

Kokemusasiantuntijuuden tarve lähisuhdeväkivallan avopalvelujen kehittämisessä

”Alkuun niin ihana kumppani alkaa vaatia ja vahtia. Naistenlehdet ovat näitä tarinoita pullollaan, mutta se on karu totuus... Juuri se kaikkien ihannevävy voi olla henkisesti mitä väkivaltaisinkin, uskonnollisesta tai sosiaalisesta taustasta riippumatta... Ja henkinen väkivalta, on usein vain alkua. Jonakin päivänä voi joutua pelkäämään, että se rakas kumppani, todellakin aikoo tappaa, yksikin ylimääräinen hetki on liikaa...”

Toukokuussa 2018 ilmestyneen sisäministeriön selvityksen mukaan parisuhteessa olleista naisista lähes kolmannes (30 %) on kokenut nykyisen tai entisen kumppanin käyttämää väkivaltaa. Naiset kohtaavat edellä mainitun lähteen mukaan Suomessa lähisuhdeväkivaltaa EU-maista toiseksi eniten.

Lähisuhdeväkivaltaa ei vielä kuitenkaan aina osata ottaa luontevasti puheeksi sosiaali- ja terveystalvelujen saamisen yhteydessä. Aiheeseen kaivattaisiin ammattilaisten kentällä lisää perehdytystä ja koulutusta. Lisäksi vaikuttaa siltä, että väkivaltatyön palveluista tai toimintamalleista ei ole vielä tarpeeksi kattavaa tietoa, jos näitä palveluja ylipäänsä on edes saatavilla.

Mihin kokemusasiantuntijuutta tässä yhteydessä tarvitaan? Lähisuhdeväkivaltaa ei voida täysin ymmärtää ilman subjektiivista eli kokemuksellista näkökulmaa. Tilastot eivät kerro karua ja kipeää totuutta siitä, miltä lähisuhdeväkivallan kokijasta tuntuu. Tämä kirjoitus on syntynyt yhteistyössä yhteiskuntatieteilijän ja lähisuhdeväkivaltaa kokeneen kokemusasiantuntijan kanssa. Tarkoitus on tuoda esille kokemuksen ääntä, mitään kaunistelematta.

Ensi- ja turvakotienliiton määritelmän mukaan kokemusasiantuntija on henkilö, jolla on omakohtaisten kokemusten kautta syntyntä tietoa. Kokemusasiantuntijat voivat toimia ammattilaisten rinnalla esimerkiksi palvelujen kehittämisessä, työryhmissä, asiakastyössä, koulutuksissa ja mediassa. Väkivallan kokijoiden omin sanoin kerrottujen kokemusten avulla saadaan tietoa ilmiöstä ja väkivallan muodoista, jolloin niitä voidaan ymmärtää aikaisempaa paremmin. Lähisuhdeväkivaltaa kokeneen näkökulmaa voidaan jatkossa näin paremmin hyödyntää myös lähisuhdeväkivallan avopalvelujen kehittämisessä.

Mikä on auttanut kokemusasiantuntijaa hänen tilanteensa selvittelyssä?

Haastattelemani kokemusasiantuntija kertoo lähisuhdeväkivaltaa kokeneelle tarjolla olevista palveluista Kuopiosta. Siihen kuuluivat hänen kohdallaan poliisi, Kuopion turvakoti ja rikosuhripäivystys sekä MARAK eli moniammatillinen riskinarviointiin perustuva työryhmä. Lyhyesti kuvaten MARAK on tarkoitettu henkilöille, jotka kokevat vakavaa parisuhdeväkivaltaa tai elävät sen uhan alla.

Kokemusasiantuntija mainitsee myös tärkeäksi avuksi hyvän ja osaavan sosiaalityöntekijän. Hänen kohdallaan kävi niin, että asian hänen kanssaan uskalsi ottaa

puheeksi niinkin yllättävä viranomainen kuin ammatinvalintaohjaaja, joka auttoi muodostamaan yhteyden sosiaalityöntekijään.

”Se voi olla kuka vain, joka uskaltaa sanoa, että sinä tarvitset apua...”!

Mitä ilmeisemmin myös kokemusasiantuntijan läheisillä liittyy tilanteeseen avuttomuuden tuntemuksia ja pelkoa, mikäli he ovat tapahtumista jollain tasolla tietoisia. Myös heillä oli tämän lähisuhdeväkivaltaa kokeneen auttamisessa vahva roolinsa. Tästä voimme päätellä, että lähisuhdeväkivaltaa kokeneen läheiset, kuten esimerkiksi isä ja äiti; tarvitsisivat ilmiöstä lisää tiedotusta ja tukea siihen, mitä apukeinoja tilanteeseen on rakkaalle läheiselle ihmiselle tarjota.

”Vanhempieni kokemaa...kun heille selvisi, että pelkäsin kotonani heille seurasi siitä lukuisia unettomia öitä ja jatkuvaa pelkoa. Isä ja äiti usein heräilivät siihen, että puhelin soi keskellä yötä, vaikka en olisi soittanut eli pelko kyti jatkuvana alitajunnassa... Viimeinen ilta oli hirveä shokki, mutta äitini kertoi, hän päätti, että nyt riittää! Hän soitti poliisit ja turvakotiin... Äitini oli kuulemma ihan paniikissa, kun kahdestaan turvakodista lähdettiin pakkaamaan mun tavaroita kotoa. Hän pelkäsi, että ex- mieheni ilmestyy paikalle Turvakodissa ihan sekavat ajatukset, voiko tää olla totta? Läheiseni olivat kuin sumussa kauan. Sitten kun asetuin asumaan ja huomasivat että kaikki oookoo, niin sitten kuulemma helpotti. Lähestymiskielto antoi heillekin turvan tunteen...”

Miksi kokemusasiantuntijat ovat tärkeitä?

Kokemusasiantuntijat puhuvat kokemuksistaan usein ulospäin, esimerkiksi viranomaisille ja poliittisille päättäjäille, siis sellaisille henkilöille, joilla ei ole kyseisestä asiasta omaa kokemusta. Näin tietoisuus ilmiöstä lisääntyy kokijan ääntä ja kokemusmaailmaa korostaen. Kokemusasiantuntijan näkökulmasta vaikuttaminen on siis omien kokemusten esiin tuomista, niiden kertomista totuuden mukaisesti omalla äänellä, jotta toimivampia ratkaisuja mietittäessä kokemusasiantuntijaa kuulevilla henkilöillä olisi mahdollisimman laaja tietopohja ja näkemys asiasta. Kokemuksen ääni menee ihmisten ihon alle. Se koskettaa ja vaikuttaa kuulijoihin.

Kokemusasiantuntijuudella on vahva vaikutus myös ihmiselle itselleen. Se voi olla parhaimmillaan parantavaa ja oivalluksia herättävää, joka luo toivoa ja tukee selviytymistä elämässä eteenpäin. Vaikka ihmisten mielet ovat toisilleen näkymättömiä, pystyvät sanat kommunikaation kautta jakamaan eletyn kokemuksen, joka virittää sinut samalle taajuudelle toisen kanssa.

Lähisuhdeväkivallan kokijoiden kertomuksien perusteella näyttää siltä, että mitä vakavampaa väkivalta on ollut, sitä vaikeampi kokijan on saada apua ja tulla apua hakiessaan kuulluksi. Väkivaltatilanteen jälkeen niin kehoitaan kuin mieleltään haavoittunut ihminen on surullinen, epätoivoinen, alistettu ja ruhjottu. Jokainen kädenojennus on kuin oljenkorsi, johon epätoivoinena ja elämään väsyneenä tarttuu. Jos ulkopuolisia käsiä ei tilanteeseen tule, jää lyöjän käsi kenties ainoaksi ja tilanne voi jatkua vuosikausia. Usein

kokija saattaa myös syyllistää itseään tapahtumista pitkään ennen kuin uskaltautuu hakemaan apua.

”...Et saa tehdä näin tai noin... Olet riesa, halpa ja mitätön! Et kelpaa kenellekään! Paitsi tietenkin tälle väkivallan kahvan ottaneelle kumppanille...”

Lähisuhdeväkivallan tekijän lukuisat anteeksi anomiset ja korulauseet saavat monet lähisuhdeväkivallan kohteena olleet tulkitsemaan väkivallan vain ohimeneväksi ja ”tilapäiseksi häiriöksi”. Hyvien ja huonojen päivien vaihtelevuus ja tunteiden ristiriitaisuus kuluttavat mittavasti voimia ja luovat jatkuvaa pelkoa sekä jännitettä kotona olemiseen ja arjen sujumiseen. On yritettävä kaikkensa, ettei vaan vahingossakaan ärsyttäisi toista.

”Kaiken tapahtuneen jälkeen hän vielä yritti; soitteli, viestitteli ja anoi anteeksiantoa...”

Omien tunteiden ja tarpeiden kieltäminen voi vähitellen muuttua myös omissa kokemuksissa normaalitilaksi. Jatkuvasta luottamuksen ylläpitämisen kaltaisesta tunneyön tekemisestä ja omien tunteiden ja tulkintojen sivuuttamisesta voi siten tulla myös olemisen ja toimimisen tapa, joka voi oleellisesti estää lähisuhdeväkivaltaa kokeneen oman elämäntilanteen ja parisuhteen kriittistä arviointia. Se hankaloittaa olennaisesti myös avun piiriin hakeutumista.

”...Lähisuhdeväkivalta lannistaa ja alistaa ihmistä... Ihmiskontaktit jäivät, elämäni supistui lopulta pelkäksi pyykkäämiseksi...”

Lähisuhdeväkivallan kokijoilla on tavallisesti ollut kokemuksia kohtaamattomuudesta ja epäonnistumisia avun hakemisessa sekä oikeantyyppisen avun saamisessa. Myös kriittiset äänet ja mielipiteet on hyvä nostaa esille, sillä muuten mitään kehitystä ei tapahdu. Ne ovat tärkeitä myös mietittäessä kehittämistyön lähtökohtia.

Väkivallasta selviytymiseen eivät yleensä riitä pelkät julkisen sektorin resurssit, sillä mikään taho ei ole ottanut yksin kokonaisvastuuta kokijan selviytymisen tukemisesta. Lähisuhdeväkivallan kokija selviytyy kokemastaan väkivallasta yksilöllisesti, mutta usein vain pitkäkestoisella tuetulla prosessilla. Avuntarjoajia, joista väkivallan kokija saa henkilökohtaista hoitoa ja apua selviytymiseen on valitettavan vähän. Auttavien tahojen tietoja lähisuhdeväkivalta- ilmiöstä ja sen seurauksista kokijan näkökulmasta tulee lisätä. Tätä kautta lähisuhdeväkivallan kokijoita osattaisiin kohdata ja auttaa oikealla tavalla. Opettelemista olisi heidän tarpeitaan vastaavista palvelupolkujen hahmottamisesta ja myös palvelujen kehittämistä, mikäli niitä ei ole. Mikä kokemusasiantuntijaa on sitten tässä tapauksessa vahvistanut eteenpäin toipumisen polulla?

”...Minua henkilökohtaisesti on auttanut: uskallus puhua asioista suoraan, vanhempien ja serkun perheen tuki, usko (jopa rukoilu), koirani, musiikki. Minua on vahvistanut myös uskallus olla oma itseni/nyt saan olla oma itseni, ikävienkin kokemusten läpikäyminen, itsensä hyväksyminen, oikeudenkäynti pitkän odotuksen ja jännityksen jälkeen ja ratkaisu siihen, voitto masennuksesta... ja merkityksellistä on ollut sosiaalityöntekijä, MARAK, turvakoti, siellä asiasta puhuminen, väkivallan kehämäisyyden eli sen toistumisen

tunnistaminen, sekä turvakodilta saatu muu tuki ja turva, poliisin inhimillisuus ja lähestymiskielto... Pääasia että kokee kuin olisi vapautunut "henkisestä vankilasta".

Turvallista tilaa lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden puheelle voidaan saada myös vertaistukeen perustuvan ryhmän kautta. Ryhmään osallistujat ovat siis myös itse vertaisina kokeneet lähisuhdeväkivaltaa ja haluavat yhdessä käsitellä asiaa. Vertaisuuteen perustuvassa ryhmässä tarvitaan tahtoa jakaa omaa kokemustaan, halua kuulla ja ymmärtää toisia. Oma tarina resonoi ja saa kosketuspintaa muissa samaa kokeneissa. Vertainen ymmärtää sinua ja kokemaasi jo melkein puolesta lauseesta.

"... Aika lailla yhdistävä tekijä tuntuu olevan näissä tapauksissa se, että uhrilla on jo valmiiksi huono itseluottamus, omanarvontunteen puute. Hän ei tunne olevansa minkään arvoinen... Ja tekijällä on narsistisia piirteitä, ulospäin kaikkien kaveri, kotona hirmuhallitsija.... Valitettavan usein myös henkisiä ongelmia, alkoholia, huumeita...usein myös sairasta mustasukkaisuutta/omistushalua."

Vielä selvennyksenä, kun kokemuksista puhutaan sellaisille, joilla on itsekkin kokemusta samasta asiasta, puhutaan kokemusasiantuntijuuden lisäksi vertaistoimijoista. Nämä roolit voivat suotuisissa olosuhteissa toimia myös rinnakkain. Myös turvakodilta on noussut toiveita vertaistuesta siellä olleiden lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden asiakkaiden kohdalla aika ajoin esille, mutta ryhmämuotoista vertaistukea ei ole ollut tarjolla. Omien kokemusten tulkinta voi saada uusia perspektiivejä vertaisten kautta. Ihmisen itsetuntemus lisääntyy muiden kokemusten ja aitojen kohtaamisten kautta. Syntyy mahdollisuus oppia itsestään, oppia peilaamaan omaa kokemusta suhteessa toisten kokemukseen. Tämä voi johtaa kohti vahvempaa identiteettiä ja itseyyttä, kohti ihmisen voimaantumista.

"Eri persoonilla on varmasti erilaisia keinoja selviytyä. Itselleni musiikki (ja sanat) ovat aina olleet jonkinlaista terapiaa, viime aikoina myös luonto. Jollekin toiselle voi olla kuvataide, kuntoilu, hevoset...mitä tahansa mikä helpottaa ja rentouttaa oloa..."

Kokemusasiantuntijuuden perusta on henkilökohtaisesti merkityksellisen, niin kutsutun hiljaisen tiedon jaettavuudessa. Kun taas vertaistuen vahvin sanoma on toivon näköala ja yhdessä löydetty elämän kipinä ja ilo. Uskon, että nämä yhdessä voivat auttaa parantamaan lähisuhdeväkivaltaa kokeneen ihmisen elämänlaatua. Kokemusasiantuntijan suurin motivaation lähde onkin päästä kohtaamaan ja auttamaan muita, ketkä ovat samassa tilanteessa.

Lopuksi mielestäni onkin syytä korostaa, että lähisuhdeväkivalta ei ole pelkästään yksilöiden ominaisuuksiin tai parisuhteen vuorovaikutukseen palautuva asia, vaan se on oikea ja todellinen yhteiskunnallinen ongelma, johon tulee puuttua. Se edellyttää tulevaisuudessa myös rohkeaa yhteiskuntapoliittista vastuuta ja ratkaisukeinojen kehittämistä.

Poliisi sanoi lähisuhdeväkivallasta kärsineelle kokemusasiantuntijalle matkalla turvakotiin; *"Mikään rakkaus ei ole tuon arvoista!"* Tämä oli hänelle erittäin merkityksellinen ja

pysähdyttävä hetki. Se antoi voimaa alkaa miettiä oman elämän rakentamista ja valoisampaa tulevaisuutta. Lähisuhdeväkivaltaa ei tarvitse kenenkään sietää ja se on rikos ihmistä kohtaan. Vastuu on aina tekijällä. Meillä on oikeus elää pelotta!

Kokemusasiantuntijan kertomuksen perusteella kirjannut:

YTM, sosiaalipolitiikka Tiia Turunen

Kuopion Ensikoti ry:n Pelotta- hankkeen harjoittelija, (huhtikuu- heinäkuu 2018/
projektiosaajat- koulutus)