen käyttäytymisen ennakoimisen sekä muuttuneen suhtautumisen heikkouksiin ja vastoinkäymisiin. Vertaistuki mahdollisti väkivaltaongelman työstämisen yhdessä, toisenlaisen näkökulman väkivaltaiselle käytökselle ja uusien keinojen oppimisen itsensä hillitsemiseen. Oman hyvinvoinnin lisääntymisessä ryhmäläisiä oli auttanut muun muassa psyykkisen voimien kohentuminen. Muuhun ulkopuoliseen tukeen sisältyi erimuotoinen keskustelutuki sekä lääkehoito. Keskustelut parisuhdeväkivaltaa vähentäneistä asioista alkoivat ohjaajan tai ryhmäläisten aloitteesta, toisen ryhmäläisen kokemuksiin yhtymällä tai ryhmäläisten toisille esittämistä avoimista kysymyksistä.

Tutkimuksemme osoittaa, että parisuhdeväkivallan vähentämisessä sekä intervention sisäisillä että ulkoisilla tekijöillä on merkitystä. Ryhmämuotoisena toteutetun intervention tärkeys korostui vertaistuen muodossa sekä tuloksissa esiteltyjen, merkityksellisten teemojen esiin nousemisessa keskusteluissa. Tutkimustulokset tarjoavat ryhmän ohjaajille tietoa siitä, mistä ryhmäläiset hyötyvät parisuhdeväkivallan vähentämiseksi.

**Avainsanat: parisuhdeväkivalta, parisuhdeväkivallan tekijöiden ryhmäinterventio, parisuhdeväkivallan vähentäminen, aineistolähtöinen sisällönanalyysi**

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Department of Psychology

PULLINEN, MARIA & SEPPÄNEN, SAARA: How the participants in batterer group intervention experienced factors that helped them reduce intimate partner violence

Master's thesis, 45 pages

Supervisor: Juha Holma

Psychology

June 2021

---

There are lots of batterer group intervention programs, but not much is known about the intervention mechanisms that reduce intimate partner violence. This qualitative study examined the experiences of members of the Jyväskylä's batterer group treatment about the factors that helped them reduce violence. In addition, we examined who began the discussions about these experiences in the group.

Our research data consisted of video recordings from Jyväskylä's batterer group treatment. Jyväskylä's batterer group treatment was created in collaboration with the Psychotherapy Training and Research Centre of the University of Jyväskylä and Crisis centre Mobile for intimately violent persons. We watched recordings for two years. We used qualitative content analysis as the method of analysis. We transcribed those parts from the recordings where the examinees talked about the things that have helped them reduce intimate partner violence. We grouped these points into five categories which were (1) Alternative ways of acting, (2) Changes in attitudes and beliefs, (3) Peer support in the group, (4) Increasing your own well-being and resilience, and (5) Other supportive things. After grouping, we looked at who began the discussions.

We found that group members were able to control their sense of anger and behavior through alternative behaviors, such as time-out. In addition, the group members found that expressing their own thoughts and feelings verbally was useful. Group members reported recognising violence, taking responsibility for it, anticipating violent behavior, and changing attitudes to weaknesses and adversities as visible changes in attitudes and beliefs. Peer support made it possible to work together on the problem, get a different perspective on violent behavior, and learn new ways of control oneself. Among other things, the improvement of mental well-being had helped the group members to increase their own well-being. Other external support included various forms of discussion support and medication. Discussions on issues that reduced intimate partner violence began at the initiative of the facilitator or group members, by sharing the experiences of another group member, or by open-ended questions from group members to others.

Our results show that both internal and external factors of intervention play a role in reducing intimate partner violence. The importance of the group was highlighted in the form of peer support and in the emergence of relevant themes presented in the results. The research results provide information for group facilitators on what group members benefit from to reduce intimate partner violence.

**Keywords: IPV, intimate partner violence, batterer intervention program, reducing intimate partner violence, data-based content analysis**

## Sisältö

1 JOHDANTO .....	1
1.1. Parisuhdeväkivalta.....	1
1.2. Parisuhdeväkivallan tekijöiden interventiot .....	2
1.2.1. Väkivaltatyö Suomessa ja Jyväskylän malli.....	4
1.3. Interventioiden tuloksellisuustutkimus .....	5
1.4. Muutosta tukevat tekijät parisuhdeväkivaltaa käyttäneiden interventioissa .....	7
1.4.1. Opitut taidot ja tekniikat .....	7
1.4.2. Tekijän vastuunotto väkivallasta .....	8
1.4.3. Asenteet sukupuolten tasa-arvosta ja väkivallan ei-hyväksyttävyydestä .....	9
1.4.4. Itsestä oppiminen ja kumppania kohtaan koetun empatian kehittyminen .....	9
1.4.5. Vertaisten ja ohjaajien tuki sekä erityiset tapahtumat käännekohtina .....	10
1.5. Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset.....	11
2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	11
2.1. Yleistä.....	11
2.2. Aineisto ja tutkittavat .....	12
2.3. Tutkimusmenetelmä .....	12
2.4. Aineiston analysointi.....	13
2.5. Luotettavuus .....	14
3 TULOKSET .....	16
3.1. Vaihtoehtoiset toimintatavat.....	17
3.1.1. Etäisyyden ottaminen tilanteeseen.....	17
3.1.2. Itsensä ilmaiseminen sanallisesti .....	19
3.2. Muutokset asenteissa ja ajattelutavoissa .....	22
3.2.1. Väkivallan tunnistaminen ja vastuunotto väkivallasta .....	22
3.2.2. Väkivaltaa ennakoivien ajatusmallien tunnistaminen .....	24
3.2.3. Muutokset suhtautumisessa heikkouksiin ja vastoinkäymisiin .....	26
3.3. Vertaistuen saaminen ryhmässä .....	28
3.4. Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen.....	29
3.5. Muu ulkopuolinen tuki .....	31
3.6. Keskustelujen aloittajat .....	32
4 POHDINTA .....	34
4.1. Päätulokset.....	34
4.2. Tutkimuksen rajoitukset ja vahvuudet .....	37

4.3. Käytännön sovellusmahdollisuudet ja jatkotutkimusehdotukset .....	38
4.4. Yhteenveto.....	39
LÄHTEET.....	40

## 1 JOHDANTO

Parisuhdeväkivalta on edelleen sosiaalinen ja kansanterveyteen vaikuttava ongelma, vaikka sekä siihen liittyvä yleinen tietoisuus että sanktiot ovat lisääntyneet (Murphy & Ting, 2010). Parisuhdeväkivallan vähentämiseksi on kehitetty lukuisia väkivallan tekijöille suunnattuja interventioita, jotka ovat laajasti saatavilla. Näistä interventioista tai hoito-ohjelmista on julkaistu satoja arviointeja, mutta vain muutama selittää kenelle, missä olosuhteissa ja miksi interventiot ovat tehokkaita (Velonis, Mahabir, Maddox & O'Campo, 2020). Olisi tärkeää löytää ne interventioiden mekanismit, jotka edesauttavat onnistunutta muutosta väkivallan vähentämiseksi. Pitkän tähtäimen tavoitteiden saavuttamiseksi väkivaltaisen käyttäytymisen lopettamisesta väkivaltainterventioiden on kuitenkin ensin saavutettava sellaisia välittömiä tuloksia, jotka vaikuttavat näihin pitkän tähtäimen tavoitteisiin. Kaiken kaikkiaan keinot väkivaltaisen käyttäytymisen lopettamiseksi voivat olla riippumattomia niistä syistä, miksi henkilö käyttäytyy väkivaltaisesti muita kohtaan (Gondolf, 2004).

Koska vielä tiedetään vähän siitä, ketkä väkivallan tekijöistä muuttuvat, milloin, miten ja miksi (Lilley-Walker, Hester & Turner, 2018), tavoitteenamme on tässä tutkimuksessa lisätä tältä osin tietoisuutta. Tutkimme sitä, mitkä asiat ovat auttaneet parisuhdeväkivallan tekijöiden interventioon osallistuneita vähentämään parisuhdeväkivaltaa. Lisäksi tutkimme sitä, kenen aloitteesta keskustelut ryhmässä parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä alkavat.

### 1.1. Parisuhdeväkivalta

Parisuhdeväkivallalla tarkoitetaan väkivaltaa tai sillä uhkailua romanttiseksi parisuhteeksi luokiteltavassa suhteessa, kuten avio- tai avoliitossa, kihlaus- tai seurustelusuhteessa (Piispa, Heiskanen, Kääriäinen, Sirén, 2006). Väkivaltaa voi olla kaikissa sen eri muodoissa ja sen tarkoituksena on vahingoittaa kumppania suoraan tai epäsuorasti (Flinck, 2006.) Väkivallan erilaisia muotoja ovat fyysisen väkivallan lisäksi esimerkiksi henkinen, seksuaalinen, taloudellinen, sosiaalinen ja uskonnollinen väkivalta (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [THL], 2020). Suoraan vahingoittamisena ajatellaan perinteisesti fyysistä väkivaltaa, kun taas epäsuorasti vahingoittaminen voi tapahtua esimerkiksi omaisuuden tai ympäristön vahingoittamisena (Flinck, 2006). Parisuhdeväkivalta on yleensä erityisen vahingoittavaa, sillä se tapahtuu läheisen ihmisen toimesta (THL, 2019).

Väkivallan muodoista käsittelemme tässä tutkimuksessa pääasiassa fyysistä ja henkistä väkivaltaa. Fyysiseksi väkivallaksi luokitellaan muun muassa liikkumisen estäminen, töniminen, lyöminen, potkiminen, kuristaminen ja kiinnipitäminen (THL, 2020). Fyysinen väkivalta on aina rikos ja väkivallan muodoista se on selkein ja kiistattomin (Kaitue, Nojonen & Släen, 2007). Usein fyysisen väkivallan olemassaolo synnyttää pelon ilmapiirin, jolloin tekijällä on keino käyttää valtaansa uhuriin (Holma, Laitila, Wahlström & Sveins, 2005). Tyypillisesti fyysistä väkivaltaa edeltää henkinen väkivalta (Kaitue ym., 2007). Henkistä väkivaltaa on esimerkiksi ilkeily, pilkkaaminen, toista mitätöivät puheet tai toisen elämän rajoittaminen (THL, 2020). Parisuhdeväkivallaksi lasketaan myös eron jälkeiset väkivaltateot ja vainoaminen. Vainoaminen on käytöksenä tarkoituksellista, ei-haluttua, jatkuvaa ja pelkoa aiheuttavaa toimintaa, kuten esimerkiksi fyysistä väkivaltaa, toisen elämään väkisin tunkeutumista ja uhkaamista (Spitzberg, 2002; Spitzberg & Cupach, 2007; Nikupeteri, 2016).

Parisuhdeväkivalta on tutkimusten mukaan yleistä sekä Suomessa että muualla maailmassa. Euroopan unionin maissa vuonna 2012 tehdyn kyselytutkimuksen mukaan kaikkien EU-maiden naisista keskimäärin 20 % oli kokenut fyysistä väkivaltaa ja 43 % henkistä väkivaltaa puolisonsa tekemänä 15 ikävuoden jälkeen (Euroopan unionin perusoikeusvirasto [FRA], 2012). Saman tutkimuksen Suomen vastaavat luvut ovat EU-maiden keskitasoa korkeammat: 27 % naisista oli kokenut fyysistä väkivaltaa ja jopa 53 % henkistä väkivaltaa 15 ikävuoden jälkeen. Yleisyyden luotettava tutkiminen on kuitenkin hankalaa, sillä läheskään kaikki parisuhdeväkivalta ei päädy tilastoihin. Vuonna 2012 tehdyn kansallisen rikosuhritutkimuksen osana kysyttiin parisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeneilta, olivatko he kertoneet teosta poliisille tai jollekin muulle henkilölle. Miehistä 67 % ja naisista 37 % eivät olleet kertoneet tapahtuneesta kenellekään (Danielsson & Salmi, 2013).

## **1.2. Parisuhdeväkivallan tekijöiden interventiot**

Parisuhdeväkivallan tekijöille suunnattuja interventioita on toteutettu jo useiden vuosien ajan, sillä ensimmäinen interventio parisuhteissaan väkivaltaisille miehille perustettiin vuonna 1977 Bostonissa (Cayouette, 1999). Sen jälkeen lukuisia erilaisia interventioita on kehitetty ympäri maailmaa. Valtaosa interventioista on kuitenkin aloittanut toimintansa vasta lähempänä 2000-lukua tai sen jälkeen (Canales, Geldschläger, Nax & Ponce, 2015).

Tekijöille suunnatut interventiot poikkeavat toisistaan teoreettisissa lähtökohdissa, tyyleissä ja palvelumuodoissa (Radatz & Wright, 2016). Väkivallan tekijät eroavat persoonallisuudeltaan ja

käyttäytymismalliltaan, eivätkä kaikki hyödy samankaltaisista hoitomuodoista (Gondolf, 2004). Eroista huolimatta kaikilla interventioilla on sama ensisijainen päämäärä: vähentää parisuhdeväkivallan uusimista (Radatz & Wright, 2016).

Parisuhdeväkivallan interventioissa on useita lähestymistapoja, joista suosittuja ovat muun muassa kognitiivis-behavioraaliset, psykoedukationaaliset, psykodynaamiset ja systeemiset perheterapiat (Geldschläger, Ginés, Nax, & Ponce, 2014). Kognitiivis-behavioraalisten ohjelmien ajatuksena on, että väkivaltainen käytös on opittua itsensä ilmaisemista ja sitä voi oppia välttämään (Hamilton, Koehler & Lösel, 2013). Näissä ohjelmissa keskitytään muuttamaan väkivallan tekijöiden ajatusmaailmaa ja opettamaan heille erilaisia taitoja sekä vihanhallintatekniikoita (Healey & Smith, 1998; Tolman & Edelson, 1995). Kognitiivis-behavioraaliset ohjelmat olivat ensimmäisiä lähisuhdeväkivallan hoito-ohjelmia (Gondolf, 2002) joiden rinnalle tuli psykodynaamisia ohjelmia. Psykodynaamisessa lähestymistavassa opetellaan tunnistamaan ja tiedostamaan niitä alitajuntaisia tunteita ja ajatuksia, jotka johtavat väkivaltaiseen käytökseen (Hamilton ym., 2013).

Psykoedukaatioon perustuvien interventioiden teoreettinen viitekehys on lähtökohdiltaan profeministinen ja tavoitteena on oppia huomaamaan sekä muuttamaan ajattelutapoja, jotka sallivat naisiin kohdistuvan vallankäytön ja alistamisen (Eckhardt, Murphy, Black & Suhr, 2006). Perustana profeministisessä ajattelussa on, että patriarkaaliset sosiaaliset rakenteet tukevat miesten valta-asemaa, jolla oikeutetaan vallan ylläpitämistä, vahvistamista ja kontrollia jopa väkivaltaisilla keinoilla naisia kohtaan (Dobash & Dobash, 1979). Profeminismi tarkoittaa miesten aktiivista tukea tavoitteessa kohti sukupuolten tasa-arvoa (Lingard & Douglas, 1999). Profeministiseen ajatteluun pohjautuu hyvin suuri osa tekijöiden ohjelmista (Eckhardt ym., 2013).

Yleisimmin parisuhdeväkivallan tekijöitä hoidetaan ryhmäintervention avulla tietyn, etukäteen määritellyn ajanjakson verran, vaihdellen 10 viikosta yli vuoden mittaisiin ryhmiin (Rosenbaum & Leisring, 2001). Osa ryhmistä on sellaisia, joissa tiettyä lopetusajankohtaa ei ole määritelty lainkaan. Suuri osa parisuhdeväkivallan tekijöiden ryhmäinterventioista on saanut vaikutteita joko Massachusettsissa kehitetystä *Emerge* -ohjelmasta tai Duluthin mallista, jota kutsutaan myös lyhenteellä DAIP (Domestic Abuse Intervention Program).

*Emerge* on profeministinen ja psykoedukatiivinen interventio, johon kuuluu vähintään 48 kahden tunnin mittaista ryhmäterapiasessiota (Adams, 2013; Rosenbaum & Leisring, 2001). Tapaamiset on jaettu kahteen vaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa opetellaan määrittelemään väkivalta ja tutustutaan ryhmäläisten väkivaltaisuuteen tarkemmin tavoitteena vastuun ottaminen omasta väkivaltaisuudesta (Rosenbaum & Leisring, 2001). Toisessa vaiheessa opetellaan kunnioittavaa vuorovaikutusta naisten kanssa ja väkivallalle vaihtoehtoisia tapoja käsitellä konflikteja. Yksi tärkeä elementti *Emergessä* on yhteydenotto uhreihin (Adams, 2013). Heille annetaan tietoa avun tarjoajista,



heitä informoidaan intervention kulusta ja heidän näkemykseensä puolison väkivaltaisuudesta perehdytään.

Myös Duluthin malli on profeministinen ja lähtee ajatuksesta, että väkivaltaisuus naisia kohtaan on yhteiskunnassa syvällä oleva ongelma sekä kontrollon ja vallankäytön väline (Rosenbaum & Leisring, 2001; Pence, Paymar & Ritmeester, 1993). Tapaamiset toteutetaan ryhmäistuntoina 25 viikon ajan ja niissä on omat teemansa (Rosenbaum & Leisring, 2001). Jokaista teemaa käsitellään kolmen viikon ajan. Mallin avulla miehille opetetaan vaihtoehtoisia toimintatapoja, kuten ongelmanratkaisukeinoja, aikalisän käyttöä, stressin hallinnan keinoja sekä empaattisempaa lähestymistä (Pence, 1983). Myös Duluthin malliin kuuluu yhtenä osana yhteyden ottaminen uhriin (Pence ym., 1993).

### **1.2.1. Väkivaltatyö Suomessa ja Jyväskylän malli**

Suomessa miesten väkivaltatyö on alkanut 1990-luvun alussa, kun Helsingissä käynnistettiin ”Miesten kesken” -toimintaa perheessään väkivaltaisille miehille (Holma & Nyqvist, 2017). Muita suomalaisia miestyötä tekeviä tahoja ovat Jussi-työ, Lyömätön linja ja tässä tutkimuksessa tutkittu Jyväskylän malli. Jussi-työ on Ensi- ja turvakotien liiton tarjoamaa terapiaa, tukea ja apua, jossa hyödynnetään monenlaisia menetelmiä, kuten yksilötapaamisia, puhelintyötä, pari- ja ryhmätyöskentelyä (Ihalainen, Pennanen, Rytönen & Varjonen, 2000). Lyömätön linja tarjoaa strukturoidun hoitomallin, jossa on vaikutteita sekä Norjan Alternativ till Vold -ohjelmasta, että Duluthin mallista (Hautamäki, 2012). Toimintamuotoina ovat puhelinpalvelu, yksilökäynnit ja yksilökäyntien jälkeinen ryhmäohjelma tietyn ajanjakson ajan, yleensä noin puolentoista vuoden työskentelyprosessin verran (Holma & Nyqvist, 2017).

Lähisuhdeväkivallan hoitoon tarkoitettu Jyväskylän ryhmäinterventio perustettiin vuonna 1996 Kriisikeskus Mobilen ja Jyväskylän yliopiston psykoterapian opetus- ja tutkimusklinikan toimesta (Holma ym., 2005). Hoito-ohjelma perustettiin parisuhteissaan väkivaltaisesti käyttäytyville miehille, mutta myöhemmin siihen on osallistunut myös muun tyyppisen lähisuhdeväkivallan tekijöitä ja naisia. Myös Jyväskylän malli on saanut vaikutteita Oslon Alternativ till Vold -klinikalla käytetystä väkivallan hoito-ohjelmasta.

Jyväskylän hoito-ohjelmaan kuuluu 1-6 kuukauden ajan yksilöllisiä tutkimus- ja motivointikäyntejä Kriisikeskus Mobilessa, joiden jälkeen tekijät siirtyvät ryhmätapaamisiin Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen Psykoterapian opetus- ja tutkimuslinikalle (Holma ym.,

2005). Ryhmätapaamiset olivat alkuun ajallisesti määriteltyjä, suljettuja 3–7 henkilön ryhmiä, jotka kokoontuivat kerran viikossa puolentoista tunnin ajaksi 15 käyntikerran verran (Holma & Nyqvist, 2017). Vuoden 2001 loppupuolella aloitettiin suljettujen ryhmien lisäksi puoliavoin ryhmä, jolla ei ole etukäteen määriteltyä loppumisajankohtaa ja johon otetaan uusia ryhmäläisiä aina aika-ajoin (Holma ym., 2005). Sitten suljetuista ryhmistä on luovuttu kokonaan ja nykyään kaikki ryhmät ovat puoliavoimia. Kestoltaan ne ovat jopa 2–3 vuotta ja vähimmillään noin vuoden. Vuosi on suositeltu minimipituus väkivallan tekijöiden hoito-ohjelmissa (Holma, 2001). Ryhmissä on aina työparina kaksi ohjaajaa, joista toinen voi olla nainen (Holma ym., 2005).

Ryhmän yhtenä lähtökohtana on se, että väkivalta on voimankäyttöön perustuvaa vallankäyttöä, joka luo ympärille pelon ilmapiiriä (Holma ym., 2005). Väkivalta nähdään näin ollen kulttuurisena ongelmana. Varsinaista struktuuria tai tiettyä toimintatapaa ryhmätapaamisissa ei ole, vaan ryhmässä keskustellaan pääasiassa ryhmäläisten itse ehdottamista puheenaiheista, joihin ryhmien ohjaajat esittävät näkökulmia liittyen erityisesti lähisuhdeväkivaltaan. Ohjaajat nostavat esiin keskustelun teemoista esimerkiksi väkivallan eri muotojen tunnistamista, vastuun ottamista, oman käyttäytymisen säätelyn keinoja sekä muutoksen mahdollisuutta. Ryhmän hoitavina elementteinä katsotaan olevan väkivallan tekojen julkistaminen, omien kokemusten jakaminen sekä kuunteleminen (Holma & Laitila, 2003).

Ryhmän alussa ja lopussa pyritään haastattelemaan myös puolisoa, sillä uhrin turvallisuuden takaaminen ja näkökulmien kuuntelu on tärkeä osa hoito-ohjelmaa (Holma ym., 2005). Haastatteluissa käytetään avoimia kysymyksiä, kartoitetaan avun tarvetta, ohjataan tarvittaessa avunantajien pariin sekä täytetään ACBI-lomake (Abusive and Controlling Behaviour Inventory), jolla kartoitetaan väkivaltatilanteita. Ryhmään pyritään ottamaan vain muutostyöskentelyyn motivoituneita väkivallan tekijöitä, ja Kriisikeskus Mobileen yhteyttä ottaneista miehistä vain pieni osa aloittaakin ryhmässä (Mattila, 2006). Näin pyritään estämään ryhmän kesken jättäminen. Ryhmäinterventio on maksuton.

### **1.3. Interventioiden tuloksellisuustutkimus**

Merkittävimmät systemaattiset katsaukset väkivallan tekijöiden interventioista tai hoito-ohjelmista ovat tuloksellisuusarviointeja, joissa tutkitaan ensisijaisesti miesten väkivaltaisen käyttäytymisen vähenemistä (esim. Feder & Wilson, 2005). Satunnaistetut kontrolloidut tutkimukset ja meta-analyysit viittaavat siihen, että ohjelmilla on varsin vähäinen vaikutus tai ei vaikutusta lainkaan

lähisuhdeväkivallan vähentämisessä (Babcock, Green & Robie, 2004; Feder & Wilson, 2005). Kvasikokeellisissa tutkimuksissa ohjelmien on todettu vähentävän väkivallan uusimista kohtalaisesti niillä, jotka suorittavat ohjelman loppuun (Eckhardt ym., 2006). Ariasin, Arcen ja Vilarinon (2013) mukaan joillakin hoidoilla voi olla jopa merkittäviä kielteisiä vaikutuksia.

Vähäisestä vaikuttavuustuloksesta huolimatta Babcockin ym. (2004) mukaan osa väkivaltainterventioon osallistuneista pystyy muuttamaan elämäänsä merkittävästi. Viimeaikainen tutkimus onkin keskittynyt tutkimaan sitä, miksi lähisuhdeväkivallan tekijät muuttuvat (Scott, 2004). Tekijöille suunnatut ohjelmat ovat kuitenkin vain yksi osa yhteiskunnan mahdollisuuksista vastata lähisuhdeväkivaltaan (Babcock ym., 2004). Muita lähisuhdeväkivallan uusimiseen vaikuttavia tekijöitä ovat poliisin toimet, syytteeseen asettaminen, tuomio ja siihen sisältyvä koeaika sekä hoito.

Eri interventiomallien välillä ei ole löydetty merkittäviä eroja niiden vaikuttavuudessa (Babcock ym., 2004). Interventioiden arvioinnit eivät ole myöskään sisältäneet selitystä siitä, miksi interventiot ovat tai eivät ole toimineet (Velonis ym., 2020). Näyttö tiettyjen strategioiden vaikuttavuudesta väkivaltainterventioiden tuloksellisuuteen onkin vähäistä.

Tutkimuksissa olisi tärkeää huomioida myös kaikki varsinaista fyysistä väkivaltaa edeltävä toiminta, kuten kontrolloiva käytös ja muu henkinen väkivalta, sillä fyysinen väkivalta saattaa olla vain jäävuoren huippu (Gondolf, 2004). Artikkelissaan Gray, Lewis, Mokany & O'Neill (2014) myös viittaavat tutkimuksiin, joissa väkivallan tekijöillä on havaittu interventioon osallistumisen myötä muutoksia muun muassa tasa-arvoon liittyvissä asenteissa, itsetunnossa, psykologisessa stressissä sekä kiintymyssuhteissa. Useissa tutkimuksissa on tosin havaittu, että vaikka ajatusmaailma ja käyttäytyminen muuttuisivat joiltain osin, väkivaltainen käytös saattaa silti jatkua. Esimerkiksi Iso-Britanniassa rikoskysely osoitti, että väkivaltainen käytös loppui useimmissa tapauksissa (88 %) suhteen loppumisen takia, eikä väkivallan tekijään liittyvän muutoksen takia (McGinn, Taylor & McColgan, 2019).

Tutkijat ovat usein suhtautuneet epäilevästi väkivallan tekijöiden omien selontekojen luotettavuuteen heidän käyttäytymisensä ja asenteidensa muuttumisesta (Morran, 2013). Tekijöiden oman edun mukaista voi olla itsensä kuvaaminen muuttuneena ja todellisuutta myönteisemmässä valossa. Haastatteleamalla miespuolisten väkivallan tekijöiden lisäksi heidän kumppaneitansa on havaittu, että kertomukset miesten väkivallasta, kontrolloivasta käyttäytymisestä ja vammoista eroavat merkittävästi (Dobash & Dobash, 1998). Väkivaltainterventioiden tuloksellisuudesta voidaankin saada täsmällisempi kuva käyttämällä tutkimuksen tietolähteenä myös tekijän kumppania.

Luotettavuuteen liittyvistä ongelmista huolimatta tekijöiden selonteot tarjoavat tietoa siitä, miten miehet selittävät itselleen ja muille aiempaa väkivaltaista käyttäytymistään sekä sitä, miten he ajattelevat, tuntevat ja toimivat nykyisin (Morran, 2013). Heiltä saadaan myös tärkeää tietoa siitä,

miksi ja miten he sitoutuvat muutosprosessiin sekä mikä tukee ja motivoi heitä muutoksessa. Miesten kertomukset sisältävät puutteiden lisäksi myös heidän vahvuuksiaan ja niitä asioita, joita he tarvitsevat vahingollisen käyttäytymisensä lopettamiseen ja elääkseen positiivisempaa elämää.

## **1.4. Muutosta tukevat tekijät parisuhdeväkivaltaa käyttäneiden interventioissa**

### **1.4.1. Opitut taidot ja tekniikat**

Lähes kaikki väkivallan tekijöille suunnatut interventiot pyrkivät opettamaan osallistujille taitoja ja tekniikoita, jotka painottuvat mahdollisen väkivallan keskeyttämiseen tai estämiseen sekä kommunikaation parantamiseen (Gondolf, 2000; Velonis ym., 2020). Useimmat interventiot aloittavat väkivallan keskeyttämistekniikoiden opettamisesta, jotka ovat helposti sovellettavissa käytännön tilanteissa sekä saavat nopeasti tuloksia (Gondolf, 2000). Tämän jälkeen interventioissa keskitytään vahvistamaan osallistujien keskustelutaitoja.

Gondolfin (2000) tutkimuksessa yli puolet miesosallistujista raportoi vältäneensä väkivaltaisen käyttäytymisen 15 kuukauden seurantajakson aikana keskeyttämismenetelmillä. Keskeyttämismetodeina tutkimustuloksissa mainittiin esimerkiksi aikalisän ottaminen ja ajattelu ennen toimintaa. Tilanteen hallintakeinot nousivat toiseksi suurimmaksi luokaksi myös Jyväskylän väkivaltainterventiosta tehdyssä kandidaatintutkielmassa, jossa tarkasteltiin parisuhdeväkivaltaa käyttäneiden miesten antamia selityksiä parisuhdeväkivallan vähentymisen tai loppumisen syistä kaksivuotisseurantahaastattelussa (Malmberg & Rantanen, 2012). Kyseiseen luokkaan kuuluvissa vastauksissa miehet kertoivat välttelevänsä väkivaltatilanteita tai tunnistavansa tilanteen kehittymisen, hallitsevansa tilanteita ja kykenevänsä parempaan käyttäytymisen kontrolliin.

Uusien taitojen oppimisen hyödyllisyys muutoksen edistämisessä osoitettiin myös Sheehanin, Thakorin ja Stewartin (2012) systemaattisessa katsauksessa laadullisista tutkimuksista. Katsauksessa tutkittiin niitä tekijöitä, tilanteita ja asenteita, jotka olivat edeltäneet tekijöiden päätöstä muuttaa väkivaltaista käyttäytymistään. Tutkimuksissa tärkeiksi uusiksi taidoiksi nousi kommunikaatiotaitojen ja itsevarmuuden kehittäminen sekä tunteiden tunnistaminen ja kontrolli. Väkivaltaisen käyttäytymisen muutoksessa onnistuneet olivat tutkimusten mukaan niitä, jotka olivat oppineet hyödyntämään näitä interventioissa opittuja taitoja arjessaan ohjelman ulkopuolella.

### 1.4.2. Tekijän vastuunotto väkivallasta

Tyypillisesti väkivallan tekijöille suunnattujen interventioden tavoitteena on tukea tekijöitä oman väkivaltaisen käyttäytymisensä tunnistamisessa (Rosenbaum & Leisring, 2001) sekä vahvistaa tekijöiden vastuullisuutta omista väkivaltaisista teoistaan (Velonis ym., 2020). Vastuullisuus määritellään velvollisuudeksi tai halukkuudeksi hyväksyä vastuu omista teoista (Merriam-Webster, 2021). Vastuullisuus lähisuhdeväkivaltakontekstissa muotoillaan usein vielä heteronormatiivisesti niin, että tekijänä mies on vastuussa väkivallasta naispuolista uhria kohtaan ja teoista otetaan vastuu syyttämättä muita (Pallatino ym., 2019). Tekijällä on myös vastuu väkivaltaisen käytöksensä lopettamisesta. Interventioiden tehtävänä on herättää, vahvistaa ja ylläpitää tekijöiden vastuullisuutta.

Velonis ym. (2020) löysivät kaksi väitöstutkimusta tukemaan hypoteesiaan siitä, että vastuun ottaminen on seurausta tietyistä itseen kohdistuvista refleksiivisistä prosesseista. Tekijän tulee huomata käyttäytymisensä väkivaltaisuus ja vahingollisuus, tuntee aiheuttamastaan vahingosta ahdinkoa sekä uskoa siihen, että vastuun hyväksyminen lievittää ahdingon tunteita. Itsereflektion käynnistymiseksi tarvitaan strategioita, joihin sisältyy väkivaltaisen käyttäytymisen määritteleminen, perheelle aiheutuneen harmin kuvaaminen, tekijöiden omien lapsuuden väkivaltakokemusten ja niihin liittyvien tunteiden muistelu sekä pidempään osallistuneiden ryhmäläisten esimerkki vastuunoton myötä vähentyneestä ahdingosta. Muutoksesta tekijän asenteissa voi seurata empatian kehittyminen kumppania kohtaan.

Sheehanin ym. (2012) katsauksen kaikki tutkimukset viittasivat siihen, että vastuun ottaminen aiemmasta väkivaltaisesta käyttäytymisestä oli merkittävä tekijä onnistuneessa käyttäytymisen muutoksessa. Sheehan ym. (2012) viittasivat pohdinnassaan tutkimuksiin, jotka ovat oletaneet, että päätös muuttaa aktiivisesti käyttäytymistään liittyy ongelman tiedostamiseen muutostyöskentelyn valmistelu-, toiminta- ja ylläpitovaiheissa. Sen sijaan esiharkinta- ja harkintavaiheessa muutokseen sitoutumisen esteenä nähdään tekijöiden epäonnistuminen käyttäytymisensä ongelmallisuuden tunnistamisessa.

Haastateltuaan väkivaltahoito-ohjelmien ohjaajia Pallatino ym. (2019) havaitsivat, että tekijöitä on usein vaikea auttaa tunnistamaan ja myöntämään heidän väkivaltainen käyttäytymisensä. Vastuullisuuden lisäämiseksi haastatellut pitivät tärkeänä haastaa tekijöitä näiden syyttäessä omasta käyttäytymisestään muita. Haastateltujen mukaan uhrin syyttämisen sekä kieltämisen sijaan tekijöiden on tärkeä tunnistaa väkivaltaisen käyttäytymisen vääryys.

### **1.4.3. Asenteet sukupuolten tasa-arvosta ja väkivallan ei-hyväksyttävyydestä**

Suurin osa interventioista pyrkii muuttamaan tekijöiden asenteita naisia kohtaan ja sukupuoleen liittyviä uskomuksia yleisestikin (esim. Pence ym., 1993). Interventioissa käsitellään sellaisia miehiin ja naisiin liittyviä stereotyyppisiä asenteita, joiden katsotaan ylläpitävän naisiin kohdistuvaa väkivaltaa (Gondolf, 2000). Tuloksellisuustutkimuksissa on saatu vain vähän viitteitä asennemuutoksista väkivaltainterventioiden aikana, mitä voi osaltaan selittää asennemuutoksen alkaminen vasta ohjelman myötä ja kehittyminen joidenkin miesten kohdalla pikkuhiljaa.

Gondolfin (2000) tutkimuksessa väkivaltaisen käyttäytymisen välttämisestä noin viidesosa tutkituista miehistä raportoi muutoksesta sukupuoleen kohdistuvissa asenteissaan tai naisiin kohdistuvissa uskomuksissaan. Muutos asenteissa näyttäytyi myös Jyväskylän väkivaltainterventiosta tehdyssä kandidaatintutkielmassa parisuhdeväkivallan vähenemistä tai loppumista selittävänä tekijänä (Malmberg & Rantanen, 2012). Tähän luokkaan kuuluvissa vastauksissa miehet kertoivat muuttuneesta asenteesta puolisoaan kohtaan ja siitä, että olivat sisäistäneet väkivallan vääryyden kaikissa tilanteissa. Lisäksi väkivaltaan ei enää suhtauduttu miehisenä ominaisuutena.

### **1.4.4. Itsestä oppiminen ja kumppania kohtaan koetun empatian kehittyminen**

Morranin (2013) tutkimuksessa haastateltiin lähisuhdeväkivaltaohjelmiin osallistuneita miehiä, jotka olivat onnistuneet muuttamaan käyttäytymistään. Kaikki tutkimukseen osallistuneet miehet olivat oppineet ohjelmaan osallistumisen myötä itsestään lisää. Tähän liittyi esimerkiksi ymmärryksen lisääntyminen siitä, kuinka tunteet vaikuttavat omaan käyttäytymiseen. Omien tunteiden ja niiden vaikutusten kanssa tekemisissä oleminen oli miehille päivittäin arjessa tapahtuvaa toimintaa, johon sisältyi potentiaalisten stressitekijöiden seuraamista, uusien taitojen hyödyntämistä ja vanhojen uskomusten ja pelkojen työstämistä. Morranin tutkimus osoitti, että väkivaltaisen käyttäytymisen lopettaminen on sitoutumisen lisäksi prosessi, joka vaatii tekijältä jatkuvaa työskentelyä ja johon voi tarvita ohjelmien tukea useamman vuoden ajan.

Itsetutkiskelun mainitsi parisuhdeväkivallan loppumisen syyksi kaksi miestä myös Malmbergin ja Rantasen (2012) kandidaatintutkielmassa. Luokkaan kuuluviin vastauksiin sisältyi omien

väkivaltaisten ajatusten ja tunteiden tutkiminen, omien vikojen hyväksyminen ja pohdinta aiemmin ilmenneen väkivaltaisen käyttäytymisen syistä.

Kumppania kohtaan koetun empatian kehittymiseen Velonis ym. (2020) löysivät polun, jota eivät olleet osanneet hypoteeseissaan ottaa huomioon. Velonis ym. viittaavat katsauksessaan Loefflerin, Prelogin, Unnithanin ja Pogrebin (2010) tutkimukseen, jonka mukaan empaattinen huoli lisääntyy tekijöissä heidän opittuaan erottamaan häpeän syyllisyyden tunteesta. Kyseiset tutkijat olettivat, että kyky erottaa nämä tunteet toisistaan mahdollistaa vastuun ottamisen teoista ilman ihmisarvon tunteen katoamista. Tällöin tekijät ovat alttiimpia empatian kehittymiselle sekä itseä ja omia traumakokemuksia että satuttamiaan läheisiään kohtaan.

#### **1.4.5. Vertaisten ja ohjaajien tuki sekä erityiset tapahtumat käännekohtina**

Grayn ym. (2014) Australiassa tekemässä tutkimuksessa oli tarkoituksena selvittää, mitkä tekijät tukivat muutosta väkivaltaa käyttävissä miehissä ryhmäintervention päättyessä ja kuuden kuukauden seurannassa. Haastatellut kuvasivat positiivisten vertaisryhmäkeskustelujen motivoineen heitä osallistumaan ryhmätapaamisiin ja käyttäytymisensä muuttamiseen. Useimmat miehet myös totesivat, että sitä vastoin muiden ryhmäläisten sitoutumattomuus ohjelmaan ja muutoksen puuttuminen voivat vähentää sekä ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta että motivaatiota läsnäoloon ja ryhmäprosesseihin osallistumiseen. Vertaisten tuki ja positiivinen suhde intervention ohjaajiin tunnistettiin tärkeiksi tekijöiksi väkivaltaisen käyttäytymisen vähentämisessä myös kahdessa Sheehanin ym. (2012) katsauksen tutkimuksessa vahvistaen samalla aiempia tutkimustuloksia.

Neljässä Sheehanin ym. (2012) katsauksen tutkimuksessa erityiset tapahtumat osoittautuivat käännekohtaksi tekijöiden päätöksessä muuttaa väkivaltaista käyttäytymistään. Tällaisina erityisinä tapahtumina väkivallan tekijät tunnistivat oikeusjärjestelmän kanssa tekemisiin joutumisen, kuten kokemuksen pidätyksestä sekä perhesuhteisiin liittyvät tekijät. Silvergleidin ja Mankowskin (2006) tutkimustulosten mukaan nimenomaan pelko perheen menettämisestä motivoi tekijöitä, ja tärkeimpänä syynä muuttua oli koettu rakkaus vaimoon ja perheeseen. Vaikka suurin osa tutkimuksista keskittyy sisäiseen motivaatioon väkivallan tekijöiden päätöksessä muuttua, nämä tutkimustulokset viittaavat siihen, että osalle tekijöistä motivaattorina toimivat ulkoiset ja mahdollisesti kielteiset tapahtumat (Sheehan ym., 2012).

## 1.5. Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mitkä asiat ovat olleet heteroparisuhteissaan väkivaltaa käyttäneiden miesten ja naisten mielestä merkityksellisiä heidän muutostyöskentelyssään parisuhdeväkivallan vähentämiseksi ja kenen aloitteesta keskustelut näistä asioista ryhmässä alkavat. Tutkimuksen tarkoituksena oli vastata seuraaviin kysymyksiin:

- 1) Minkä väkivaltainterventioon osallistuneet ryhmäläiset kertovat auttaneen parisuhdeväkivallan käytön vähentämisessä?
- 2) Kenen aloitteesta keskustelut parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä ryhmässä alkavat?

Näihin vastaamalla pyrimme lisäämään ymmärrystä siitä, mitkä asiat ovat olleet parisuhteissaan väkivaltaa käyttäneille merkityksellisiä heidän muutostyöskentelyssään parisuhdeväkivallan vähentämiseksi niin ryhmässä kuin sen ulkopuolellakin. Tutkimuksesta saatua tietoa voi hyödyntää väkivallantekijöille suunnattujen ryhmäinterventioiden kehittämisessä.

## 2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

### 2.1. Yleistä

Tämä tutkimus on luonteeltaan aineistolähtöinen laadullinen tutkimus ja analyysimenetelmänä on laadullinen sisällönanalyysi. Tutkimus liittyy Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimusklinikan ja Kriisikeskus Mobilen yhteistyönä toteutettuun lähisuhdeväkivallan tekijöiden ryhmäinterventioon. Tutkimuksessa tarkasteltiin niitä tekijöitä, joiden ryhmäläiset kertoivat auttaneen heitä muutoksessa parisuhdeväkivallan vähentämiseksi sekä sitä, kenen aloitteesta keskustelut ryhmässä tähän muutokseen liittyen alkoivat. Aineistolähtöisyyden keinoin etsimme uusia näkökulmia tutkimusongelmaan, sillä vastaavan kaltaista aiempaa tutkimusta emme ole löytäneet. Aiemmissa tutkimuksissa tietoa on kerätty haastattelemalla väkivallan tekijöitä, heidän kumppaneitaan tai ammattilaisia.



## 2.2. Aineisto ja tutkittavat

Tutkimuksen aineistona oli Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimuslinikalla toteutetun lähisuhdeväkivallan tekijöille suunnatun ryhmän dvd-tallenteille videoidut tapaamiset. Aineisto on tuotettu spontaanisti Jyväskylän mallin hoitointerventiossa tapahtuneessa keskustelussa, eikä sitä näin ollen ole kerätty tätä tutkimusta varten. Aineisto koostui yhden puoliavoimen ryhmän istunnoista vuosina 2016 ja 2017. Videoituja ryhmätapaamisia oli yhteensä 32, joista kahdesta tallenteesta puuttui ääni. Nämä istunnot jätimme analyysistä pois, joten lopullinen aineisto sisälsi 30 videoitua ryhmätapaamista. Tapaamisten kesto vaihteli tunnista puoleentoista tuntiin riippuen tapaamisen osallistujamäärästä. Ryhmän tapaamiset järjestettiin aluksi kahden viikon välein, minkä jälkeen tapaamistiheyttä tiivistettiin viikoittaisiksi.

Tutkittavina oli sekä mies- että naispuolisia ryhmäläisiä. Yhteensä heitä oli 11 henkilöä. Ryhmäistuntoihin osallistui tapaamiskertoina keskimäärin kahdesta viiteen ryhmäläistä. Ryhmää ohjasivat mies- ja naisohjaaja. Ryhmäläisten taustatietoja emme tutkimuksessamme tarkenna heidän tunnistamisensa välttämiseksi.

## 2.3. Tutkimusmenetelmä

Laadullisia tutkimuksia yhdistää kiinnostus kokemusten ja prosessien ymmärtämiseen (Harper & Thompson, 2011). Laadullisessa tutkimuksessa on kyse kahdensuuntaisesta ymmärtämisen mahdollisuudesta (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Ensinnäkin kysymys on siitä, miten tutkija ymmärtää tiedonantajaa ja toisaalta siitä, miten lukija ymmärtää tutkijan laatimaa tutkimusraporttia.

Laadullisessa tutkimuksessa edetään tyypillisesti induktiivisesti eli aineistolähtöisesti yksittäisestä yleiseen, jossa teoriaa rakennetaan aineistosta lähtien ilman ennalta määriteltyjä teoreettisia oletuksia tutkimuksen tuloksista (Eskola & Suoranta, 1998). Kun aineiston tehtävänä ei pidetä hypoteesien todistamista, tutkijan on mahdollista löytää aineiston avulla uusia näkökulmia. Hypoteesittomuus laadullisessa tutkimuksessa ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei niin sanottuja työhypoteeseja eli arvauksia voisi kehittää siitä, mitä aineiston analyysi tuo tullessaan.

Uutta tietoa tutkittavasta asiasta tuotetaan tiivistämällä ja jäsentämällä laadullinen aineisto analyysin avulla niin, ettei kadoteta aineiston sisältämää informaatiota (Eskola & Suoranta, 1998; Tuomi & Sarajärvi, 2018). Pikemminkin pyritään informaatioarvon lisäämiseen. Tässä tutkimuksessa tutkimusmetodiksi valikoitui sisällönanalyysi, jolla voidaan analysoida kirjalliseen muotoon purettua keskustelua ja puhetta (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Sisällönanalyysiä jatkoimme kvantifioimalla aineistoa, minkä Tuomi ja Sarajärvi (2018) lukevat sisällön erittelyn piiriin.

Milesin ja Hubermanin (1994) mukaan aineistolähtöinen sisällönanalyysi on kolmivaiheinen prosessi, jonka ensimmäinen vaihe on aineiston redusointi eli pelkistäminen. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan tässä vaiheessa aineistosta karsitaan kyseiselle tutkimukselle epäolennainen pois ja etsitään kaikki sellaiset ilmaukset, jotka kuvaavat tutkimustehtävää. Aineiston pelkistämisen jälkeen datasta koodatut alkuperäisilmaukset ryhmitellään eli klusteroidaan siten, että samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet sisällytetään eri luokkiin. Näin muodostuneet alaluokat nimetään käsitteellä, joka kuvastaa luokan sisältöä. Luokittelua jatketaan muodostamalla alaluokista yläluokkia. Aineiston ryhmittely on osa myös prosessin kolmatta vaihetta eli aineiston käsitteellistämistä, abstrahointia. Kaikissa vaiheissa tutkijan pyrkimyksenä on ymmärtää, mitä asiat merkitsevät tutkittaville.

## **2.4. Aineiston analysointi**

Aloitimme ryhmäistuntojen katsomisen videotallenteelta vuodesta 2016 alkaen. Ryhmiä oli kyseisenä vuotena kaksi, joista satunnaisesti valitsimme toisen. Alun perin ajatuksenamme oli katsoa kaikki kyseisen ryhmän istunnot aina kevääseen 2020 asti. Tähän asti istunnot järjestettiin tapaamisina paikan päällä ennen niiden siirtymistä etäyhteyksin pidettäväksi. Kerättyämme tutkimusaineistoa kahden vuoden ajalta ja katsottuamme lisäksi muutaman ryhmäistunnon tallenteen vuoden 2018 alusta huomasimme, ettei uusia luokkia löytynyt eli aineisto oli saturoitunut.

Olimme kiinnostuneita puheen sisällöstä, joten analyysimme ei kohdistunut keskustelun sävyyn, taukoihin tai vuorovaikutukseen. Pelkistimme aineiston litteroimalla sanatarkasti keskustelusta ne kohdat, joissa tutkittavat kertoivat, mikä on auttanut heitä vähentämään parisuhdeväkivallan käyttöä. Lisäksi litteroimme ne puhekatkelmat, joissa ryhmän ohjaajat tai muut ryhmäläiset aloittivat tai osallistuivat muuten tähän liittyvään keskusteluun. Litteroitua materiaalia kertyi 29 sivua. Varsinainen analyysi kohdistui tähän litteroituun materiaaliin, josta tutkimuksemme tulokset on johdettu.

Tunteaksemme aineiston perinpohjaisesti luimme sitä aluksi useampaan kertaan läpi. Samalla teimme alustavaa ilmausten ryhmittelyä hyödyntämällä eri värejä. Alun perin tarkoituksenamme oli selvittää vain, mitkä ryhmäinterventioon liittyneet tekijät olivat auttaneet ryhmään osallistuneita muutoksessa parisuhdeväkivallasta eroon pääsemiseen. Huomasimme kuitenkin pian, että useassa istunnossa ryhmäläiset toivat esiin myös ryhmän ulkopuolisia tekijöitä, emmekä halunneet ohittaa näitä puheosuuksia. Näistä puheosuuksista muodostuivat luokat (4) Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen ja (5) Muu ulkopuolinen tuki. Jätimme analyysin ulkopuolelle ne kohdat, joissa tutkittavat kertoivat tekijöistä, jotka olivat auttaneet heitä vähentämään ainoastaan lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa.

Ryhmittely oli monivaiheinen prosessi, jonka aikana luokkien määrä väheni ja luokkien väliset erot selkiytyivät. Kun aineisto oli lopulta saatu ryhmittelyn kautta järjestettyä, laskimme, kuinka monta kertaa jokainen luokka aineistossa esiintyi. Lisäksi tarkastelimme sitä, missä luokissa ryhmäläiset aloittivat keskustelun ja toisaalta sitä, mihin luokkaan kuuluvat keskustelut alkoivat ryhmän ohjaajien aloitteesta. Tähän liittyvät tulokset kokosimme taulukkoon. Analyysiprosessin aikana lopulliset tutkimuskysymykset selkiytyivät.

## **2.5. Luotettavuus**

Luotettavuuden arvioinnille ei ole mitään tiettyä, yksiselitteistä ohjekaaviota. Luotettavuutta arvioidaan aina kokonaisuutena, mutta kuitenkin niin, että tutkimuksen eri osat ovat perusteltuja (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi tutkimuksen toteuttamisen vaiheet sekä tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet tulisi kuvata riittävän yksityiskohtaisesti, jotta lukija saisi mahdollisimman selkeän ja ymmärrettävän kuvan tutkimustuloksista arvioidakseen niitä kriittisesti (GAO, 1996; Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tässä tutkimuksessa huomioimme tämän siten, että olemme edellä kuvanneet tutkimusprosessin, tutkimusmenetelmät sekä aineiston analysoinnin vaiheet. Tutkimuksen pohdintaosiossa tarkastelemme tutkimuksen vahvuuksia ja heikkouksia.

Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa tärkeitä käsitteitä laadullisessa tutkimuksessa ovat Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan totuus ja tutkijoiden objektiivisuus. Totuutta voidaan tarkastella erilaisten teorioiden valossa, pohjautuen aistihavaintoihin, kokemuksiin, toimimisen mahdollisuuksiin ja rationaalisuuteen (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Totuuden lisäksi voidaan pohtia havaintojen luotettavuutta ja tutkijoiden objektiivisuutta eli puolueettomuutta. Tutkijan on aina pyrittävä tulkitsemaan aineistoa tutkittavien kautta, eikä suodattaen kuulemaansa omien

näkökulmien, kokemusten, aseman tai muiden seikkojen valossa. Käytännössä näin tapahtuu kuitenkin aina laadullista tutkimusta tehtäessä, sillä tutkijana ja aineiston analysoijana on ihminen. Olemme kuitenkin pyrkineet huomioimaan tämän tutkimuksessamme niin, että tutkimustulokset pohjautuvat aineistoon ja tutkittavien puheenvuoroihin, eivätkä tutkijoiden tulkintoihin. Tuloksia tarkastelemme pohdintaosiossa verraten niitä aiempiin tutkimustuloksiin.

Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan aineiston riittävyttä arvioitaessa ei ole tarpeellista ahnehtia aineistoa liikaa, sillä laadullisen tutkimuksen pohjalta ei ole mahdollista eikä tarkoituskaan tehdä samankaltaisia empiirisiä yleistyksiä, kuin perinteisestä tilastollisesta tutkimuksesta. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään tutkimaan jotain tiettyä ilmiötä, kuvaamaan ja ymmärtämään sitä sekä tekemään jonkinlainen tulkinta ilmiölle (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tärkeää laadullisessa tutkimuksessa on aineiston suuruuden sijaan se, että tutkittavilla on kokemusta tai ainakin mahdollisimman paljon tietoa tutkittavasta ilmiöstä. Tämä toteutuu tutkimuksessamme hyvin, sillä tutkittavina olevat henkilöt ovat itse käyttäneet väkivaltaa puolisoaan kohtaan ja osallistuneet hoito-ohjelmaan.

Analysointivaiheessa ryhmittelimme aineiston useaan kertaan niin, että aineistosta muodostetut luokat sisälsivät useampia havaintoja. Aineiston analyysin kattavuutta arvioitaessa on tärkeää, ettei tulkintoja ole tehty satunnaisista poiminnoista (Eskola & Suoranta, 1998). Analysointiprosessi on tutkimuksessamme kuvattu tarkasti, jotta lukija voi seurata tehtyjä analysointiperusteita. Eskolan ja Suorannan (1998) mukaan tutkimuksen tulisi olla toistettavissa tutkimuksesta saaduilla tiedoilla, joskin se on ihmistieteissä hankalaa, koska samankaltaisten olosuhteiden ja ihmisten tutkiminen on käytännössä mahdotonta.

Tutkimuksen reliabiliteetin lisäämiseksi on tärkeää tuoda tulososiossa yksityiskohtaisesti esiin aineiston ja tulosten yhteys kuvailemalla aineistosta tehtyjä havaintoja (Elo & Kyngäs, 2008). Tämän vuoksi tulososiossamme on katkelmia aineistosta, joista tekemämme havainnot on johdettu. Katkelmien avulla lukija voi arvioida saatuja tutkimustuloksia kriittisesti. Myös taulukot ja liitteet voivat toimia tukena osoittamassa yhteyttä tulosten ja aineiston välillä (Elo & Kyngäs, 2008). Toisen tutkimuskysymyksen tulosten esittelemisessä olemme hyödyntäneet tekstin lisäksi taulukkoa, jotta lukijan on helpompi havainnoida tuloksia.

Reliabiliteettia lisäävät myös useammat havainnointikerrat ja useampi havainnoitsija (Eskola & Suoranta, 1998). Tutkimusprosessin alusta lähtien kokoonnuimme yhteisiin seminaareihin muiden samaan aikaan Jyväskylän mallin ryhmää tutkivien opiskelijoiden sekä ohjaajan kanssa. Näissä yhteisissä seminaareissa esittelimme tämän tutkimuksen aineiston analysointia, luokittelua, saatuja tuloksia ja niistä tehtyjä johtopäätöksiä. Seminaareihin osallistuneet kommentoivat tutkimustamme jokaisessa tutkimusprosessin vaiheessa.

Suoria sitaatteja ja lainauksia käytettäessä on huomioitava tutkittavien anonymiteetti tutkimuksen eettisyyden vuoksi (Elo & Kyngäs, 2008; Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tässä tutkimuksessa lainaukset ja sitaatit valittiin siten, ettei niistä ole mahdollista paljastua esimerkiksi ammattia, asuinpaikkaa tai muita tunnistetietoja. Tutkittavat mainitsivat aineistossa puolisoitensa nimiä, jotka olemme muokanneet tulososion aineiston suorista lainauksista pois ja nimien tilalla olemme käyttäneet termiä “kumppani”.

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa tarkasteltavaksi nousee myös triangulaatio, jolla tarkoitetaan useampien erilaisten tutkimusmenetelmien, teorioiden, tietolähteiden ja tutkijoiden yhteiskäyttöä (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tässä tutkimuksessa triangulaatio toteutui tutkijoiden kohdalla, sillä tutkijoita oli kaksi. Useampaa tutkijaa saman ilmiön parissa voidaan kutsua tutkijatriangulaatioksi, joka lisää tutkimuksen luotettavuutta (Eskola & Suoranta, 1998).

### 3 TULOKSET

Tulososiossa esittelemme ensin parisuhdeväkivallan tekijöiden ryhmäinterventioon osallistuneiden ryhmäläisten puheessa esiintyneet parisuhdeväkivallan vähentämiseen liittyvät tekijät. Luokittelimme aineiston tältä osin viiteen pääluokkaan, jotka olivat 1) Vaihtoehtoiset toimintatavat, 2) Muutokset asenteissa ja ajattelutavoissa, 3) Vertaistuen saaminen ryhmässä, 4) Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen sekä 5) Muu ulkopuolinen tuki. Vaihtoehtoiset toimintatavat jaoinme alaluokkiin etäisyyden ottaminen tilanteeseen ja itsensä ilmaiseminen sanallisesti. Muutokset ajattelutavoissa jaoinme alaluokkiin väkivallan tunnistaminen ja vastuunotto väkivallasta, väkivaltaa ennakoivien ajatusmallien tunnistaminen ja muutokset suhtautumisessa vastoinkäymisiin ja heikkouksiin. Tulososion lopussa käymme läpi, kenen aloitteesta keskustelut parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä ryhmässä alkoivat.

Tuloksia esiteltäessä tutkimusaineiston ryhmäläisiin viitataan lyhenteellä R ja ryhmän ohjaajiin lyhenteillä O1-O2. Ryhmäläisen nykyisestä tai entisestä nais- tai miesystävästä käytetään ilmausta ‘kumppani’. Leipätekstissä ryhmäläisten puhe eroaa muusta tekstistä *kursivoituna*.

Puhekatkelmat on numeroitu ja otsikoitu. Lisäksi niitä on havainnollistettu seuraavien symbolien avulla:

**(tekstiä)** epäselvästi kuultu puhe

( )	sana, josta ei ole saatu selvää
teks-	kesken jäänyt sana
(...)	tekstiä jätetty välistä pois
...	saman puhujan puheenvuoro jatkuu tekstinäytteen jälkeen tai on alkanut jo ennen sitä
R	ryhmäläinen
O1	miesohjaaja
O2	naisohjaaja

### 3.1. Vaihtoehtoiset toimintatavat

Vaihtoehtoisista toimintatavoista saamastaan avusta parisuhdeväkivallan vähentämiseen ryhmäläiset puhuivat yhteensä 11 istunnossa. Puhuessaan vaihtoehtoisista toimintatavoista ryhmäläiset nostivat esiin etäisyyden ottamisen tilanteeseen ja itsensä ilmaisemisen sanallisesti.

#### 3.1.1. Etäisyyden ottaminen tilanteeseen

Ryhmäläiset kertoivat hillitsevänsä omia reaktioita haastavissa vuorovaikutustilanteissa ottamalla etäisyyttä tilanteeseen. Etäisyyden ottaminen tapahtui käytännössä puheenaihetta vaihtamalla tai tilanteesta poistumalla niin sanotun aikalisän avulla. Vertaisilta haettiin esimerkkejä keinoista hallita vihan tunnetta ja käyttäytymistä, ja nimenomaan etäisyyden ottaminen tilanteeseen oli keino, joka hyväksyttiin sekä ryhmäläisten että ryhmän ohjaajien toimesta.

Esimerkki 1: Tilanteen hidastaminen aikalisän avulla

R1: Mua kiinnostais tietää (toisen ryhmäläisen nimi) (...) et **minkälaisia keinoja sulla on hallita sitä vihan tunnetta ja aggressiivisuutta?** Et mitä sä teet sillä hetkellä, kun sulle tulee semmonen, et nyt alkaa niiku sappi nousemaa, et rupee niiku kiehuu päässä? Ni **mitä sä teet sillo tai sanot tai miten sä käyttäydyt** tai onks sulla niiku joku semmone selkee itelläs joku toimintatapa mitä sä teet?

R2: **Ei mulla semmosta yksittäistä selkeätä oo.** Että sen mä ainakin tiedän, et **parempi on, ettei sano mitään yleensä silloin**

(...)

R2: ...Se on **pakko ottaa niiku etäisyyttä silloin (...).** Ei ei välttämättä tarvi lähtee pihalle ja vetää jotain kymmentä kilometriä, et **seki jo riittää, että menee vaikka,** että nyt **vessaan ja pistää oven kii ja istuu vähän aikaa siellä,** että

R1: Niin niin **puhaltaa vähän sitä pihalle**

R2: ...Mulla on ainakin semmone, mi- mitä joutuu katumaan monesti jotain sanomisia (...) ku jotain tapahtuu, ni mä reagoin siihen niiku näin. (...) mutta nyt niiku on opetellu vähä sitä, että antaa kolahtaa ja mennää kahtomaa ja mietitää ja sitten ehkä **siinä vaiheessa var- ehkä kannattaa sanoa jotain, kun on vähän aikaa puhallellu** että. Yleensä se ensimmäinen asia, mikä tulee suusta, on todella typerää.

O1: Tavallaan tämmöstä niiku **tilanteen hidastamista.** Et sä **et reagoi heti...**

R2: ...Ja **kyllä se tunne tulee siitä huolimatta, et en mä sitä voi kieltää.** Et kyllä joskus niiku melkee tärisyttää silleen, että vituttaa niin paljon, mutta niiku pitää sen vaa itellä, että ei pura sitä muihin.

Tässä katkelmassa oli poikkeuksellista se, että keskustelun aloitti ryhmäläinen (R1) suoralla kysymyksellä toiselle ryhmäläiselle (R2). Ryhmäläinen (R2) nojasi vastauksessaan vahvasti etäisyyden ottamiseen, vaikkei hänellä kertomansa mukaan mitään yksittäistä keinoa vihan tunteen hallitsemiseksi ole. Ryhmän ohjaaja puhui tilanteen hidastamisesta, jolloin ei reagoida oitis. Ryhmäläinen (R2) tunnisti nopean sanallisen reagoinnin haitallisuuden. Puhekatkelmasta käy ilmi, että ryhmäläiset kokivat jo lyhyestä aikalisän ottamisesta hyötyä oman olotilansa rauhoittamiseen. Ryhmäläinen (R2) kuitenkin myönsi keskustelussa, että keinosta huolimatta voimakas tunne herää.

Aikalisän ottamista pidettiin ryhmäläisten keskuudessa tehokkaana keinona estää kontrollin menettäminen ja varmistaa, ettei kumppanille tai itselle tapahdu mitään. Uudenlainen tapa toimia ristiriitatilanteessa tilanteesta poistumalla voi kuitenkin aiheuttaa hämmennystä kumppanissa.

Esimerkki 2: Aikalisään tottumaton kumppani

R: ...**mitä mä oon käyttänyt semmosia keinoja, mitä mä nyt oon niiku oppinu niiku tässä ryhmässä ja** sitten muissakin **Mobilessa** ja tällein, ni sitten, ku mä oon käyttäny niitä keinoja ni (kumppanin nimi) **ei oikein ymmärrä niitä.** Elikä hän varmaa kaipais jotakin niiku kontaktia (...) Mut siitä että, kun mä teen jonku semmosen, että mä **esimerkiks otan aikalisän ja lähen pois, ni sit hän ihmettelee, et no miks sä miks sä lähet pois.**

(...)

R: Ni sitten mä, jos **mä sanon, et mulle on opetettu näin, et tää on nyt se keino, että mä en ala huutaa täällä...**

O1: ...Et sä toivoisit jotenkin

R: ...että **heille tulis niiku sitä ymmärrystä, että mitä varten me täällä istutaa.** Et ei myö huviksee täällä käyä istumassa. Et myö niiku yritetää oppia jotakin täällä.

Tätä keskustelua edelsi ryhmäläisten tiedottaminen siitä, että yhteydenpitoa puolisoihin ja ex-puolisoihin ollaan tiivistämässä. Puhekatkelmassa ryhmäläinen nosti esiin aikalisän käytön aiheuttaman ihmetyksen kumppanissaan ja toivoi yhteydenpidon (ex-)kumppaneihin lisäävän ymmärrystä opituille ja hyväksi todetuille keinoille.

### 3.1.2. Itsensä ilmaiseminen sanallisesti

Konkreettisten keinojen lisäksi apuna ryhmäläisten käyttäytymisen muutoksessa nousi esiin omien ajatusten ja tunteiden ilmaiseminen sanallisesti. Toimintatapa sai tukea myös ryhmän ohjaajilta, jotka ilmaisivat omien tunteiden sanoittamisen olevan tärkeää.

Esimerkki 3: Tunteiden sanoittamisen positiiviset vaikutukset

O1: Oot sä ottanu muuten puheeks (kumppanin nimi) kanssa ( )?

R: ...**Sanoin mä, että ei se tuntunut kivalle,** et tuli tommosta tommosta viestiä, että...

(...)

O2: ...Tärkee sekin että tuo esiin, miltä tuntuu.

R: ...Ja tuntunut tuntunutkin silleen, että **nykyään pystynytki enemmän kertomaan heti sen, et jos ei joku asia tunnu hyvältä...**

O2: Mm, se on ollu aikasemmin vaikeeta sulle.

R: On se varmaan ollu tosi paljon vaikeempaa kyllä, että. Et **aiemmi sitä on jotenkin piilotellu sen tai varmaan silleen tuonut sen sit esille sitten, kun on ollut vaikka humalassa...**

O2: ...Joo, minkälaisia kokemuksia sillä saa, kun kertoo miltä itestä tuntuu?

R: Se on semmone, joku kiva semmone **purkautumisen tunne.** Tai semmone, että tuntuu, että itellä **kevenee olo.** Ja sitte sillee, että **sit jos näkee, että toinen kuitenkin oikeesti kuuntelee, nii nii tavallaa se on sillee, luo sitä semmosta lisätsemppiä, että tää on nyt hyvä asia, että mä tässä kerron että vaikka oiski vaikeita asioita puhuttavana.**



Tässä katkelmassa ohjaajat kysyivät tunteiden sanoittamisesta ja huomioivat sen tärkeyden sekä herättivät ryhmäläistä pohtimaan sen aikaansaamia kokemuksia. Ryhmäläinen pohti puheeksi ottamisen helpottuneen, kun jokin asia ei tunnu hänestä hyvältä. Ryhmäläinen kertoi, että on aiemmin piilotellut tunteitaan ja pystynyt avautumaan ollessaan humalassa. Omista tunteista puhuminen keventää ryhmäläisen mukaan oloa, ja puhumisen myönteiset vaikutukset vahvistuvat, jos toinen todella kuuntelee.

Aiemmin ilmenneinä tunteiden sanoittamisen esteinä nousi esiin odotukset siitä, että toinen osapuoli ymmärtää sanomatta, jos jokin asia vaivaa. Tunteista puhuminen voi myös estyä omiin tunnereaktioihin liittyvän häpeän vuoksi sekä vaikeudesta tunnistaa syitä omalle vihan tunteelle.

Esimerkki 4: Itsensä ilmaisemisessa tapahtuneen muutoksen näyttäytyminen puolisolle

R1: ...(kumppanin nimi) **sano, et mä niiku puhun puhun semmosia tunneasioita nykyään.** Että että niiku **mä sanon ( ), että mä en niiku tykkää tämmösestä tai, että musta tuntuu niiku pahalta tämä.** Et mä en niiku sillai ennen **ennen kuulemma niiku ilmassu sitä asiaa** sillai.

O1: Aika jännä kommentti. Onks sul mitään käsitystä, miten sä ne ennen ilmasit?

R1: ...semmosella **niiku passiivis-aggressiivisella käytöksellä tai** sitte semmosella **niinku ihan avoimen aggressiivisella tai** jotenkin semmosella **mykkäkoululla** tai jotain (...) Ei millään lailla rakentavilla tavoilla. Et **mä en** niinku sillai **sanonu oikee koskaa, et mikä mua niiku vaivas (...)** Sen toisen **pitäis niiku tajuta se.**

O2: Tietää vaan.

R1: Niin. Ja sit siinä oli ehkä vähä semmone niiku. Vähä niiku **hävettiki** ehkä sellai, että **että miks mä nyt tämmösestä oon niin jotenkin kierroksella. Sitä ei niiku oikee kehannu sitten sanoa...**

O1: ...mitä niiku aidommin sitä yrittää sav- sanottaa, ni sitä paremmin siihen pääsee myös kosketuksiin itte sen kanssa, et mistä tässä on kyse.

R1: Nii nii joo ja sillo **joskus sillo ennen** (kumppanin nimi) **kysyki sillai, et mistä sä oot niiku vihainen, ni mä en niiku väl- välttämättä aina tienny ees ite ihan tarkalleen...**

O2: ...iso muutosha siin on tapahtunut ja varmasti iso työ, minkä sä oot sen kaa tehnyt. Et pystyy tai se, et pystyy tunnistaa tunteita varsinkin, ku ne on voimakkaita negatiivisia tunteita...

R2: Nyt kuulostaa siltä, et **ite haluis tähdätä tuohon samaan samaan käytösmalliin..**

Tässä katkelmassa ryhmäläinen (R1) kertoi siitä, kuinka muutos passiivisaggressiivisesta tai avoimen aggressiivisesta ilmaisutavasta tunteista puhumiseen näyttäytyi myös hänen puolisolleen. Keskustelussa toinen ohjaajista huomioi ryhmäläisen edistymisen voimakkaiden kielteisten tunteiden tunnistamisessa ja piti edistymistä ison työn tuloksena. Tunteiden sanoittamisen arvon näki myös toinen ryhmäläinen, joka ilmaisi halunsa tähdätä samaan.

Suuttumuksen salliminen itselleen voi puhdistaa oloa, mutta tunnetta ei välttämättä tarvitse osoittaa suoraan suuttumuksensa kohteelle.

Esimerkki 5: Ärsyyntymisen tunteen sanoittaminen jollekin muulle kuin sen kohteelle

R: ...siihen mun eksään, ni mun mielest **se tuntuu tosi puhdistavalta, että pystyy olla niinku vihainen sille välillä.** Että ei mun tarvii sille sanoa sitä, et mä oon vihainen tai ei mun tarvii sille niiku näpäyttää takas tai laittaa vihaista tekstiviestiä. Et se riittää, et mä voim sanoa sen itelleni tai vaikka tota sille mun puolisolle tai jollekin kaverille. Että että että kyl se niinku ärsyttää ja, että puhistaa vähän sitä, et nyt se teki sitä ja tätä ja tuota, ni **sit siitä pystyy jotenkin helpommin päästämään irti.** Että **pystyy helpommin elämään sen kanssa, et semmone se nyt on.** Ni ehkä si- siinä just nii semmonen, et **se tietyllä tavalla niiku voimistaa, et ei tuu se semmonen voimaton olo nii helposti.**

Tässä ryhmäläinen kuvasi, miten ärsyyntymisen tunteen sanoittaminen itselleen tai jollekin läheiselle auttaa päästämään tunteesta helpommin irti sekä helpottaa elämistä sen kanssa, millainen suuttumuksen kohde on. Ryhmäläinen myös koki suuttumuksen tunteesta puhumisen voimaannuttavaksi.

Eräs ryhmäläinen koki, että keskustelutaitojen harjoittelu ryhmän lisäksi perhetapaamisissa puolison ja lapsen kanssa on johtanut keskustelun yleistymiseen kotona puolison kanssa.

Esimerkki 6: Keskustelun yleistyminen

R: ...ehkä meillä on nyt se **suurin juttu**, että mitä on niiku muuttunu tän ryhmän ryhmässä käynnin aikana ja muutenkin tässä, kun on eteenpäin menty (...) Että tavallaa on ollu semmosta niiku, että **tässä ryhmässä joutuu keskustelea asioista ja siellä perhetapaamisissa on joutunu keskustelea asioista ja se on aiheuttanut sen, että me keskustellaan kotona** (kumppanin nimi) **kanssa asioista**, vaikkei siinä ole niitä ulkopuolisia (...) Ni kyllähän se nyt on ollut ihan merkittävä juttu. Että **sillä ollaan niiku vältetty monet** semmoset **konfliktitilanteet.** Että pikkusen on pystyny niin kun kumpikin sitä omaa, **ilman sitä pelkoa**

siitä, että toinen niiku räjähtäis, ni ollaan pystytty puhumaan siitä, että mitkä asiat on semmosia, mitkä saa käyttäytyä tietyllä tavalla ja ja minkä takia on käyttäytynyt tietyllä tavalla...

Tässä katkelmassa ryhmäläinen kuvasi keskusteluja puolisonsa kanssa merkittävimpänä tekijänä muutoksessa. Ryhmäläinen kertoi, että keskustelut oman käyttäytymisen taustatekijöistä ovat auttaneet välttämään useat konfliktitilanteet puolisoitten välillä.

Vaikka ryhmäläiset havaitsivat kehitystä omien tunteidensa ja ajatustensa ilmaisemisessa, tunnistivat he edelleen tilanteita, joissa sanoittamista olisi tarvittu väkivallan tai riitelyn ehkäisemiseksi.

### **3.2. Muutokset asenteissa ja ajattelutavoissa**

Tähän luokkaan kuuluvat sellaiset aineistosta löytyneet parisuhdeväkivallan vähentämisessä tukeneet tekijät, jotka liittyvät ryhmäläisten muuttuneeseen tapaan ajatella ja asennoitua ryhmässä aloittamisen jälkeen. Aineistosta nousi esiin puhe oman väkivaltaisen käyttäytymisen tunnistamisen kehittymisestä, vastuun ottamisen heräämisestä, parantuneesta kyvystä ennakoita omaa käyttäytymistään sekä erilaisesta suhtautumisesta hankaliin tilanteisiin ja heikkouksiin. Tähän luokkaan kuuluvia puhekatkelmia esiintyi yhteensä 14 istunnossa, joten muutokset ajattelutavoissa on aineiston yleisin luokka.

#### **3.2.1. Väkivallan tunnistaminen ja vastuunotto väkivallasta**

Vastuun ottaminen omasta väkivaltaisuudesta nähtiin tärkeänä tekijänä väkivallattomaan elämään pyrkimisessä. Voidakseen ottaa vastuun omasta väkivaltaisesta käytöksestä on ensin tunnistettava mikä on väkivaltaa. Väkivallan tunnistamisen kehittyminen näkyi esimerkiksi ymmärryksenä henkisen väkivallan muodoista. Yksi ryhmäläinen kertoi käsittäneensä vasta Kriisikeskus Mobilen yksilökeskusteluissa, että suunnitelmallinen huolen aiheuttaminen toiselle, puheluihin vastaamatta jättäminen ja tahallisesti asioiden tekemättä jättäminen on henkistä väkivaltaa. Opittuaan

tunnistamaan henkisen väkivallan, hän kertoi pystyvänsä tarkkailemaan ja muuttamaan omaa käytöstään.

Vastuun välttäminen nousi ryhmässä esiin esimerkiksi puolison syyttelynä väkivaltatilanteista ja *tilanteiden selittelynä parhain päin*. Vastuunottoa ryhmäläiset ilmaisivat kuvaamalla väkivaltaista käytöstään esimerkiksi *omina valintoina*.

#### Esimerkki 7: Vastuunoton rakentuminen

R: ...mulla **kesti aika kauan** (...) että **ite ottaa** niinku **vastuun niistä omista tekemisistä** (...) jossain vaiheessa sitä tosiaan sitte niin no, että **kyllähän mää tosiaan pistin ne paikat päreiks ja se oli mun käsi ja mun jalka, joka sitä irtaimistoa rikko ja minä huusin** ja näin. Seki on jotenkin mulle tosi **iso semmonen kynnys** saada ees se sillain niiku (**tunnustettuu**) **itelle...**

O1: Muistaksä tästä sen ekan kun ( ) muutos lähti...

R: Varmaan niinku (...) se **siemen tuli siellä siellä Mobilessa** et (...) pari ekaa kertaa oli niiku itelle semmonen ihan järkytys siellä (...) se **käänsi** ne tavallaan niinkö ne niiku asiat ja **asetelmat** ihan sillain niinku **toisin päin, mitä oli ite tottunu (aina) ajattelemaan ja miten niiku selitti ne asiat itellee** ni se. Sitä **ei ehkä ollu silloin vielä kypsä** niinku semmoseen **myöntämään** niitä, mutta sitten (sillai) niiku **pikkuhiljaa**. Sitten ne mitä **kuuli tääläkin** ni kyllä se vähän semmonen **epämukava tunne oli siinä alussa** ja tuli sitte semmonen **monen vuoden syyllisyys niinku kerralla...**

O1: Et se jotenki se vastuu niistä omista teoista tuli sit niinku takautuvasti jotenki päälle sinne. Ei voinu jotenki enää selittää niinku puolison käytöksellä sitä, mitä on tapahtunu...

R: Joo ei ei niitä omia tekojaan. (...) kun se käänty se asia sit niiku **loppupeleissä sit kuitenkin paljon helpompi olla** sillai, että ne ei oo siellä takaraivossa sillain kuitenkaa koko ajan siellä jäytämässä niinku ne ennen oli...

Muutos sekä väkivallan tunnistamisessa että siitä vastuun ottamisessa on voinut vaatia useamman vuoden työskentelyn, kuten tästä puhekatkelmasta käy ilmi. Muutostyöskentely alkoi esimerkin ryhmäläisen kohdalla Kriisikeskus Mobilen yksilökeskusteluista ja jatkui ryhmässä keskustelemalla. Katkelmassa ryhmäläinen kuvasi lisäksi niitä tunteita, joita vastuun ottaminen väkivallasta hänessä herätti. Vuosien syyllisyyden tunteestaan huolimatta ryhmäläinen kuitenkin kuvasi oloaan lopulta helpommaksi.

Vastuun ottamisen myötä ryhmäläiset kertoivat myös häpeävänsä ja katuvansa käytöstään voimakkaasti ymmärtäessään oman käyttäytymisensä seuraukset ja sen vahingoittavuuden. Yksi

ryhmäläinen kertoi puolisonsa kanssa keskusteltuaan järkyttyneensä siitä, miten hän on voinut tehdä niin pahoja asioita rakastamalleen ihmiselle ja minkälaista pelkoa hän on puolisolleen aiheuttanut. Häpeän tunnetta voidaan tulkita lisäksi yhden ryhmäläisen kommentista, jossa hän totesi näin: *jos sitä vaikka näkis nauhalta omaa käyttäytymistä, nii pistäs pussin päähän ja hyppäis järveen*. Tässä hän viittasi omaan käytökseensä riitatilanteissa kotona, kun *pinna on palanut*.

### 3.2.2. Väkivaltaa ennakoivien ajatusmallien tunnistaminen

Ryhmäläisten puheesta nousi esiin niiden ajatusmallien tunnistaminen, jotka ennakoivat väkivaltaista käytöstä. Väkivaltaa ennakoivien ajatusmallien tunnistamisen kautta ryhmäläiset olivat onnistuneet väkivaltaisten käytösmallien vähentämisessä.

Esimerkki 8: Omien ajatusten ja tunteiden tunnistaminen ennakoivasti

R: ...ja ite oon sitten myöskin saanu sitä semmosta niiku vahvistusta siihen, että **pystyy löytää niitä merkkejä itestä, että ahaa nyt mä alan ajatella tälle, nyt se sano tollee, mitäs mitäs mä ajattelen tästä ja sitten alkaa niiku heti, et no hei mitäs me nyt puhuttii siellä viimeks ja mitä mä ite puhun tästä tilanteesta, et nyt nyt mul on se tilanne, et nyt mun täytyy tehdä jotaki**. Niiku herätä heti siihen tilanteeseen, et nyt mulla on tässä nyt se tilanne justiin päällä, et **joskus enne se tuli vaa ni se tuli niiku salama kirkkaalta taivaalta**. Ei kerinny tajuta mitää. Sitä vaa teki ja huuti tai teki jotakin ja sitten vasta, että no mitä mä nyt riehun tässä että. Mutta nyt tulee jo pikkusen niiku **alkaa jo etukäteen, että hei nyt alkaa niiku tulla semmonen olo, vaikee olo**.

O1: Lämmöt lämmöt nousee.

(...)

O1: Ennakointia tämmöstä.

(...)

O2: Ja tunnistamista...

Katkelmassa ryhmäläinen kertoi pystyvänsä pysähtymään ja tutkimaan omia ajatuksiaan ja tunteitaan tilanteissa, joissa hänellä oli riski käyttäytyä väkivaltaisesti. Ryhmäläinen kuvasi tilanteiden tulleen hänelle aiemmin yllättäen. Tällaisissa tilanteissa ryhmäläinen kertoi pystyvänsä myös muistelemaan

asioita, joita ryhmässä oli puhuttu. Ryhmän ohjaajat nimesivät ryhmäläisen kuvaamaa ajatusketjua ennakoinniksi ja tunnistamiseksi.

Ryhmäläisten puheesta ei aina käynyt ilmi, ennakoivatko he kertomiensa tilanteiden johtavan riitelyyn vai varsinaiseen väkivaltaan. Ennakoinnin myötä ymmärrettiin kuitenkin *lopettaa lyhyeen*. Maltin menettämistä ryhmäläiset eivät kokeneet lainkaan hyödylliseksi.

Ryhmäläisten lisääntynyt itsetuntemus väkivaltaan johtavien merkkien ennakoinnissa liittyi myös sellaiseen toimintaan, jota terapeutit eivät välttämättä osanneet tunnistaa. Aineistosta nousi tästä esimerkkinä *nipottaminen*.

#### Esimerkki 9: Nipottaminen ennakoivana käytöksenä

R: ...Ei oo semmosta ollu, että jotai semmosta niiku **nipottamista** puolisolle on tullu välillä...

O1: Kuuluuks nipottaminen väkivaltaryhmään?

R1: Mä mä jotenki **itessäni tunnistan sen, että se on** niiku **matkalla** niiku, et **jos se siitä kiristyy** ni se sitten menis.

O1: ...Se on pikkusen niiku semmone **markkeri** kuitenkin. Siihe ei voi ihan leikkisästi suhtautuu. Mä mä otan takasin ton.

(...)

O1: ...jotenkin mä aattelen se on myös sen **väkivaltaisen ajattelun taustalla**, et sä oot just tommonen niiku. Et se **mielikuva luodaan** niiku **ykspuolisesti** ja **toisel ei oo mahdollisuus puolustautua**, et hei en mä noi aatellu tai noin tehny, ku se hyökkäys tulee päälle (...) ei oo merkityksetön asia.

R1: Nii ja just kanssa sitä niin kun, että **asioitten pitäis mennä mun mun tavalla** (...) nii se on tavallaa niiku **sinne suuntaan menevää** jo se nipotus...

(...)

R2: ...Ehkä se on aiheellistakin välillä...

R1: Ehkä siinäki on just se, et millä sävyllä sen sanoo...

O1: Mut mul- mulla (...) niiku aukee just toi, et et kyl et niiku just tää **vuoropuhelu**, et **asioist keskustellaa ja kummanki näkökannat tulee kuulluksi**, ni se on aika lailla myös niiku **väkivallan** niiku **vastakohta**. (...) et **suostuu** niiku **vaikutettavaks** ja **suostuu kuulemaa sen toisen mielipiteen** ja niiku **suostuu muuttamaan tarvittaessa omii ajatuksii** ni sehän on, sehän on juuri sitä niiku vastavoimaa sille. Et itseasias nyt vasta niiku oivallan, et tää on tän tän homman kannalta aika hiton keskeinen asia. (...) **Sen sijaan, että** niiku **jyrättäis syystä tai toisesta se oma juttu läpitte, vaikka niiku uhan tai väkivallan kautta...**

Ryhmäläinen piti *nipottamista* merkinä kohti väkivaltaista käytöstä, johon ohjaaja tarttui ja haastoi pohtimaan käytöstä tarkemmin. Ohjaaja ja ryhmäläinen liittivät *nipottamiseen* yksipuolisen mielikuvan luomisen toisesta, puuttuvan mahdollisuuden puolustautua ja vaatimuksen asioiden kulusta tietyllä tavalla. Näiden todettiin olevan yleisesti väkivaltaisen ajattelun taustalla. Sen sijaan väkivallan vastavoimana ohjaaja nosti esiin vuoropuhelun, molempien näkökantojen kuulemisen ja tarvittaessa omien ajatusten muuttamisen.

### 3.2.3. Muutokset suhtautumisessa heikkouksiin ja vastoinkäymisiin

Kolmas muutos ryhmäläisten ajattelutavoissa oli armollisempi suhtautuminen erityisesti itseen, mutta myös muihin. Keskusteluissa nousi esiin vaativuus itseä ja muita kohtaan sekä tunnelman kiristyminen, jos itselle asettamistaan vaatimuksista ei pystynytkään selviämään. Armollinen suhtautuminen itseään kohtaan auttoi olemaan armollinen myös muita, kuten puolisoa ja lapsia kohtaan.

Esimerkki 10: Armollisuuden lisääntyminen

R1: ...**jollain lailla sitä on niinku vähän semmonen armollisempi nykyään itelle.** Että ennen sitä oli ehkä semmonen perfektionisti enemmän. Että niiku semmosia **virheitä ei sallinu itelle...**

O1: Tarkotat, että **oisit moittinu ittees** tämmösissä tilanteissa.

R1: Joo sillain niinku **sisäisesti** ja sillai. Nyt on vaan sellain, että no tässä nyt kävi näin. Että sillai, et mitäs mä nyt tälle asialle oikeestaan voin.

(...)

R1: ...**sitä oli sillon ennen** semmonen **aika** semmonen **kova** sillai **myös muille ihmisille**, mutta (...) **nyt sitä ehkä uskaltaa päästää tunteet vähän eri lailla pintaan.** (...) **jos näkee vaikka semmosta, että joku toinen kärsii tai sillai on surullinen tai jotain, niin se niiku se niinku tuntuu sillain, että sitä niinku ite iteki kokee sitä sen toisen tunnetta.** (...) **ennen sitä ei niiku antanu tuntea** (...) sitä piti vaan olla semmonen kova...

O1: ...Mitä se ois aiheuttanu, jos ois tuntenu myötätuntoa toista kohtaan?

R1: No emmä tiiä. Mä ajattelin, että se ( ) on semmosta **heikkoutta..**

(...)

R1: ...sitte tosiaan **ehkä sitä kautta sitä on tullu itelleki semmoseks.**

R2: Tai sitte voi olla niin päin, että **ku itelle on ollu myötätuntonen, nii sitte sitä kautta** tulee sitte, et **pystyy oleen toisillekin**. Jotenki just se semmone niiku armollisuuskin, et **pystyy oleen armollinen itelleen vähä, niin sitten on helpompi olla toisilleki**, et ei oo niin kova enää sitte toisia kohtaan.

(...)

R1: Nii kyllä. Jollain lailla sillein **kokonaisuudessaan** (kuitenkin) **helpompi elää ittensä kanssa kaikkine heikkouksineenki** nykyään. (...) **ennen mä en niinku sietäny ees niitä omia heikkouksia**. Että mä en niinku halunnu sillein ajatella niitä. Että mua sillai niinku inhotti inhotti, jos ne tuli, tuli sillain jotenki ilmi. Ja sitte **mua ärsytti niiku, jos omissa lapsissa näky niitä omia piirteitä** (...) **tai kenessä vaa ihmisessä**. (...) Mut se oli kyllä loppujen lopuks semmosta **kuluttavaa elämää** semmonen tähän nykytilanteeseen verrattuna että.

Puhekatkelmassa ryhmäläinen (R1) pohti sitä, miten armollisuus itseä kohtaan ehkäisi hänessä maltin menettämisen huonosti sujuneena päivänä. Keskustelussa nousi esiin virheiden salliminen ja itseensä kohdistuvien moitteiden vähentyminen. Ryhmäläinen (R1) kuvasi myös muutosta myötätuntoisessa suhtautumisessa toisen kokemaa kohtaan, minkä ennen koki heikkoudeksi. Toinen ryhmäläinen (R2) osallistui keskusteluun pohtien myötätuntoisuuden vaikutuksia ja esittäen toisenlaisen ajatuksen armollisuuden lisääntymisestä toisia kohtaan. Ankaruus ja vaativuus itseä kohtaan todettiin kuluttavaksi, ja näin ollen armollisuuden lisääntymistä pidettiin hyvänä muutoksena.

Myötätuntoisemman suhtautumistavan lisäksi muutos näkyi suhteessa haastaviin tilanteisiin ja elämän vastoinkäymisiin. Ryhmäläiset kertoivat kokeneensa aiemmin helposti voimakasta suuttumusta, mutta pystyvänsä ryhmässä aloittamisen jälkeen ajattelemaan rationaalisemmin ja rauhallisemmin myös hankalissa tilanteissa. Rauhallisempi suhtautuminen ja sen myötä parantunut itsehillintä ulottui parisuhteen riitojen lisäksi kaverisuhteissa sekä työpaikalla koettuihin ikäviin tapahtumiin ja puheisiin, lasten hankalaan käytökseen ja jopa muiden autoilijoiden liikennesääntöjen rikkomiseen. Ryhmäläiset olivat pystyneet estämään itseään provosoitumasta esimerkiksi ottamalla asian huumorilla tai jättämällä asian *omaan arvoonsa*. Yksi ryhmäläinen kertoi tulkinneensa ihmisten reaktioita aiemmin lähes aina *huonoimmin päin* ja kokeneensa muiden käytöksen uhkana. Ryhmäkäyntien myötä hän uskalsi suhtautua avoimemmin ja näki tilanteet moniulotteisemmin.

Muuttunutta tapaa suhtautua hankaliin tilanteisiin ei aina ryhmäläisten puheessa selitetty mistään tietystä asiasta johtuvaksi. Joskus se yhdistettiin vanhenemiseen ja henkiseen kypsymiseen. Joskus sen taustalta löytyi päätös olla käymättä enää kertaakaan kehenkään kiinni. Pääsääntöisesti oman suhtautumistavan muuttuminen luettiin kuitenkin ryhmän ansioksi.



### 3.3. Vertaistuen saaminen ryhmässä

Ryhmäläiset nostivat esiin vertaistuen tärkeyden yhdeksässä istunnossa. Vertaistuki näyttäytyi ryhmäläisten puheessa mahdollisuutena sekä kuunnella muiden samankaltaisia tarinoita että jakaa omaa tarinaansa. Vertaistuen kautta myös huomattiin, ettei ole yksin ongelmiansa kanssa. Ryhmä tarjosi mahdollisuuden työstää ongelmaa, nähdä oma väkivaltainen käyttäytyminen toisenlaisesta näkökulmasta ja oppia muilta toimivia keinoja itsensä hillitsemiseen. Lisäksi ryhmäläiset jakoivat saman päämäärän.

Muiden samankaltaisten tarinoiden kuuntelemisen merkitys näkyi aineistossa siten, että ryhmäläiset kuuluivat muidenkin toimineen parisuhteessaan väkivaltaisesti, väärin. Tämä vähensi ryhmäläisten häpeän ja ahdistuksen kokemusta sekä lisäsi rohkeutta puhua aiheesta itsekkin.

Esimerkki 11: Ei enää yksin ongelman kanssa

R: ...se on **varmaa vähentäny sitä ahistustaki** sillai, että **harva ihminen nyt tämmösistä** niiku missää **saunailloissa tai kaveriporukoissa puhuu** että. Tai no jotkut kyllä puhuuki, mutta et sillai semmoset hyvänpäivätutut niin. Ja **Facebook-kaverit ja tämmöset somekaverit** niin se niiku **näyttää kaikkien elämä** semmoselta niiku **täydelliseltä** siellä. Ja sitten sitä niinku **alkaa** sillai **mieltii, että miten mulla** niinku **menee kaikki** niiku **näi päi seiniä** ja kaikilla muilla on jotain tommosia lomamatkakuvia tuolla ja et hyvin menee ja. Siitä **saa** niiku semmosen **ihan vääristyneen kuvan** sillälailailla, että

O2: Muilla menee kauheen hienosti ja sit se oma tilanne tuntuu aika rankalta.

R: Joo nii ja sitä niinku **vajoaa enemmän** semmoseen, niinku ihmeelliseen semmoseen, vähän **niinku kuiluun** sitten. Että **et on niiku ihan yksin**, yksin vaan **näitten ongelmien kanssa** sitten. **Luulee, ettei niiku kellää muulla tämmöstä oo** että.

O1: **Tässä elämä näyttäytyy hyvinkin toisenlaisena täs ryhmässä.**

R: Joo nii näyttäytyy...

Tässä katkelmassa ryhmäläinen kuvasi kokemustaan siitä, ettei väkivallasta juuri kavereiden kesken puhuta ja sosiaalinen media luo vääristynyttä kuvaa ihmisten elämäntilanteesta. Ryhmäläinen kertoi kokeneensa olevansa yksin ongelmiansa kanssa. Kuten ohjaaja katkelman lopussa kuvasi, ryhmässä elämä näyttäytyy hyvinkin toisenlaisena.

Sitoutuminen ryhmässä käyntiin koettiin tärkeänä ongelman aktiivisen käsittelemisen kannalta. Aineistossa kahden ryhmäläisen välillä käytiin keskustelu siitä, ettei omaa väkivaltakäyttäytymistä

käsittele yksin kotona ollessa, kuten ryhmässä. Keskustelussa vertaistuen merkitys kuvattiin siten, että toisten tarinoiden kautta tulee käsiteltyä omaa asiaansa. Muiden samankaltaisten tarinoiden kuuntelemisen avulla voi esimerkiksi nähdä oman väkivaltaisen käyttäytymisensä kohtuuttomuuden, kuten erään ryhmäläisen kertomasta ilmeni. Eräs toinen ryhmäläinen näki ongelman työstämisen ryhmässä toimivan myös ennakoivasti, jotta mitään *kärjistymisiä* ei tulisi ja syntyisi tarvetta korjata mitään pahempaa.

Vertaistukeen sisällytettiin myös muilta opitut keinot, yhteisen päämäärän jakaminen ja yhdessä *tsemppaaminen*.

#### Esimerkki 12: Yhdessä yrittäminen

O1: ...Onks täst ryhmäst ollu apua nyt siitä, mitä oot käynyt nyt siitä (...)?

R: No kyllä kyllä, että on niiku, kun on tässä juteltu ja **jokaisella on niitä omia keinoja ja konsteja, mitä on kuullu, mitä on pystynyt käyttämään**. Ja ker-, ku ihmiset kertoo omia tarinoita, ni sitä niiku. (...) Että semmone tunne tulee, että niiku **ollaa samassa veneessä ja yritetään kaikki tässä tehdä asioille jotakin**. Että semmone vertaistuki sillä tavalla, että **ollaa niiku samojen asioiden äärellä ja yritetään koko ajan tsemppata niissä...**

O1: ...Toi oliko jännästi, mitä sä sanoit. Mä en oo tota tullu niiku aatelleeks. **Mä oon aatellu sitä vertaistukee niiku, et voi oppia muilta**. Mutta että, et **onha tässä myös tää ulottuvuus, et kaikil on niiku sama päämäärä** jotenki. Pystyis elää väkivallattomasti. Semmone tavallaa niinku tsemppin ajatus siinä. Mä en oo tota miettiny aikasemmin. Toi on must hyvin sanottu.

R: Nii, sitä mä ainaki ajattelen aina, ku mä tuun tänne, että no **tää on semmone tsemppiryhmä**. Et **jokainen miettii täällä ainaki hirveesti sitä asiaa, et mitä mitä vois tehdä ja mitä on jo tehnyt...**

Tässä katkelmassa ryhmäläinen koki ryhmätyöskentelyssä merkitykselliseksi muilta opittujen keinojen lisäksi ajatuksen yhteisestä ponnistelusta omien asioidensa parissa. Ryhmäläinen kuvasi ryhmää tsemppiryhmäksi saman päämäärän, eli väkivallattoman elämän vuoksi. Ohjaaja suhtautui hyväksyvästi totutusta poikkeavaan tapaan nähdä vertaistuki.

### 3.4. Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen

Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen merkitys parisuhdeväkivallan vähentämiseen nousi aineistossa esiin kuudessa istunnossa. Omaan hyvinvointiin vaikuttavina tekijöinä ryhmäläiset toivat esiin ahdistuksen vähenemisen, masennuksen loppumisen, tasaisen unirytmien, alkoholin käytön vähentämisen ja rentoutumisen. Hyvinvoinnin ja jaksamisen kohentuminen yhdistettiin puhekatkelmissa parisuhdeväkivallan vähenemisen lisäksi lapsiin kohdistuvan väkivallan vähenemiseen.

Oman psyykkisen voimien kohentuminen ja hyvin nukkuminen yhdistettiin aineistossa parempaan *skarppaamiseen* ja siihen, ettei enää *käy ehkä niin radikaalisti*. Univelan aiheuttama väsymys tunnistettiin eräässä ohjaajien ja kahden ryhmäläisen välisessä keskustelussa myös yhdeksi väkivaltaa ennakoivaksi merkiksi. Ohjaajat sekä vahvistivat oman hyvinvoinnin merkitystä että toivat esiin näkemyksensä oman voimien vaikutuksesta monen muun tekijän ohella.

Alkoholinkäytön vähentämisen tai lopettamisen mainitsi vain kaksi ryhmäläistä yhden istunnon aikana. Päätöstä vähentää tai lopettaa alkoholinkäyttö edelsi yhden ryhmäläisen mukaan väkivaltaisen käyttäytymisen kärjistyminen humalatilassa yllättäen puolisoa kohtaan fyysiseksi. Myös toinen ryhmäläisistä kertoi käyttäytyneensä uhkaavasti humalassa eikä halunnut ottaa enää riskiä palata samaan tilanteeseen.

Omasta jaksamisestaan huolehtiminen koettiin tärkeäksi väkivaltariskin ennakoinnin ja vähentämisen näkökulmasta.

### Esimerkki 13: Rentoutumisen ja levon tärkeys

R1: ...**jotakin rentoutusta itelle pitää aina keksii** (.). Sitä mä ainakin jotenkin koen tärkeänä, että mulla on se kuntosali tai sit lenkkeily tai saunominen, uimassa käynti. Että **jokaisella on ne omat jutut mistä saa** vähän niinku semmosta, että jotenkin ihan **kroppaakin** saa rentoutettua. Et **joskus huomaa, et on niin jännittynyt kaikesta stressistä ja muusta, et sitten, jos vielä parisuhteessa tulee jotakin jännitystä, ni sitten on niinku valmiiks**. Että se omasta itestä huolehtiminen jollain tavalla että.

R2: **Sillon, ku on stressaantunut tilanne, ni se just helposti meinaa unohtua**, että mulla on niinku kiire muutenkin, että en mä nyt ehi mitään semmosta, **mut sillon se just ois nimenomaan kaikist tärkeintä**.

R1: Niin. Sitten on ain parempi olo, ku jotakin semmosta tekee. Mut **joskus se on niinku lepääminen**, mut **joskus vaatii ihan sitä, et pitää joku joku lenkki tehdä tai käyä salilla** polniinku rautojen kanssa heilumassa. Ja sit **sit tulee semmonen rennompi olo parempi olo, että taas jaksaa niinku seuraavana päivänä paremmin**.

O2: Tärkeää huomioida myös se keho...

Tässä katkelmassa ryhmäläinen (R1) jakoi omia kokemuksiaan hyvinvointia lisäävistä ja kehoarentouttavista keinoista. Keskusteluun osallistunut toinen ryhmäläinen (R2) totesi omasta itsestä huolehtimisen unohtuvan helposti stressaavassa tilanteessa. Juuri silloin itsestä huolehtimista kyseiset ryhmäläiset pitivät kuitenkin kaikista tärkeimpänä. Omasta hyvinvoinnista huolehtimisen myönteiset seuraukset nähtiin myös seuraavaan päivään ulottuvina. Kehon huomioimisen tärkeyden hyväksyi myös ryhmän ohjaaja.

Istunnoissa ryhmäläisille annettiin tilaa käsitellä myös muita elämäntilanteisiin liittyviä haasteita, ja ryhmän vaikutus näyttäytyi silloin lähinnä omaa hyvinvointia tukevana. Eräs ryhmäläinen totesi yhdessä istunnossa elämänsä olevan *aika sekaisin*, mutta ajatteli tilanteen voivan olla paljon huonompi ilman ryhmää. Ryhmäläinen näytti selittävän tätä sillä, että osasi käsitellä vastoinkäymisiä paremmin.

### **3.5. Muu ulkopuolinen tuki**

Aineistossa väkivallan tekijöiden ryhmä koettiin oman väkivaltaisen käyttäytymisen vähentämisessä merkitykselliseksi, mutta myös ryhmän ulkopuolisella tuella oli osuutensa ryhmäläisten raportoimassa muutoksessa. Muiden tukimuotojen merkitys korostui etenkin silloin, kun ryhmätapaamisia ei ollut viikoittain. Muusta ulkopuolisesta tuesta keskusteltiin aineistossa 11 istunnossa.

Keskusteluissa korostui monesti Kriisikeskus Mobilen tuki ja siellä toteutetuista yksilökeskusteluista saadut vinkit. Tällaisina vinkkeinä ryhmäläiset mainitsivat oman toiminnan etenemisen ja seurausten ajattelemisen sekä aikalisän. Parisuhdeväkivallan vähentämisen lisäksi Mobilesta oli saatu apua akuuttipsykiatrian ohella ahdistukseen.

Muina tukimuotoina ryhmäläiset toivat esiin yksilö- ja pariterapian, psyykenlääkkeiden käytön sekä puolisoon tai lapsiin kohdistuneen keskusteluavun, joka oli välillisesti auttanut myös ryhmäläisiä. Toisaalta yksi ryhmäläinen kertoi kokeneensa, että vaikka yksilöpsykoterapiassa oli voinut käsitellä omaa ärtyneisyyttään, lapsiinsa kohdistamastaan väkivallasta hän uskalsi puhua vasta väkivallan tekijöiden ryhmässä.

### 3.6. Keskustelujen aloittajat

Toisena tutkimuskysymyksenä tutkimuksessamme oli, kenen aloitteesta keskustelut parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä ryhmässä alkoivat. Taulukossa 1 esittelemme kootusti keskustelutilanteet, joissa aloitteen teki ryhmän ohjaaja. Taulukossa 2 erittelemme tarkemmin ryhmäläisten tekemät aloitteet, joista osa liittyi ryhmäläisten puheenvuoroihin ilman muiden ryhmäläisten osallistumista ja osa ryhmäläisten välisiin keskusteluihin. Olemme jakaneet aloitteentekijät taulukossa luokittain, sillä tarkastelimme samalla, oliko keskustelujen aloittajissa luokkakohtaisia eroja.

TAULUKKO 1. Ohjaajat aloitteentekijöinä keskustelussa parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä

	Vaihtoehtoiset toimintatavat	Muutokset asenteissa ja ajattelutavoissa	Vertaistuen saaminen ryhmässä	Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen	Muu ulkopuolinen tuki
<b>Ohjaaja aloitteen-tekijänä</b>	Avoimet ja suljetut kysymykset, esimerkiksi kysymys esittelykierroksella: mikä on ryhmässä ollut hyvää tai paras apu	Avoimet ja suljetut kysymykset ryhmässä auttaneista asioista esittelykierroksella  Ohjaaja kysyi kuulumisia  Ohjaaja kysyi, heräsikö ajatuksia toisen tarinasta tai oliko siinä tuttuja asioita	Ohjaaja kysyi esittelykierroksella, mikä ryhmässä ollut merkityksellistä ja onko ryhmästä ollut apua	Ohjaaja kysyi ryhmäläisiltä väkivaltaa ennakoivista merkeistä ja tavoista huomioida omaa jaksamista	Ohjaaja kysyi aiemmin ehdotetusta avunsaantikeinosta  Ohjaaja kysyi ajatuksia tapaamisvälistä

Keskustelut väkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä alkoivat usein ohjaajien kysyessä ryhmästä saadusta tuesta esittelykierroksella, jossa ryhmäläiset kertoivat omaa tarinaansa uuden ryhmäläisen liittyessä ryhmään. Monesti keskustelut alkoivat myös ohjaajien kysyessä istunnon alkaessa ryhmäläisten kuulumisia. Muun muassa tällöin ryhmäläiset nostivat esiin tilanteita, joissa heillä olisi aiemmin ollut riski käyttää väkivaltaa. Ryhmätapaamisissa opittujen asioiden vuoksi he olivat kuitenkin vältäneet väkivaltakäyttäytymisen.

Ohjaajien aloitteesta keskustelua käytiin jokaiseen tutkimuksemme luokkaan liittyen. Ohjaajat kysyivät suoraan asioista, jotka olivat olleet ryhmäläisille ryhmässä merkityksellisiä. He myös

pyrkivät osallistamaan ryhmäläisiä ajatustensa jakamiseen erityisesti toisten ryhmäläisten tarinoihin liittyen.

TAULUKKO 2. Ryhmäläiset aloitteentekijöinä keskustelussa parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä

	Vaihtoehtoiset toimintatavat	Muutokset asenteissa ja ajattelutavoissa	Vertaistuen saaminen ryhmässä	Oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntyminen	Muu ulkopuolinen tuki
<b>Ryhmäläinen aloitteentekijänä ilman muiden osallistumista</b>	Omasta aloitteesta pääasiassa esittelykierröksellä  Toivat esiin omaa muutosprosessia	Omasta aloitteesta pääasiassa esittelykierröksellä	Omasta aloitteesta pääasiassa esittelykierröksellä	Nostivat esiin selittävänä tekijänä omakohtaiselle muutokselle	Nostivat esiin spontaanisti yksittäisinä lauseina puheenvuorojen sisällä
<b>Toisen ryhmäläisen tarinaan yhtyminen</b>	Toisen ryhmäläisen puheenvuoron päätteeksi oman esimerkin jakaminen muille	Viittaaminen toisen ryhmäläisen tarinaan vastuun ottamisesta	Yhtyminen muiden ryhmäläisten kokemuksiin vertaistuen merkityksestä	Yhtyminen muiden ryhmäläisten kokemuksiin jaksamisen huomioimisesta väkivallan riskiä vähentävänä asiana	Oman muutoksen pohdintaa toisten ryhmäläisten keskusteluun viitaten
<b>Kysymys ryhmäläiseltä toiselle ryhmäläiselle</b>	Kysymys esittelykierröksellä: mikä on ryhmässä ollut hyvää tai paras apu  Kysymys uudelle ryhmäläiselle: minkälaisia keinoja tällä on hallita vihan tunnetta ja aggressiivisuutta		Kysymys: mitä on kokenut parhaana apuna ryhmästä		

Ryhmäläiset kertoivat oma-aloitteisesti väkivallan vähentämisessä auttaneista asioista tyypillisesti esittelykierröksellä, mutta myös kertoessaan omasta muutosprosessistaan muun keskustelun lomassa. Ryhmäläiset mainitsivat auttavia asioita lisäksi yksittäisissä lauseissa oman puheenvuoronsa aikana erityisesti muuhun ulkopuoliseen tukeen liittyen. Osa keskusteluista alkoi ryhmäläisen viitattua toisen ryhmäläisen aiempaan puheenvuoroon tai yhtymällä siihen. Aineistossamme kahden luokan osalta (Vaihtoehtoiset toimintatavat ja Vertaistuen saaminen ryhmässä) keskustelu alkoi ryhmäläisen esittäessä avoimen kysymyksen kohdistetusti toiselle ryhmäläiselle. Muita luokkakohtaisia eroja emme keskustelujen aloittajissa löytäneet.

## 4 POHDINTA

Tutkimuksemme tavoitteena oli selvittää Jyväskylän mallin väkivaltainterventioon osallistuneiden, parisuhteissaan väkivaltaa käyttäneiden kokemuksia parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä. Lisäksi tutkimme, kenen aloitteesta keskustelut parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista asioista alkoivat ryhmässä. Havainnoimalla intervention tallennettuja ryhmäistuntoja pystyimme tarkastelemaan ryhmän merkitystä väkivallan auttamisessa auttavien tekijöiden esiin nousemisessa keskusteluun. Toivomme tutkimuksen antavan lisää tietoa siitä, minkä ryhmäläiset kokevat sekä ryhmäinterventiossa että sen ulkopuolella tukevan heitä muutoksessa kohti väkivallatonta käyttäytymistä.

### 4.1. Päätulokset

Tutkimuksemme ryhmäläiset kertoivat saaneensa apua parisuhdeväkivallan vähentämiseen vaihtoehtoisista toimintatavoista. Ryhmäläiset pitivät erityisesti niin sanotun aikalisän ottamista tehokkaana keinona estää kontrollin menettäminen. Kokemukseen oman olotilan rauhoittumisesta riitti ryhmäläisten mukaan lyhytkin aikalisä. Aikalisän kaltaisista, toimiviksi todetuista vaihtoehtoisista keinoista eräs ryhmäläinen toivoi tiedotettavan myös kumppaneita, joita tällainen uudenlainen tapa toimia on voinut ihmetyttää. Tuloksemme ovat yhdenmukaisia aikaisempien tutkimusten kanssa, joissa parisuhdeväkivallan tekijät ovat raportoineet vähentäneensä väkivaltakäyttäytymistään tai välttäneensä sen keskeyttämismenetelmillä (Gondolf, 2000; Malmberg & Rantanen, 2012).

Konkreettisten keinojen lisäksi ryhmäläiset kertoivat, että heille on ollut apua omien ajatustensa ja tunteidensa sanallisesta ilmaisemisesta joko suuttumuksen kohteelle tai jollekin toiselle. Keskustelutaitojen harjoittelu ryhmässä ja ryhmän ulkopuolisissa perhetapaamisissa oli myös erään ryhmäläisen kokemuksen mukaan lisännyt keskustelua kotona puolison kanssa, mitä hän piti merkittävimpänä tekijänä muutoksessaan. Vaikka ryhmäläiset olivatkin havainneet itsessään kehittymistä ajatustensa ja tunteidensa ilmaisemisessa, tunnistivat he edelleen tilanteita, joissa niiden sanoittaminen olisi voinut estää väkivallan tai riitelyn. Kommunikaatiotaitojen oppiminen ja tunteiden tunnistaminen osoitettiin merkittäviksi tekijöiksi väkivaltaiseen käyttäytymiseen liittyvän muutoksen edistämiseksi myös Sheehanin ym. (2012) katsauksessa.

Tutkimuksemme tulosten mukaan ryhmäläiset kokivat, että oman väkivaltaisen käyttäytymisen tunnistaminen, vastuun ottaminen, oman käyttäytymisen parempi ennakoiminen sekä muuttunut suhtautuminen vaikeisiin tilanteisiin ja heikkouksiin olivat tukeneet heitä parisuhdeväkivallan vähentämisessä. Muutostyöskentely väkivallan tunnistamisessa ja vastuun ottamisessa oli yhden ryhmäläisen mukaan vaatinut usean vuoden työskentelyn. Vastuun ottamiseen liittyvistä tunteista hän raportoi alun syyllisyyden, joka oli lopulta muuttunut olemisen helpottumiseksi. Vastuun ottamiseen liittyi tutkimuksemme mukaan väkivaltaisen käyttäytymisen häpeämistä ja katumista, jotka olivat seurausta käyttäytymisen seurausten ja vahingoittavuuden ymmärtämisestä. Tulokset vastuun ottamiseen liittyvästä prosessista ovat yhteneväiset Veloniksen ym. (2020) tutkimuksen kanssa. Vastuun ottaminen aiemmasta väkivaltaisesta käyttäytymisestä osoittautui myös Sheehanin ym. (2012) katsauksessa merkittäväksi tekijäksi käyttäytymisen muutoksessa onnistumisessa.

Oman väkivaltaisen käyttäytymisensä ennakointi näyttäytyi tutkimuksessamme lisääntyneenä itsetuntemuksena sekä omien ajatusten ja tunteiden tutkimisena sellaisissa tilanteissa, joissa ryhmäläinen tunnisti riskin käyttäytyä väkivaltaisesti. Tilanteiden kehittymisen tunnistaminen raportoitiin myös Malmbergin ja Rantasen (2012) tutkielmassa selityksenä parisuhdeväkivallan vähenemiselle tai loppumiselle. Tuloksemme ovat yhdenmukaisia myös Morranin (2013) tutkimuksen kanssa, jossa käyttäytymisen muutoksessa onnistuneet miehet kertoivat ymmärtäneensä paremmin sitä, kuinka tunteet vaikuttavat heidän käyttäytymiseensä.

Kolmas ajattelutapoihin liittyvä tekijä parisuhdeväkivallan vähentämisessä oli suhtautumisen muuttuminen armollisemmaksi itseä, muita ja haastavia tilanteita kohtaan. Toisten kokemaa kohtaan tunnettua myötätuntoa ei enää pidetty heikkoutena. Myötätuntoisen suhtautumistavan kehittymisen koettiin liittyvän ryhmässä käyntiin ja toisaalta henkiseen kypsymiseen vanhenemisen myötä. Asettumisen hyödyistä parisuhdeväkivallan vähentämisessä ovat raportoineet myös Gondolf (2000) sekä Malmberg ja Rantanen (2012).

Kuten Grayn ym. (2014) tutkimuksessa, myös tässä tutkimuksessa ryhmäläiset pitivät vertaisryhmäkeskusteluja muutosta tukevana tekijänä. Tutkimuksemme ryhmäläisille vertaistuki näyttäytyi monella tavalla. Ryhmä mahdollisti muiden samankaltaisten tarinoiden kuulemisen, oman tarinan jakamisen, kokemuksen jaetusta ongelmasta, ongelman työstämisen, oman väkivaltakäyttäytymisen näkemisen toisenlaisesta näkökulmasta, keinojen oppimisen muilta sekä saman päämäärän tavoittelun. Muiden väkivaltaisesta käyttäytymisestä kuulemisen koettiin vähentäneen häpeän ja ahdistuksen kokemusta. Vaikka tutkimuksessamme ryhmäläiset osoittivat puheissaan vastuun ottoa ja empatiaa satuttamaansa kumppania kohtaan, emme tutkineet tarkemmin, olivatko vastuullisuus ja empatia yhteydessä häpeän tunteen vähenemiseen (kts. Loeffler ym., 2010). Kaiken kaikkiaan vertaistuki näyttäytyi tutkimuksessamme myönteisenä tekijänä tekijöiden



muutosprosessissa. Tuloksemme poikkeaa McGinnin ym. (2019) väkivallan kokijoille tekemästä haastattelututkimuksesta, jossa raportoitiin parisuhteissaan väkivaltaisten miesten välisen vertaistuen mahdollistavan väkivallan normalisoimisen. Ryhmän vertaistuen vaikutus olisi voinut näyttäytyä myös meidän tutkimuksessamme erilaisena, mikäli olisimme ryhmäkeskustelun havainnoimisen lisäksi haastatelleet tekijöiden (ex)-kumppaneita.

Yhtenä tutkimuksemme päätuloksena oli ryhmäläisten kokemus oman hyvinvoinnin ja jaksamisen vaikutuksesta parisuhdeväkivallan ja lapsiin kohdistuvan väkivallan vähenemiseen. Ryhmän koettiin tukevan lähisuhdeväkivallan vähentämisen lisäksi muissa elämäntilanteeseen liittyvissä haasteissa. Tähän luokkaan sisältyi kahden ryhmäläisen kokemus Sheehanin ym. (2012) katsauksen kaltaisesta erityisestä tapahtumasta, joka oli toiminut heillä käännekohtana. Ryhmäläisten kokemukset liittyivät väkivaltatilanteisiin alkoholin vaikutuksen alaisena, minkä jälkeen he olivat vähentäneet alkoholin käyttöönsä välttääkseen jatkossa riskin väkivallasta. Lukuun ottamatta näiden kahden ryhmäläisen puhekatkelmaa yllätyimme, ettei ryhmässä keskusteltu alkoholin käytön vähentämisen tai lopettamisen vaikutuksista parisuhdeväkivallan vähentämiseen. Ennakoimme päihteiden käytön osuuden keskusteluissa runsaammaksi ottaen huomioon tutkimusten osoittaman komorbiditeetin lähisuhdeväkivallan ja päihteiden käytön välillä (esim. Watkins, Maldonado & DiLillo, 2014).

Väkivaltainterventiosta saadun tuen lisäksi ryhmäläiset raportoivat ryhmän ulkopuolisesta tuesta parisuhdeväkivallan vähentämisessä. Muiden tukimuotojen merkitys näyttäytyi merkityksellisenä etenkin silloin, kun ryhmäistuntoja oli harvemmin kuin viikoittain. Tämä tutkimustulos on linjassa Pencen ym. (1993) ajatuksen kanssa, että väkivaltainterventiot ovat yhteiskunnassa vain yksi keino vaikuttaa lähisuhdeväkivallan esiintymiseen.

Keskustelut parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä alkoivat tyypillisesti esittelykierroksella joko ohjaajan kysymyksestä tai ryhmäläisten omasta aloitteesta. Keskustelujen aloitteentekijöinä ohjaajat näyttäytyivät myös kuulumisia kysyessään ja pyytäessään ryhmäläisiltä ajatuksia muiden kertomaan liittyen. Ohjaajien aloitteesta ryhmäläiset kertoivat heitä auttaneista tekijöistä kaikkiin luokkiin liittyen. Kaikissa ryhmäläisten esiin tuomissa teemoissa ohjaajat ilmaisivat tukea ja hyväksyntää. Kiistämättä ryhmäläisten kokemuksia heitä auttaneista tekijöistä ohjaajat suuntasivat huomiota asioihin, joihin ryhmäläiset olivat pystyneet omalla toiminnallaan vaikuttamaan, kuten vastuun ottamiseen omasta käytöksestään. Myös Silvergleidin ja Mankowskin (2006) tutkimuksessa ohjaajien tärkeys korostui siten, että he tukivat väkivallan tekijöitä luoden samalla turvallista ilmapiiriä oman väkivaltakäyttäytymisen kohtaamiseen sen kieltämisen sijaan.

Ryhmäläiset aloittivat keskusteluja parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista tekijöistä kertoessaan omasta muutosprosessista, viitatessaan toisen ryhmäläisen puheenvuoroon, yhtyessään toisen ryhmäläisen kokemukseen tai esittäessään kysymyksen suoraan toiselle ryhmäläiselle. Toisten

ryhmäläisten jakamat kokemukset, niihin yhtyminen ja toisten ryhmäläisten mentorointi kohti väkivallattomuutta todettiin muutosprosessissa tärkeäksi myös Silvergleidin ja Mankowskin (2006) tutkimuksessa. Aineistossamme toiselle ryhmäläiselle esitetyt kysymykset liittyivät luokkiin Vaihtoehtoiset toimintatavat ja Vertaistuen saaminen ryhmässä. Muita luokkakohtaisia eroja emme keskustelujen aloittajissa löytäneet.

#### **4.2. Tutkimuksen rajoitukset ja vahvuudet**

Tutkimuksemme suurimpana vahvuutena voidaan pitää uuden tiedon tuottamista parisuhdeväkivaltaa vähentävistä asioista. Emme ole löytäneet vastaavaa tutkimusta samanlaisella tutkimusmenetelmällä toteutettuna. Tutkimuksemme on myös ensimmäinen Jyväskylän mallista tehty tutkimus, jossa tutkitaan ryhmäläisten puheesta esiin nousseita väkivaltaa vähentäviä asioita.

Toiseksi vahvuudeksi voidaan laskea aineiston hankintaan käyttämämme menetelmä. Havainnoimme tutkittavien ryhmässä esiin tuomia puheenvuoroja tapaamisten tallenteita katsomalla. Tarkastelimme videotallenteita ulkopuolisen silmin, emmekä osallistuneet ryhmän tapaamisiin. Havainnointi on hyvä aineistonhankintamenetelmä, kun tutkittavasta ilmiöstä tiedetään vain vähän (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Haastatteleamalla ryhmäläisiä olisimme voineet saada toisenlaisia tuloksia, sillä haastattelu on vuorovaikutustilanteena erilainen. Kyseessä on arkaluontoinen aihe, joten haastattelun anti riippuu pitkälti haastattelijan ja haastateltavan välille syntyvästä luottamuksesta (Eskola & Suoranta, 1998). Vuorovaikutustilanteessa luottamuksen syntyyn voivat vaikuttaa monet asiat, kuten ikä, sukupuoli ja persoonallisuus. Haastattelu on lisäksi kallis ja aikaa vievä aineistonhankintamenetelmä (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Havainnoimalla pystyimme nostamaan esiin ryhmän merkityksellisyyden väkivallan hoito-ohjelmassa. Vertaisten tuki koettiin tärkeäksi, ja ryhmäläiset toivat keskusteluun väkivaltaa vähentäneitä asioita toisten puheenvuorojen innoittamana sekä osallistuivat toistensa keskusteluihin.

Toisaalta haastattelun avulla olisimme voineet esittää tutkittaville tarkentavia kysymyksiä ja siten varmistua, että käsitimme heidän puheensa oikein. Todenmukaisten tulkintojen tekeminen tutkittavien subjektiivisista kokemuksista on hankalaa. Emme esimerkiksi aina pystyneet varmistumaan, puhuivatko ryhmäläiset todella väkivaltaa vähentävistä asioista, vai oliko kyseessä riitelyä vähentävä asia. Onkin aiheellista korostaa laadullisen tutkimuksen ongelmallisuutta täysin objektiivisen totuuden tuottamisen mahdottomuudesta. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija luo ja

tulkitsi tutkimusasetelmaa, jolloin väistämättä tutkittavien kertomukset suodattuvat tutkijan oman elämäkokemuksen läpi (Tuomi & Sarajärvi, 2018).

Havainnointimenetelmän heikkoutena oli myös aineiston videotallenteiden laatu. Osasta videotallenteista puuttui kuva ja osassa kamera oli kohdistettu niin, ettei tutkittavia näkynyt kokonaan, emmekä pystyneet tunnistamaan heitä luotettavasti. Videotallenteiden kuvapuutosten takia emme pystyneet tarkastelemaan, kuinka moni ryhmäläinen kertoi mistäkin teemasta tai kertoiko joku tietty ryhmäläinen useamman kerran samasta teemasta. Emme myöskään pystyneet varmistamaan, kertoivatko kaikki ryhmäläiset väkivallan vähentämisessä auttaneista asioista. Nämä olisivat tulosten kattavuuden kannalta kiinnostavia jatkotutkimuskysymyksiä.

Yhtenä vahvuutena tutkimuksessamme oli aineiston riittävyys. Aineistomme saturoitui eli alkoi toistaa itseään, kun katsoimme tapaamisia kolmannelta vuodelta. Löysimme tutkitusta aineistosta useita kokemuksia parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneista asioista. Siinä missä määrällisiä tutkimusmenetelmiä pidetään hyödyllisinä tutkimaan suuria otoskokoja ja tuottamaan yleistettäviä tuloksia, laadullisten menetelmien avulla voidaan saavuttaa parempi ymmärrys lähisuhdeväkivallan tekijöiden muutosprosesseista ja kokemuksista interventioista (Sheehan ym. 2012).

Tutkimustulostemme rajoituksena on huomioitava se, että tutkimme ainoastaan parisuhdeväkivallan tekijöiden kokemuksia heitä auttaneista asioista. Mikäli olisimme tutkineet esimerkiksi puolisoitten tai ohjaajien kokemuksia, olisivat tutkimustuloksemme voineet olla erilaisia. Tutkimuksemme ei myöskään kohdistunut intervention tuloksellisuuteen, joten emme tiedä, auttoivatko ryhmäläisten kertomat asiat tosiasiallisesti parisuhdeväkivallan vähentämisessä. Toisaalta tutkimuksemme näkökulma tekijöiden selonteosta on hyödyllinen, sillä ne tarjoavat tietoa asioista, joita he tarvitsevat vahingollisen käyttäytymisensä lopettamiseen (Morran, 2013).

### **4.3. Käytännön sovellusmahdollisuudet ja jatkotutkimusehdotukset**

Tämän tutkimuksen tulokset osoittavat, että Jyväskylän mallin väkivaltaintervention aikana ryhmäläiset tuovat puheessaan esiin useita parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttaneita asioita. McGinnin, McColganin & Taylorin (2020) mukaan aiemmissa tutkimuksissa, joissa on tutkittu ryhmässä auttavia mekanismeja, väkivallan tekijät ovat kokeneet vertaisten tuen merkitykselliseksi ja pystyneet selittämään, miksi ryhmä on heitä auttanut. Tutkimuksissa ei kuitenkaan ole pystytty osoittamaan, että muutosta käytöksessä olisi todella tapahtunut. Olisi siis tarpeellista tutkia tapahtuiko tässä tutkimuksessa todettujen asioiden ansiosta todella parisuhdeväkivallan vähentymistä ja

pysyisivätkö tulokset seurannassa. Lisäksi tutkimuksessamme väkivallan tekijöiden puheet keskittyivät henkiseen ja fyysiseen väkivaltaan. Intervention tuloksellisuutta tarkasteltaessa olisi tärkeää kiinnittää huomiota siihen, auttavatko väkivaltainterventiosta opitut asiat vähentämään kaikenlaista parisuhdeväkivaltaa vai vain sen tiettyä muotoa, kuten fyysistä väkivaltaa.

Morranin (2013) tutkimus osoitti, että väkivaltaisen käyttäytymisen lopettaminen on sitoutumisen lisäksi prosessi, joka vaatii tekijältä jatkuvaa työskentelyä ja johon voi tarvita ohjelmien tukea useamman vuoden ajan. Mielenkiintoista olisikin tutkia, missä vaiheessa interventioon osallistumista ryhmäläiset kokevat oppineensa parisuhdeväkivaltaa vähentäneitä asioita. Tämän tiedon avulla saataisiin viitteitä siitä, mikä on riittävä pituus tälle väkivaltainterventiolle. Holman (2001) mukaan vuosi on suositeltu minimipituus väkivallan hoito-ohjelmissa. Havaitsimme aineistoa tutkiessamme, että osa parisuhdeväkivaltaa vähentävistä asioista kertoneista ryhmäläisistä oli ollut mukana ryhmässä pidempään.

Kiinnostavaa olisi myös tutkia sitä, missä järjestyksessä ryhmäläiset oppivat ja kokevat heitä parisuhdeväkivallan vähentämisessä auttavia tekijöitä. Gondolfin (2000) mukaan useimmissa interventioissa väkivallan keskeyttämistekniikoilla saadaan nopeasti tuloksia, minkä jälkeen interventioissa keskitytään kommunikaatiotaitojen parantamiseen. Interventioiden pyrkimyksenä on myös muuttaa tekijöiden asenteita naisia kohtaan, sillä yleisesti merkittävän asennemuutoksen saavuttamisen oletetaan pitkittävän ja ylläpitävän käyttäytymisen muutosta. Muutos tekijän asenteissa voi johtaa kumppaniin kohdistuvan empatian kehittymiseen (Velonis ym., 2020).

#### **4.4. Yhteenveto**

Tutkimuksemme tarjoaa tietoa ryhmäinterventioon osallistuneiden parisuhdeväkivallan tekijöiden kokemista ryhmän sisäisistä ja ulkoisista tekijöistä, jotka ovat heidän kertomansa mukaan auttaneet vähentämään parisuhdeväkivaltaa. Tulokset vahvistavat aiempia tutkimustuloksia. Ryhmäläiset kokevat omassa muutosprosessissaan merkitykselliseksi vaihtoehtoisten toimintatapojen ja itseilmaisun harjoittelamisen, oman väkivaltaisen käyttäytymisen tunnistamisen, vertaistuen, oman hyvinvoinnin ja jaksamisen lisääntymisen sekä ulkopuolisen tuen. Muutoksessa tarvitaan myös tekijän vastuunottoa omasta väkivaltakäyttäytymisestä. Vastuun tunteen herättämisen häpeän käsittelemiseksi ryhmän vertaistuki koetaan merkityksellisenä. Ryhmämuotoisen intervention tuki muutoksen rakentumisessa näyttötyy tutkimuksessamme vahvasti. Ryhmän ulkopuolisen tuen merkitys korostuu sen sijaan silloin, kun ryhmätapaamisia toteutetaan harvemmin. Tutkimuksemme

tarjoaa parisuhdeväkivallan tekijöille suunnattujen ohjelmien ryhmänohjaajille käytännön tietoa muutokseen vaikuttavien prosessien rakentamiseen. Lisäksi toivomme tutkimuksestamme olevan hyötyä yleisesti väkivaltainterventioiden kehittämisessä.

## LÄHTEET

Adams, D. (2013). The Emerge program. Teoksessa Jalna, H. & Itzin, C. (toim.) *Home Truths About Domestic Violence: Feminist Influences on Policy and Practice-A Reader* (s. 310-322). Routledge.

Arias, E., Arce, R., & Vilarino, M. (2013). Batterer intervention programmes: A meta-analytic review of effectiveness. *Psychosocial Intervention*, 22, 153–160. [viitattu 13.5.2021]. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.5093/in2013a18>

Babcock, J. C., Green, C. E., & Robie, C. (2004). Does batterers' treatment work? A meta-analytic review of domestic violence treatment. *Clinical Psychology Review*, 23, 1023–1053. [viitattu 11.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2002.07.001>

Canales, O. G., Geldschläger, H., Nax, D. & Ponce Á. (2015). European Perpetrator Programmes: a Survey on Day-To-Day Outcome Measurement. *Studia humanistyczne AGH*, 14(2), 33–52. [viitattu 30.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.7494/human.2015.14.2.33>

Cayouette, S. (1999). Running Batterers group for Lesbians. Teoksessa Lundy S. E. & Leventhal, B. (toim.), *Same-Sex Domestic Violence: Strategies for Change*. (s. 234–242). Sage.

Danielsson, P., & Salmi, V. (2013). Suomalaisten kokema parisuhdeväkivalta 2012 - Kansallisen rikosuhritutkimuksen tuloksia. *OPTL Verkkokatsauksia 34/2013*. [viitattu 12.2.2021]. Saatavissa: [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152455/225\\_Piispa\\_Heiskanen\\_Kaariainen\\_Siren\\_2006.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152455/225_Piispa_Heiskanen_Kaariainen_Siren_2006.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Dobash, R. E. & Dobash, R. P. (1979). *Violence against wives*. New York: The Free Press. [viitattu 11.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/001112878102700215>

Dobash, R. E. & Dobash, R. P. (1998). Separate and intersecting realities: a comparison of men's and women's accounts of violence against women. *Violence Against Women*, 4(4), 383-414. [viitattu 11.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/1077801298004004002>

Eckhardt, C. I., Murphy, C. M., Black, D., & Suhr, L. (2006). Intervention programs for perpetrators of intimate partner violence: Conclusions from a clinical research perspective. *Public health reports*, 121(4), 369-381. [viitattu 29.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/003335490612100405>

- Eckhardt, C. I., Murphy, C. M., Whitaker, D. J., Sprunger, J., Dykstra, R. & Woodard, K. (2013). The Effectiveness of Intervention Programs for Perpetrators and Victims of Intimate Partner Violence. *Partner Abuse*, 4(2), 196–231. [viitattu 30.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1891/1946-6560.4.2.196>
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, 62(1), 107–115. [viitattu 4.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Euroopan unionin perusoikeusvirasto [FRA], (2012). *Survey on violence against women in EU*. [viitattu 12.2.2021]. Saatavissa: <https://fra.europa.eu/en/publications-and-resources/data-and-maps/survey-data-explorer-violence-against-women-survey>.
- Feder, L. & Wilson, D. B. (2005). A meta-analytic review of court-mandated batterer intervention programs: Can courts affect abusers' behavior? *Journal of Experimental Criminology*, 1, 239–262. [viitattu 11.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1007/s11292-005-1179-0>
- Flinck, A. (2006). *Perheväkivalta naisen ja miehen kokemana. Rikottu lemменmarja*. Akateeminen väitöskirja. Tampereen Yliopistopaino Oy, Juvenes Print, Tampere.
- GAO, U. (1996). *General Accounting Office, Content Analysis: A Methodology for Structuring and Analyzing Written Material*. Washington, DC: GAO/PEMD-10.3, 1.
- Geldschläger, H., Ginés, O., Nax, D., & Ponce, A. (2014). Outcome measurement in European perpetrators programmes: A survey. Working paper 1 from the Daphne III project 'IMPACT: Evaluation of European Perpetrator Programmes'. [viitattu 13.5.2021]. Saatavissa: [https://www.work-with-perpetrators.eu/fileadmin/WWP\\_Network/redakteure/IMPACT/Daphne\\_III\\_Impact\\_-\\_Working\\_paper\\_1\\_-\\_Outcome\\_Measurement\\_in\\_European\\_Perpetrator\\_Programmes\\_-\\_A\\_Survey.pdf](https://www.work-with-perpetrators.eu/fileadmin/WWP_Network/redakteure/IMPACT/Daphne_III_Impact_-_Working_paper_1_-_Outcome_Measurement_in_European_Perpetrator_Programmes_-_A_Survey.pdf)
- Gondolf, E. W. (2000). How Batterer Program Participants Avoid Reassault. *Violence against women*, 6, 1204. [viitattu 3.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/10778010022183604>
- Gondolf, E. W. (2002). *Batterer intervention systems: Issues, outcomes, and recommendations*. Sage.
- Gondolf, E. W. (2004). Evaluating batterer counselling programs: A difficult task showing some effects and implications. *Aggression and Violent Behavior*, 9, 605-631. [viitattu 5.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.avb.2003.06.001>.
- Gray, R., Lewis, P., Mokany, T. & O'Neill, B. (2014). Peer Discussion and Client Motivation in Men's Domestic Violence Programs: An Australian Qualitative Interview Study. *Australian Social Work*, 67(3), 390–404. [viitattu 4.4.2021]. Saatavissa: <http://dx.doi.org/10.1080/0312407X.2013.853196>.

Hamilton, L., Koehler, J. A., & Lösel, F. A. (2013). Domestic violence perpetrator programs in Europe, part I: A survey of current practice. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 57(10), 1189-1205. [viitattu 4.4.2021]. Saatavissa:

<https://doi.org/10.1177/0306624X12469506>

Harper, D & Thompson, A. R. (toim.) (2011). *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners*. Chichester: Wiley-Blackwell

Hautamäki, J. (2012). Lyömätön linja Espoossa ja Miehen linja. Teoksessa Leo Nyqvist & Salla Hyvärinen (toim.) *Dusti-luottamusta Miehen Linjalla* (s. 12–23). Vantaa: Naisten apu Espoossa ry.

Healey, K. M., & Smith, C. (1998). *Batterer programs: What criminal justice agencies need to know (Vol. 2, No. 2)*. US Department of Justice, Office of Justice Programs, National Institute of Justice.

Holma, J. (2001) Findings of work group three. Teoksessa L. Keeler (toim.) *Recommendations of the E.U. expert meeting on violence against women* (s. 94–95). Helsinki: Ministry of Social Affairs and Health.

Holma, J. & Laitila, A. (2003) Irti väkivallasta – Jyväskylän malli: Auttajaverkosto toimijuuden palauttajana. Teoksessa H. Toivakka (toim.) *Perheterapian kehittyvä ammattikäytäntö* (s. 43–56). Loimaa: Suomen Perheterapiayhdistys ry.

Holma, J. M., Laitila, A., Wahlström, J. & Sveins, P. (2005). Miehet väkivaltahoito-ohjelmien kohteena: lähtökohtia ja toimintaperiaatteita. Teoksessa Holma, J.M. & Wahlström, J. (toim.): *Iskuryhmä – Miesten puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmissä* (s. 24–50). Helsinki: Yliopistopaino.

Holma, J. & Nyqvist, L. (2017). Väkivaltatyö miesten kanssa. Teoksessa Niemi, J., Kainulainen, H. & Honkatukia, P. (toim.), *Sukupuolistunut väkivalta – Oikeudellinen ja sosiaalinen ongelma* (s. 104–120). Vastapaino.

Ihalainen, J., Pennanen, M., Rytönen, T., & Varjonen, P. (2000). *Jussi-työ. Kokemuksia miesten kanssa tehdystä perheväkivaltaa ehkäisevästä työstä*. Ensi- ja turvakotien liiton raportti, 12.

Kaitue S., Noponen T. & Släen A. (2007). *Yleistä muttei yksityistä. Oikeudelliset keinot lähisuhdeväkivallasta selviytymiseen*. 1. painos. Helsinki: Edita Publishing Oy

Lilley-Walker, S. J., Hester, M., & Turner, W. (2018). Evaluation of European domestic violence perpetrator programmes: Toward a model for designing and reporting evaluations related to perpetrator treatment interventions. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 62(4), 868-884. [viitattu 5.5.2021]. Saatavissa:

<https://doi.org/10.1177/0306624X16673853>

- Lingard, B. & Douglas, P. (1999). Men engaging feminisms: pro-feminism, backlashes and schooling. *British Journal of Sociology of Education*, 21, 283-292. [viitattu 30.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1086/447654>
- Loeffler, C. H., Prelog, A. J., Unnithan, N. P., & Pogrebin, M. R. (2010). Evaluating shame transformation in group treatment of domestic violence offenders. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 54, 517–536. [viitattu 19.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/0306624X09337592>
- Malmberg, S. & Rantanen, A. (2012). *Kohti väkivallatonta parisuhdetta – Miesten ja heidän puolisoitensa kuvauksia muutoksesta ja puolisoitten kokemuksia asemastaan parisuhteessa*. Kandidaatin tutkielma. Psykologian laitos, Jyväskylän yliopisto.
- Mattila, M. (2006). *Miesten motivoituminen ja valikoituminen pitkään hoitoon. Näkökulmia ja tarkastelua Kriisikeskus Mobilen yksilötyöstä kerättyjen väkivaltaa käyttäneiden miesten tilastojen pohjalta*. Kandidaatintutkielma. Psykologian laitos, Jyväskylän yliopisto.
- McGinn, T., Taylor, B. & McColgan, M. (2019). A Qualitative Study of the Perspectives of Domestic Violence Survivors on Behavior Change Programs With Perpetrators. *Journal of Interpersonal Violence*, 1-27. [viitattu 4.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/0886260519855663>
- McGinn, T., McColgan, M., & Taylor, B. (2020). Male IPV perpetrator's perspectives on intervention and change: A systematic synthesis of qualitative studies. *Trauma, Violence, & Abuse*, 21(1), 97–112. [viitattu 23.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/1524838017742167>
- Merriam-Webster. *Accountability*. (2018). [viitattu 5.5.2021]. Saatavissa: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/accountability>
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis*. 2. painos. California: Sage.
- Morran, D. (2013). Desisting from Domestic Abuse: Influences, Patterns and Processes in the Lives of Formerly Abusive Men. *The Howard Journal*, 52(3), 306–320. [viitattu 11.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1111/hojo.12016>
- Murphy, C. M., & Ting, L. A. (2010). Interventions for perpetrators of intimate partner violence: A review of efficacy research and recent trends. *Partner Abuse*, 1(1), 26–44. [viitattu 29.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1891/1946-6560.1.1.26>
- Nikupeteri, A. (2016). *Vainottuna: Eron jälkeisen vainon tunnistaminen ja uhrien kohtaaminen*. Akateeminen väitöskirja. Turenki: Hansaprint Oy.
- Pallatino, C. L., Morrison P. K., Miller, E., Burke, J., Cluss, P. A., Fleming, R., Hawker, L., George, D., Bicehouse, T. & Chang, J. C. (2019). The Role of Accountability in Batterers Intervention Programs and Community Response to Intimate Partner Violence. *Journal of Family Violence*, 34, 631-643. [viitattu 3.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1007/s10896-019-00050-6>



Pence, E. (1983). The Duluth Domestic Abuse Intervention Project. *Hamline Law Review*, 6, 247-275.

Pence, E., Paymar, M & Ritmeester, T. (1993). *Education groups for men who batter: The Duluth model*. New York: Springer Publishing Company.

Piispa, M., Heiskanen, M., Kääriäinen, J., Sirén, R. (2006). Naisiin kohdistunut väkivalta 2005. *OPTL Julkaisuja* 225.

Radatz, D. L. & Wright, E. M. (2016). Integrating the Principles of Effective Intervention into Batterer Intervention Programming: The Case for Moving Toward More Evidence-Based Programming. *Trauma, Violence & Abuse*, 17(1), 72–87. [viitattu 4.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/1524838014566695>

Rosenbaum, A. & Leisring, P. A. (2001). Group Intervention Programs for Batterers. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 5(2), 57–71. [viitattu 16.5.2021]. Saatavissa: [https://doi.org/10.1300/J146v05n02\\_0](https://doi.org/10.1300/J146v05n02_0)

Scott, K. L. (2004). Predictors of Change among Male Batterers: Application of Theories and Review of Empirical Findings. *Trauma Violence Abuse*, 5, 260-284. [viitattu 6.6.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/1524838003264339>

Sheehan, K. A., Thakor S. & Stewart D. E. (2012). Turning Points for Perpetrators of Intimate Partner Violence. *Trauma, Violence & Abuse*, 13(1), 30–40. [viitattu 5.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/1524838011426016>

Silvergleid, C. S., & Mankowski, E. S. (2006). How batterer intervention programs work: Participant and facilitator accounts of processes of change. *Journal of Interpersonal Violence*, 21, 139-159. [viitattu 5.4.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/0886260505282103>

Spitzberg, B. H. (2002). The tactical topography of stalking victimization and management. *Trauma, Violence, & Abuse*, 3, 261–88. [viitattu 5.3.2021]. Saatavissa: [https://doi-org.ezproxy.jyu.fi/10.1177/1524838002237330](https://doi.org.ezproxy.jyu.fi/10.1177/1524838002237330)

Spitzberg, B. H., Cupach, W. R. (2007). The state of the art of stalking: Taking stock of the emerging literature. *Aggression and Violent Behavior*, 12, 64–86. [viitattu 5.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1016/j.avb.2006.05.001>

Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos [THL] (2019). *Lähisuhdeväkivalta*. [viitattu 10.2.2021]. Saatavissa: [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/vakivallan-ehkaisy/lahisuhdevakivalta](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/vakivallan-ehkaisy/lahisuhdevakivalta)

Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos [THL] (2020). *Väkivallan muodot*. [viitattu 13.2.2021]. Saatavissa: [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon\\_tueksi/vakivallan-ehkaisy/vakivallan-muodot](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/vakivallan-ehkaisy/vakivallan-muodot)

Tolman, R. M., & Edelson, J. L. (1995). Intervention for men who batter: A review of research. *Understanding partner violence: Prevalence, causes, consequences, and solutions*, 11, 262-273.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Velonis, A. J., Mahabir, D. F., Maddox, R. & O'Campo, P. (2020). Still looking for mechanisms: A Realist Review of Batterer Intervention Programs. *Trauma, Violence & Abuse*, 21(4), 741–753. [viitattu 3.3.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1177/1524838018791285>

Watkins, L. E., Maldonado, R. C., & DiLillo, D. (2014). Hazardous alcohol use and intimate partner aggression among dating couples: The role of impulse control difficulties. *Aggressive Behavior*, 40(4), 369–381. [viitattu 24.5.2021]. Saatavissa: <https://doi.org/10.1002/ab.21528>