

**HÄPEÄÄN LIITTYVÄ PUHE LÄHISUHDEVÄKIVALLAN TEKIJÖILLE
SUUNNATUSSA RYHMÄINTERVENTIOSSA**

**Koivisto Anna
Vaistila Hanna
Pro gradu -tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Kesäkuu 2024**

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Psykologian laitos

KOIVISTO, ANNA & VAISTILA, HANNA: Häpeään liittyvä puhe lähisuhdeväkivallan tekijöille suunnatussa ryhmäinterventiossa

Pro gradu -tutkielma, 46 s.

Ohjaajat: Juha Holma & Helena Päivinen

Psykologia

Kesäkuu 2024

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää ja kuvailla, millaista häpeään liittyvää puhetta lähisuhdeväkivaltaa käyttäneille henkilöille suunnatun Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäinterventio osallistujat tuottavat. Aiempi tutkimus osoittaa, että häpeä ja väkivallan käyttö ovat yhteydessä toisiinsa ja lisäksi häpeällä on muun muassa avun hakemista ja vastuunottoa tapahtuneesta väkivallasta estävä vaikutus. Tutkimusta siitä, miten tekijät itse käsittelevät häpeää ilmiönä ja millaisia merkityksiä he sille antavat väkivallan kontekstissa ja osana interventioprosessia ei kuitenkaan juuri ole ja tämä tutkimus keskittyykin tarkastelemaan häpeää juuri tästä näkökulmasta. Tutkimuksen aineisto koostui 60:stä Vaihtoehto väkivallalle -ryhmän videoidusta istunnosta vuosilta 2017–2023, joista 29:stä löytyi häpeään liittyvää puhetta. Tutkimusmenetelmänä käytimme aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Yhteensä aineistosta löytyi 66 häpeään liittyvää puheenvuoroa ja näiden sisältä 87 tarkempaa viittausta erilaisiin häpeän kokemuksiin ja rooleihin suhteessa väkivaltaan. Nämä jakautuivat kuuteen yläluokkaan: 1) väkivallan tekoihin liittyvä häpeä, 2) muuhun kuin väkivaltaan liittyvä häpeä, 3) häpeä väkivallan mahdollisena laukaisijana, 4) häpeä puhumisen esteenä, 5) muutokset häpeän kokemuksissa ja 6) häpeän yhteys muutosprosessiin. Nämä jakautuivat edelleen 18 alaluokkaan. Väkivaltaiset teot itsessään näyttäytyivät sitä käyttäneiden henkilöiden puheessa häpeällisinä, mutta tämän lisäksi häpeällä sanoitettiin olevan monia muita, aktiivisiakin vaikutuksia ja rooleja väkivallan kontekstissa. Häpeän muun muassa koettiin vaikeuttaneen avun hakemista ja laukaisseen väkivaltaista toimintaa. Toisaalta häpeän sanoitettiin lievittyneen intervention aikana ja sen käsittelyä pidettiin olennaisena osana väkivallattomuuteen tähtäävää muutosprosessia. Tulokset viittaavat siihen, että häpeällä on merkittävä rooli interventioissa ja sen käsittely osana prosessia voisi mahdollisesti jopa lisätä niiden vaikuttavuutta. Jatkossa olisi hyvä tutkia tarkemmin sitä, miten ja kenen toimesta häpeä tulee interventioissa puheeksi ja millaisia reaktioita se herättää. Tulisi myös selvittää, onko häpeäpuheella tosiasiallisesti yhteyttä interventioiden tuloksellisuuteen ja millaisia vaikutuksia esimerkiksi sukupuolella ja kulttuurilla on ilmiön suhteen.

Avainsanat: lähisuhdeväkivalta, häpeä, väkivaltainterventio, sisällönanalyysi

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Department of Psychology

KOIVISTO, ANNA & VAISTILA, HANNA: Shame-related speech in group intervention for perpetrators of violence in close relationships

Master's thesis, 46 p.

Supervisors: Juha Holma & Helena Päivinen

Psychology

June 2024

The aim of this master's thesis was to explore and describe intimate and domestic violence perpetrators' speech regarding their experiences of shame. Several studies have shown that shame is linked to violent behaviour. Shame also complicates violence perpetrators' help-seeking. However, hardly any research has been conducted on how violence perpetrators themselves deal with shame in the context of violence and as a part of violence interventions. This study focuses on shame from this particular perspective. The research material was collected from the "Alternative to Violence" (finn. *Vaihtoehto väkivallalle*) group intervention targeted at people who use or have used violence in their close relationships. This study utilised 60 videotaped group sessions from the years 2017–2023. Twenty-nine of the sessions included discussions regarding shame. The research method used was qualitative content analysis. A total of 66 shame related statements were found which included 87 more specific references to experiences of shame and its role in the context of violence. These references were divided into six main categories: 1) shame regarding violence, 2) shame regarding something else than violence, 3) shame as a possible trigger for violence, 4) shame as an obstacle to speaking, 5) change in the experience of shame and 6) shame related to the process of change. These were further divided into 18 subcategories. Violent behaviour itself was experienced as shameful but shame also seemed to have many other effects and roles in the lives of the perpetrators. For example, shame seemed to have complicated treatment-seeking and triggered violent behaviour. However, the participants felt that shame had decreased or diminished during the intervention and believed that addressing and discussing it was a part of the process towards non-violence. The results of this study indicate that shame has a crucial role in violence interventions and treatment. Covering it in treatment could possibly even increase the effectiveness of these interventions. Further research is needed to study how and from whom shame is being brought into the discussion and what kind of reactions it generates in other people. More research should also be done on the linkage between covering shame and the effectiveness of violence interventions. The influence of culture and gender should be investigated as well.

Key words: violence in close relationships, domestic violence, intimate partner violence, shame, violence intervention, content analysis

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO	1
1.1 Lähisuhde- ja perheväkivalta	1
1.2 Interventiot lähisuhdeväkivallan tekijöille	3
1.3 Häpeä.....	5
1.4 Häpeän yhteys väkivaltaan.....	7
1.5 Häpeä ja väkivaltainterventiot.....	9
1.6 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymys.....	10
2 MENETELMÄT	11
2.1 Jyväskylän malli.....	11
2.2 Aineisto ja osallistujat	12
2.3 Analyysin kulku	13
3 TULOKSET.....	15
3.1 Väkivallan tekoihin liittyvä häpeä.....	17
3.1.1 Häpeä väkivallan suorana seurauksena	17
3.1.2 Tekojen kohtaamisen laukaisema häpeä.....	18
3.1.3 Tekojen paljastumisen laukaisema häpeä.....	19
3.2 Muuhun kuin väkivaltaan liittyvä häpeä	20
3.2.1 Häpeä heikkoudesta tai epäonnistumisesta.....	20
3.2.2 Lapsuuden kokemuksiin liittyvä häpeä	21
3.2.3 Parisuhteen päättymiseen liittyvä häpeä.....	22
3.2.4 Häpeä psyykkisistä ongelmista.....	22
3.2.5 Yleistynyt häpeä	23
3.3 Häpeä väkivallan mahdollisena laukaisijana.....	23
3.3.1 Muihin kohdistuva väkivalta	23
3.3.2 Itseen kohdistuva väkivalta	24
3.4 Häpeä puhumisen esteenä	25
3.4.1 Häpeä puhumisen esteenä yleisesti.....	25
3.4.2 Häpeä läheisille puhumisen esteenä	25
3.4.3 Häpeä puhumisen esteenä ryhmässä.....	26
3.4.4 Häpeä ei esteenä puhumiselle ryhmässä.....	26

3.5 Muutokset häpeän kokemuksissa	27
3.5.1 Häpeän lievittyminen ryhmän avulla.....	28
3.5.2 Häpeän lievittyminen muusta syystä	29
3.6 Häpeän yhteys muutosprosessiin	30
3.6.1 Häpeän käsittely osana prosessia.....	30
3.6.2 Häpeä intervention aloittamisen esteenä	31
4 POHDINTA	31
4.1 Tulosten suhde aiempaan tutkimukseen ja merkitys käytännössä	31
4.2 Jatkotutkimusehdotukset	35
4.3 Tutkimuksen rajoitukset, vahvuudet ja eettisyys	36
LÄHTEET.....	38

1 JOHDANTO

Tämän tutkimuksen tavoitteena on selvittää ja kuvailla laadullisen sisällönanalyysin avulla, millaista häpeään liittyvää puhetta ryhmämuotoiseen lähisuhdeväkivallan interventioon osallistuneet tuottavat. Häpeään on havaittu liittyvän yksilön negatiiviseen käsitykseen itsestä ja herättävän defensiivisiä toimintapyrkimyksiä, kuten pakenemista tai piilottelua. Häpeän yhteydestä väkivaltaan ja aggressiivisuuteen on olemassa aiempaa tutkimusnäyttöä, joka keskittyy lähinnä häpeän rooliin väkivallan selittäjänä. Häpeän laukaisemat defensiiviset reaktiot voivat purkautua väkivaltaisuuksina ja näin ollen häpeän kokemukset saattavat toimia väkivallan kierrettä ylläpitävinä tekijöinä. Myös alustavaa tutkimusta häpeän käsittelystä osana väkivaltainterventioita on tehty. Tässä tutkimuksessa on tarkoituksena keskittyä siihen, millaista häpeään liittyvää puhetta väkivaltaa käyttäneet henkilöt itse tuottavat. Vastaavalla lähestymistavalla toteutettua tutkimusta ei juuri ole. Tällä tiedolla voi mahdollisesti olla merkitystä esimerkiksi interventiokäytänteiden parantamisessa sekä muutosprosessin ymmärtämisessä.

1.1 Lähisuhde- ja perheväkivalta

Perheen sisällä ja lähisuhteissa tapahtuvan väkivallan määrittely ei ole täysin yksioikoista, sillä esimerkiksi kielelliset ja kulttuuriset tekijät vaikuttavat ilmiön käsitteellistämiseen. Parisuhdeväkivalta (engl. *intimate partner violence*) viittaa erilaisiin väkivallan muotoihin, jotka kohdistuvat henkilön nykyistä tai entistä avo-, avio-, seurustelu- tai muuta romanttista kumppania kohtaan (Gilbert ym., 2023; Ronkainen, 2017). Perhe- tai kotiväkivallalla (engl. *domestic violence, family violence*) taas viitataan suomen kielessä laajemmin perheen sisällä tapahtuvaan väkivaltaan, ja siihen voi sisältyä myös lapsiin kohdistuvaa kaltoinkohtelua (Terveystieteiden tutkimuskeskus [THL], ei pvm.; Savolainen, 2005).

Lähisuhdeväkivallan käsite sen sijaan laajentaa väkivallan koskemaan perhesuhteiden lisäksi myös muita suhteita, kuten ystävyys-suhteita, vaikkakin useimmiten termillä viitataan lähinnä kodin sisällä tapahtuvaan väkivaltaan (THL, ei pvm.; Attila ym., 2023). Lähisuhteissa tapahtuva väkivalta voi olla fyysistä, psyykkistä, seksuaalista, taloudellista tai sosiaalista vallankäyttöä ja kontrollointia (Breiding & Armour, 2015; Callaghan ym., 2018). Lapset voivat

usein joutua väkivallan uhreiksi välillisesti todistaessaan vanhempien välistä väkivaltaa sekä joutuessaan elämään jatkuvassa pelon ja kontrollin ilmapiirissä (Callaghan ym., 2018). Tutkimuksemme aineisto koostuu nimenomaan lähisuhdeväkivaltaa käyttäneille henkilöille tarkoitetun ryhmäintervention videomateriaalista. Termi kattaa siis alleen sekä puolisoon, entiseen puolisoon että lapsiin kohdistuvan väkivallan muodot (THL, ei pvm.; Fagerlund ym., 2022).

Lähisuhdeväkivaltaa tarkasteltaessa on myös syytä mainita ilmiön vahvasti sukupuolistunut luonne. Tämä ilmenee niin väkivaltatilastoissa (Attila ym., 2023) kuin myös kulttuurisissa normeissa ja moraalikäsitelyissä, esimerkiksi vastuun sysäämisessä naisille silloin, kun he joutuvat parisuhdeväkivallan kohteiksi (Husso & Virkki, 2008). Toisaalta miespuolisiin uhreihin saatetaan suhtautua epäuskoisesti ja vähättelevästi (Machado ym., 2017; Morgan & Wells, 2016). Huomionarvoista on se, että parisuhdeväkivalta on maailmanlaajuisesti kaikista väkivallan tyypeistä yleisin naisten kohtaama muoto (Devries ym., 2013; Ronkainen, 2017). Naiset kokevat myös toistuvaa väkivaltaa miehiä useammin ja saavat parisuhdeväkivallan seurauksena fyysisiä vammoja kaksi kertaa useammin kuin miehet (Hietämäki ym., 2021).

Lähisuhdeväkivallan on todettu olevan vahvasti kytköksissä lapsuuden perheessä opittuihin malleihin (Costa ym., 2015) ja esimerkiksi vanhempien välisen väkivallan todistaminen saattaa olla aivan yhtä haitallista kuin suoran väkivallan kohteeksi joutuminen (Wang ym., 2008). Costan ja kumppaneiden (2015) tutkimus osoittaa, että myös muut lapsuuden perheeseen liittyvät epäsuotuisat tekijät, kuten köyhyys, yksinhuoltajuus ja päihteiden käyttö, ovat riskitekijöitä sekä lähisuhdeväkivallan käytölle että sen uhriksi joutumiselle myöhemmin elämässä. Psykkisten oireiden osalta väkivaltaa kokeneilla tavataan esimerkiksi muuta väestöä enemmän depressiivisiä oireita sekä kohonnutta itsemurhariskiä (Liu ym., 2021). Muita oireita voivat olla esimerkiksi paniikkikohtaukset, keskittymisvaikeudet sekä uni- ja syömisongelmat (Attila ym., 2023).

Lähisuhdeväkivaltatapausten tilastointi ja yleisyyden arviointi ei ole yksinkertaista, sillä suuri osa tapauksista jää täysin pimentoon viranomaistahoilta (Danielsson & Salmi, 2013; Attila ym., 2023). Vuonna 2021 viranomaisten tietoon tulleiden lähi- ja parisuhdeväkivaltatapausten uhriluku oli 10 900 ja täysi-ikäisistä uhreista 75 prosenttia oli naisia, mikä korostaa ilmiön sukupuolittunutta luonnetta (Nikander, 2023). *Sukupuolistunut väkivalta ja lähisuhdeväkivalta Suomessa 2021* -tutkimuksen loppuraportti osoittaa selvästi, kuinka lähisuhteissa tapahtuva väkivalta jää harvoin vain yksittäistapaukseksi (Attila ym.,

2023). Tilastojen luvut ovat ylipäättään Pohjoismaissa korkeat, vaikka sukupuolten välisen tasa-arvon ajatellaan olevan maailman huippua (European Union Agency for Fundamental Rights [FRA], 2015). Ilmiötä kutsutaan englanninkielisessä tutkimuskirjallisuudessa nimellä *The Nordic Paradox* (esim. Gracia & Merlo, 2016). Permanyerin ja Gomez-Casillasin (2020) mukaan ilmiötä on yritetty selittää useilla eri tavoilla, mutta yhteiseen konsensukseen asiasta ei ole tutkimusyhteisössä päästy.

Lähisuhdeväkivallan yhteiskunnalliset vaikutukset ovat myös talouden kannalta kielteisiä. Hisasuen ja kumppaneiden (2024) Suomessa toteuttama viiden vuoden seurantatutkimus osoittaa, että lähisuhdeväkivallan uhriksi joutuneet käyttävät muita enemmän terveyspalveluja ja kärsivät useammin pitkäaikaistyöttömyydestä. Tutkimuksessa havaittiin, että väkivallan kielteiset vaikutukset terveyteen säilyivät läpi viiden vuoden seurannan alkaen väkivallan tapahtumisesta. Vastaavia tutkimustuloksia lähisuhdeväkivallan uhriksi joutuneiden alhaisemmasta koulutusasteesta ja tulotasosta löytyy myös muualta maailmasta (esim. Adams ym., 2013). Valtioneuvoston julkaisemassa Siltalan ja kumppaneiden (2022) tutkimuksessa Suomessa naisiin kohdistuvan fyysisen lähisuhdeväkivallan lisäkustannusten julkiselle terveydenhuollolle arvioitiin olevan 150 miljoonaa euroa vuodessa. Lisäksi tutkijat huomauttavat, että jos henkisen väkivallan aiheuttamat haitat verrannollistetaan fyysisiin, kustannukset nousevat 861 miljoonaan euroon.

1.2 Interventiot lähisuhdeväkivallan tekijöille

Ennaltaehkäisyyn ja uhreille suunnattujen palvelujen lisäksi yksi tapa puuttua lähisuhdeväkivaltaan ovat tekijöille suunnatut, erityisesti ryhmämuotoiset interventiot. Yhdysvalloissa suurin osa tekijöille tarkoitetuista interventioista on aloittanut toimintansa 1990-luvulla ja niistä tunnetuimmat ovat Minnesotassa perustettu Domestic Abuse Intervention Project (DAIP) eli niin sanottu Duluth-malli, sekä Massachusettsissa perustettu Emerge (Holma & Nyqvist, 2017). Euroopassa ohjelmat alkoivat käynnistyä hieman myöhemmin: Geldschlägerin ja kumppaneiden (2014) mukaan suurin osa niistä on aloittanut vuoden 2001 jälkeen. Suomessa miesten väkivaltatyö on alkanut 1980- ja 1990-lukujen taitteessa (Ihalainen, 2000, viitattu lähteessä Holma & Nyqvist, 2017). Tämän tutkimuksen kontekstina oleva Jyväskylän Vaihtoehto väkivallalle -interventio on aloittanut toimintansa vuonna 1996 (Holma ym., 2005).

Lähisuhdeväkivallan tekijöiden hoitomallit ammentavat useasta eri viitekehystä. Sukupuoli on noussut keskeiseksi monissa väkivallan vastaisissa malleissa ja näissä profeministisissä ohjelmissa pyritään tekemään näkyväksi väkivaltainen käyttäytyminen ja opetellaan sille vaihtoehtoisia toimintatapoja (Holma & Nyqvist, 2017). Kenties tunnetuin feministisesti suuntautunut ohjelma on aiemmin mainittu yhdysvaltalainen Duluth. Duluth-mallissa katsotaan, että lähisuhdeväkivallan juurisyy on patriarkaalinen ideologia ja hoidossa keskeisenä tekijänä ovat ryhmän vetäjien käyttämät tietoisuutta lisäävät harjoitukset, joilla pyritään haastamaan miesten kokemaa oikeutta kontrolloida kumppaniaan (Babcock ym., 2004). Ohjelmassa pyritään tutkimaan miesten kanssa heidän väkivaltaisen käyttäytymisensä tarkoitusperiä, lähdettä ja muutoksen mahdollisuuksia sekä etsimään uudenlaista suhtautumista naisiin (Pence & Paymar, 1993).

Toinen paljon käytetty lähtökohta on kognitiivis-behavioraalinen malli. Siinä väkivaltainen käyttäytyminen itsessään nostetaan suoraan hoidon keskiöön ja ryhmissä pyritään osoittamaan väkivallan hyödyt ja haitat sekä opettelemaan uusia taitoja, kuten kommunikaatiota, jämäkkyyttä ja vihanhallintatekniikoita (Babcock ym., 2004). Mallin mukaan väkivalta on opittu käyttäytymisen muoto, jolloin toisaalta myös väkivallattomuuteen on mahdollista oppia (Adams, 1988, viitattu lähteessä Babcock ym., 2004).

Eurooppalaiset ohjelmat perustuvat pääasiassa käyttäytymisen muutoksiin tähtääviin malleihin, joissa periaatteena on, että tekijän täytyy ottaa vastuu omasta toiminnastaan ja että väkivaltaisista käyttäytymisen tavoista on mahdollista oppia pois (Lilley-Walker ym., 2018). Pohjoismaissa Göteborgissa perustettu Miesten kriisikeskus on ottanut väkivaltaan vielä hieman eri näkökulman kuin edellä mainitut ohjelmat: ongelmat nähdään psykososiaalisina, eikä sukupuolelle anneta samanlaista painoarvoa kuin feministisissä ohjelmissa (Holma & Nyqvist, 2017). Tukholman mieskeskuksen väkivaltatyössä taas yhdistellään Holman ja Nyqvistin (2017) mukaan sekä feministisissä ohjelmissa keskeistä ajatusta väkivallasta kontrollin välineenä, kognitiivis-behavioraalisten mallien lähtökohtaa tekijän vastuusta väkivallan tekemisestä että edellä mainittua psykososiaalista näkökulmaa. He toteavat, että pohjoismaiset mallit ovat toimineet esikuvina suomalaiselle työlle ja toisaalta ne ovat niin ikään ammentaneet toimintaansa muista ohjelmista. Jo parikymmentä vuotta sitten myös Babcock kollegoineen (2004) huomautti, että kognitiivis-behavioraaliset ohjelmat yleensä huomioivat myös tekijöiden asenteiden, arvojen ja patriarkaalisen ideologian vaikutuksen heidän toimintaansa ja toisaalta profeministisessä Duluth-mallissa huomioidaan entistä enemmän väkivallan opittuja puolia. Väkivaltatyön mallit siis oppivat toisistaan ja sekoittuvat

jatkuvasti keskenään. Aivan viime vuosinakin tekijöille suunnattuun väkivaltatyöhön on etsitty uusia viitekehyksiä ja toimintamalleja esimerkiksi hyväksymis- ja omistautumisterapiasta (Lawrence ym., 2021; Zarling ym., 2019).

Ohjelmien tuloksellisuutta on tutkittu 1980-luvulta lähtien (Holma & Nyqvist, 2017). Ensimmäiset meta-analyysit ja kirjallisuuskatsaukset ohjelmien vaikuttavuudesta julkaistiin jo 1990-luvulla ja 2000-luvun alussa. Näissä katsauksissa interventioiden vaikuttavuus näyttäytyy joko ristiriitaisena tai on vähäistä, mutta positiivista (Davis & Taylor, 1999; Babcock ym. 2004; Feder & Wilson, 2005; Saunders, 2008). Viime vuosina julkaistuissa uudemmissa meta-analyyseissa perinteisten mallien osalta on saatu edelleen vain maltillisen positiivisia tai ristiriitaisia tuloksia (Karakurt ym., 2019; Travers ym., 2021). Tutkimuksissa on myös vertailtu uudempien lähestymistapojen vaikuttavuutta perinteisiin malleihin ja esimerkiksi päihde- ja traumainterventioiden (Karakurt ym., 2019) tai riski-tarve-vastaavuus-periaatteen (RNR) (Travers ym. 2021) yhdistäminen väkivallan hoitoon näyttäisi tuottavan perinteisiä malleja parempia tuloksia. Yksittäisissä tutkimuksissa hyväksymis- ja omistautumisterapiaan perustuvat uudemmat hoitomallit ovat tuottaneet perinteisiä malleja parempia tuloksia (Lawrence ym., 2021; Zarling ym., 2019). Näyttäisi siis siltä, että interventioiden vaikuttavuudesta ei voida vieläkaan vetää täysin pitäviä johtopäätöksiä, mutta iso osa tutkimuksesta viittaa matala-asteiseen positiiviseen vaikutukseen. Interventioiden kehittämiseksi tarvitaan siis lisää tutkimusta muun muassa käyttäytymisen muutoksen prosesseista sekä väkivaltaan liittyvistä asenteista ja tunteista.

1.3 Häpeä

Tunteista erityisesti häpeä on liitetty monella tavalla väkivaltaiseen ja aggressiiviseen käyttäytymiseen (esim. Tangney, Wagner ym., 1996; Walker & Knauer, 2011). Tiedeyhteisössä häpeän täsmällisestä määritelmästä ei ole päästy konsensukseen. Suuressa osassa häpeää käsittelevistä tutkimuksista käsitettä ei edes pyritä määrittelemään, vaan sen vain oletetaan olevan sitä, mitä tutkimukseen valikoidut mittarit mittaavat (Elison, 2005). Yksimielisyyttä ei ole esimerkiksi siitä, katsotaanko häpeä perustunteeksi vai monimutkaisemmaksi psykologiseksi tilaksi, joka sisältää myös kognitiivisia tulkintoja. Yksi pisimpään vaikuttaneista häpeän määritelmistä on Lewisin (1971) näkemys, jonka mukaan häpeän keskiössä on negatiivinen arvio itsestä. Tunteen muodostuminen sisältää vertailun

ideaaliin itseen ja epäonnistumisen suhteessa tähän ideaaliin. Tämän määritelmän mukaan häpeän tunne voidaan siis nähdä osin kognitiivisena. Elison (2005) sen sijaan esittää mallin, jossa häpeän katsotaan olevan puhdas affekti eli perustunne tai yläkäsite tunneperheelle, joka pitää sisällään esimerkiksi nolouden ja nöyryytetyksi tulemisen tunteet. Elisonin mukaan häpeän ja sen alaisen tunneperheen lähtökohtana voidaan pitää kokemusta minän arvon alenemisesta muiden silmissä. Blum (2008) mainitsee yhteenvedossaan, että häpeän pitäminen puhtaasti affektina voi olla haitallista, sillä siihen liittyvien tietoisien itsearviointien jättäminen määritelmän ulkopuolelle ei mahdollista sen selittämistä, miksi yksilöt reagoivat eri tavalla samankaltaisiin ärsykkeisiin. Hänen mukaansa suurin osa teoreetikoista onkin samaa mieltä siitä, että häpeään liittyy vahvasti myös kognitiivinen puoli.

Määrittelyn vaikeuksia on tuottanut myös häpeälle läheisen syyllisyyden erottaminen siitä mielekkäällä tavalla. Maallikot eivät useinkaan erottele näitä kahta toisistaan ja usein erottelu on jäänyt myös psykologeilta tekemättä (Tangney, 1996). Lewis (1971) esittää, että syyllisyydessä minuus ei itsenään ole kokemuksen keskiössä kuten häpeässä, vaan syyllisyydessä negatiivinen arvio itsestä tapahtuu suhteessa ulkoisiin tekijöihin, joiksi hän katsoo muun muassa käyttäytymisen ja teot. Tämä erottelu on saanut huomattavaa tukea myöhemmästä tutkimuksesta (Tignor & Colvin, 2016). Elison (2005) lähestyy ongelmaa siitä näkökulmasta, että häpeästä poiketen syyllisyys ei ole tunne, vaan affektiivis-kognitiivinen yhdistelmä, jossa perustunteet sekoittuvat erilaisten kognitiivisten elementtien kanssa. Häpeän ja syyllisyyden läheisen yhteyden hän selittää sillä, että usein juuri häpeä on se perustunne, joka herättää syyllisyyden. Joidenkin tutkimusten mukaan häpeä ja syyllisyys saattavat erota toisistaan myös siinä, millaista käyttäytymistä ne tuottavat. Syyllisyys tuottaa ihmisessä kireyden, katumuksen ja mielipahan tunteita (Tangney ym., 2014) ja tutkimus on osoittanut, että kyseiset tunteet usein johtavat korjaaviin toimiin kuten tunnustamiseen, anteeksipyyttämiseen ja tehdyn vahingon korjaamiseen (Tangney, Miller ym., 1996). Häpeä taas saa ihmiset tuntemaan itsensä pieniksi, arvottomiksi ja paljaiksi (Tangney ym., 2014) sekä herättää korjaavan toiminnan sijasta defensiivistä toimintaa, kuten halua paeta, piilotella ja ulkoistaa vastuu (Lewis, 1971; Tangney, Miller ym., 1996).

Vaikka häpeän määrittelyn suhteen ei ole saavutettu konsensusta, joiltain osin näkemykset ovat kuitenkin suhteellisen yhteneväisiä: häpeän katsotaan liittyvän jollain tapaa yksilön negatiiviseen käsitykseen itsestä tai minän koetun arvon alenemiseen, ja sen oletetaan herättävän muun muassa kokemuksen omasta pienuudesta sekä piiloutumiseen, pakenemiseen tai välttelemiseen liittyviä reaktioita (Lewis, 1971; Elison, 2005; Blum, 2008; Tangney ym.,

2014). Toisaalta hieman uudempi tutkimus viittaa siihen, että häpeällä voisi epäonnistumisten välttelemiseen ohjaavan puolen lisäksi olla myös rakentavampi, itseen liittyvää muutosmotivaatiota ja muutokseen tähtäävää toimintaa herättelevä vaikutus (Lickel ym., 2014; Leach & Cidam, 2015). Aiemmat käsitykset häpeästä saattavat siis olla liian yksioikoisia ja jättää siitä huomioimatta keskeisiäkin puolia. On myös huomattava, että häpeän määrittely ja tutkimus on ollut hyvin länsimaa- ja erityisesti Pohjois-Amerikka-keskeistä, minkä vuoksi edellä esiteltyjä häpeän määrittelyn tapoja ja tutkimuksen lähtökohtia ei voida pitää universaaleina (esim. Collardeau ym., 2023).

1.4 Häpeän yhteys väkivaltaan

Teorioita häpeäkokemusten yhteydestä väkivallan käyttöön on esitetty useita. Esimerkiksi Tangney, Wagner ja kumppanit (1996) esittävät, että häpeälle alttiit yksilöt kokevat muita ihmisiä herkemmin vihan tuntemuksia. Häpeän herättämän defensiivisen vihareaktion havaittiin olevan toisinaan yhteydessä pahantahtoisiin aikeisiin ja suoraan tai epäsuoraan aggressioon. Shanahanin ja kumppaneiden (2011) tutkimustulokset osoittavat yhteyden häpeän, alhaisen itsetunnon ja aggressiivisuuden tai vihan heräämisen välillä. Aggressiivisuutta voidaan selittää myös pyrkimyksenä suojella itseä häpeän tunteilta tai häpäistyksi tai nöyryytetyksi tulemiselta (Walker & Knauer, 2011). Esimerkiksi väkivaltarikollisten kohdalla on puhuttu väkivallan kierteestä, jota häpäistyksi tai epäkunnioitetuksi tulemisen kokemukset ylläpitävät (Gilligan, 2011, viitattu lähteessä Motz, 2015). Thomaesin ja kumppaneiden (2008) tutkimuksessa selvisi, että narsistisia persoonallisuuspiirteitä omaavat nuoret, jotka kokivat häpeää, olivat taipuvaisia aggressiivisuuteen, mutta samaa ei havaittu häpeää kokemattomien kohdalla. Häpeän on havaittu olevan yhteydessä myös rajoittuneeseen empatiakykyyn sekä syyllisyyden ulkoistamiseen (Tangney ym., 1992).

Suurin osa häpeän ja väkivallan yhteyttä tarkastelevista tutkimuksista on keskittynyt parisuhdeväkivaltaan (Gruber ym., 2014). Esimerkiksi Kiviston ja kollegoiden (2011) antisosiaalisia piirteitä sekä häpeää ja syyllisyyttä tarkastelevan tutkimuksen tulokset viittaavat häpeälttiuden olevan yhteydessä sekä psyykkiseen että fyysiseen väkivaltaan kumppania kohtaan. Tutkimuksessa selvisi myös, että häpeän rooli antisosiaalisten piirteiden ja väkivallan käytön välillä oli merkittävä: vahva taipumus tuntee häpeää kasvatti antisosiaalisten yksilöiden

riskiä käyttää väkivaltaa, kun taas alhainen häpeällisyys suoja siltä. Hundtin ja Holohanin (2012) tutkimuksen mukaan taas häpeä ja traumaperäisen stressihäiriön oireet olivat yhteydessä parisuhdeväkivallan käyttöön amerikkalaisilla sotaveteraaneilla. Myös Lawrencen ja Taftin (2013) tutkimuskatsauksessa ilmeni viitteitä häpeän ja parisuhde- tai seurusteluväkivallan yhteyksistä. Reitzingerin (1995) mukaan häpeä koetaan usein helpommaksi projisoida toiseen – usein puolisoon – kuin tunnustaa sen olemassaolo itsessä, mikä voi johtaa toisen osapuolen kritisoimiseen ja syyttelyyn synnyttäen loputtomalta tuntuvan kehämäisen konfliktin.

Miesten käyttämän väkivallan ja häpeän yhteyttä tarkasteltaessa tuodaan usein esille myös kulttuurin ja sosialisoinnin merkitys. Esimerkiksi Wallacen ja Noskon (2003) sekä Oshersonin ja Krugmanin (1990) mukaan kokemukset voimattomuudesta, tarvitsevuudesta ja haavoittuvuudesta saatetaan kokea uhkana maskuliinisuudelle, mikä taas voi herättää häpeää. Häpeän tuntemusten mahdollisesti nostattama aggressiivisuus riippuu edelleen sosiaalisista, elämänhistoriallisista ja biologisista tekijöistä (Wallace & Nosko, 2003). Gottzénin (2016) mukaan miehet ovat taipuvaisia reagoimaan häpeään joko puolustamalla itseään tai turvautumalla väkivaltaan, sillä häpeän tunnustaminen vaatisi oman heikkouden tai haavoittuvuuden näyttämistä. Gilligan (2003) toteaaakin, että riski toimia häpeän siivittämänä väkivaltaisesti kasvaa huomattavasti, jos yksilö on sosiaalistettu patriarkaaliseen miehen rooliin, jossa väkivaltaa käytetään keinona säilyttää oma maskuliinisuus tai maskuliininen seksuaalinen identiteetti.

Kulttuurin ja sosialisoinnin lisäksi julkisella diskurssilla on oma roolinsa häpeän ja väkivallan välisen yhteyden vahvistamisessa. Gottzén (2017) on verrannut väkivaltaisuudesta julkisesti kertomista sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen “kaapistatuloon”. Kohmin (2009) mukaan väkivaltarikollisten julkinen häpäiseminen on muuttunut kaupallistuneeksi massamedian tuotteeksi 2000-luvulla. Åslundin ja kumppaneiden (2009) tutkimustulokset viittaavat yhteyteen häpäistyksi tulemisen ja aggressiivisuuden välillä. Samantyyppisestä yhteydestä puhuvat myös Walker ja Knauer (2011). Julkinen häpäisy esimerkiksi tv-sarjassa tai keltaisen lehdistön sivuilla symboloi myös rajanvetoa “meihin” ja “teihin” (Kohm, 2009). Gottzénin (2019) mukaan voidaan puhua toiseuttamisesta. Median luomaa kuvaa väkivaltaisista miehistä hirviöinä (engl. *monster*) tutkineiden Ólafsdóttirin ja Rúðólfssdóttirin (2023) mukaan hirviöksi tai toiseksi leimattu yksilö aiheuttaa muissa ihmisissä esimerkiksi ahdistusta ja pelkoa. Lisäksi he huomauttavat, että yksilöihin henkilöityvä hirviödiskurssi vie

myös tilaa väkivallantekojen ja niitä mahdollistavien sosiaalisten kontekstien ja rakenteiden tarkastelulta, jolloin yhteiskunnallinen ongelma näyttäytyykin ainoastaan yksilön ongelmana.

1.5 Häpeä ja väkivaltainterventiot

Avun hakemisen ja väkivallasta vastuun ottamisen kannalta on todettu, että häpeä ja pelko siitä, mitä muut ihmiset väkivallantekoon syyllistyneestä ajattelevat toimivat usein esteenä avun hakemiselle (Gottzén, 2019) ja muutokseen ryhtymiselle (Marshall ym., 2009). Esimerkiksi Gottzénin (2017) tutkimuksessa haastatellut miehet ilmaisivat leimautumisen pelon ja häpeän toimineen kynnyksenä hoitoon hakeutumiselle ja fyysisesti paikalle saapuminen koettiin vaikeana. Ólafsdóttirin ja Rúdólfsdóttirin (2023) tutkimuksen mukaan diskurssi väkivaltaa käyttäneistä miehistä hirviöinä tai saalistajina (engl. *predator*) ei kannusta heitä vastuunottoon tai toimintansa reflektointiin, ja stigmatisoinnista aiheutuva ahdistuneisuus usein estää väkivaltaisten tapahtumien prosessoimista. Marshall ja kumppanit (2009) esittävät, että häpeä estää yritykset muuttua, sillä häpeän kokonaisvaltaisuuden ja vahvasti itseen liittyvän luonteen vuoksi yksilö uskoo muutoksen olevan mahdotonta. Osa interventioista onkin keskittynyt nimenomaan häpeän käsittelyyn tai hoitamiseen osana väkivallattomuuteen tähtäävää muutosprosessia (esim. Wallace & Nosko, 2003).

Wallacen ja Noskon (2003) esittelemässä ryhmämuotoisessa interventiomallissa tavoitteena on parantaa osallistujan kykyä sietää häpeää ilman, että tunne aktivoi yksilössä defensiivisiä toimintamalleja tai esimerkiksi vihaa ja raivoa. Interventiossa väkivallantekijät altistetaan häpeän kokemuksille ja turvallinen ympäristö ja ammattilaiset luovat ilmapiirin, jossa häpeän aktivoimia defenssejä voidaan tarkastella ja muuttaa. Mallin mukaisessa interventiossa keskitytään myös tiedostamaan ja ennakoimaan vihan ja häpeän kehollisia vasteita sekä rakentamaan uusia toimintatapoja defensiivisten skriptien tilalle. Vihanhallinnan apuna voidaan käyttää myös erilaisia kognitiivisia ja toiminnallisia harjoitteita, kuten rentoutumista ja itselleen puhumista. Wallace ja Nosko (2003) pitävät intervention ryhmämuotoisuutta keskeisenä häpeän tarkastelussa: osallistujat voivat esimerkiksi mallintaa ja imitoida toistensa tapoja ilmaista erilaisia tunteita.

Myös Balcomin ja kumppaneiden (1995) esittämässä pariterapeuttisessa hoitomallissa pyritään samalla tapaa tiedostamaan ja tunnistamaan häpeä ja sen laukaisemat defenssit sekä muuttamaan ei-toivottuja toimintatapoja. Brown (2004) taas korostaa samoja tekniikoita

miesten yksilömuotoisissa interventioissa. Hän pitää tärkeänä muun muassa tunteiden käsittelyn, tunnistamisen ja sietämisen opettelua, jonka avulla yhteys häpeän ja väkivallan välillä on mahdollista katkaista.

Marshall ja kumppanit (2009) esittävät, että häpeää kokeville ja heikon itsetunnon omaaville seksuaalirikollisille tulisi tarjota hoitoa, jossa tuetaan ja vahvistetaan yksilön itsetuntoa, vaikka väkivaltaiset teot tuomitaan hyväksymättöminä. Tutkijoiden mukaan liian aikainen ja voimakas haastaminen voi johtaa esimerkiksi vetäytymiseen pois hoidosta. Sen sijaan hoidettavan vahvuuksien korostaminen sekä yksilön tunnustaminen muunakin kuin tämän tekemien rikosten kautta auttaa häntä hyväksymään vastuunsa teoistaan ja näin ollen myös osallistumaan hoitoon tehokkaasti.

Myös Tangney, Wagner ja kumppanit (1996) korostavat sitä, kuinka häpeää itsessään palvelevia interventioita tulisi välttää ja hoidossa tulisi keskittyä empatiaan ja rakentavaan syyllisyyteen kannustaviin keinoihin sekä aggressiivisten ja antisosiaalisten toimintapojen seurausten tiedostamiseen. Nimenomaan syyllisyyden tunteiden on häpeän sijaan todettu olevan yhteydessä rakentavampiin tapoihin käsitellä vihan tuntemuksia (Marshall ym., 2009; Tangney, Wagner ym., 1996). Prelog ja kumppanit (2009) huomauttavat, että esimerkiksi rikosten uusimista ehkäisevissä interventioissa dilemmana onkin se, kuinka saada väkivaltaa käyttäneet henkilöt ottamaan vastuuta teoistaan kuitenkin syyllistämättä heitä tai vahvistamatta heidän kokemaansa häpeää. Toisaalta häpeän on todettu aiheuttavan syyllisyyden ulkoistamista (Tangney ym., 1992), joten sen käsittelyä voitaneen kuitenkin pitää yhtenä ehtona hoidossa hyödylliseksi todetun rakentavan syyllisyyden muodostumiselle. Häpeän käsittelyyn keskittyvillä interventioilla on jo saatu lupaavia tuloksia itsetuntoon sekä sympatian ja empatian tunteisiin liittyen perheväkivaltaan syyllistyneiden kohdalla (Loeffler ym., 2010).

1.6 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymys

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää ja kuvailla, millaista häpeään liittyvää puhetta lähisuhdeväkivaltaa käyttäneille suunnatussa ryhmämuotoisessa interventiossa tuotetaan. Aiempi tutkimus osoittaa häpeällä olevan yhteyksiä väkivaltaan ja aggressiivisuuteen, mutta tutkimusta siitä, miten tekijät itse käsittelevät häpeää ilmiönä ja millaisia merkityksiä he sille antavat väkivallan kontekstissa ei juuri ole. Suomessa ei myöskään ole käytössä

nimenomaisesti häpeään keskittyviä väkivaltainterventioita, vaikka erilaisille interventioille olisi tarvetta jo ongelman laajuuden vuoksi. Koska häpeä kuitenkin tutkimusnäyttöön perustuen kytkeytyy väkivallan käyttöön ja aggressiivisuuteen, on sen merkitystä tarpeellista tutkia kaikenlaisissa interventiomalleissa ja myös tekijöiden itsensä käsitteellistämänä.

Tutkimuskysymyksemme muotoutui seuraavanlaiseksi:

Millaista häpeään liittyvää puhetta Vaihtoehto väkivallalle -ryhmäintervention osallistujat tuottavat?

2 MENETELMÄT

2.1 Jyväskylän malli

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan Vaihtoehto väkivallalle -interventioon osallistuneiden lähisuuhdeväkivallan tekijöiden tuottamaa häpeäpuhetta. Ryhmä toimii Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimuslinikalla. Ohjelma aloitti toimintansa vuonna 1996 yhteistyössä kriisikeskus Mobilen kanssa ja siihen haettiin mallia Oslon Alternativ til Vold -ohjelmasta (Holma ym., 2005). Malli eroaa monista muualla Euroopassa ja Yhdysvalloissa käytössä olevista malleista siinä, että ryhmäläiset osallistuvat ohjelmaan vapaaehtoisesti, eikä ohjelma seuraa mitään tarkkaa hoitomanuaalia (Päivinen ym., 2016). Ryhmien alkaessa ei siis ollut valmiiksi rakennettua toimintatapaa, vaan ohjelman periaatteet ovat muotoutuneet ryhmän toiminnan ja siitä saatujen kokemusten kautta (Holma ym., 2005). Jyväskylän malli yhdistelee psykoedukatiivisia, väkivaltaa haastavia, feministisiä ja erilaisia terapeuttisia elementtejä hoidon välineinä (Räsänen ym., 2012; Päivinen ym., 2016). Jo ryhmien alkutaipaleella tärkeiksi projektin periaatteiksi muodostuivat keskittyminen väkivaltaan, valintoihin ja syyllisyyteen sekä muutosprosessin ylä- ja alamäkien ja maskuliinisen identiteetin käsittely (Holma & Laitila, 2000).

Vaihtoehto väkivallalle -ohjelma alkaa kriisikeskus Mobilessa yksilötapaamisilla, joilla pyritään väkivallan uusimisen ehkäisyyn ja herättämään motivaatio ryhmätapaamisiin osallistumiselle (Holma & Nyqvist, 2017). Tekijät päätyvät kriisikeskukseen useimmiten joko oman tai puolison yhteydenoton kautta tai viranomaisyhteistyön, esimerkiksi sosiaali- ja

terveyspalveluiden tai poliisin, kautta (Holma & Nyqvist, 2017; Räsänen, 2012). Yksilötapaamisia kriisikeskuksessa on tyypillisesti viisi ja noin 13 % niihin osallistuneista haluaa jatkaa ryhmään (Räsänen ym., 2012). Yksilötapaamisten jälkeen ryhmän ohjaajat haastattelevat ryhmästä kiinnostuneet ja keräävät tietoa tekijästä itsestään, hänen perhetilanteestaan ja muutosmotivaatiostaan (Päivinen ym., 2016). Lisäksi ryhmäläisten kanssa tehdään väkivallattomuussopimus (Holma & Nyqvist, 2017). Ryhmään osallistuvien väkivallantekijöiden lisäksi puoliset haastatellaan ryhmien alussa, lopussa sekä kahden vuoden seurantajakson jälkeen ja näin kerätään tietoa hoidon aikana saavutetuista muutoksista sekä tarvittaessa ohjataan myös muu perhe tuen piiriin (Päivinen & Vall, 2021). Ryhmä kokoontuu kerran viikossa 1,5 tunnin ajan ja siihen osallistuu kerrallaan 3–7 ryhmäläistä ja kaksi ohjaajaa, joista useimmat ovat perheterapeutteja (Holma & Nyqvist, 2017). Aiemmin ohjaajat ovat olleet pääasiassa miehiä, mutta nykyään mies-nais-ohjaajapari on ryhmissä normi (Päivinen & Vall, 2021). Ryhmät ovat puoliavoimia, eli niihin voi liittyä uusia jäseniä muutaman kerran vuodessa (Holma & Nyqvist, 2017). Kaikki jäsenet sitoutuvat 15 käyntikertaan ja tyypillistä on, että ryhmässä on keskenään eri aikaan aloittaneita jäseniä (Holma & Nyqvist, 2017). Alun perin ryhmä oli tarkoitettu vain miehille, mutta nykyään se on avoin myös naisille (Päivinen & Vall, 2021).

Tapaamisissa käsiteltäviä teemoja ei määritellä etukäteen, mutta jokaisen tapaamisen keskiössä pyritään pitämään väkivalta ja osallistujien vastuu tekemästään väkivallasta (Päivinen ym., 2016). Ryhmänohjaajat pyrkivät edellä mainittujen ohjelman periaatteiden mukaisesti nostamaan keskusteluun ryhmäläisten esittämien puheenaiheiden lisäksi tiettyjä teemoja, kuten väkivallan eri muodot, uhrin turvallisuus, väkivalta tietoisena päätöksenä, oman käyttäytymisen säätely, muutoksen mahdollisuus ja syyllisyys (Holma ym., 2005; Holma ym., 2006). Ryhmän vähimmäistavoitteena on tarjota jokaiselle ryhmäläiselle ainakin yksi keino toimia toisin, eli ryhmän nimenkin mukaisesti vaihtoehto väkivaltaiselle käyttäytymiselle (Holma ym., 2005).

2.2 Aineisto ja osallistujat

Tutkimuksen aineistona on käytetty Vaihtoehto väkivallalle -interventioryhmän videoituja tapaamisia vuosilta 2017–2023, joista oli saatavilla tutkimuskäyttöä varten koostettu tiedosto istuntojen aikana käsitellyistä aiheista. Katsoimme yhteensä 60 kokonaista tallennetta.

Analyysiin valikoitunut aineistomme koostuu useasta eri ryhmästä, joiden osallistajat ovat pääosin miehiä. Materiaali rajattiin tutkimuskysymykseemme sopivaksi seuraavien periaatteiden pohjalta: Puheenvuoroissa ryhmäläisten tuli käsitellä omaa, henkilökohtaista kokemustaan häpeästä. Niissä piti esiintyä jokin häpeään viittaava termi tai tulla muulla tavoin selkeästi ilmi, että puheenvuoro liittyy häpeään, eli se oli esimerkiksi liitettävissä suoraan kysymykseen aiheeseen liittyen. Rajauksen jälkeen jäljelle jäi 66 puheenvuoroa analyysia varten. Aineistosta on poistettu nimet ja häivytetty muut tunnistettavat yksityiskohdat kuitenkin niin, ettei sisältö oleellisin osin muutu.

2.3 Analyysin kulku

Lähdimme rakentamaan tutkimusaihettamme aineistolähtöisesti tutustumalla saatavilla olevaan aineistoon kokonaisuutena avoimin mielin. Havaitimme nopeasti, että häpeä nousi ryhmäintervention istunnoissa esiin melko usein ja aihe tuntui herättävän yhteistä keskustelua ja samaistumista osallistujien välillä. Kiinnostuimme ilmiöstä ja päätimme lähteä rakentamaan tutkimusaihettamme sen pohjalta. Tutkimusaiheemme perusteella valitsimme menetelmäksi aineistolähtöisen sisällönanalyysin. Tuomi ja Sarajärvi (2018) kuvaavat sisällönanalyysia laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmänä, joka voidaan yksittäisen metodin lisäksi nähdä laajana teoreettisena viitekehyksenä ja johon useimmat laadullisen tutkimuksen menetelmät perustuvat tavalla tai toisella. Heidän mukaansa sisällönanalyysissa tarkoituksena on luoda tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus.

Aloitimme analysoitavan aineiston keräämisen katsomalla videoituja istuntoja ja tekemällä muistiinpanoja häpeään liittyvistä puheenvuoroista. Istunnoista on ylläpidetty teematiedostoa, johon ryhmien ohjaajat ovat tapaamisten jälkeen kirjanneet niiden aikana käsiteltäviä aiheita tutkimuskäyttöä varten. Katsoimme ensin kaikki tallenteet, joiden teemoittelussa esiintyi sana "häpeä". Samalla otimme ylös myös muita termejä, joiden huomasimme esiintyvän tapaamisissa käydyissä keskusteluissa läheisessä yhteydessä häpeäsanana kanssa. Tulkitsimme ryhmäläisten tarkoittavan keskusteluissa esiintyvillä termeillä "kasvojen menettäminen" ja "kasvojen säilyttäminen" häpeää, joten etsimme teemoittelutiedoston avulla näihin liittyvät keskustelut mukaan analyysiin. Usein häpeään liittyvien keskusteluiden yhteydessä puhuttiin myös syyllisyydestä, joten katsoimme myös ne istunnot, joiden teemoittelussa esiintyi sana "syyllisyys". Itse aineistoon emme kuitenkaan

ottaneet mukaan syyllisyyteen liittyvää puhetta, vaan ainoastaan tämän hakusanan avulla löydetty häpeään liittyvät keskustelut. Käydessämme istuntoja läpi teimme huomion, että häpeään ja muihinkin tunteisiin liittyvää puhetta esiintyi usein niillä kerroilla, joilla ryhmään tuli uusi jäsen ja kaikki ryhmäläiset kertoivat oman väkivaltahistoriansa ja tarinansa ryhmään päätymisestä. Pidempään ryhmässä olleet osallistujat kertoivat usein myös interventioista saamistaan hyödyistä. Katsoimme siis seuraavaksi vielä ne tallenteet, joissa ryhmään tuli uusi jäsen ja esittelykierroksia käytiin. Huomasimme, että aineisto alkoi saturoitua, eli istunnoista ei enää näyttänyt nousevan esille selkeästi uniikkeja teemoja, ja päätimme lopettaa aineiston keräämisen tähän. Yhteensä katsoimme 60 kokonaista tallennetta, joista 29:stä löytyi häpeään liittyvää puhetta joko yhdestä tai useammasta kohdasta. Seuraavaksi katsoimme vielä uudelleen kaikki ne kohdat, joissa häpeään liittyvää puhetta esiintyi ja litteroimme ne sanatarkasti.

Varsinaisessa analyysivaiheessa etenimme Tuomen ja Sarajärven (2018) esittämän mallin mukaan. Mallin ensimmäisessä vaiheessa aineistosta löytyneistä tutkimuskysymyksen kannalta relevanteista kohdista luodaan pelkistettyjä ilmaisuja, joiden tarkoituksena on tiivistää aineistoa ja karsia siitä pois tutkimukselle epäolennainen informaatio. Toisessa vaiheessa pelkistetty data ryhmitellään, eli alkuperäisaineistosta pelkistetyt ilmaisut käydään läpi tarkasti ja niiden väliltä etsitään eroja ja yhtäläisyyksiä, joiden perusteella samankaltaiset ilmaisut ryhmitellään yhteen alaluokiksi. Alaluokat nimetään mahdollisimman kuvailevasti ja ryhmittelyä jatketaan yhdistelemällä seuraavaksi keskenään samankaltaisia alaluokkia. Yhdistelemistä jatketaan niin pitkälle kuin se aineiston näkökulmasta on mielekästä. Syntyvien luokkien määrä ja tarvittavat tasot selviävät siis analyysin edetessä.

Tutkimuksen reliabiliteettia vahvistaaksemme teimme pelkistysvaiheen ensin molemmat yksin tahoillamme, minkä jälkeen kävimme jokaisen litteraatio-otteen ja siihen liittämämme pelkistykset yhdessä läpi keskustellen mahdollisista erimielisyyksistä tai rajatapauksista. Yksittäisen puheenvuoron sisältä saattoi nousta useampi pelkistetty ilmaus. Toisin sanoen yhdessä puheenvuorossa häpeällä voitiin tulkita olevan useampi eri merkitys. Tässä vaiheessa koimme tärkeäksi pitäytyä melko tiukassa rajauksessa monitulkintaisten keskusteluotteiden suhteen. Koska aineistomme koostuu vuorovaikutuksellisesta ja puhekielisestä keskustelusta, puheen sisältö ei aina ollut suoraviivaista esimerkiksi sen suhteen, mihin aiheeseen puhuja viittaa kommentoidessaan toisen henkilön puheenvuoroa. Näin ollen pyrimme vielä tässä vaiheessa karsimaan pois ne otteet, jotka jäivät mielestämme kovin tulkinnanvaraisiksi. Lopulta päädyimme siis yhtenäisiin pelkistyksiin, joiden pohjalta

aloitimme pelkistysten jaon mahdollisiin alaluokkiin Mayringin (2010, viitattu lähteessä Schreier, 2013) esittelemää strategiaa soveltaen. Kyseisessä strategiassa edetään systemaattisesti aineistosta nostettu koodi kerrallaan. Tässä tapauksessa koodeja ovat muodostamamme pelkistetyt ilmaisut. Ensimmäiselle ilmaisulle luodaan sitä kuvaava luokka, jonka jälkeen edetään seuraavaan ilmaisuun ja katsotaan, sopiiko se jo olemassa olevaan luokkaan vai luodaanko sen pohjalta jälleen uusi luokka. Tätä jatketaan, kunnes jokainen aineiston osa on käyty läpi ja sijoitettu sopivaan luokkaan.

Seuraavaksi siirryimme etsimään eroja ja yhtäläisyyksiä edellisessä vaiheessa muodostuneiden alaluokkien välillä ja loimme keskenään samankaltaisille alaluokille niitä kuvaavat yläluokat. Vaikka aineistosta olisi ollut mahdollista muodostaa vielä yläluokkia laajempi taso, päätimme jättää luokittelun kaksitasoiseksi, sillä koimme sen tiivistävän aineiston mielekkäällä tavalla niin, ettei sen rikkaus häivyty. Kävimme syntyneet luokat ja niiden sisällön läpi vielä useampaan otteeseen varmistaaksemme, ettei niihin jäänyt päällekkäisyyksiä tai epäselvyyksiä. Tässä vaiheessa karsimme vielä pois sellaiset luokat, jotka eivät pysyneet aineistolle luomiemme rajaussääntöjen sisällä, sekä yhdistelimme ja selkeytimme luokkia, joissa havaitsimme merkittäviä päällekkäisyyksiä. Analyysin lopputuloksena syntyi luokittelu, jonka rakenteessa on kuusi yläluokkaa, jotka edelleen jakautuvat 18 alaluokkaan.

3 TULOKSET

Havaitsimme aineistossamme yhteensä 87 viittausta häpeään. Sisällönanalyysin tuloksena aineistomme jakautui kuuteen yläluokkaan: 1) väkivaltaan liittyvä häpeä, 2) muuhun kuin väkivaltaan liittyvä häpeä, 3) häpeä väkivallan mahdollisena laukaisijana, 4) häpeä puhumisen esteenä, 5) muutokset häpeän kokemuksissa ja 6) häpeän yhteys muutosprosessiin. Nämä kuvaavat Vaihtoehto väkivallalle -ryhmään osallistuneiden erilaisia häpeän kokemuksia. Yläluokat jakautuvat edelleen 18 alaluokkaan, jotka esittelemme alla. Tuloksista olisi ollut havaittavissa vielä yläluokkia laajempi taso, jossa puhe kytkeytyy häpeän syihin, seurauksiin sekä muutoksiin häpeässä ja häpeän rooliin muutoksen tuottajana. Tätä ei ole sisällytetty osaksi luokittelua, mutta sitä on kuitenkin hyödynnetty tulosten esitysjärjestyksessä. Havainnollistamme analyysimme tuloksia aineisto-ottein. Litteroiduista otteista olemme häivyttäneet ryhmään osallistuneiden mahdollisesti tunnistettavat tiedot. Esimerkkiotteissa on

käytetty kirjaimia T (terapeutti / ryhmän vetäjä) sekä R (ryhmäläinen) viittaamaan puhujan rooliin ryhmässä. Merkintä “- -” tarkoittaa litteraatiosta puuttuvaa sanaa tai lausetta ja merkintä “...” pois jätettyä kokonaista puheenvuoroa. Tiivistetty kuvaus tuloksista löytyy taulukosta 1.

Taulukko 1

Yläluokat, alaluokat ja viittaussmäärät.

Yläluokka	Alaluokka
Väkivallan tekoihin liittyvä häpeä (23)	Häpeä väkivallan seurauksena (11)
	Tekojen kohtaamisen laukaisema häpeä (6)
	Tekojen paljastumisen laukaisema häpeä (6)
Muuhun kuin väkivaltaan liittyvä häpeä (19)	Häpeä heikkoudesta tai epäonnistumisesta (6)
	Lapsuuden kokemuksiin liittyvä häpeä (4)
	Parisuhteen päättymiseen liittyvä häpeä (3)
	Häpeä psyykkisistä ongelmista (2)
Häpeä väkivallan mahdollisena laukaisijana (8)	Yleistynyt häpeä (4)
	Muihin kohdistuva väkivalta (6)
Häpeä puhumisen esteenä (16)	Itseen kohdistuva väkivalta (2)
	Häpeä puhumisen esteenä yleisesti (4)
	Häpeä läheisille puhumisen esteenä (7)
	Häpeä puhumisen esteenä ryhmässä (1)
Muutokset häpeän kokemuksissa (13)	Häpeä <u>ei</u> esteenä puhumiselle ryhmässä (4)
	Häpeän lievittyminen ryhmän avulla (10)
Häpeän yhteys muutosprosessiin (8)	Häpeän lievittyminen muusta syystä (3)
	Häpeän käsittely osana prosessia (6)
	Häpeä intervention aloittamisen esteenä (2)

Note. Taulukossa esitettynä pääluokkien ja niihin kuuluvien alaluokkien nimet sekä luokkiin kuuluvien viittausten lukumäärät.

3.1 Väkivallan tekoihin liittyvä häpeä

Kaikkein useimmin ryhmässä nousi esille kokemus siitä, että omat väkivallan teot ovat häpeää aiheuttavia. Tämä yläluokka jakautuu kolmeen alaluokkaan sen suhteen, miten koettu häpeä nousee esille. Ensimmäisessä häpeän tunteelle ei mainita sitä aiheuttaneen väkivaltaisen teon lisäksi muuta laukaisevaa tekijää ja kahdessa seuraavassa luokassa häpeä nousee esiin jonkin erillisen laukaisevan tekijän kautta. Kuitenkin keskeistä on edelleen se, että niissäkin häpeä kytkeytyy nimenomaan väkivaltaiseen tekoon, eikä laukaisevaan tekijään tai tilanteeseen, jossa tunne nousee esille. Tässä luokassa ovat siis ne otteet, joissa syy-seuraussuhde väkivaltaisen teon ja häpeän välillä on puheenvuoron merkityksellisin osa.

3.1.1 Häpeä väkivallan suorana seurauksena

Aineistosta löytyi 11 viittausta, joissa ryhmäläinen sanoitti kokevansa häpeää tekemänsä väkivallan suorana seurauksena. Suoralla seurauksella tarkoitamme sitä, että ryhmäläiset kuvasivat toteutuneen väkivallan teon herättäneen häpeän tunteen ilman mitään välillistä laukaisevaa tekijää.

Ote 61

R: - - ois ollu suotavaa tietenkä että eroon ois päädytty vaikka ennen sitä lyömistä, että, että ei tarttis ite, ite niinku sen kanssa tapella, pelätä sitä taikka hävetä - -

Yllä olevassa aineisto-otteessa puhuja kuvaa fyysiseen väkivallan tekoon liittyvää häpeää. Ryhmäläinen pohtii, että olisi ollut parempi erota ennen kuin hän löi puolisoaan. Tällöin hänen ei tarvitsisi “ite niinku sen kanssa tapella, pelätä sitä taikka hävetä”. Lyöminen siis aiheuttaa puhujalle tunteita, joiden käsittely on haastavaa, “tappelua”. Yksi näistä hankalista tunteista on ryhmäläisen sanoittamana häpeä väkivallanteoista.

Ote 58

R: - - no sit, se niinkun, jollaki tavalla hirveen kova paikka itelle ja sit niinku häpeä, et se on niinku täysin, täysin mua ittee vastaan, et tota, niinkun, naisia ei lyödä, ja et se on niinkun, öö, sillä tavalla, tota, niinku mä ite tiän että, et se on niinku raukkamainen, raukkamainen juttu - -

Esimerkkiotteessa ryhmäläinen nostaa häpeäkokemuksen rakentumisen keskiöön väkivaltaisen teon lisäksi myös siihen kytkeytyvän arvostiriidan, mikä tekee puheenvuorosta erityistapauksen. Häpeä kumpuaa väkivaltaisesta teosta ja hän korostaa, että teko on raukkamainen ja että “se on niinku täysin, täysin mua itteeni vastaan”. Otteesta on tulkittavissa myös sukupuoleen kytkeytyvä uskomus väkivaltaan liittyen. Puhujan arvomaailma sotii nimenomaan naisen lyömistä vastaan, mutta hänen suhtautumisensa väkivallan käyttöön miehiä kohtaan jää sanoittamatta.

3.1.2 Tekojen kohtaamisen laukaisema häpeä

Tähän luokkaan sisältyvät sellaiset puheenvuorot, joissa teosta oli jo kulunut aikaa, mutta sen kohtaaminen uudelleen toimi laukaisijana häpeän tunteelle. Häpeän sanoitettiin kuitenkin liittyvän nimenomaan väkivallan tekoon, eikä tilanteeseen, jossa tunne laukesi. Laukaisevat tekijät saattoivat olla esimerkiksi läheisten huomautuksia väkivallasta tai tilanteita, joissa ryhmäläiset käsittelivät tekojaan. Tällaisia puheenvuoroja aineistosta löytyi yhteensä kuusi.

Ote 84

R: no kyllähän se semmonen syyllisyys ja häpeä nousee niinku aika voimakkaasti ku niitä käsittelee, käsittelee että niinku tota, siinä var- ja ehkä niinku viha niinku itseä kohtaan että ei oo niinku, ei oo aikasemmi aikasemmi niinku, käsitelty nii sanotusti omia luurankoja

Yllä olevassa aineisto-otteessa ryhmäläinen kertoo, ettei ole aiemmin käsitellyt “omia luurankoja” eli väkivaltaisia tekojaan. Nyt, kun hän on intervention myötä alkanut käsittelemään niitä, eli joutuu määritelmämme mukaisesti kohtaamaan teot uudelleen, hänessä herää voimakasta syyllisyyttä ja häpeää. Tapahtumien käsittely ryhmässä on siis laukaiseva tekijä tekojen ja häpeän kokemuksen välillä.

Ote 63

R: hävettää että, ees aattelin sellasta

T: mm

R: et kui syvällä on pitäny käydä, et mä mietin niinku, pojanki, elämän lopettamista - -

Tässä otteessa ryhmäläinen kuvaa, miten hänessä herää häpeää, kun hän palaa aikaisempiin väkivaltaisiin ajatuksiinsa. Tämä erityistapaus havainnollistaa hyvin sitä, miten voimakas kokemus häpeä saattaa olla: ryhmäläinen ei koskaan toteuttanut ajatuksiaan lapsensa vahingoittamisesta, mutta jopa tämän muistelemisen laukaisee häpeän kokemuksen samoin kuin muissa tämän luokan otteissa toteutunut väkivalta.

3.1.3 Tekojen paljastumisen laukaisema häpeä

Väkivallan tekoihin liittyvä häpeä saattoi herätä tai voimistua tilanteissa, joihin liittyi paljastumisen tematiikkaa. Paljastumiseksi katsoimme tilanteet, joissa ryhmäläisen tekemä väkivalta tuli sellaisten henkilöiden tai tahojen tietoon, jotka eivät aiemmin olleet tietoisia asiasta. Paljastuminen saattoi olla yksityistä, esimerkiksi perheen tai suvun sisäistä, tai julkista. Luokkaan on otettu mukaan myös sellaiset puheenvuorot, joissa ryhmäläinen uskoo mahdollisen paljastumisen tuottavan tai voimistavan häpeän kokemusta, vaikka hän ei olisi oikeasti joutunut tällaiseen tilanteeseen. Tähän alaluokkaan viittaavia puheenvuoroja aineistosta löytyi yhteensä kuusi.

Ote 16

R: no vaimo oli niinku onneks, se oli se joka selitti sen tilanteen sitte, ja kyllä kerto että mite oli käynykki, mutta kyllä se mua tavallaa niinku, mulle se että nonii että nyt tietää koko kyläki ja

T: menetitkö sä siinä jotenki kasvot tai

R: no kyllä tuli semmone et tavallaa hyvä ettei niinku, et tuntus et ku vei sitä lasta hoitoo nii sielläki tuntu siltä, et semmoselta et vähä anteeks pyyelle ja

Edellisessä aineisto-otteessa keskustellaan tilanteesta, jossa väkivallan teot olivat tulleet esille päiväkodissa eli ryhmäläinen paljastui päiväkodin henkilökunnan edessä. Hän kuvaa ajatelleensa, että nyt koko kylä tietää asiasta. Häpeäkokemuksen äärelle päästään terapeutin tarjoamalla uudelleenmuotoilulla “menetitkö sä siinä jotenki kasvot tai”, johon ryhmäläinen myöntyy.

Ote 78

R: iha niinku, si varsinki ku tuo kotipaikkakunta on nii pieni paikka nii, totaa, se totaa, se kyllä sitte, tulis nii nopeesti niinku muidenki ihmiste tietoo että, se häpeän, häpeän tunne ois niinku, moninkertane

Yllä oleva aineisto-ote toimii hyvänä esimerkkinä tilanteesta, jossa puhuja ei ole kokenut paljastumista, mutta tunnistaa sen mahdolliset vaikutukset häpeän kokemukseen. Ryhmäläinen uskoo, että pienellä paikkakunnalla tieto hänen väkivaltaisuudestaan leviäisi nopeasti ja tämä moninkertaistaisi häpeän tunteen. Hänen mielestään häpeän kokemuksen voimakkuuden kannalta on siis merkityksellistä se, kuinka moni ihminen teoista tietää.

3.2 Muuhun kuin väkivaltaan liittyvä häpeä

Häpeän syyksi saatettiin sanoittaa myös muita kuin väkivaltaan liittyviä tekijöitä. Osa kertoi häpeän kumpuavan jostakin tietystä tapahtumasta tai teemasta, toiset taas kokivat häpeän yleisesti heille henkilökohtaiseksi haasteeksi ja tunteeksi, jonka kanssa he joutuivat usein kamppailemaan. Alaluokat muodostimme siis sen perusteella, millaisiin ilmiöihin puhujat erottelivat häpeäkokemustensa liittyvän.

3.2.1 Häpeä heikkoudesta tai epäonnistumisesta

Toisinaan ryhmän osallistujat sanoittivat häpeän liittyvän kokemukseen omasta heikkoudesta tai epäonnistumisesta. Osa viittasi puheessaan fyysiseen heikkouteen, osa taas psyykkiseen. Kokemus heikkoudesta ei aina ollut tarkemmin perusteltua tai johdettavissa tietystä tapahtumasta seuranneeksi. Viittauksia tähän luokkaan löytyi aineistosta yhteensä kuusi.

Ote 55

R: - - poikana nii joku vanhempi työntekijä saatto tulla tällai päätä silittää nii mähä koin sen iha häpeällisenä että mä oon tehny jotai, et tavallaa et mä oon tämmönen heikko että

T: joo

R: et mua tarvii tulla silittelee nii mä koin sen niinku häpeänä ja semmosena nöyryytyksenä niinku että

Otteessa puhuja kertoo fyysisen hellyydenosoituksen tuottaneen hänelle kokemuksen heikkoudesta ja hän sanoittaa “silittelyn” tuntuneen häpeälliseltä ja nöyryyttävältä. Tulkitsimme häpeän tunteen virinnee nimenomaan heikkouden kokemuksen kautta.

Ote 35

R: - - ihan ku ois AA:ssa ja sit ryyppäis sen kerran - - se häpeä siinä että tietää tavallaan, siis, just se että tavallaan kokee että on epäonnistunu, on jotenki niin tyhmä ja kykenemätön mihinkää että, niinku vaikka kuinka täällä, täälläki käy ja lukee asioista ja puhuu ja, kaikkee mahdollista niin silti ei vaa jotenki pysty siinä, itse siinä tilanteessa, niinku kokeessa, tai siis siinä oikeessa

Yllä olevassa keskusteluotteessa ryhmäläinen puhuu epäonnistumisen tunteesta, jota kokee, kun ei olekaan täysin pystynyt pitäytymään väkivallattomuudessa, jonka eteen on tehnyt paljon töitä. Hän vertaa tilannetta alkoholismiin ja niin sanottuun “retkahtamiseen” raittiina olon jälkeen. Tulkitsimme puhujan viittaavan häpeän tunteen kumpuavan epäonnistumisen, “tyhmyyden” ja kykenemättömyyden kokemuksista.

3.2.2 Lapsuuden kokemuksiin liittyvä häpeä

Intervention aikana käydyt keskustelut koskivat usein ryhmäläisten lapsuuden kokemuksia ja moni toi esille vaikeita ja traumaattisiakin kokemuksia lapsuudestaan. Toisinaan kokemukset herättivät tai olivat herättäneet myös häpeän tunteita. Viitteitä tällaisiin kokemuksiin löytyi aineistostamme neljä kappaletta.

Ote 42

R: ja sitte tavallaa ku sitä nääki on sellasia asioita, aika häpeällisiä asioita niinku tavallaa tämmöset

T: mm

R: hyväksikäyttöasiat ja muut nii - -

Ryhmäläinen on kertonut aiemmin tulleen lapsena hyväksikäytetyksi. Yllä olevassa otteessa hän sanoittaa “hyväksikäyttöasioiden ja muiden” olevan häpeällisiä.

3.2.3 Parisuhteen päättymiseen liittyvä häpeä

Osalla ryhmään osallistuneista parisuhde oli hiljattain päättynyt, mikä linkittyi usein jollain tapaa ryhmäläisen käyttämään väkivaltaan. Jotkut kuvasivat eron olosuhteisiin liittyvän häpeää, mikä saattoi johtua esimerkiksi petetyksi tulemisesta. Suoria viittauksia parisuhteen päättymiseen liittyvään häpeään löysimme aineistosta kolme.

Ote 4

R: - - *itellä se on ainaki se on vähä semmone naurunalaseks joutumise pelko et sit niinku, ku se ero oli tommone niinku, niinku hävetti sillai - -*

Esimerkkiotteessa puhuja sanoittaa kokeneensa pelkoa naurunalaiseksi joutumisesta liittyen läpikäytyyn eroon. Oteesta voidaan tulkita eron aiheuttaneen myös häpeää: “niinku hävetti sillai”.

3.2.4 Häpeä psyykkisistä ongelmista

Aineistossamme moni osallistuja kertoi kamppailleensa erilaisten psyykkisten ongelmien tai mielenterveyden häiriöiden kanssa. Nämä kokemukset psyykkisistä haasteista nousivat keskusteluun verrattain usein, mutta viittauksia niiden aiheuttamaan häpeän tunteeseen löysimme kaksi.

Ote 36

R: - - *oliha se sillai semmone et itellekki semmoneh jotenki ku on semmone niinku häpeä*

...

R: *niiku kuitenkin semmone ehkä aika hävettävä juttu kuitenkin vielä sitte*

Edeltäen esimerkkiotetta ryhmäläinen puhui riippuvuudestaan. Hän kuvaa kokeneensa häpeää sanoittamalla asian olevan “hävettävä juttu”. Puheenvuoro voidaan tulkita siis niin, että hän on kokenut tai kokee edelleen häpeää psyykkiseen haasteeseensa eli riippuvuuteen liittyen.

3.2.5 Yleistynyt häpeä

Aineistoa läpikäydessämme teimme havainnon, että muutama ryhmäläisistä sanoitti kokevansa häpeää myös yleisellä tasolla paljon ja koki sen henkilökohtaisesti ongelmalliseksi. Toisinaan ongelmaa havainnollistettiin esimerkiksi kokemuksilla perusteettomasti tunnetusta häpeästä ja syyllisyydestä. Viittauksia tämän kaltaiseen yleistyneeseen häpeään löysimme yhteensä neljä.

Ote 25

R: - - mulla on nimenomaan ehkä häpeän, häpeän kanssa aika paljon ongelmaa, tai ainaki ollu, että monesti häpeen ihan turhasta, sen oon tunnistanu - -

Tässä ryhmäläinen sanoittaa ensin suoraan kokevansa, että hänellä on paljon ongelmia häpeän tunteen kanssa. Hän tarkentaa, että on tunnistanut häpeävänsä asioita myös “ihan turhasta”, mikä viittaa niin sanotusti perusteettomiin häpeän kokemuksiin.

3.3 Häpeä väkivallan mahdollisena laukaisijana

Joissain tilanteissa häpeän kokemus esiintyi ennen väkivaltaa, ja ryhmäläiset liittivät puheenvuoroissaan sen jollain tapaa oleelliseksi tekijäksi väkivaltaisten tilanteiden synnylle. Tämä yläluokka jakautui kahteen alaluokkaan sen suhteen, kohdistuiko häpeän laukaisema väkivalta muihin vai itseen.

3.3.1 Muihin kohdistuva väkivalta

Puheenvuoroja, joissa ryhmäläinen toi esille häpeän mahdollisesti toimineen laukaisevana tekijänä muihin kohdistuvassa väkivallassa löytyi aineistosta kuusi. Väkivalta saattoi olla fyysistä tai psyykkistä.

Ote 40

R: - - mä sanosi et siinä on niiku häpeäki siinä hommassa mukana, et mua alko jotenki niinku hävettämää ja mä syyllistyi jotenki siitä hommasta ja se kääntyki sit sillä lailla et mä aloin niinku haukkumaa

Aineistoesimerkissä ryhmäläinen kuvaa, että häpeällä on rooli “siinä hommassa”, millä hän viittaa omaan väkivaltaiseen käyttäytymiseensä. Hän kertoo kokeneensa häpeää ja syyllistyneensä puolisonsa antamasta kritiikistä, josta hän puhui tätä otetta edeltäen. Häpeä ja syyllisyys saivat puhujan haukkumaan puolisoaan, eli häpeä toimi laukaisevana tekijänä psyykkiseen väkivaltaan.

3.3.2 Itseen kohdistuva väkivalta

Kahdessa tapauksessa ryhmäläiset kuvasivat väkivallan toimineen laukaisevana tekijänä itseen kohdistuvassa väkivallassa. Harvinaisuudestaan huolimatta nämä viittaukset ovat merkittäviä väkivaltaintervention kontekstissa, sillä myös itsetuhoisuutta voidaan pitää yhtä lailla väkivaltana kuin muihin kohdistettuja tekoja.

Ote 59

R: - - juominen jatku niinku, kolmas päivä oli menossa kun tuota, sit just tää häpeä ja, ja tuota, epäonnistuminen, kaikki, niin se oli, se oli sitte semmonen möykky että, että tota, makasin sängyllä veitsi kurkulla - -

Tässä esimerkkioitteessa puhuja tuo esille, miten häpeä ja epäonnistuminen kasautuivat “möykkyksi”, mikä johti itsetuhoiseen käyttäytymiseen. Ryhmäläinen siis sanoittaa suoran yhteyden häpeän ja väkivaltaisen toiminnan välille.

Ote 76

R: - - sen takiaha mä oon niinku kaikki solut huuti sitä viinaa, että mä en kestä itteeni ollenkaa, mulla on ollu nii syyllinen ja häpesin itteeni ja, koin että että niinku, ainoa mil- millon pystyin elämää oli kännissä, ku sillo ne helpotti nää kaikki tommoset ja sitte mä pystyin niinku olla, elää jotai fantasiaelämää - -

Edellä olevassa otteessa ryhmäläinen kertoo hävenneensä itseään ja kokee kyyneensä elämään vain ollessaan humalassa. Puhuja kuvaa, miten alkoholinkäytön myötä olo oli parempi: “helpotti nää kaikki tommoset” ja “pystyin niinku olla, elää jotai fantasiaelämää”. Ryhmäläinen ei itse tuo esille käyttäneensä alkoholia itsetuhoisessa tarkoituksessa, mutta tulkitsemme alkoholin rankan väärinkäytön tässä merkityksessä.

3.4 Häpeä puhumisen esteenä

Tähän yläluokkaan sisältyvät puheenvuorot, joissa ryhmäläiset tuovat ilmi häpeän kokonaan estäneen tai ainakin vaikeuttaneen väkivallasta puhumista. Luokka jakautuu neljään alaluokkaan sen suhteen kenelle tai missä kontekstissa ryhmäläiset kuvasivat häpeän toimivan puhumista estävästi.

3.4.1 Häpeä puhumisen esteenä yleisesti

Aineistosta nousi esille neljä viittausta siihen, että häpeä toimi ryhmäläisille yleisesti esteenä väkivallasta puhumiselle. Näissä tilanteissa ryhmäläiset eivät siis nimenneet tarkasti kenelle häpeän vuoksi oli vaikea puhua, vaan viittasivat yleisellä tasolla puhumisen vaikeuteen tai esimerkiksi siihen, etteivät häpeän vuoksi pystyneet puhumaan kenellekään.

Ote 80

T: - - mä haluan tuota niin uusilta ryhmäläisiltä kysyä semmosta että nyt ku tää kynnys on ylitetty ja te ootte, jotaki nähny siitä että et mite täällä puhutaan niin, tuutteko te kahen viikon päästä uudelleen - -

...

R: on semmone asia mikä tuottaa itelle paljo häpeää ja semmosta niinku, et siitä puhumine ei aina oo kuitenkaa ollu nii helppoo - -

Otteessa terapeutti kysyy uusilta ryhmäläisiltä istunnon päätteeksi, aikovatko nämä jatkaa ryhmässä. Eräs ryhmäläinen sanoittaa väkivallasta puhumisen olevan itselleen paljon häpeää tuottava asia. Hän lisää, että asiasta puhuminen ei ole aina ollut helppoa, mihin tulkitsemme myös mainitun häpeän vaikuttaneen.

3.4.2 Häpeä läheisille puhumisen esteenä

Usein häpeä muodostui puhumisen esteeksi suhteessa ryhmäläisten läheisiin. Viittauksia tähän löytyi aineistosta seitsemän. Suurimmassa osassa puheenvuoroista ryhmäläiset viittasivat ystäviinsä, mutta myös muu lähipiiri, esimerkiksi omat vanhemmat, mainittiin joissain puheenvuoroissa.

Ote 64

T: *ootteks te muut saanu tähän teiän prosessiin tukea ystäviltä tai lähipiiristä*
R: *- - se on vähän semmone ehkä jopa häpeäki, häpeän tunne että en oo niinku kehannukkaan ehkä puhua noista, aika pieni osaa ees tietää siitä keissistä tarkemmin*

Yllä olevassa otteessa ryhmäläinen kertoo, ettei kovinkaan moni tiedä hänen “keissistään” eli väkivaltaisesta käyttäytymisestään, sillä hän ei häpeän vuoksi ole pystynyt kertomaan siitä. Tässä puheenvuorossa katsomme kertomisen vaikeuden esiintyvän suhteessa läheisiin, sillä aihe tulee esille terapeutin kysyessä nimenomaan lähipiirin kontekstiin liittyvän kysymyksen.

3.4.3 Häpeä puhumisen esteenä ryhmässä

Yhdellä ryhmäläisellä häpeän kokemus toimi esteenä puhumiselle ryhmän sisällä. Harvinaisuudestaan huolimatta pidämme kokemusta huomionarvoisena, sillä kuten seuraavassa luokassa tuomme esille, useammin puhumisen koettiin ryhmän sisällä olleen helpompaa kuin muualla häpeästä huolimatta.

Ote 54

T: *mitä sinä sanot kun sä ha- haukut että*
R: *no kyllä ne on ikäviä, ikäviä juttuja että*
T: *haluaisitko sä sanoo sen tässä ääneä*
R: *- - kiro- kiro sanoja ja emmää et kyllä mua nii hävettää et emmää*

Tässä terapeutti kysyy ryhmäläiseltä, millaista kieltä hän käyttää haukuessaan konfliktitilanteessa toista henkilöä. Ryhmäläinen kertoo sanovansa “ikäviä juttuja” ja käyttävänsä kiro sanoja, mutta ei halua terapeutin pyynnöstä huolimatta toistaa ryhmässä ääneen käyttämiään ilmaisuja. Syyksi tälle ryhmäläinen itse nimeää häpeän: “kyllä mua nii hävettää et emmää”.

3.4.4 Häpeä ei esteenä puhumiselle ryhmässä

Edellä esittelemissämme luokissa häpeä jollain tapaa esti ryhmäläisiä puhumasta kokemuksistaan ja väkivallasta. Osa heistä toi kuitenkin esille, että ryhmässä häpeällä ei ole

puhumista estävää vaikutusta tai se on pienempi kuin muissa konteksteissa. Mikäli tälle osattiin nimetä jokin syy, viittasivat he vertaistukeen ja ymmärrykseen, jota ryhmässä saa, mutta muissa yhteyksissä välttämättä ei. Tähän luokkaan sisällytimme lisäksi yhden ryhmäläisen kokemuksen siitä, että häpeä ei estä myöskään tunteiden näyttämistä ryhmässä. Yhteensä tähän luokkaan kuuluu neljä puheenvuoroa.

Ote 47

T: - - sä kerroit tästä nyt mitä siinä tapahtu ja kerroit ilmeise avoimesti niinku kaikki vaikka siinä oli vaikeita asioita, nii tuntuuks tää häpeälliseltä - -

R: ei, ei täs, ei tässä tuu ku kertoo häpeää - -

Yllä olevassa esimerkissä terapeutti kysyy, tuntuiko ryhmäläisestä häpeälliseltä kertoa vaikeista asioista. Ryhmäläinen kokee, että häpeän tunnetta “ei tässä tuu ku kertoo”. Tulkitsemme, että sanalla “tässä” ryhmäläinen viittaa nimenomaan ryhmän kontekstiin, jolloin voidaan päätellä, että muualla kuin ryhmässä hän kokisi samoista asioista puhumisen häpeällisenä.

Ote 43

R: - - ja ryhmä on tosiaa antanu mulle tota, just sitä niinku vertaistukee ja, ymmärrystä ja, lähteny vähä niinku painolastia, painolastia iteltä - - monet itkut täällä on itketty pöydän ääressä ja, ei oo tota, tarvinnu sitä, sitä ainakaa hävetä - -

Tässä otteessa ilmenee hyvin ryhmästä saatavan vertaistuen ja ymmärryksen merkitys: puhuja kokee olonsa kevenneen ryhmään osallistumisen myötä. Hän kuvaa itkeneensä “pöydän ääressä” ja nostaa samassa yhteydessä esille, että sitä ei ole tarvinnut hävetä.

3.5 Muutokset häpeän kokemuksissa

Ryhmään osallistuneet puhuivat häpeän tunteen muuttumisesta ja etenkin ryhmässä pidempään olleet tai interventiota lopettelevat osallistujat kuvasivat toisinaan suurtakin muutosta häpeän kokemuksessa. Aineistostamme ei löytynyt viittauksia siihen, että häpeä olisi voimistunut tai kasvanut, joten alaluokat koskevat ainoastaan tunteen lievittymistä. Koska lievittymisen syy jäi toisinaan epäselväksi, päätimme jakaa alaluokat sen mukaan, sanoitettiinko häpeän

lievittyneen ryhmään osallistumisen myötä vai jätettiinkö syy mainitsematta. Muutoksen kohteena oleva häpeäkokemus saattoi liittyä muuhunkin kuin väkivaltaan.

3.5.1 Häpeän lievittyminen ryhmän avulla

Aineistossamme ilmeni useita viittauksia siihen, että häpeän koettiin lievittyneen tai helpottaneen intervention edetessä. Jos tälle sanoitettiin jonkinlainen syy, koettiin ryhmän vertaistuellisen aspektin, puhumisen sekä häpeän käsittelyn olleen merkittäviä tekijöitä. Viittauksia häpeän lievittymiseen ryhmässä löytyi aineistosta yhteensä kymmenen.

Ote 66

R: - - *siit on puhuttu täällä ja sit on puhuttu kavereiden kanssa*

T: *joo*

R: *nii tavallaa se että, että se, no onha se hävettävä edelleenki mut ei se oo niinku lähellekkää sitä samaa*

T: *pystyt elämään sen asian kanssa*

R: *nii*

Edellä kuvatussa aineisto-otteessa ryhmäläinen sanoittaa puhumisen ryhmässä sekä ystävien kanssa auttaneen lievittämään häpeän tunnetta. Hän mainitsee, että häpeän tunne on edelleen läsnä mutta ei "lähellekkää sitä samaa" kuin aikaisemmin. Tulkitsimme siis asioista puhumisen ja niiden käsittelyn lievittäneen häpeää.

Ote 74

R: - - *aluks nolottaa se mutta sitte ku sä tajuat ja hyväksyt sen, nii si- ainaki ittellä on tullu niinku, paljon parempi mieli*

...

R: - - *ensi ku alat mieltii, mitä et oo suostunu mieltii semmosia tekoja mitä oot tehny, ja ku sä alat kelaamaan sitä, niinku tän ryhmän alussaki nii nolottaa ja tekis mieli vaipua maan alle, mutta sitte ku näitä käsitellää, tä- tääki on auttanu että joka kerta ku tulee uusia nii saa kertoo sen oman jutun uudestaan, niin pikkuhiljaa, sä pystyt alkaa elämään sen kanssa vaikka sua on aluks nolottanu iha hemmetisti, nii se tunne on tosi hyvä, se parantumine semmonen, vapautuminen siitä, että vaikka mä ny oon tehny näi nii, elämä jatkuu*

Kyseisestä otteesta käy hyvin ilmi, kuinka puhuja on kokenut nimenomaan asioiden käsittelyn ja omista teoista puhumisen auttaneen häpeän lieventymisessä. Tärkeänä hän pitää oman tarinan kertomista ja sen toistamista uusille ryhmäläisille. Hän kertoo, kuinka asioiden kanssa on oppinut elämään ja kuvaa tunnetta “tosi hyväksi”, “vapautumiseksi” ja “parantumiseksi”. Tulkintaamme häpeän lievittymisestä tukee myös se, kuinka ryhmäläinen puhuu noloudesta nimenomaan “ryhmän alussa”.

Ote 85

R: - - ja ei oo vielä iha oppinu elämää sen syyllisyyden ja häpeän kanssa, mut tota, tuota tuota etiäpäi mennää

T: mites tää syyllisyys ja häpeä viime viikon aikana on niinku ollu hanskassa

R: nooh on se sillai että tota, kyl se on ainaki mukana kulkenu koko ajan et ei oo sillee varsinaisesti helpottanu mut täs ollaa vielä nii alkupäässä tätä tätä taivalta ja projektia nii tota eiköhä se ajan kanssa sitte, oppii paremmi elää niitte asioitte kanssa

Yllä olevassa otteessa ryhmän osallistuja kertoo, ettei ole vielä “oppinut elämään syyllisyyden ja häpeän kanssa”, mutta ilmaisee kuitenkin, että “etiäpäi mennää”. Hän sanoittaa syyllisyyden ja häpeän tunteiden olevan edelleen vahvasti läsnä, mutta toteaa samalla olevansa vielä muutosprosessinsa alkutaipaleella. Tulkitsemme puhujan uskovan tunteiden kuitenkin lieventyvän intervention aikana, kun hän oppii sanojensa mukaan “elää niitte asioitte kanssa”. Kyseinen puheenvuoro edustaa alaluokan erityistapausta siinä ilmenevän tulevaisuuteen suuntautuvan toiveen tai muutosuskomuksen johdosta.

3.5.2 Häpeän lievittyminen muusta syystä

Aina häpeän lievittymiselle ei aineistossa ilmennyt tarkkaa syytä. Koimme kuitenkin myös nämä tilanteet merkityksellisiksi, sillä häpeän tunteen helpottaminen vaikutti olevan tärkeä kokemus ryhmäläisille. Tähän alaluokkaan löysimme aineistostamme yhteensä kolme viittausta.

Ote 52

R: - - just jotenki semmone h- häpeällinen kynnyks että nonii nyt minä myönnän että minä oon hullu sitte tai että niinku se, et sellane jossai vaiheessa mutta, siitä onneks päässy jo, eteenpäi

Esimerkissä puhuja käyttää ilmaisua “häpeällinen kynnys” viitaten vaikeuteen myöntää kärsivänsä mielenterveyden haasteista. Hän kuitenkin kertoo päässeensä asiassa eteenpäin, minkä tulkitsimme viittaavan häpeän tunteen lievittymiseen. Puhuja ei kuitenkaan sanoita syytä sille, mikä tämän on saanut aikaan.

3.6 Häpeän yhteys muutosprosessiin

Ryhmissä pohdittiin myös häpeän merkitystä osana muutosta. Osa koki häpeän käsittelyn olevan jonkinlaisessa roolissa väkivallattomuuteen tähtäävässä muutosprosessissa. Osa taas näki häpeän toimineen nimenomaan esteenä intervention aloittamiselle. Näin ollen alaluokat muodostuivat sen mukaan, millaisen merkityksen puhuja antoi häpeälle prosessin kontekstissa.

3.6.1 Häpeän käsittely osana prosessia

Toisinaan ryhmäläiset kuvasivat häpeän käsittelyä oleellisena osana muutosprosessia, jonka päämääränä on väkivallaton elämä. Viittauksia tähän löytyi aineistostamme kuusi. Osa koki häpeän tiedostamisen ja sen läpikäymisen merkityksellisempänä kuin toiset. Häpeän käsittelyä siis ei välttämättä nähty edellytyksenä tai lähtökohtana muutokselle, mutta sillä kuvattiin kuitenkin olevan jonkinlainen rooli prosessin etenemisessä.

Ote 10

R: kyllähän tässä on muuttunu tavallaan niinku ihan kaikki - - ja justiin kaikki sen häpeän käsitteleminen ja, semmone, jotenki asioitten hyväksyminen, se että ei, ei vaa jotenki rimpuilis siinä vaa, nii on siinä tosi, tosi iso prosessi kyllä tapahtunu

Yllä olevasta aineisto-otteesta tulkitsemme puhujan kokevan, että häpeän käsittely on ollut merkittävä osa intervention aikana tapahtunutta muutosta. Hän liittää häpeän käsittelemisen osaksi menneisyyden hyväksymistä ja suurempaa prosessia, jonka aikana on muuttunut “tavallaan ihan kaikki”.

3.6.2 Häpeä intervention aloittamisen esteenä

Osa ryhmään osallistuneista oli kokenut häpeän tai sen käsittelyn niin hankalana, että tunne oli alunperin estänyt tai vähintäänkin hankaloittanut intervention aloittamista. Vaihtoehto väkivallalle -ryhmää oli saatettu ehdottaa heille edeltävissä hoitosuhteissa, mutta häpeän takia sen aloittaminen oli viivästynyt. Suoria viittauksia ilmiöön löytyi kaksi.

Ote 49

R: - - sillo ehoteltii että lähetkö tämmösee ryhmää ja, ööh aatteli sillo että en, emminä uskalla lähtee, hävetti, hävettää vieläki ei siinä mitää, mutta ei se mikskää muutu, mutta en sillo lähteny - -

Esimerkkiotteesta käy ilmi, kuinka henkilö oli ryhmästä kuultuaan empinyt intervention aloittamista ainakin osittain kokemansa häpeän vuoksi. Tämä oli siinä vaiheessa estänyt ryhmään tulemisen. Hän kertoo häpeävänsä edelleen, mutta tulkintamme mukaan ei pidä sitä enää syynä olla osallistumatta interventioon.

4 POHDINTA

Tutkimuksemme keskittyi tarkastelemaan sitä, millaista häpeäpuhetta Vaihtoehto väkivallalle -intervention osallistujat tuottavat. Aineistomme jakautui kuuteen yläluokkaan, jotka kuvaavat osallistujien erilaisia häpeän kokemuksia. Keskeisinä tuloksina havaitsimme häpeän liittyvän esimerkiksi puhumisen vaikeuteen, väkivallan syntyyn sekä muutosprosessin eri vaiheisiin. Lisäksi ryhmässä koettiin häpeää muustakin kuin väkivallasta. Häpeän koettiin kuitenkin lievittyneen intervention myötä. Kaiken kaikkiaan aineistostamme löytyi yhteensä 87 viittausta häpeän kokemuksiin.

4.1 Tulosten suhde aiempaan tutkimukseen ja merkitys käytännössä

Tutkimuksemme tulokset osoittavat, että häpeä nousee ryhmätapaamisissa keskustelun aiheeksi melko usein, vaikka interventio ei erikseen keskitykään nimenomaan häpeän tarkasteluun. Tässä tutkimuksessa suurimmaksi muodostui luokka *väkivallan tekoihin liittyvä*

häpeä, johon sisällytetyissä otteissa ryhmäläiset kuvasivat toteutuneen väkivallan synnyttäneen heissä häpeää. Väkipalalta itsessään näyttäytyi siis sitä käyttäneiden henkilöiden puheessa häpeällisenä, mutta tämän lisäksi häpeällä sanoitettiin olevan monia muita, aktiivisiakin vaikutuksia ja rooleja väkivallan kontekstissa.

Osa ryhmäläisistä kuvasi häpeällä olleen jonkinlainen rooli väkivallan laukaisijana. Ajattelemme tämän olevan merkittävä löydös, sillä myös aiempi tutkimus osoittaa, että aggressiivinen käytös ja viha saattavat toimia defensiivisenä keinona suojella itseä hankaliksi koetuilta häpeän tuntemuksilta (Walker & Knauer, 2011). Häpeällä ja häpäistyksi tulemisen kokemuksilla onkin huomattu olevan yhteys väkivallan kierteen jatkumoon (Gilligan, 2011, viitattu lähteessä Motz, 2015). Aineistossamme väkivallan tekijät näyttäisivät ainakin jossain määrin itsekin tunnistavan häpeälle tällaisen roolin ja antavan sille painoarvoa omaa väkipalaltaista käyttäytymistään ja sen taustoja reflektoidessaan. Häpeän rooli väkipaltaa laukaisevana tekijänä on huomionarvoinen ilmiö, sillä on mahdollista, että väkipaltaa pystyttäisiin vähentämään auttamalla häpeää kokevia väkivallantekijöitä käsittelemään tunnetta paremmin. Tällöin häpeä ei välttämättä johtaisikaan aggressiiviseen toimintaan. Kiinnostava huomio on mielestämme myös se, että yksittäisissä tapauksissa häpeän laukaisema väkipalalta saattoi kohdistua puhujaan itseensä. Sheehyn ja kumppaneiden (2019) meta-analyysin mukaan häpeän onkin havaittu olevan yhteydessä myös itseen kohdistettuun väkipaltaan, erityisesti ei-itsemurhaan tähtäävään itsensä vahingoittamiseen (engl. *non-suicidal self-injury*). Tämän havainnon perusteella ajattelemme, että väkipalainterventioissa voisi olla tarpeellista kiinnittää huomiota myös itseen kohdistuvaan väkipaltaan.

Keskeisinä tuloksina tutkimuksestamme nousevat myös sellaiset luokat, jotka kuvaavat häpeän vaikeuttaneen väkivallasta puhumista sekä avun hakemista ja näin ollen vastuun ottamista väkivallasta. Tällaisia ovat esimerkiksi alaluokat *häpeä intervention aloittamisen esteenä*, *häpeä puhumisen esteenä yleisesti* ja *häpeä läheisille puhumisen esteenä*. Katsomme, että häpeän rooli puhumisen esteenä linkittyy myös avun hakemiseen, sillä oletettavasti kynnyks ottaa yhteyttä ammattilaiseen on vielä esimerkiksi läheisillekin puhumista suurempi. Sama ilmiö kävi tutkimuksessamme ilmi myös suhteessa tekojen paljastumiseen julkisesti tai lähipiirissä. Tekojen paljastumisen koettiin moninkertaistavan häpeää, mikä todennäköisesti edelleen vaikeuttaa avun piiriin hakeutumista ja vastuunottoa. Aiempikin tutkimus on osoittanut, että median tuottama häpäisevä hirviödiskurssi (Ólafsdóttir & Rúdólfsdóttir, 2023) ja pelko julkisesta leimautumisesta hankaloittavat avun piiriin hakeutumista (Gottzén, 2019; Marshall ym., 2009). Ajattelemme siis, että väkivallan tekijöihin kohdistuva häpäisevä ja

leimaava julkinen keskustelu on epäedullista sekä yksilön että yhteisön kannalta – ainakin, jos yhteiskunnallisena tavoitteena on väkivallan kierteen pysäyttäminen kannustamalla väkivallan tekijöitä vastuunottoon ja avun hakemiseen. Häpeän kokemuksiin on perinteisesti liitetty ei-rakentavia, vältteleviä toimintapyrkimyksiä, kuten halua paeta, piilotella ja ulkoistaa vastuuta omista teoista (esim. Lewis, 1971; Tangney, Miller ym., 1996), joiden voisi katsoa tässä tutkimuksessa toistuvan juuri edellä mainittujen tulosten tematiikassa.

Tuloksemme osoittavat, että ryhmäinterventioon osallistuneet kokevat häpeää myös väkivaltakontekstin ulkopuolella. Tätä kuvaa yläluokka *muuhun kuin häpeään liittyvä väkivalta*, joka onkin yksi suurimmista tutkimuksessamme muodostuneista luokista. Tässä luokassa häpeän sanoitettiin liittyvän esimerkiksi psyykkisiin haasteisiin, lapsuuden kokemuksiin tai muuten yleisesti ja ongelmalliseksi koetulla tavalla moniin erilaisiin tilanteisiin. Löydös tukee aiempia tutkimuksia, joiden mukaan häpeäläisyyden on havaittu oleva yhteydessä muun muassa vihan tuntemuksiin sekä suoriin ja epäsuoriin aggressiivisuuden muotoihin (Shanahan ym., 2011; Tangney, Wagner ym., 1996). Tässäkin aineistossa näyttäisi siis olevan viitteitä ryhmäläisten häpeäläisyyteen, mikä aiempaan tutkimukseen nojaten osaltaan saattaisi selittää heidän väkivaltaisen käyttäytymisensä taustoja ja korostaa edelleen tunteen huomioimisen tärkeyttä väkivallan hoidossa.

Vaikka aineistossamme ei ilmennytkään yhtä otetta lukuun ottamatta suoria mainintoja sukupuolen merkityksestä häpeän tai väkivallan konteksteissa, ei kulttuuristen maskuliinisuuteen liitettyjen normien vaikutusta tule mielestämme täysin ohittaa. Voidaan olettaa, että miesvoittoisessa aineistossamme käsitykset hyväksyttävästä mieheydestä ja maskuliinisuudesta vaikuttavat vähintäänkin tiedostamattomalla tavalla ryhmäläisten toimintaan ja ajatuksiin väkivallasta ja häpeästä. Esimerkiksi tutkimuksessamme esille nousseen heikkouteen ja epäonnistumiseen liittyvän häpeän taustalla saattaa vaikuttaa ajatus siitä, että kyseiset piirteet toimivat uhkana kunnioitettavalle maskuliinisuudelle, kuten esimerkiksi Wallace ja Nosko (2003) esittävät. Samainen ajattelumalli saattaisi osaltaan selittää häpeän roolia väkivallan laukaisijana miesten osalta. Eräässä esimerkkioitteessa ilmenevä ristiriita puhujan omien periaatteiden ja hänen naiseen kohdistamiensa väkivallantekojen välillä heijastaa mielestämme taas kunnioitettavaan maskuliinisuuteen toisinaan liitettyjä väkivallattomuuden arvoja, joita on käsitelty esimerkiksi Jokinen (2017). Tämän puolestaan voisi ajatella sotivan väkivallan käyttöä vastaan, mutta toisaalta selittävän vahvaa häpeän tunnetta naiseen kohdistetun väkivallan seurauksena.

Häpeän käsittelyn voidaan jo aiemman tutkimuksen mukaan katsoa olevan olennainen osa väkivaltaa käyttäneille suunnattuja interventioita (esim. Wallace & Nosko, 2003). Myös meidän tutkimustuloksemme vahvistavat tätä johtopäätöstä. Erityisen merkityksellistä tutkimuksessamme on, että sen perusteella väkivaltaa käyttäneet myös itse pitävät häpeän käsittelyä tärkeänä osana muutosta. Ryhmäläiset kokivat häpeän lievittyneen tai helpottaneen intervention aikana ja sanoittivat sen käsittelyn olevan osa väkivallattomuuteen tähtäävää muutosprosessia. Interventioita kehitettäessä on kuitenkin huomioitava se, että häpeän käsittelytavan tulee olla rakentava ja vastuunottoon kannustava, ei häpeää vahvistava (esim. Prelog ym., 2009). Ajatteleminen keskusteluun rohkaisevan ilmapiirin ja vertaistuen olevan tässä suhteessa olennaisia, minkä puolesta puhuvat myös aineistostamme nousseet kommentit siitä, että häpeällisiksi koetuista aiheista puhuminen ja tunteiden näyttäminen koettiin helpommaksi interventioryhmässä kuin muualla.

Kuten olemme tuoneet esille, häpeällä näyttää olevan melko kiistan rooli suhteessa väkivaltaan ja sen vaikutus ryhmäläisiin ja heidän toimintaansa näyttäytyy pääasiallisesti kielteisenä tässä aineistossa. On kuitenkin olemassa näyttöä myös siitä, ettei häpeä välttämättä kaikissa tilanteissa johda ei-rakentavaan tai välttelevään käyttäytymiseen. Esimerkiksi Lickel kollegoineen (2014) havaitsi, että häpeä sekä herättää halun etäännyttää itseä tilanteesta, joka tunteen on aiheuttanut että ennustaa motivaatiota muuttaa itseä tulevaisuudessa. Leachin ja Cidamin (2015) meta-analyysin mukaan suhtautumisen tapaa selittää keskeisimmin se, kuinka korjattavissa olevalta tunteen taustalla vaikuttava epäonnistuminen näyttäytyy. Tämä häpeän mahdollinen kaksoisvaikutus voisi nousta tärkeäksi seikaksi pohdittaessa, miten häpeään ilmiönä voidaan väkivallainterventioissa rakentavasti tarttua. Mikäli interventioissa pystytään vahvistamaan ajatusta muutoksen mahdollisuudesta ja siitä, että epäonnistuminen eli väkivalta on korjattavissa muuttamalla omaa toimintaa, voisi olemassa oleva häpeän tunne toimia motivaattorina hoitoon ja muutoksen tekemiseen ja siten parantaa hoidosta hyötymisen edellytyksiä.

Aiemman tutkimusnäytön pohjalta erityisesti perinteisiin viitekehyksiin nojaavien interventiomallien vaikuttavuus näyttää melko maltilliselta (esim. Babcock ym. 2004; Karakurt ym. 2019; Travers ym., 2021), mutta tästä huolimatta nämä interventiot ovat edelleen laajalti käytössä. Väkivallan hoitoon tarvitaan siis uusia näkökulmia ja suuntauksia, joiden avulla interventioiden vaikuttavuutta voitaisiin pyrkiä nostamaan entistä paremmalle tasolle. Ajatteleminen, että häpeän laajempi huomioiminen ja tunteen käsitteleminen osana väkivallan interventioita voisi olla yksi mahdollinen askel tähän suuntaan. Myös tämän tutkimuksen

tulokset puoltavat ilmiön merkityksellisyyttä väkivallan hoidon kontekstissa. Koska häpeällä on roolinsa muun muassa väkivaltaa laukaisevana tekijänä voitaneen ajatella, että häpeän väheneminen kehämäisesti vähentäisi myös väkivaltaista käyttäytymistä. Myös ryhmäläiset itse kokivat häpeän lieventyneen intervention aikana ja sen käsittelyä pidettiin melko keskeisenä osana väkivallattomuuteen tähtäävää prosessia.

Kaiken edellä esitetyn perusteella uskomme, että häpeä ja sen merkitykset väkivallan yhteydessä on aihe, jota tulisi entistä vahvemmin huomioida väkivallan vähentämiseen tähtäävässä kliinisessä työssä ja joka olisi hyvä nostaa esille aina väkivallantekijöiden kanssa työskenneltäessä sellaisissakin interventioissa, jotka eivät lähtökohtaisesti pidä sitä keskeisenä teemana. Esimerkiksi Vaihtoehto väkivallalle -intervention periaatteissa on mainittu syyllisyyden käsittely, mutta häpeä sen sijaan on ohitettu. Lisäksi pidämme tärkeänä, että väkivallantekijöitä koskevaan laajempaan yhteiskunnalliseen keskusteluun ja mediaan tuodaan uudenlaisia tapoja käsitellä väkivaltaa ja sen tekijöitä, jotta keskusteluilmapiiri ei toimisi väkivallan vähentämisen mahdollisuuksia vastaan.

4.2 Jatkotutkimusehdotukset

Tutkimuksemme perusteella väkivallantekijät sanoittavat häpeälle erilaisia rooleja ja merkityksiä väkivallan kontekstissa. Tämän lisäksi häpeän ja väkivallan välisille yhteyksille löytyy myös aiempaa tutkimuspohjaa. On kuitenkin selvää, että aiheesta tarvitaan yhä lisää tutkimusta, jotta väkivallan, häpeän ja väkivaltaisuuden hoidon monimutkaisia yhteyksiä voidaan ymmärtää ja hyödyntää käytännön tasolla. Väkivallan tutkimisella ja ilmiöön liittyvien mekanismien ymmärtämisellä on ylipäätään tärkeä yhteiskunnallinen merkitys. Suomi on edelleen Pohjoismaiden kärkimaita lähisuhdeväkivallan tilastoissa (FRA, 2015), joten väkivallan katkaisuun tähtääville tehokkaille interventioprosesseille on jatkuva tarve.

Jatkossa olisi hyödyllistä selvittää, miten ja kenen toimesta häpeä ryhmissä nousee puheenaiheeksi ja millaisia vastauksia se muissa ryhmän jäsenissä ja terapeuteissa herättää. Kun saamme tarkempaa tietoa siitä, miten keskustelut etenevät ja millaiset tilanteet ja tavat puhua tuottavat syvempää keskustelua häpeästä, voidaan pyrkiä kehittämään hoidossa hyödynnettäviä toimintamalleja, joiden avulla terapeutit pystyvät ohjaamaan keskustelua tarvittaessa tehokkaammin kohti häpeää. Olemme tuoneet esille, että tekijöille suunnattujen perinteisten interventioiden vaikuttavuus on parhaimmillaankin vain kohtalaista ja siten uusien

näkökulmien tuominen interventiotyöhön on tarpeen. Uskomme, että häpeään liittyvien ilmiöiden hyödyntäminen voisi osaltaan vastata tähän ongelmaan, joten olisi hyödyllistä tutkia, onko toteutuneen häpeäpuheen määrällä tai sen sisällöllä tosiasiallisesti yhteyttä intervention tuloksellisuuteen. Myös esimerkiksi sukupuolen ja kulttuurin vaikutuksia häpeän ja väkivallan välisiin yhteyksiin on syytä selvittää tarkemmin.

4.3 Tutkimuksen rajoitukset, vahvuudet ja eettisyys

Tämän tutkimuksen merkittävimmät rajoitukset kumpuavat valitusta analyysimenetelmästä. Tutkimus on luonteeltaan laadullinen, joten tuloksista ei voida tehdä yleistyksiä populaatiotasolle. Sisällönanalyysia menetelmänä on toisinaan kritisoitu siitä, että tutkimuksen voidaan katsoa jäävän keskeneräiseksi, jos menetelmän avulla järjestetty aineisto esitetään sellaisenaan tuloksina, eikä siitä pystytä tekemään mielekkäitä johtopäätöksiä (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Toisaalta tämän tutkimuksen tarkoituksena ja tavoitteena on ollut pyrkiä tutkittavan ilmiön kuvailemiseen, ei määrällisiin yleistyksiin tai tilastollisesti pitävien kausaalisuhteiden määrittelyyn. Aineistosta on kuitenkin pyritty tekemään päätelmiä ja tulkintoja niissä rajoissa, kun se tällaisessa tutkimuksessa on mielekästä, esimerkiksi suhteuttamalla niitä aiempaan tutkimukseen. Näin ollen menetelmä voidaan katsoa tutkimuksen tarkoitusta palvelevaksi, mutta tulosten kuvaileva ja ei-selittävä luonne on otettava huomioon, kun niistä tehdään johtopäätöksiä ja tulkintoja.

Laadullinen tutkimus ylipäätään, ja näin ollen myös tässä tutkimuksessa käyttämämme sisällönanalyysi, on hyvin tutkijalähtöinen menetelmä. Tarkoitamme tällä sitä, että vaikka tutkimuksessa pyritään objektiivisuuteen, syntyvät tulokset lopulta tutkijoiden tekemien valintojen, tulkintojen ja päätelmien perusteella. Eskola ja Suoranta (1998) huomauttavat kuitenkin, ettei tämä subjektiivisuuden ongelma ole suuri, kunhan tutkija tiedostaa ja ymmärtää sen. Näin ollen tässäkin tutkimuksessa olemme pyrkineet huomioimaan oman subjektiivisuutemme ja muiden menetelmän heikkouksien vaikutuksen tutkimukseen jo analyysivaiheessa. Esimerkiksi aineiston pelkistämisen teimme aluksi itsenäisesti omilla tahoillamme, minkä jälkeen kävimme molempien luomat pelkistysrakenteet yhdessä läpi keskustellen mahdollisista eroista. Tällä pyrimme nimenomaan subjektiivisuuden huomioimiseen ja pelkistyksen luotettavuuden vahvistamiseen. Huomasimmekin, että erot

pelkistyksissä olivat lopulta melko vähäisiä, minkä voitaneen ajatella vahvistavan aineiston tulkinnan objektiivisuutta.

Tämän tutkimuksen erityisenä vahvuutena voidaan ehdottomasti pitää käytetyn aineiston ainutlaatuisuutta: aineisto koostuu aidoista hoitotilanteista, eikä esimerkiksi haastattelumateriaalista, kuten samantyyppiset tutkimukset yleensä. Näin ollen aineisto saattaa esimerkiksi olla rikkaampaa ja tutkittavat ovat tuottaneet mahdollisesti rehellisempää ja aidompaa puhetta tutkimaamme ilmiöön liittyen kuin he esimerkiksi haastattelutilanteessa tuottaisivat. Kyseistä aineistoa ei myöskään aiemmin ole käytetty juuri häpeän tutkimiseen, joten siinä mielessä tutkimuksemme on ainutlaatuinen ja johdattelee tarpeeseen tuottaa aiheesta jatkotutkimusta. On kuitenkin huomioitava, että aineisto on valikoitunut, sillä Vaihtoehto väkivallalle -ryhmään osallistuvat ovat hakeutuneet sinne omasta tahdostaan ja näin ollen heidän motivaationsa ja valmiutensa käsitellä ilmiötä saattavat poiketa muista lähisuhdeväkivaltaa käyttävistä.

Tutkimuksen toteuttamisessa on pyritty mahdollisimman hyvin huomioimaan eettiset kysymykset. Jokaiselta interventoryhmään osallistuneelta on saatu suostumus materiaalin kuvaamiseen ja sen käyttämiseen tutkimustarkoituksessa. Aineistoa on pyritty käsittelemään sensitiivisesti ja tietoturvallisesti. Tässä tutkimuksessa esitetyistä aineisto-otteista sekä analyysivaiheessa käsitellystä aineistosta kokonaisuutena on häivytetty tutkittavien nimet ja muut henkilöitävissä olevat yksityiskohdat siten, ettei tutkittavia ole mahdollista tunnistaa, mutta kuitenkin niin, ettei aineiston sisältö ole tutkimuksen kannalta keskeisten osien suhteen muuttunut.

LÄHTEET

- Attila, H., Keski-Petäjä, M., Pietiläinen, M., Lipasti, L., Saari, J. & Haapakangas, K. (2021). *Sukupuolistunut väkivalta ja lähisuhdeväkivalta Suomessa 2021. Loppuraportti*. Tilastokeskus. <https://www.doria.fi/handle/10024/187737>
- Adams, A. E., Greeson, M. R., Kennedy, A. C. & Tolman, R. M. (2013). The Effects of Adolescent Intimate Partner Violence on Women's Educational Attainment and Earnings. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(17), 3283–3300. <https://doi.org/10.1177/0886260513496895>
- 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(8), 1023–1053. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2002.07.001>
- Balcom, D., Lee, R. G. & Tager, J. (1995). The Systemic Treatment of Shame in Couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21(1), 55–65. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1995.tb00138.x>
- Blum, A. (2008). Shame and Guilt, Misconceptions and Controversies: A Critical Review of the Literature. *Traumatology*, 14(3), 91–102. <http://dx.doi.org/10.1177/1534765608321070>
- Breiding, M. J. & Armour, B. S. (2015). The association between disability and intimate partner violence in the United States. *Annals of Epidemiology*, 25(6), 455–457. <https://doi.org/10.1016/j.annepidem.2015.03.017>
- Brown, J. A. (2004). Shame and domestic violence: Treatment perspectives for perpetrators from self psychology and affect theory. *Sexual and Relationship Therapy*, 19(1), 39–56. <https://doi.org/10.1080/14681990410001640826>
- Callaghan, J. E. M., Alexander, J. H., Sixsmith, J. & Fellin, L. C. (2018). Beyond “Witnessing”: Children's Experiences of Coercive Control in Domestic Violence and Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(10), 1551–1581. <https://doi.org/10.1177/0886260515618946>
- Collardeau, F., Dupuis, H. E. & Woodin, E. (2023). The role of culture and social threats in constructing shame: Moving beyond a western lens. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 64(2), 132–143. <https://doi.org/10.1037/cap0000329>

- Costa, B. M., Kaestle, C. E., Walker, A., Curtis, A., Day, A., Toumbourou, J. W. & Miller, P. (2015). Longitudinal predictors of domestic violence perpetration and victimization: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 24, 261–272.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.06.001>
- Danielsson, P. & Salmi, V. (2013). *Suomalaisten kokema parisuhdeväkivalta 2012. Kansallisen rikosuhritutkimuksen tuloksia* (OPTL Verkkokatsauksia 34/2013). Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos. <http://hdl.handle.net/10138/152609>
- Davis, R. C. & Taylor, B. G. (1999). Does Batterer Treatment Reduce Violence? *Women & Criminal Justice*, 10(2), 69–93. https://doi.org/10.1300/J012v10n02_05
- Devries, K. M., Mak, J. Y. T., García-Moreno, C., Petzold, M., Child, J. C., Falder, G., Lim, S., Bacchus, L. J., Engell, R. E., Rosenfeld, L., Pallitto, C., Vos, T., Abrahams, N. & Watts, C. H. (2013). The Global Prevalence of Intimate Partner Violence Against Women. *Science*, 340(6140), 1527–1528. <https://doi.org/10.1126/science.1240937>
- Elison, J. (2005). Shame and guilt: A hundred years of apples and oranges. *New Ideas in Psychology*, 23(19), 5–32.
<https://doi.org/10.1010906n16/j.newideapsych.2005.07.001>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Vastapaino.
- Fagerlund, M., Houtsonen, J., Notko, M. & Husso, M. (2022). Conceptualising Violence in Close Relationships: Discrepancies Between Police Conceptions and the Letter of the Law in Finland. *European Journal on Criminal Policy and Research*, 28(1), 37–56.
<https://doi.org/10.1007/s10610-020-09448-1>
- 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. <https://doi.org/10.1007/s11292-005-1179-0>
- FRA - European Union Agency for Fundamental Rights. (2015). *Violence against women: An EU-wide survey: Main results*. Publications Office of the European Union.
<https://data.europa.eu/doi/10.2811/981927>
- Geldschläger, H., Ginés, O., Nax, D. & Ponce, Á. (2014). *Outcome Measurement in European Perpetrator Programmes: A Survey. Working paper 1 from the Daphne III project "IMPACT: Evaluation of European Perpetrator Programmes"*. Work With Perpetrators - European Network. Haettu 23.11.2023 osoitteesta <https://www.work-with-perpetrators.eu/projects/project-impact>

- Gilbert, L. K., Zhang, X., Basile, K. C., Breiding, M. & Kresnow, M. (2023). Intimate Partner Violence and Health Conditions Among U.S. Adults - National Intimate Partner Violence Survey, 2010–2012. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(1–2), 237–261. <https://doi.org/10.1177/08862605221080147>
- Gilligan, J. (2003). Shame, Guilt, and Violence. *Social Research*, 70(4), 1149–1180. <https://doi.org/10.1353/sor.2003.0053>
- Gottzén, L. (2019). Chafing masculinity: Heterosexual violence and young men's shame. *Feminism & Psychology*, 29(2), 286–302. <https://doi.org/10.1177/0959353518776341>
- Gottzén, L. (2017). Monsters in the Closet: The Affective Spaces of (Not) Coming Out as a Violent Man. *ACME - An International E-Journal for Critical Geographies*, 16(3), 528–547. <https://doi.org/10.14288/acme.v16i3.1370>
- Gottzén, L. (2016). Displaying shame: Men's violence towards women in a culture of gender equality. Teoksessa Hydén, M., Gadd, D. & Wade, A. (toim.), *Response Based Approaches to the Study of Interpersonal Violence* (s. 156–175). Palgrave Macmillan.
- Gracia, E. & Merlo, J. (2016). Intimate partner violence against women and the Nordic paradox. *Social Science & Medicine*, 157, 27–30. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.03.040>
- Gruber, D., Hansen, L., Soaper, K. & Kivisto, A.J. (2014). The Role of Shame in General, Intimate and Sexual Violence Perpetration. Teoksessa Lockhart, K.G. (toim.), *Psychology of Shame: New Research* (s. 39–61). Nova Publishers.
- Hietamäki, J., Huttunen, M. & Husso, M. (2021). Gender Differences in Witnessing and the Prevalence of Intimate Partner Violence from the Perspective of Children in Finland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), Artikkelin numero 4724. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094724>
- Hisasue, T., Kruse, M., Hietamäki, J., Raitanen, J., Martikainen, V., Pirkola, S. & Rissanen, P. (2024). Health-Related Costs of Intimate Partner Violence: Using Linked Police and Health Registers. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(7–8), 1596–1622. <https://doi.org/10.1177/08862605231211932>
- Holma, J. & Laitila, A. (2000). An Alternative to Violence – Project Principles and Methods. Teoksessa Keeler, L. (toim.), *Recommendations of the E.U. Expert Meeting on Violence against Women* (s. 156–173). Sosiaali- ja terveysministeriö. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2015072110675>

- 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. 24–49). 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.
- Holma, J., Partanen, T., Wahlström, J., Laitila, A. & Seikkula, J. (2006). Narratives and discourses in groups for male batterers. Teoksessa Libshitz, M. (toim.), *Domestic Violence and its Reverberations* (s. 59–83). Nova Science Publishers.
- Hundt, N. E. & Holohan, D. R. (2012). The role of shame in distinguishing perpetrators of intimate partner violence in U.S. veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 25(2), 191–197. <https://doi.org/10.1002/jts.21688>
- Husso, M. & Virkki, T. (2008). Sukupuolittunut luottamus ja väkivalta parisuhteissa. Teoksessa Sevón, E. & Notko, M. (toim.), *Perhesuhteet puntarissa* (s. 259–273). Palmenia Helsinki University Press.
- Jokinen, A. (2017). Maskuliinisuus ja väkivalta. Teoksessa Niemi, J., Kainulainen, H. & Honkatukia, P. (toim.), *Sukupuolistunut väkivalta. Oikeudellinen ja sosiaalinen ongelma* (s. 36–51). Vastapaino.
- Karakurt, G., Koç, E., Çetinsaya, E. E., Ayluçtarhan, Z. & Bolen, S. (2019). Meta-analysis and systematic review for the treatment of perpetrators of intimate partner violence. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 105, 220–230. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.08.006>
- Kivisto, A. J., Kivisto, K. L., Moore, T. M. & Rhatigan, D. L. (2011). Antisociality and Intimate Partner Violence: The Facilitating Role of Shame. *Violence and Victims*, 26(6), 758–773. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.26.6.758>
- Kohm, S. A. (2009). Naming, shaming and criminal justice: Mass-mediated humiliation as entertainment and punishment. *Crime, Media, Culture*, 5(2), 188–205. <https://doi.org/10.1177/1741659009335724>
- Lawrence, A. E. & Taft, C. T. (2013). Shame, posttraumatic stress disorder, and intimate partner violence perpetration. *Aggression and Violent Behavior*, 18(2), 191–194. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.10.002>

- Lawrence, E., Mazurek, C. & Reardon, K. W. (2021). Comparing Recidivism Rates Among Domestically Violent Men Enrolled in ACTV Versus Duluth/CBT. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 89*(5), 469–475.
<https://doi.org/10.1037/ccp0000649>
- Lewis, H. B. (1971). Shame and Guilt in Neurosis. *Psychoanalytic Review, 58*(3), 419–438.
- Leach, C. W. & Cidam, A. (2015). When Is Shame Linked to Constructive Approach Orientation? A Meta-Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 109*(6), 983–1002. <http://dx.doi.org/10.1037/pspa0000037>
- Lickel, B., Kushlev, K., Savalei, V., Matta, S. & Schmader, T. (2014). Shame and the Motivation to Change the Self. *Emotion, 14*(6), 1049–1061.
<https://doi.org/10.1037/a0038235>
- 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.
<https://doi.org/10.1177/0306624X16673853>
- Liu, M., Xue, J., Zhao, N., Wang, X., Jiao, D. & Zhu, T. (2021). Using Social Media to Explore the Consequences of Domestic Violence on Mental Health. *Journal of Interpersonal Violence, 36*(3–4), 1965–1985.
<https://doi.org/10.1177/0886260518757756>
- Loeffler, C. H., Prelog, A. J., Prabha Unnithan, N. & Pogrebin, M. R. (2010). Evaluating Shame Transformation in Group Treatment of Domestic Violence Offenders. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 54*(4), 517–536. <https://doi.org/10.1177/0306624X09337592>
- Machado, A., Santos, A., Graham-Kevan, N. & Matos, M. (2017). Exploring Help Seeking Experiences of Male Victims of Female Perpetrators of IPV. *Journal of Family Violence, 32*(5), 513–523. <https://doi.org/10.1007/s10896-016-9853-8>
- Marshall, W., Marshall, L., Serran, G. & O'Brien, M. (2009). Self-esteem, shame, cognitive distortions and empathy in sexual offenders: Their integration and treatment implications. *Psychology, Crime & Law, 15*(2–3), 217–234.
<https://doi.org/10.1080/10683160802190947>

- Morgan, W. & Wells, M. (2016). 'It's deemed unmanly': Men's experiences of intimate partner violence (IPV). *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 27(3), 404–418. <https://doi.org/10.1080/14789949.2015.1127986>
- Motz, A. (2015). Shame and violence in 'Starred Up'. *Psychodynamic Practice*, 21(4), 320–328. <https://doi.org/10.1080/14753634.2015.1081760>
- Niklander, E. (2023). *Lähisuhdeväkivalta 2021: Suurin osa lähisuhdeväkivallan uhreista on edelleen naisia tai tyttöjä, seksuaaliväkivallan uhreilla usein myös aiempia väkivaltakokemuksia*. THL - Tilastoraportti 43/2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2023062965892>
- Osherson, S. & Krugman, S. (1990). Men, Shame, and Psychotherapy. *Psychotherapy*, 27(3), 327–339. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.27.3.327>
- Ólafsdóttir, K. & Rúðólfsdóttir, A. G. (2023). “I am not a monster”: An affective–discursive analysis of men's perspectives on their engagement in violence against women. *Feminism & Psychology*, 33(1), 126–143. <https://doi.org/10.1177/09593535221105341>
- Pence, E. & Paymar, M. (1993). *Education Groups for Men Who Batter: The Duluth Model*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826179913>
- Permanyer, I. & Gomez-Casillas, A. (2020). Is the ‘Nordic Paradox’ an illusion? Measuring intimate partner violence against women in Europe. *International Journal of Public Health*, 65(7), 1169–1179. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01457-5>
- Prelog, A. J., Unnithan, N. P., Loeffler, C. H. & Pogrebin, M. R. (2009). Building a Shame-Based Typology to Guide Treatment for Offenders. *Journal of Offender Rehabilitation*, 48(3), 249–270. <https://doi.org/10.1080/10509670902766638>
- Päivinen, H. & Vall, B. (2021). Working with Intimate Partner Violence: Building bridges between the gender perspective and the therapeutic approach. *Fokus på familien*, 49(3), 195–212. <https://doi.org/10.18261/issn.0807-7487-2021-03-03>
- Päivinen, H., Vall, B. & Holma, J. (2016). Research on Facilitating Successful Treatment Processes in Perpetrator Programs. Teoksessa Ortiz, M. (toim.), *Domestic Violence: Prevalence, Risk Factors and Perspectives* (s. 163–189). Nova Science Publishers.
- Reitzinger, S. M. (1995). Shame and Anger in Personal Relationships. Teoksessa Duck, S., Duck, S. W. & Wood, J. T. (toim.), *Confronting Relationship Challenges* (s. 22–42). Sage Publications.

- Ronkainen, S. (2017). Mitä väkivalta on? Erontekojen tärkeydestä, yhteyksien näkemisestä. Teoksessa Niemi, J., Kainulainen, H. & Honkatukia, P. (toim.), *Sukupuolistunut väkivalta. Oikeudellinen ja sosiaalinen ongelma* (s. 19–36). Vastapaino.
- Räsänen, E., Holma, J. & Seikkula, J. (2012). Dialogical Views on Partner Abuser Treatment: Balancing Confrontation and Support. *Journal of Family Violence*, 27, 357–368. <https://doi.org/10.1007/s10896-012-9427-3>
- Saunders, D. G. (2008). Group interventions for men who batter: A summary of program descriptions and research. *Violence and Victims*, 23(2), 156–172. <http://doi.org/10.1891/0886-6708.23.2.156>
- Savolainen, J. (2005). Naiset, perheväkivalta ja perhe-elämän rakennemuutos. Teoksessa Sirén, R. & Honkatukia, P. (toim.), *Suomalaiset väkivallan uhreina: Tuloksia 1980–2003 kansallisista uhrihaastattelututkimuksista* (s. 89–102). Oikeuspoliittinen tutkimuslaitos.
- Schreier, M. (2013). *Qualitative Content Analysis in Practice*. Sage Publications.
- Shanahan, S., Jones, J. & Thomas-Peter, B. (2011). Are You Looking at Me, or Am I? Anger, Aggression, Shame and Self-worth in Violent Individuals. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 29(2), 77–91. <https://doi.org/10.1007/s10942-009-0105-1>
- Sheehy, K., Noureen, A., Khaliq, A., Dhingra, K., Husain, N., Pontin, E. E., Cawley, R. & Taylor, P. J. (2019). An examination of the relationship between shame, guilt and self-harm: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 73, Artikkelin 101779. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101779>
- Siltala, H., Hisasue, T., Hietämäki, J., Saari, J., Laajasalo, T., October, M., Laitinen, H.-L. & Raitanen, J. (2022). *Lähisuhdeväkivallasta aiheutuva palveluiden käyttö ja kustannukset. Terveys-, sosiaali- ja oikeuspalveluissa* (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2022:52). Valtioneuvoston kanslia. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-385-2>
- Tangney, J. P. (1996). Conceptual and Methodological Issues in the Assessment of Shame and Guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 34(9), 741–754. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(96\)00034-4](https://doi.org/10.1016/0005-7967(96)00034-4)
- Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L. & Barlow, D. H. (1996). Are Shame, Guilt, and Embarrassment Distinct Emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1256–1269. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1256>

- Tangney, J. P., Stuewig, J. & Martinez, A. G. (2014). Two Faces of Shame: The Roles of Shame and Guilt in Predicting Recidivism. *Psychological Science*, 25(3), 799–805. <https://doi.org/10.1177/0956797613508790>
- Tangney, J. P., Wagner, P. & Gramzow, R. (1992). Proneness to Shame, Proneness to Guilt, and Psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(3), 469–478. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.101.3.469>
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., Hill-Barlow, D., Marschall, D. E. & Gramzow, R. (1996). Relation of Shame and Guilt to Constructive Versus Destructive Responses to Anger Across the Lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(4), 797–809. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.4.797>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (julkaisuaika tuntematon). *Lähisuhdeväkivalta*. Haettu 28.11.2023 osoitteesta: <https://thl.fi/fi/web/vakivalta/vakivallan-muodot/lahisuhdevakivalta>
- Thomaes, S., Bushman, B. J., Stegge, H. & Olthof, T. (2008). Trumping Shame by Blasts of Noise: Narcissism, Self-Esteem, Shame, and Aggression in Young Adolescents. *Child Development*, 79(6), 1792–1801. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01226.x>
- Tignor, S. M. & Colvin, C. R. (2016). The Interpersonal Adaptiveness of Dispositional Guilt and Shame: A Meta-Analytic Investigation. *Journal of Personality*, 85(3), 341–363. <https://doi.org/10.1111/jopy.12244>
- Travers, Á, McDonagh, T., Cunningham, T. Amour, C. & Hansen, M. (2021). The effectiveness of interventions to prevent recidivism in perpetrators of intimate partner violence: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 84. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101974>
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Walker, J. & Knauer, V. (2011). Humiliation, self-esteem and violence. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 22(5), 724–741. <https://doi.org/10.1080/14789949.2011.617542>
- Wallace, R. & Nosko, A. (2003). Shame in Male Spouse Abusers and Its Treatment in Group Therapy. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 7(1–2), 47–74. https://doi.org/10.1300/J146v07n01_04
- Wang, M., Horne, S. G. Holdford, R. & Henning, K. R. (2008). Family of Origin Violence Predictors of IPV by Two Types of Male Offenders. *Journal of Aggression*,

Maltreatment & Trauma, 17(2), 156–174.

<https://doi.org/10.1080/10926770802355915>

Zarling, A., Bannon, S. & Berta, M. (2019). Evaluation of Acceptance and Commitment Therapy for Domestic Violence Offenders. *Psychology of Violence*, 9(3), 257–266.

<http://dx.doi.org/10.1037/vio0000097>

Åslund, C., Starrin, B., Leppert, J. & Nilsson, K. W. (2009). Social status and shaming experiences related to adolescent overt aggression at school. *Aggressive Behavior*, 35(1), 1–13. <https://doi.org/10.1002/ab.20286>