

# VERKKOVERTAISRYHMÄ ERON JÄLKEISEN VAINON KOKEMUKSEN TUKENA

Emma Matilainen  
Pro gradu -tutkielma  
Sosiaalityö  
Yhteiskuntatieteiden laitos  
Itä-Suomen yliopisto  
Tammikuu 2021

## Itä-Suomen Yliopisto

Tiedekunta <b>Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta</b>	Laitos <b>Yhteiskuntatieteiden laitos</b>
Tekijä Emma Matilainen	
Työn nimi <b>Verkkovertaisyryhmä eron jälkeisen vainon kokemuksen tukena</b>	
Oppiaine <b>Sosiaalityö</b>	Työn laji <b>Pro gradu -tutkielma</b>
Tutkielman ohjaaja/ohjaajat Veli-Matti Poutanen	
Aika Tammikuu 2021	Sivumäärä 61 sivua
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tutkielman tarkoituksena on tuoda esiin eron jälkeisen vainon kokemuksia ja vertaisyryhmän merkitystä vainon ymmärtämisessä. Tutkimus toimii yleiskatsauksena eron jälkeisen väkivaltaisen vainon ilmiöön. Tutkimuksessa vastataan kahteen tutkimuskysymykseen; 1) millaisia kokemuksia ryhmään osallistujilla on eron jälkeisestä vainosta ja 2) millaisia merkityksiä vertaistuellalla on vainon ymmärtämisessä. Tutkimusaineisto koostuu Viola ry:n Tukikeskus Varjon suljetun verkkovertaisyryhmän keskustelusta. Verkkovertaisyryhmään osallistui viisi ryhmäläistä, yksi vertaisyryhmän ohjaaja ja kaksi ammatillista ohjaajaa.</p> <p>Tutkimus on luonteeltaan laadullinen tutkimus. Tutkimusaineisto on analysoitu aineistolähtöisesti sisällönanalyysiä käyttäen. Tutkimuksen teoreettinen viitekehys koostuu vertaistuen ja -toiminnan sekä eron jälkeisen vainon käsitteistä. Tutkimus pohjautuu fenomenologiaan, jossa kokemus ja merkitys pyritään ymmärtämään sellaisena kuin ne ilmentyvät.</p> <p>Analyysin tuloksena muodostui neljä eri teemaa: eron jälkeisen vainon monisyisyys ja tunnistamattomuus, eron jälkeisen vainon vahingollisuus, vertaistoiminnan merkityksellisyys yksilön tukemisessa ja sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden kehittämistarpeet. Tulosten perusteella vertaistuki auttaa vainon uhreja tiedostamaan ja tunnistamaan vainoon liittyviä erityispiirteitä, helpottaa kuulluksi tulemisen tarvetta ja auttaa oman toimijuuden lisääntymistä arjessa. Verkkovertaisyryhmä nähtiin positiivisena ja tarpeellisena palveluna.</p> <p>Eron jälkeistä vainoa ja vertaistoimintaa on tutkittu vielä varsin vähän. Jatkotutkimuksien kannalta olisi merkityksellistä jatkaa aiheen tutkimista nimenomaan palveluiden ja tuen kehittämisen kannalta sekä vainon ennaltaehkäisyn ja loppumisen näkökulmasta.</p>	
Asiasanat eron jälkeinen vaino, vaino, vertaistoiminta, verkkovertaisyryhmä, vertaisuus ja laadullinen tutkimus.	
Säilytyspaikka	Itä-Suomen yliopiston kirjasto
Muita tietoja	

## University of Eastern Finland

Faculty <b>Faculty of Social Sciences and Business Studies</b>	Department <b>Department of Social Sciences</b>
Author Emma Matilainen	
Title <b>Online peer group in support of post separation stalking</b>	
Main Subject <b>Social Work</b>	Level <b>Master's Thesis</b>
Supervisor Veli-Matti Poutanen	
Date December 2020	Number of Pages 61 pages
<p>Abstract</p> <p>The purpose of this master's thesis is to bring out the experiences of post separation stalking and the importance of a peer group to comprehend post separation stalking. This research is an overview of the phenomenon of post separation stalking. This research will answer two research questions: 1) What kind of experiences do the peer group participants have about post separation stalking and 2) what kind of significance does peer groups have in understanding post separation stalking. The research material consists of Tukikeskus Varjo of Viola ry.'s closed online peer group discussion. The group was attended by five members, one peer tutor and two professionals' counsellors.</p> <p>This research is a qualitative research. The research material was analyzed using the method of content analysis. The theoretical framework of the research consists of the concepts of peer support and peer support and the notions of post separation stalking. This research is based on phenomenology, where experiences and significances are understood as such as they manifest.</p> <p>The results of the analysis are four different themes: the multifacetedness and unidentifiableness of post separation stalking, the harmfulness of post separation stalking, the relevance of peer support in supporting the individual person and the development needs of social and health care services. The results show that peer support helps victims of post separation stalking to recognize and get more information about post separation stalking, have experiences of being heard and aids independent initiative in everyday life. The online peer group was seen as a positive and necessary service.</p> <p>Research on post separation stalking and peer support has only been rarely studied. In view of further research it would be useful to keep studying these matters, especially from the point of view of service development and the prevention and termination of post separation stalking.</p>	
Key Words post separation stalking, stalking, peer support, online peer group, peer, qualitative research	

## SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO .....	6
2	VERTAISUUS VOIMAVARANA .....	10
2.1	Vertaisuus .....	10
2.2	Vertaistuki ja vertaisryhmätoiminta .....	11
2.3	Verkkovertaisryhmä .....	12
2.3.1	Verkkovertaisryhmän haitat ja vaarat .....	14
3	VAINOAMINEN .....	15
3.1	Vainoamisen taustatekijät .....	15
3.2	Vainoamisen piirteitä .....	16
3.3	Eron jälkeinen vaino yhteiskunnallisena ongelmana .....	18
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	21
4.1	Tutkimuksen kulku .....	21
4.2	Tutkimusmenetelmät .....	23
4.3	Tutkimusaineisto .....	25
4.4	Tutkimuksen eettisyys .....	27
5	VERTAISRYHMÄLÄISTEN KOKEMA VAINO .....	29
5.1	Monisyinen ja näkymätön vaino .....	29
5.2	Vainon alkaminen parisuhteen aikana .....	30
5.3	Vainon ajallinen kesto .....	32
5.4	Vainoteot .....	35
5.4.1	Fyysinen seuraaminen .....	35
5.4.2	Tarkkailu ja vakoilu .....	36
5.4.3	Digitaalinen laite vainon välineenä .....	38
5.4.4	Viranomaisten hyödyntäminen vainon toteuttamisessa .....	40
5.4.5	Pitkittyneet huoltajuus- ja tapaamisriidat .....	41
5.5	Lapset vainon välineenä ja vainon uhrina .....	42
6	VERTAISRYHMÄN MERKITYKSET .....	45

6.1	Puhumisen ja kuulluksi tulemisen tarve.....	45
6.2	Omien kokemusten ymmärtämisen lisääntyminen.....	49
6.3	Eriytyneisyyden ja yksinäisyyden väheneminen.....	51
6.4	Erilaisten keinojen jakaminen selviytymiseen ja jokapäiväiseen arkeen.....	53
7	JOHTOPÄÄTÖKSET.....	55
8	LOPPUSANAT.....	58
9	LÄHTEET.....	59

# 1 JOHDANTO

Tämä sosiaalityön tutkimus käsittelee verkkovertaisryhmän merkitystä vainon ymmärtämisessä ja vainon kokemuksen jakamisessa. Aihe on rajattu koskemaan verkkovertaisryhmiä, sillä verkkovertaisryhmät ovat uusia yhteiskunnan palveluita ja varmasti tulevaisuudessa niiden tarve korostuu. Tutkimus toimii yleiskatsauksena eron jälkeisen vainon ilmiöön. Tutkimuksessa vastataan kahteen tutkimuskysymykseen; 1) millaisia kokemuksia ryhmään osallistujilla on eron jälkeisestä vainosta ja 2) millaisia merkityksiä vertaistuellalla on vainon ymmärtämisessä. Keskeisiä käsitteitä tutkimuksessa ovat vainoaminen ja eron jälkeinen vaino, vertaistyö ja vertaisryhmä, verkkovertaisryhmä, vertaisuus ja laadullinen tutkimus.

Tutkimus toteutetaan laadullisella tutkimusmenetelmällä aineistolähtöistä sisällönanalyysiä käyttäen, koska tutkimus on sensitiivinen ja syvästi yksilön kokemuksiin pohjautuva. Laadullisella tutkimusmenetelmällä tutkitaan kokemuksia ja merkityksiä, ja pyritään löytämään ymmärrystä johonkin asiaan tai ilmiöön. Laadullisessa tutkimuksessa tarkoituksena ei ole yleistää ilmiötä, vaan löytää erilaisia näkökulmia ja lähestymistapoja. (Kananen, J. 2017, 32-35; Tuomi & Sarajärvi 2018, 98.) Kokemuksiin perustuvassa tutkimuksessa eli empiirisessä tutkimuksessa tunnusomaisesti tutkitaan kokeen ja merkityksen sisältöä aineistosta. Tässä tutkimuksessa olennaista on löytää sisällöstä viitteitä ja merkityksiä vainon monimerkityksellisyydestä väkivallan ja eron jälkeisen väkivallan muotona. Tärkeää on myös tuoda aineistosta esiin verkkovertaisryhmässä esiin tulleita palveluiden kehittämistarpeita.

Tutkimuksen tarkoituksena on lisätä tietoa ja keinoja tunnistaa ja kohdata eron jälkeisen vainon uhri. Lisäksi tarkoituksena on tuoda esiin verkkovertaisryhmän merkityksiä, sisällöllisiä merkityksiä ja kokemuksia vertaistuesta ja eron jälkeisestä vainosta. Haluan tutkimuksessa tuoda uhrin äänen kuuluviin sekä vertaisryhmässä jaetun yhteisen näkökulman vainoon ja sen ymmärtämiseen. Tavoitteeni on yhdistää aiempi tutkimustieto tutkimusaineiston analyysiin siten, että ammattilaisille ja muille eron jälkeisen vainon auttajille syntyisi rohkeus ohjata vainon uhri vertaistoimintaan tai kehittää vertaisryhmätoimintaa entisestään vastamaan palvelutarpeeseen.

Kuvaan vainon kokemuksia sisällönanalyysissä tekemäni merkityksien ja kokemusten jäsentämisen kautta. Sisällönanalyysin avulla tuon tutkimusaineistosta esiin merkityksiä ja kokemuksia vertaistuesta ja vertaisuudesta, jotka tukevat ja auttavat vainon kokemuksen ymmärtämistä. Verkkovertaisryhmään osallistuneilla on vuosien kestävä kokemus eron jälkeisestä vainosta. Vaino näyttäytyy edelleen osana heidän arkipäiväistä elämäänsä. Empiiristen havaintojen perusteella teen tulkintoja teoriapohjaa hyväksikäyttäen. Olen käyttänyt suoria lainauksia aineistosta havainnollistaakseni tutkimusaineistosta tekemiäni tulkintoja. Nämä lainaukset perustuvat myös teoriapohjalta luotuihin esioletuksiin.

Sosiaalityön ja sosiaalityöiden näkökulmasta Suomessa on tehty varsin vähän tutkimuksia eron jälkeisestä vainosta ja heidän palveluistaan. Vainon uhrin tunnistetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden palvelujärjestelmässä heikosti eikä palvelujärjestelmä pysty vastaamaan vainottujen palvelutarpeeseen. Vainoa tulisi tutkia etenkin ihmisoikeuksien rikkomisen ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden näkökulmasta, joka on yksi sosiaalityön vaikutusala. Vainoon liittyvä tutkimus edistää palvelujärjestelmää sekä myös vainon uhrien tunnistamista. Vaino rajoittaa yksilön vapautta monin eri tavoin ja siihen voidaan liittää sosiaalisia, psykologisia ja oikeudellisia seurauksia. (Nikupeteri 2016, 31.) Tutkimus on myös sosiaalityön palveluiden kehittämisen kannalta relevantti ja ajankohtainen.

Vainoaminen kriminalisoitiin Suomessa vuonna 2014 ja se on virallisen syytteen alainen rikos (RL 25 7a §). Säännöksen mukaan vainoamiseen syyllistyy henkilö, joka toistuvasti uhkaa, tarkkailee, seuraa, ottaa yhteyttä tai muulla näihin rinnastettavalla tavalla vainoaa toista niin, että se on omiaan aiheuttamaan vainotussa pelkoa ja ahdistusta. (Finlex 2014). Vaikka lain mukaan vainoaminen on kriminalisoitu, siitä huolimatta sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten asenteet ja tulkinnat lähisuhdeväkivaltaan ja eron jälkeiseen väkivaltaan ovat haastavia. Vainoaminen on sosiaalinen ongelma, sen vahingollisuuden, arvaamattomuuden ja monimerkityksellisen luonteen vuoksi. Vaino jää usein ulkopuolisille näkymättömäksi, mikä vaikeuttaa vainon tunnistamista ja siihen puuttumista. (Nikupeteri 2017, 7-10.)

Vainoa on määritelty useilla eri tavoilla. Vaino voidaan määritellä toimintamalliksi, jossa esiintyy toistuvaa, epätoivottua ja varoittamatonta ahdistelua, uhkailua ja seuraamista. Vaino voidaan määritellä myös jatkuvaksi ahdisteluksi, jossa vainoaja lähestyy vainon kohdetta toistuvasti ei-toivotulla tavalla. Vainotuksi tuleminen herättää erilaisia tunteita turhautumisesta ahdistukseen ja kuolemanpelkoon. Tunteiden voimakkuus vaihtelee vainoamisen tavan ja voimakkuuden mukaan. Vainoaminen häiritsee jokapäiväistä elämää sen sääntöjenvastaisuuden ja arvaamattomuuden vuoksi. Vaikka uhri tietää, että vainoamista tapahtuu järjestelmällisesti, ei vainon arvaamattomuuden vuoksi tilanteita voi ennakoida. Harvoin voi tietää, milloin ja missä kontaktin tai yhteydenottaminen tapahtuu ja tämä itsessään aiheuttaa pelkoa. Tutkimuksissa on myös havaittu, että tunteet ja pelot liittyvät tiettyihin paikkoihin, tilanteisiin ja jokapäiväisiin tapahtumiin, esimerkiksi kodin ikkunaan tai lähikauppaan, missä vainoaja on ollut. Tavallista on, että turvallisuuden tunne horjuu myös paikoissa, jotka ovat aiemmin tuntuneet turvallisilta ja mukavilta. (Nikupeteri 2017, 10-11; Mullen ym. 2009, 33-39.)

Vainotiedon jakamisessa keskeisintä on eron jälkeisen väkivallan tunnistaminen osana väkivaltaista parisuhdetta, lähisuhdeväkivaltaa ja eron jälkeistä väkivaltaa. Uhrien auttamiseen tarvitaan ymmärrystä, tietoa sekä selviytymiskeinojen avointa jakamista. (Nikupeteri 2016, 31). Tutkimukseni teoriaosuus avaa eron jälkeisen vainon ilmiötä ja siihen liittyvää kompleksisuutta sekä vertaistoimintaa, jolla näyttää olevan merkitystä vainon uhreille. Suomalaisessa tutkimustyössä on perinteisesti Ranssi-Matikaisen tutkimukseen (2010, 106) mukaan keskitytty tutkimaan vertaistuen ja mielenterveysongelman välisen tuen yhteyttä, mutta vertaisryhmätoiminnan suhteesta väkivaltaan tai eroon on jäänyt huomioimatta. Vainon uhreille tarkoitettua vertaisryhmätoiminnasta ei ole tuotettu aiempaa tutkimustietoa.

Tutkimuksessa yhteistyötahona toimii Mikkelissä toimiva Viola – väkivallasta vapaaksi ry., perhe- ja lähisuhdeväkivallan avopalveluyksikkö. Violan yhteydessä Mikkelissä ja Oulussa toimii Tukikeskus Varjo, joka on perehtynyt eron jälkeiseen vainoon ja sen ennaltaehkäisyyn. (Tukikeskus Varjo 2020.) Tutkimuksen aineisto koostuu Tukikeskus Varjon kevään 2020 suljetun verkkovertaisyryhmän keskusteluista, johon osallistui viisi jäsentä, yksi vertaisohjaaja ja kaksi ammatillista ohjaajaa. Ryhmäläisiä yhdistää kokemus eron jälkeisestä vainosta.



Tässä tutkimuksessa esittelen aluksi tutkimuksen aiheeseen liittyvän teoriapohjan ja -taustan, jonka jälkeen avaan tutkimuksen toteuttamisen vaiheita. Siirryn sitten aineiston analysointiin ja tutkimuksen sisältöön peilaten analyysiä aiemmin tutkittuun teoriaan. Viimeistelen esittämällä tutkimuksen johtopäätöksiä nivoen tutkimuksen yhteen.

Nostan esiin myös aineistossa ilmenneitä tunteita ja kokemuksia tapahtuneista tilanteista. Huomion arvoisena ilmiönä on myös lapsiin kohdistunut vaino ja lasten käyttäminen vainon välineenä. Käytän erilaisia termejä vainon tekijästä ja vainon uhrista, koska näitä on käytetty tutkimusaineistossanikin vaihtelevasti. Väkivallan tekijä, vainoaja, kohdistaa väkivaltaa ja vainoa väkivallan kohteeseen, vainon uhriin, vainottuun tai vainon kohteeseen. Jos tekijää ja uhria ei toisella tapaa mainita, niin kyseessä ovat parisuhteen päättäneet henkilöt, entiset kumppanit. Parin yhteiset lapset voivat myös toimia niin vainon kohteena kuin vainon välineenä.

Alun perin olin muotoillut toisen tutkimuskysymykseni niin, että vastaisin siinä vertaistuen merkityksestä vainosta selviytymiseen. Selviytyminen on kuitenkin niin laaja ja pitkäjänteinen prosessi, eikä se näyttäydy tutkimusaineiston ja teoriapohjan mukaan mahdolliselta ennen kuin vaino lopullisesti päättyy. Vaihdoin tutkimuskysymyksessä selviytymisen ymmärtämiseen, sillä tutkimusaineistossa enemmän ilmentyy vainon ymmärtämisen merkityksiä ja kokemuksia kuin siitä varsinaisesti selviytymistä. Jotta selviydytään vainosta, tulee se ensin ymmärtää ja tunnistaa niin yksilön kuin ammattilaisauttajien tahoilla.

## 2 VERTAISUUS VOIMAVARANA

### 2.1 Vertaisuus

Vertaisuus tarkoittaa ihmisten välistä suhdetta, jossa ihmisten samanlaiset elämäntilanteet ja kokemukset synnyttävät vertaisuutta. Tähän liittyy vahvasti myös luottamus ihmisten välillä, koska vuorovaikutuksellisesti jaetaan kokemuksellisuutta ja kokemustietoa. Yksityisen elämäkokemuksen, muiston tai tunteen käsitteleminen vertaisryhmässä luo kokemustodellisuutta, joka koskettaa mennyttä, nykyistä ja tulevaa elämää. Tämä luo kokemustietoa, joka koostuu elettyjen tapahtumien käsittelystä. (Mikkonen & Saarinen 2018, 26-27.) Henkilökohtainen kokemustieto on arvokasta tietoa, jota ei voi kirjoista lukea ja oppia. Tätä tietoa arvostetaan nykyään paljon. (Vahtivaara 2010, 21-23.) Vertaisuus muodostuu kokemusten jakamisesta, niiden vastaanottamisesta sekä vuorovaikutuksellisesta kohtaamisesta. Jotta vertaisuus on hyödyllisintä, tulee ryhmäläisten olla aktiivisia osallistujia ja kuuntelijoita sekä eläytyä toisen ihmisen kertomaan tilanteeseen ja tunteisiin. (Mikkonen & Saarinen 2018, 26-27.)

Vertaisuuden vastakohtana toimii ammatillinen tieto ja asiantuntemus, joka perustuu ammatillisessa työssä saatuun osaamiseen, koulutukseen tai tutkimukseen. Vertaisuus ja ammatillisuus voivat kuitenkin liittyä yhteen ja toimia lomittain. Esimerkiksi päihde-työssä tai väkivaltatyössä on työntekijöitä, joilla on omakohtaisia kokemuksia päihde-ongelmasta tai väkivallasta toipumisesta. Ammatillaiset voivat hyödyntää kokemusta ammatillisen osaamisen ohella ihmisten auttamiseksi. (Laimio & Karnell 2010, 16.)

Samankaltaisia asioita kokeneiden ihmisen tapaaminen auttaa näkemään ja ymmärtämään omia tuntemuksia ja oloja sekä auttaa jäsentämään omia reaktioita tilanteessa. ”En ole ainut, jolle on käynyt näin” tai ”En olekaan tulossa hulluksi” -kommentit ovat tavallisia oivalluksia jakaessaan ihmisten kanssa omia samankaltaisia kokemuksia. Vertaisuus auttaa myös häpeän ymmärtämisessä ja hallinnassa. (Laimio & Karnell 2010, 19.)

## 2.2 Vertaistuki ja vertaisryhmätoiminta

Vertaistuki on arvokas, tarpeellinen ja voimauttava tuki ammatillisen avun lisäksi. Vertaistukea voidaan toteuttaa monella eri tavalla, niin kasvokkain kuin internetissä. Vertaistueksi voidaan mieltää kaikki sellainen ohjattu tai vapaan toiminnan keskustelualue, missä kohdataan samanlaisessa elämäntilanteessa olevia ihmisiä. Ihmisillä on valtava tarve jakaa kokemuksiaan, saada tietoa ja tukea samankaltaisessa elämäntilanteessa olevilta ihmisiltä (Nylund 2005, 195-196). Vertaistuessa hyödynnetään omia kokemuksia toisten auttamiseksi ja nämä kokemukset ovatkin tuen perusta. Tuki ja apu jakautuvat tasavertaisesti ja vastavuoroisesti kaikkien ryhmäläisten kesken. (Mikkonen & Saarinen 2018, 26.) Vertaisryhmät ovat arvokkaita, koska ne rohkaisevat ryhmäläisiä uskomaan itseensä ja jokaisen omiin kokemuksiinsa enemmän kuin ulkopuoliseen, ammattilaisen apuun (Nylund 2005, 195-196).

Vertaisryhmät ovat lisääntyneet Suomessa sosiaali- ja terveysalalla viimeisen kymmenen vuoden aikana merkittävästi. (Nylund 2005, 195-196.) Vertaisryhmätoiminta nähdään hyödyllisenä, luovana ja innovatiivisena vaihtoehtoisena palveluna muiden mielenterveyspalveluiden rinnalla. Vertaisryhmätoiminnalla on kykyä rakentaa jotain erilaista, kuin mitä yksilölliset toimintamuodot tai ammatilliset tavat voivat tarjota. Vertaisryhmät tarjoavat tarvittavaa tukea, arvokkuutta, vertaisuutta ja toivoa. (Campbell 2005, 18.)

Vertaisryhmä auttaa muun muassa suojelemaan ihmistä haitalliselta stressiltä ja jakamaan kokemuksia sekä tunnetiloja. Toisten ihmisten läsnäolo auttaa vähentämään stressiä, auttaa huolehtimaan itsestä, ennakoimaan muutoksia, selviytymään kriiseistä ja tuntemuksista. Emotionaalinen tuki ihmisten välillä, jotka ovat kohdanneet samanlaisia kokemuksia, on erittäin voimakas ja voimaannuttava. (Campbell 2005, 21.) Vertaistuessa on Nicholsin ja Jenkisonin (2006, 8-16) mukaan neljä elementtiä, 1) Vuorovaikutus muiden ihmisten välillä, mikä johtaa itsetunnon kohoamiseen, 2) tiedon jakaminen, 3) sosiaalisuus ihmisten välillä ja 4) fyysinen auttaminen ja stressin väheneminen. Vertaisryhmän kaltaista tukea on vaikea saavuttaa muualta. Vertaisryhmällä nähdään olevan oma elinkaari ja kehitysvaiheet. Lisäksi siinä on selkeä alku ja loppu. (Hyväri 2005, 226.)

Ammatillisen työn ja vertaistoiminnan ero on se, että ammattilaisten tekemä työ on pääsääntöisesti yhdensuuntaista ihmisen auttamiseksi, kun taas vertaisryhmässä pyritään toimimaan keskenään oman hyvinvoinnin lisäämiseksi. Usein ammattilainen toimii vertaisryhmän toimeenpanijana ja ryhmänvetäjänä, mutta ei varsinaisesti ohjaa ryhmää. Ammattilainen myös seuraa ryhmän toimintaa ja on ryhmän käytettävissä tarvittaessa. (Mikkonen & Saarinen 2018, 29-33.)

Ryhmätoiminnalla voidaan mahdollistaa uudelleen kokemus osallisuudesta, joka usein on väkivaltaa kokeneelta ihmiseltä kadonnut. Monet kokevat olevansa keinottomia omaan tilanteeseensa. Usein myös väkivallan uhriksi joutunut ei koe olevansa osallinen itseään koskevissa asioissa ja viranomaisten tarjoama apu voidaan kokea syyllistävänä ja vähättelevänä. Väkivaltaa kokeneiden vertaisryhmässä luodaan usein elämäntarinoita, jotka eheyttävät ja muokkaavat elämäntarinan sisäistä merkitystä itselleen. Väkivaltakokemukset eivät enää määrittele ryhmäläistä, vaan elämäntarinan päähenkilöstä tulee uhrin sijasta selviytyjä. (Mehtola 2013, 7-8.)

### 2.3 Verkkovertaisryhmä

Verkkovertaisryhmät eli virtuaaliset vertaisryhmät ovat yleistyneet 2000-luvulla internetin käytön ja sosiaalisen median yleistyessä. Nopean internet-yhteyden ja globaalin käyttäjäkunnan lisääntyessä, kansalaisyhteisöisiä ryhmiä voidaan tuottaa tehokkaasti fyysisestä etäisyydestä huolimatta. Verkossa toimivat vertaisryhmät kuuluvat osittain puhe- ja verkkoauttamisen kokonaisuuteen, joka on merkittävä osa sosiaali- ja terveysalan palveluita. (Huuskonen 2010, 71-72.) Verkossa tapahtuvaa auttamista voi olla vertais-tuen lisäksi ammattilaisapu. Näiden kahden tuen muodon yhdistäminen näyttää edellyttävän helppokäyttöiseltä auttamisen kokonaisuutena. (Nieuwboer 2016, 16-17.)

Verkossa toimivat vertaisryhmät ovat osa internetissä toimivaa yhteisöllistä mediaa. Muita yhteisöllisiä medioita ovat esimerkiksi blogit, erilaiset nettiyhteisöt ja yhteisöpalvelut kuten Facebook ja Twitter. Verkossa etsitään tietoa hyvinkin henkilökohtaisen elämän kysymyksiin, terveyteen tai hyvinvointiin. Usein tietoa etsitään nimettömänä, mikä mahdollistaa matalan osallistumiskynnyksen. (Huuskonen 2010, 72-73.) Vaikka internet

on täynnä erilaisia keskustelupalstoja ja avoimia chat-keskusteluita, on kuitenkin säännöllisellä ja suunnitelmallisella vertaisryhmällä oma paikkansa (Mikkonen & Saarinen 2018, 119-120). Internetissä toimii lukuisia voittoa tavoittelemattomia järjestöjä ja yhteisöjä, jotka tuottavat esimerkiksi avoimia tai suljettuja keskusteluryhmiä tai kahdenkeskistä tukea. Usein vertaisryhmät ovat jaettu osallistujan tuen ja tiedon tarpeen mukaan esimerkiksi vamman tai sairauden, sosiaalisen toiminnan tai elämäntilanteen perusteella. Suljetut keskusteluryhmät vaativat käyttäjän rekisteröitymisen eikä rekisteröitymätön käyttäjä voi lukea viestejä. Suljettu ryhmä voi toimia myös määräaikaaisesti ja sitä voi olla ohjaamassa yksi tai useampi vertais- tai ammattilaisohjaaja. (Huuskonen 2010, 72-73.)

Verkkovertaistuki on usein kasvotonta ja se tarjoaa mahdollisuuden useimmille ihmisille osallistua ryhmään ja saada tukea. Kaikkien ei ole mahdollista ajan, paikan, matkojen, sairauden tai elämäntilanteen vuoksi osallistua säännöllisesti, kasvokkain tapaavaan vertaisryhmään. (Nylund 2005, 201-205.) Voidaankin ajatella, että verkossa vertaistuki on helpommin saavutettavissa ja kynnys vertaistuen piiriin hakeutumisesta voi olla matalampi kuin kasvokkain tapahtuvaan vertaisryhmään. Lisäksi on hyödyllistä kehittää jatkuvasti erilaisia kommunikaatiomenetelmiä ja niiden avulla tavoittaa myös nettisukupolven edustajat. (Mikkonen & Saarinen 2018, 119-120; Huuskonen 2010, 75.)

Price-Robertsonin, Reupertin ja Mayberyn tutkimuksen (2009) mukaan verkossa tapahtuvia vertaisryhmiä tulisi hyödyntää laajemmin sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa. Etenkin sosiaalityössä nähdään olevan hyvät mahdollisuudet vertaistuen kehittämiseen. Tutkimuksen mukaan etenkin ihmisten, joilla on mielenterveydenhäiriöitä, voi olla helpompaa saada tukea ja apua verkossa kuin kasvokkain kohtaavassa palvelussa. Vertaistuen ansiosta yksilöllisen avun hakemisen kynnys laskee ja ryhmän osallistujat saavat ammattilaisilta arvokasta ja tarpeellista tietoa vertaistuen ohella.

### 2.3.1 Verkkovertaisryhmän haitat ja vaarat

Internetissä toimivaan viestintään ja ryhmiin pätevät Suomen perustuslaki, rikoslaki, henkilötietolaki ja monet muut lait. Säännöt ja lait ovat sovellettavissa myös verkossa tapahtuvaan viestintään ja vertaistukeen. Tämä on tärkeä havainto, sillä kasvottomuuden ja nimettömyyden avulla internetissä keskustelut voivat olla myös varsin sopimattomia. (Huuskonen 2010, 75.)

Haittapuolena verkkovertaisryhmässä nähdään olevan se, ettei voi tietää tai tuntea, ketkä kaikki kuuluvat ryhmään ja millä takaa-ajatuksella he ovat ryhmässä mukana. Verkkovertaisryhmään osallistuminen vaatii myös verbaalista kyvykkyyttä, teknistä osaamista sekä toimivan verkkoyhteyden. Lisäksi vastaukset voivat olla sattumanvaraisempia kuin kasvokkain kohtaavissa ryhmissä. (Nylund 2005, 201-205; Mikkonen & Saarinen 2018, 119; Huuskonen 2010, 75.)

Internetissä toimivissa vertaisryhmissä voi olla myös riski menettää yksityisyys ja identiteetti (Nylund 2005, 201-205). Huuskosen (2010, 75) mukaan riskinä verkossa tapahtuvassa vertaistuessa voi myös olla sosiaalisten suhteiden virtualisoituminen ja tietoturvaan liittyvät ongelmat. Lisäksi käyttäjällä on vastuu ohjeiden, neuvojen ja vinkkien oikeellisuuden arvioinnista.

### 3 VAINOAMINEN

#### 3.1 Vainoamisen taustatekijät

Eron jälkeisestä vainosta väkivallan muotona on viime aikoina tullut merkittävä puheenaihe yhteiskunnan keskusteluissa Suomessa. Hallituksen ohjelmat ovat myös ottaneet vuosien ajan asiakseen vähentää lähisuhdeväkivaltaa ja eron jälkeistä väkivaltaa. (Nikupeteri 2017, 7.) Vainoaminen kriminalisoitiin Suomessa vuonna 2014 ja se on virallisen syytteen alainen rikos (RL 25 7a §). Säännöksen mukaan vainoamiseen syyllistyy henkilö, joka toistuvasti, uhkaa, tarkkailee, seuraa, ottaa yhteyttä tai muulla näihin rinnastettavalla tavalla vainoaa toista niin, että se on omiaan aiheuttamaan vainotussa pelkoa ja ahdistusta. (Finlex 2014).

Vainoamiseen on liittynyt jo useiden vuosisatojen ajan negatiivinen leima. Alun perin sanaa ”stalk” eli vainoamista käytettiin, kun joku seurasi saalistaan tai seurasi jotain toisen tietämättä, ikään kuin varkain. (Mullen, Pathé & Purcell 2009, 1.) Rooman valtakunnan aikaan kristittyjä alettiin vainota sekä vielä 1940-luvulla Saksassa loukattiin perusoikeuksia juutalaisvainoilla. Eron jälkeisestä vainosta käytetään suomen kielessä usein sanaa vaino, väijyminen, ahdistelu, häirintä tai vaaniminen, puhekielessä stalkkaus tai stalkkerointi. Englannin kielessä käytetään puolestaan termiä ”stalking”. Rikoslaisissa käytetään termiä ”vainoaminen”. (Nikupeteri 2016, 26.) Tässä tutkimuksessa vainolla tarkoitetaan vain ja ainoastaan eron jälkeistä vainoa.

Kun kulttuuri ja media yhdistivät vainoamisen häiritseväksi ja häirintää tarkoittavaksi teoksi, muutti se yhteiskunnassa sanan merkityksen negatiiviseksi toiminnaksi (Mullen ym. 2009, 1). Vainoamiseen liittyy vahvasti tabuluonteiset käsitykset, johon kytkeytyy emotionaalinen ja moraalinen ulottuvuus sekä voimakkaat tunnekokemukset, kuten häpeä ja pelko. Vaino hajottaa normisidonnaisen ja tavallisen pidettyjen ihmisten välisten kanssakäymisten ja sosiaalisten suhteiden normeja. Vainon tarkastelu vaatii etenkin hyvän ja hyväksytyjen arvojen erottelua ja rajaamista ei-toivottuihin malleihin. (Nikupeteri 2016, 28-29.)

### 3.2 Vainoamisen piirteitä

Vainoa on määritelty useilla eri tavoilla. Vaino voidaan määritellä toimintamalliksi, jossa esiintyy toistuvaa, epätoivottua ja varoittamatonta ahdistelua, uhkailua ja seuraamista. Vaino voidaan määritellä myös jatkuvaksi ahdisteluksi, jossa vainoaja lähestyy vainon kohdetta toistuvasti ei-toivotulla tavalla. Vaino voi sisältää myös toistuvaa ja näennäisesti normaalia ja arkipäiväistä käyttäytymistä. Vaino aiheuttaa uhrissa pelkoa ja luo suoran tai välillisen uhan uhrin turvallisuudelle. (Nikupeteri 2017, 43; Mullen ym. 2009, 7-10.) Vainoamiseksi katsotaan ei-toivotut huomion osoitukset, häirintä ja yhteydennotot, jotka aiheuttavat pelkoa uhrissa tai aiheuttavat uhrille vahinkoa (Peterson ym. 2018, 107; Häkkänen, Hagelstam & Sattila 2003, 189-190; Mullen ym. 2009, 7-10). Lisäksi vainoaminen voi olla toistuvia puhelinsoittoja, vierailuja uhrin kotona tai työpaikalla, kirjeiden tai viestien kirjoittamista, seuraamista, huoltajuuskiistoja tai lapsista vieraannuttamista, ei-toivottujen lahjojen lähettämistä sekä uhrin kohtaamista kasvotusten. Eron jälkeinen vaino on yleisempää kuin vainoaminen tuntemattoman ihmisen toimesta. (Roberts 2005, 90-93; Nikupeteri 2017, 7-14; Häkkänen ym. 2003, 190-191.)

Vainoamisen laukaisijana toimii usein parisuhteen kariutuminen, mutta taustalla voi olla moninaisia syitä. Vaino näyttäytyy usein piinaavana uhkailuna, kontrollointina ja fyysisenä väkivaltana, joka vuorottelee lämpimän ja uhkaavan käytöksen välillä ja normalisoituu uhrin arkeen. Mikäli vertaa muuhun parisuhdeväkivaltaan, vainossa keskeistä on yksittäisten tekojen sijaan vainotekojen kokonaisuus. Vainoa tulee tarkastella keston, intensiteetin, ajoittumisen sekä suorien ja epäsuorien uhkausten perusteella kokonaisuudessaan. (Nikupeteri 2016, 40-43; Mullen ym. 2009, 2-4.)

Vaino on väkivaltaisempaa ja aiheuttaa suuremman kuolemaan johtavan väkivallan riskin, kun väkivallan tekijä ja uhri ovat olleet seksisuhteessa tai parisuhteeseen on liittynyt väkivaltaa. Olennaisinta vainoamisessa on tekijän käyttäytymismalli, joka aiheuttaa kohteessa pelkoa, uhkaa tai ahdistusta. Vaino on uhrin elämässä kaikkialla läsnä ylivoimaisena pelon ja arvaamattomuuden tunteena, joka vahingoittaa vakavasti uhrin henkistä hyvinvointia. (Nikupeteri 2017, 7-12; Mullen ym. 2-7.) Vainoa on kutsuttu sen vahingollisuuden vuoksi myös psykologiseksi raiskaukseksi, murhanhimoiseksi pakkomielteeksi, pakkomielteiseksi seuraamiseksi, intohimorikokseksi, pakonomaiseksi häirinnäksi ja seuraamiseksi (Nikupeteri 2016, 26; Sheridan, Blaauw & Davies 2003, 149;



Mullen ym. 2009, 2). Vainoajat ovat vaarallisia, jotka syyllistyvät rikokseen, jonka tarkoituksena on aiheuttaa uhrissa psykologisia vaurioita. Vainoajat ovat myös mieleltään häiriintyneitä ja arvaamattomia. (Mullen ym. 2009, 1.)

Vainoaminen häiritsee jokapäiväistä elämää sen sääntöjenvastaisuuden ja arvaamattomuuden vuoksi. Vaikka uhri tietää, että vainoamista tapahtuu järjestelmällisesti, ei vainon arvaamattomuuden vuoksi tilanteita voi ennakoida. Harvoin voi tietää, milloin ja missä kontaktin tai yhteydenottaminen tapahtuu ja tämä itsessään aiheuttaa pelkoa. Jatkuva pelko voi olla ylivoimaista, jolloin voi tuntea pientä helpotusta vainoajan ottaessa yhteyttä. Teon jälkeen taas jatkuu ylivoimainen pelko ja ahdistus seuraavaa kohtaamista odottaessa. (Nikupeteri 2017, 11.)

Vainon tekijöillä on todettu olevan muun muassa persoonallisuushäiriöitä, kuten narsismissa, mielenterveyshäiriöitä, psykoottisia oireita tai harhaluuloisuutta. Lisäksi heillä on usein historiassa vaikeita kokemuksia, kuten lapsuuden väkivaltakokemuksia tai lapsuuden turvattomia kiintymyssuhteita. (Nikupeteri 2016, 29-30.) Lisäksi on tutkittu, että etenkin miehet, jotka tulevat jätetyksi, kokevat itsensä kanssa vakavan kriisitilan. Vaikka miehet eivät olisivat olleet väkivaltaisia suhteen aikana, voivat miehet kohdistaa eroväkivaltaa entiseen puolisoon tämän kriisitilanteen aikana. Miehet kokevat vihaa, itsetsyytöksiä ja katkeruutta, jotka ilmentyvät naisten halveksuntana, väkivaltana ja eron jälkeisenä vainona, esimerkiksi itsemurhalla uhkailulla. Mies osoittaa näin valtaansa suhteessa naiseen, jos asiat eivät mene hänen haluamallaan tavalla. (Nyqvist 2001, 62-63; Nikupeteri 2016, 40-41.)

Vainoamisen tavoitteena on uhrin hyvinvoinnin heikentäminen ja vaarantaminen sellaisissa tilanteissa, joissa vainoajan asema vaarantuu tai hän kokee pettyvänsä. Vainoaja on katkera ja mustasukkainen eron seurauksena ja pyrkii jatkamaan parisuhdetta kaikin mahdollisin tavoin. Vainoajalla voi olla erilaisia motiiveja toimintaan, kuten suhteen jatkaminen, sadistinen tarve käyttää valtaa entiseen puolisoon tai psykoottinen tarve samaistua uhriin. Kontrolli ja pelon herättäminen ovat tyypillisiä motiiveja vainoamiselle. (Nikupeteri 2016, 40-41; Sheridan ym. 2003, 149-157; Mullen ym. 2009, 15-18.)

Vainotuksi tuleminen herättää hyvin erilaisia tunteita turhautumisesta ahdistukseen ja kuolemanpelkoon. Tunteiden voimakkuus vaihtelee vainoamisen tavan ja voimakkuuden mukaan. On myös havaittu, että tunteet ja pelot liittyvät tiettyihin paikkoihin, tilanteisiin ja jokapäiväisiin tapahtumiin, esimerkiksi kodin ikkunaan tai lähikauppaan, missä vainoaja on ollut. Tavallista on, että turvallisuuden tunne horjuu myös paikoissa, jotka ovat aiemmin tuntuneet turvallisilta ja mukavilta. Vaikka turvallisuutta voidaan lisätä ulkoisilla tekijöillä, esimerkiksi vaihtamalla asunnon lukot ja puhelinnumerot, on vainon uhrin sisäinen turvallisuuden tunne horjunut. Jotkut uhrin myös alkavat välttelemään julkisia paikkoja tai muita sosiaalisia tilanteita, joissa on mahdollisuus tavata vainoaja. (Nikupeteri 2017, 10-11; Mullen ym. 2009, 33-39.)

Jos vainon kohteella on lapsia, hyödynnetään heitä usein vainon ja väkivallan välineenä (Nikupeteri 2017, 12; Mullen ym. 2009, 46-47). Lapselle vainon kokemus on hyvin traumaattinen ja vahingoittava, vaikka usein ajatellaan, että vaino kohdistuu vain puolisoon. Lapsen ja vanhemman yhteinen kokemus vainosta kuitenkin tuo heitä lähemmäksi toisiaan ja usein vanhempi kokee vahvan sosiaalisen ja emotionaalisen yhteyden lapsiaan kohtaan. Vanhempi voi kokea myös suurta häpeää ja syyllisyyttä siitä, ettei ole valinnut kunnollista puolisoa tai vanhempaa lapselle. Epäonnistuminen suhteessa voi luoda myös häpeää. Tämä häpeän ja syyllisyyden tunne voi estää hakemasta apua tai kertomasta tilanteesta lähipiirille. (Nikupeteri 2017, 12.)

### 3.3 Eron jälkeinen vaino yhteiskunnallisena ongelmana

Perhe, parisuhde ja koti mielletään yhteiskunnassamme niin intiimeiksi, henkilökohtaisiksi osa-alueiksi elämässä, joihin yhteiskunnan ei suoda puuttuvan kuin vain äärimmäisissä tapauksissa. Tämä mahdollistaa väkivallan pelon tai uhan piiloutuvan auttavilta tahoilta, jolloin väkivalta tai sen uhka voi jäädä vuosiksi pimentoon. Vaihtoehtoisesti voidaan myös ajatella, että väkivalta, mukaan lukien vaino, johtuu parisuhdeongelmasta eli molemmat osapuolet ovat syyllisiä tapahtuneeseen. Tällöin väkivallan tekijä ei ole yksin vastuussa väkivaltaisesta teosta vaan siinä ovat molemmat syyllisiä. (Nyqvist 2001, 13, 20.)

Useat tutkimukset osoittavat, että vaino on merkittävä sosiaalinen ongelma (Nikupeteri 2016, 28; Häkkänen ym. 2003, 189; Tjaden, Thoennes & Allison 2002, 9; Sheridan ym. 2003, 149; Mullen ym. 2009, 11). Sosiaalisessa ongelmassa keskeistä on se, että ongelman seuraukset koetaan vahingollisena ja siihen tulee puuttua. Vaino ja eron jälkeinen vaino nähdään väkivaltaisena vallankäyttönä, joka on omiaan aiheuttamaan pahaa ja vahinkoa uhrissa. Vainon näkeminen ja mieltäminen osaksi lähisuhdeväkivaltaa ja eron jälkeistä väkivaltaa, mahdollistaa se paremmin uhrin avun saannin ja heidän kokemuksensa tunnistamisen. (Nikupeteri 2016, 28.)

Vainoa voidaan jakaa niin laillisesti määriteltyyn vainoon kuin vainon kokemukseen, joka on vain uhrin määrittelemä. Useimmissa tapauksissa nämä ovat yhdessä, mutta on myös tapauksissa, joissa uhrin kokemus vainosta ei täytä lainsäädännöllisiä vaatimuksia sen rikollisuudesta. Vainotekojen määrä, toistuvuus sekä korkea pelon taso ovat määrittäviä tekijöitä lain näkökulmasta. (Tjades ym. 2002, 9-24; Mullen ym. 2009, 17-23.) Lainsäädännöllisesti vaino on vaikea hahmottaa, vaikka se onkin kriminalisoitu. Vaino koostuu erilaisista väkivaltaisista ja väkivallattomista teoista, joiden tarkoituksenmukaisuutta on vaikea arvioida vainon motiivin näkökulmasta. Vainoteot voidaan mieltää osaksi arkipäiväistä elämää eikä ihmisten oikeutta liikkumiseen tai asumiseen voida rajoittaa. Laissa on maininta kuitenkin abstraktista vaarasta, joka on omiaan aiheuttamaan pelkoa ja ahdistusta vainon kohteessa. Vainon näyttäminen toteen perustuu uhrin todisteisiin vainoteoista sekä uhrin todistamiseen pitkäaikaisesta ja toistuvasta uhasta. (Nikupeteri 2016, 44.)

Eron jälkeisen vainon kokemus muuttaa uhrin käyttäytymistä ja aiheuttaa mittavaa stressiä ja vaurioita uhrissa. Vainon uhreilla tyypillisesti muuttuu käsitys itsestään, perusturvallisuuden tunne horjuu ja monien psykologisten vaikutusten seuraukset jäävät mieleen ja kehoon, esimerkiksi pelko ja ahdistus. Vainon uhri joutuu tekemään arkielämässä jatkuvasti muutoksia ja myönnytyksiä, jottei hän altistaisi itseään vainolle. Tutkimukset osoittavat, että uhri voi joutua esimerkiksi muuttamaan toiselle paikkakunnalle, vaihtamaan työpaikkaa, kotia, autoa, puhelinnumeroa tai rajoittamaan harrastuksia ja sosiaalisia kontakteja. (Cox & Speziale 2009, 11-16; Mullen ym. 2009 36-47.)

Huomioitavaa on, että naiseuden ja äitiyden ajatellaan liittyvän vahvasti tunteellisiin kokemuksiin. Nainen on myös emotionaalisesti herkkä. Usein ajatellaan naisten yliherkkyä tai tuntevan kokemuksia liian voimakkaasti, vaikka vainosta johtuva pelko ja ahdistus ovat todellisia tunteita. Etenkin korkeakouluttamattomien naisten on vaikea mieltään itseään vainon uhriksi. Naisten tunteita voidaan herkästi vähätellä, halveksua tai niitä ei pidetä tilanteeseen tai tarkoitukseen sopivana. Kuitenkin eron jälkeinen vaino luo naiselle suuren emotionaalisen kuormituksen, joka ammattilaisten tulisi ottaa vastaan ja tarkastella perusteellisesti vähättelemättä. (Nikupeteri 2017, 8-11; Tjades ym. 2002, 21-22).

Vaikka lain mukaan vainoaminen on kriminalisoitu, siitä huolimatta sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten asenteet ja tulkinnat lähisuhdeväkivallasta tai eron jälkeiseen väkivallasta ovat haastavia. Ammatilliset saattavat syyttää vainon uhria ja osoittaa uhrille väkivallan teosta vastuun tai estää heidän avunsaantinsa. Väkivaltaisessa parisuhteessa pysyminen voi olla vaarallista, mutta naisen ilmoitettua aikomuksensa erota, voi erotilanne ja eron jälkeinen aika olla vieläkin vaarallisempaa. (Nikupeteri 2017, 7; Nikupeteri 2016, 39.) Eron jälkeisen väkivallan mahdollisuuden tunnistaminen on tärkeää eroa suunniteltaessa (Nikupeteri 2016, 39).

Suurin osa vainoamisen tavoista ovat sosiaalisesti hyväksytyjä, ja ne saattavat sisältää näennäisesti hyväksytyjä ilmaisuja kaipauksesta ja rakkaudenosoituksista (Nikupeteri 2017, 10). Kulttuurituotteissa, kuten elokuvissa ja sarjoissa, vainoamista on kuvailtu sitkeänä ja ihannoitavana mustasukkaisuutena, joka tavoittelee sitkeästi ansaitsemaansa rakkautta. Usein rakkaus estää näkemästä siihen kietoutunutta vallankäyttöä ja kontrollia. (Nikupeteri 2016, 30.) Vainoajan motiivit jäävät usein ulkopuolisille näkymättömäksi, mikä vaikeuttaa vainon tunnistamista. Vasta kun väkivaltaiset vainoteot ovat pitkäkestoisia ja usein toistuvia, etenkin jos ne aiheuttavat uhrissa pelkoa ja ahdistusta, tulee näistä vainoamista. Vainoamista on vaikea näyttää toteen, sillä esimerkiksi kahdesti tai useamman kerran ihmisen kohtaaminen kadulla tai satunnaiset kohtaamiset voidaan nähdä normaalina arkipäiväisissä tilanteissa. (Roberts 2005, 90-91; Nikupeteri 2017, 10.)

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 4.1 Tutkimuksen kulku

Sosiaalityön ja sosiaalityöiden näkökulmasta Suomessa on tehty varsin vähän tutkimuksia eron jälkeisestä vainosta ja heidän palvelutarpeistaan. Vainon uhrin tunnistetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmässä heikosti eikä palvelujärjestelmä pysty vastaamaan vainottujen palvelutarpeeseen. Vainoon liittyvä tutkimus edistää palvelujärjestelmää sekä myös vainon uhrien tunnistamista. (Nikupeteri 2016, 31.) Ranssi-Matikaisen tutkimukseen (2010, 106) mukaan vertaisryhmätoiminnan suhteesta väkivaltaan tai eroon on jäänyt huomioimatta suomalaisessa tutkimuksessa. Vainon uhreille tarjotusta vertaisryhmätoiminnasta ei ole tuotettu aiempaa tutkimustietoa. Tästä syystä valitsin tutkimusaiheekseni eron jälkeisen vainoon ja vertaistukeen liittyvän aiheen, sillä pidän tulevana sosiaalityöntekijänä tärkeänä ehkäistä sosiaalisia ongelmia ja löytää ennaltaehkäiseviä sekä korjaavia keinoja niistä selviytymiseen.

Tutkimuskysymyksiksi valikoituivat seuraavat: 1) millaisia kokemuksia ryhmään osallistujilla on eron jälkeisestä vainosta ja 2) millaisia merkityksiä vertaistuellalla on vainon ymmärtämisessä. Keskeisiksi käsitteiksi tutkimuksen kannalta muotoituivat vainoaminen ja eron jälkeinen vaino, vertaistyö ja vertaisryhmä, verkkovertaisryhmä, vertaisuus ja laadullinen tutkimus. Tutkimuskysymykset muuttivat hieman muotoaan tutkimuksen edetessä. Alun perin olin muotoillut toisen tutkimuskysymykseni niin, että vastaisin siinä vertaistuen merkityksestä vainosta selviytymiseen. Selviytyminen ei näyttäydä tutkimusaineiston ja teoriapohjan mukaan mahdolliselta ennen kuin vaino lopullisesti päättyy. Vaihdoin sitten tutkimuskysymyksessä selviytymisen ymmärtämiseen, sillä tutkimusaineistossa enemmän ilmentyy vainon ymmärtämiseen liittyviä merkityksiä ja kokemuksia.

Tutkimuskysymykset pohjautuvat lähtökohtaisesti omiin intresseihin ja omaan tarpeeseen saada enemmän tietoa vainoilmiöstä, vainon uhrin kokemuksista vainosta sekä vertaistuen merkityksistä. Alustavien tietohakujen perusteella huomasin, ettei sosiaalityössä ole tehty juuri lainkaan tutkimuksia eron jälkeisestä vainosta. Halusin tähän yhdistää lisäksi sosiaali- ja terveydenhuollon palvelun, joka on kohdennettu eron jälkeisen

vainon uhreille. Palveluiden määrä oli hyvin suppea ja siitä syystä kohderyhmäksi valikoitui vainon uhreille suunnattu vertaistuki, jota Tukikeskus Varjo toteuttaa verkkovälitteisesti suljetulla ja määräaikaaisella keskusteluareenalla. Oma tulevaisuuden toiveeni on myös kehittää sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita ja koen tutkimukseni olevan ensiaskel toivomalleni uralle.

Päädyin valitsemaan laadullisen tutkimusmenetelmän ja sisällönanalyysin tutkimuksen luonteen ja tutkimuskysymysten vuoksi. Aihe on hyvin sensitiivinen ja yksityiskohtainen, eikä yksilöiden kokemuksia voi yleistää. Vainon uhrin kokemusten esiin tuominen ja sitä kautta vainoilmiön nostaminen tietoisuuteen kehittää eron jälkeisen vainon tunnistamista sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmässä. Kuten tämän tutkimuksen teoriaosuudessa tulee esiin, eron jälkeinen vaino on monisyinen ja näkymätön ongelma, joka harvoin mielletään osaksi lähisuhdeväkivaltaa. Tästä syystä koen tärkeänä nostaa vainon uhrien todellisia kokemuksia esiin. Vertaistuen avulla voidaan tarjota vainon uhreille sellaista ymmärrystä, kuulluksi tulemistä ja omien elämäkokemusten jäsenystä, jota on vaikea saada muunlaisista palveluista. Vaino jättää sekä mieleen että kehoon pysyviä haavoja, joiden paikkaamisessa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden tulee voida auttaa.

Empiiristen havaintojen ja suorien lainausten avulla tuon tutkimuksessa esiin vainon eri puolia ja vivahteikkua. Tutkimusaineiston jäsenyyksen ja teemoittelun jälkeen, luon tutkimuskysymysten pohjalta yhteenvedon. Tämän yhteenvedon ja teoria-aineiston pohjalta muotoutuu tutkimustulokset, jotka olen tarkemmin avannut kappaleessa viisi ja kuusi. Tärkeää on tuoda esiin niin vainotekojä kuin vertaisryhmän merkitystä, sillä vainotekojen erityispiirteisyys ja monisyisyys luovat paljon erilaisia tarpeita ja toiveita vertaistuelle. On tärkeää ymmärtää eron jälkeisen vainon ilmiö sekä siitä aiheutuvat yksilön niin fyysiset kuin henkiset vauriot, jotta voi ymmärtää vertaistuen merkityksiä syvemmin.

Suorien lainausten avulla tuon esiin keskusteluiden värikkyyttä, sekä vertaisryhmäläisten taitoa keskustella ja tuoda omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan esiin kirjoitetussa muodossa. Verkossa tapahtuvassa vertaisryhmässä puhutun kielen lisänä ei voi hyödyntää ilmeitä eikä eleitä, joten oma persoona ja tunteet tulevat ilmentää kirjoitettuna. Siksi

verkkovertaisryhmät sopivatkin henkilöille, jotka ovat verbaalisesti kyvykkäitä ilmaisemaan itseään kirjoittaen. Suorat lainaukset myös elävöittävät tutkimusta ja tuovat vaihtelua tutkimuksen varsinaiseen tekstiin.

## 4.2 Tutkimusmenetelmät

Valitsin tutkimuksen toteutukseen laadullisen tutkimusmenetelmän, sillä haluan tuoda yksilön kokemukset esiin ja löytää niihin ymmärrystä. Laadullisella tutkimusmenetelmällä tutkitaankin usein ilmiöitä, merkitystä tai vaikutuksia, ja pyritään saamaan ymmärrystä tai merkityksiä johonkin asiaan tai ilmiöön. Laadullisessa tutkimuksessa tarkoituksena ei ole yleistää ilmiötä, vaan löytää erilaisia näkökulmia ja lähestymistapoja. Laadullisella tutkimuksella voidaan saada ilmiöstä syvälinen ymmärrys ilman tilastollisia menetelmiä tai muita määrällisiä keinoja. (Kananen, J. 2017, 32-35; Tuomi & Sarajärvi 2018, 98.)

Laadullisen ja määrällisen tutkimuksen tutkimusprosessit eroavat toisistaan merkittävästi, eikä määrällinen tutkimusmenetelmä olisi sopinut tähän kokemukseen ja merkityksiä käsittelevään tutkimukseen. Laadullisen tutkimuksen aineiston analyysivaihe kuvataan usein syklisenä prosessina, jossa ei ole määrällisen tutkimuksen tiukkoja tulkintasääntöjä. Laadullisessa tutkimuksessa analysoidaan aineistoa eri vaiheissa eri tavoin. Aineistoa kerätään ja analysoidaan niin paljon, että tutkimusongelmat ratkeavat ja tutkija ymmärtää tutkittavan ilmiön. (Kananen, J. 2017, 35.)

Teoriapohjan ja keskeisten käsitteiden avaamisen jälkeen, analysoin tutkimusaineistoa aineistolähtöistä sisällönanalyysia käyttäen. Sisällönanalyysillä voidaan analysoida dokumentteja objektiivisesti ja systemaattisesti. Dokumentti voi olla esimerkiksi artikkeli, kirje, haastattelu, keskustelu, dialogi, raportti tai lähes mikä tahansa kirjalliseen muotoon saatettu materiaali. Analyysimenetelmällä pyritään saamaan tutkittavasta ilmiöstä tai asiasta kuvaus tiivistetysti yleisessä muodossa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117.)

Tärkeää on sisällönanalyysissä päättää, mitä aineistosta etsii ja tutkii. Tämän päätöksen on oltava vahva. Tämän jälkeen käydään läpi aineistoa ja erotellaan ne asiat, jotka liitty-

vät tutkimuskysymyksiin. Kaikki muu jää pois tutkimuksesta. Aiheen on oltava tarkkaan rajattu, kapea ilmiö, mutta siihen on myös perehdyttävä huolella. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 104.) Tarkoituksena on nostaa aineistosta tutkimuskysymyksen kannalta olennaiset merkitykset esille, ja luoda näiden merkityksien yhteenvedosta johtopäätökset, jotka toimivat tutkimustuloksina. Jotta merkityskokonaisuudet nousevat aineistosta esiin, on hyödynnettävä kriittistä asennetta ja reflektiivisyyttä. Merkityskokonaisuuksista löydetään sisäistä yhteenkuuluvuutta ja samankaltaisuuden perusteita. Analyysissä pyritään nimeämään ja käsitteellistämään teemoittain esille nousevat merkitykset ja havainnot. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 115.)

Hyödynnän analysoinnissa tutkimuksen monikerroksisuutta ja teemojen vaihtuvuutta. Verkkovertaisryhmän keskustelusta saatu tutkimusaineisto oli laaja ja monipuolinen. Tutkimusaineisto sisältää paljon myös sellaista, joka ei ole olennaista tutkimuksessani ja luonnollisesti se rajautuu tutkimuksesta pois. Analysoinnissa olen hyödyntänyt paljon empiirisiä havaintoja. On tärkeää löytää tutkimusaineistosta olennaiset merkitykset ja tuoda ne esiin sisällönanalyysin avulla. Tärkeää on myös tarkastella vainoilmiön eri puolia ja analysoinnin sisällä tehdä myös yksityiskohtaisempaa analysointia.

Kun olen teemoitellut tutkimusaineiston tutkimuskysymyksen mukaan, analysoin teemojen sisällä myös aineistoa. Poimin tutkimusaineistosta kaikki vainoon liittyvät kokemukset, yksittäiset vainoteot, ajallisen keston sekä vainon alkamiseen liittyvät kirjoitukset. Näiden teemojen sisällä pureudun vielä syvemmin tarkempiin vainotekoihin sekä ilmauksiin, joissa kerrotaan vainon alkamisesta sekä kestosta. Erottelin yksityiskohtaisemmin vertaisryhmäläisiä yhdistäviä vainotekoa sekä yhtäläisyyksiä ryhmäläisten kokemuksista ja teen näistä yhteenvedon. Samalla tavalla analysoin myös vertaisryhmän merkityksiä eli analysoin monikerroksisesti tutkimusaineistoa, jotta löydän yksityiskohtaisia ja ryhmäläisiä yhdistäviä kokemuksia vertaisryhmän merkityksistä. Tutkimusaineiston monikerroksisen teemoittelun ja siitä laaditun yhteenvedon jälkeen suhteutan löydettyjä kokemuksia ja merkityksiä teoretietoon. Usein nämä tutkimusaineistosta tehdyt havainnot kohtasivat teoretiedon kanssa, eikä ristiriitoja näiden välillä syntynyt. Tämä on tärkeää tutkimuksen luotettavuuden ja toistettavuuden kannalta. Tämän jälkeen laadin yleisluontoisen katsauksen eron jälkeisen vainon kokemuksiin ja tekoihin sekä verkkovertaisryhmän merkitykseen. Sen jälkeen kirjoitin tutkimustulokset, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiini yleiskatsauksellisesti.



Tutkimusaineisto oli kattava ja sisällöltään selkeä ja laadukas. Aineistoa voisi hyödyntää uudelleen monella eri tapaa tutkimuksissa, esimerkiksi valitsemalla toisenlaisen lähestymistavan tai uudenlaiset tutkimuskysymykset. Olisi mielenkiintoista tutkia aineistoa vielä tarkemmin ja syvemmin tai kuulla ryhmäläisten omia ajatuksia ja kokemuksia vertaisryhmän tarkemmista hyödyistä ja kehittämistarpeista. Aiheen jatkotutkimuksille olisi tarvetta.

### 4.3 Tutkimusaineisto

Tukikeskus Varjo on järjestänyt vertais- ja verkkovertaisryhmiä jo viiden vuoden ajan ja niitä järjestetään kahdesti vuodessa. Rajaan tutkimusaiheeni koskemaan vain verkkovertaisryhmiä, koska tulevaisuudessa verkkoon painottuvat palvelut ovat kustannustehokkaita ja auttavat asiakkaita paikkakunnasta riippumatta. Koronaepidemian aikainen kevät 2020 on myös osoittanut, että kasvokkaisten kohtaamisten sijaan pyritään järjestämään tarvittavia palveluita videovälitteisesti etäyhteyksin tai verkossa muita medioita hyödyntäen.

Verkkovertaisryhmiä järjestää ja ohjaa Viola ry:n Tukikeskus Varjo, joka toimii valtakunnallisesti verkossa sekä paikallisesti Mikkelissä ja Oulussa. Tukikeskus Varjon toiminta ja asiantuntemus ovat kohdennettu nimenomaan eron jälkeisen väkivallan ja vainon uhreille sekä heidän kanssaan työskenteleville ammattilaisille. Tavoitteena on eron jälkeisen vainon ja väkivallan kohteena elävien perheiden turvallisuuden lisääminen ja vainon ennaltaehkäisy. (Tukikeskus Varjo 2020.)

Tämä tutkimus on rajattu koskemaan vain verkossa tapahtuvaa ohjattua ja suljettua vertaisryhmää. Tutkimuksen aineisto koostuu Viola ry:n Tukikeskus Varjon verkkovertaisryhmän keskustelusta. Suljettu vertaisryhmä on ollut määräaikainen ja kestänyt kahden kuukauden ajan. Tutkimuksen aineistona toimivat siis vertaisryhmän keskustelut, jotka kohdentuvat eron jälkeiseen vainoon ja ryhmäläisten vainokokemuksiin.

Vertaisryhmässä on yksilökohtaisesti pyydetty lupa käyttää aineistoa anonyymisti tutkimuskäyttöön. Vaikka keskustelu tapahtui vertaisryhmässä nimimerkin turvin, olen kuitenkin tässä tutkimuksessa vaihtanut ryhmäläisten nimimerkit, jotta voin olla varma, ettei kenenkään henkilöllisyys paljastu. Aineisto koostuu yksityisistä dokumenteista, joten oletuksena on, että kirjoittaja kykenee ilmaisemaan itseään kirjallisesti. Tämä on tärkeä oletus, mikäli aineistona hyödyntää esimerkiksi kirjeitä, päiväkirjoja, muistelmia tai sopimuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 96.)

Ryhmään osallistui viisi jäsentä, yksi vertaisohjaaja sekä kaksi ammatillista ohjaajaa. Ryhmäläisiä yhdistävät kokemus parisuhteesta eroamisesta sekä eron jälkeisestä vainosta. Kaikki ryhmään osallistuneet olivat naisia. Kaikilla oli myös kokemus parisuhteen aikaisesta henkisestä tai fyysisestä väkivallasta. Huomioitavaa on, että kaikilla ryhmään osallistuneilla on lapsia ja lapset ovat kokeneet myös vainoa tai ovat toimineet vainon välineenä.

Suljetulla vertaisryhmällä on oma elinkaarensa. Alussa vertaisryhmän ohjaajat kertovat ryhmän toimintasäännöt, keston sekä keskustelualueet. Ryhmäläiset osallistuivat keskusteluun nimimerkeillä, eikä tarkempia paikkakunta- tai tunnistetietoja saanut kertoa. Verkkovertaisryhmä toimi määräaikaisen ajan, kahden kuukauden ajan kevään 2020 aikana. Ryhmän keskustelualueet olivat jaettu viiteen eri osaan ja uusi osa-alue avautui viikoittain. Aiempia keskustelualueita pystyi täydentämään ja jatkamaan vaikka uusia keskustelualueita oli jo avattu. Keskustelualueita olivat:

- I Väkivalta- ja vainokokemukseni
- II Oikeus- ja viranomaisprosessit
- III Lapset ja vaino – lapsen vainokokemukset
- IV Toipumisen tiellä – mitä vaino aiheuttaa ja miten selviydyt?
- V Mitä minulle kuuluu vuoden kuluttua?

Keskustelu oli aktiivista ja kirjoitukset olivat hyvin jäsenettyjä ja pohdittuja. Kaikki ryhmäläiset osallistuivat keskusteluun aktiivisesti. Keskustelut etenivät loogisesti ja tasapuolisesti, sekä ryhmäläiset että ohjaajat kommentoivat toistensa kirjoituksia aktiivisesti, jolloin keskusteluista tuli selkeästi keskustelevia. Ryhmäläiset kirjoittivat pääsään-

töisesti pitkästi ja kattavasti kokemuksistaan, mutta yksityiskohdat esimerkiksi erilaisista vainotilanteista tai kokemuksen aiheuttamista tunteista jätettiin kertomatta. Keskustelut toimivat hyvin yleiskatsauksena jokaisen ryhmäläisen omaan kokemukseen.

Huomioitavaa on, että ryhmäläiset sekä ohjaajat lainasivat toistensa kertomuksien tekstejä, kyselivät sekä ihmettelivät ja kannustivat toisia ryhmäläisiä. Ohjaajat analysoivat ja selittivät eron jälkeisen vainon ilmiötä ja toivat uutta näkökulmaa keskusteluun tutkimuksien kautta. Tutkimusaineistossa tuli selvästi esiin, että kaikkien ryhmäläisten kokemukset olivat hyvin vakavia ja traumatisoivaa aiheuttavia ja ohjaajat puolestaan lisäsivät tunnekokemuksen ymmärrystä sekä häpeän heikentymistä. Ryhmäläiset arvostivat keskusteluissa ohjaajien tuomaa näkökulmaa keskusteluun ja tästä myös usein kiitettiin ohjaajia.

#### 4.4 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuksen tulee olla luotettava ja lukijan tulee voida luottaa lukemaansa. Jotta tutkimuksesta saadaan luotettava, tulee laadunvalvontaan kiinnittää huomiota koko tutkimusprosessin ajan. Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole yksiselitteisiä keinoja. Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuus onkin tutkijan arvioinnin ja näytön varassa. Yleisinä keinoina todistaa luotettavuutta, on tutkimustulosten pysyvyyden ja validiteetin todistaminen. Pysyvyydellä tarkoitetaan sitä, että mikäli tutkimus uusitaan, saadaan samat tutkimustulokset kuin aiemminkin kerralla. Validiteetti taas liittyy tutkimusasetelmaan ja siihen, että aineiston analyysi tehdään oikein. (Kananen 2017, 81-176.)

Tuomi ja Sarajärvi (2018, 165) pitävät tärkeinä tutkimuksen luotettavuuden parantamisen tekijöinä, että tutkijalla on riittävästi aikaa tutkimuksensa toteuttamiseen. Tärkeää on myös kiinnittää huomiota tulosten yksityiskohtaiseen raportoimiseen sekä arvioida tutkimusprosessia työskentelyn aikana. Eskolan ja Suorannan (2008, 210) mukaan on myös tärkeää avata tutkimusprosessin eri vaiheet ja perustella tekemänsä rajaukset tutkimuksen toteuttamisessa. Tässä tutkimuksessa avaan tutkimuksen eri vaihteita ja perustelen tekemäni valinnat.

Tutkimuskysymykseni näyttäytyivät haastavilta, sillä aiempia tutkimuksia vertaistoinnin ja eron jälkeisestä vainon tai väkivallan yhteydestä ei ole. Suomenkielinen tutkimus vertaistoinnista tai vertaisuudesta on myös niukkaa. Eron jälkeisestä vainosta uhrin näkökulmasta oli tehty Suomessa vain muutamia tutkimuksia, ja nämä käsittelivät enemmänkin uhrin kokemuksia eron jälkeisestä vainosta kuin vainon uhrin palvelutarpeita. Tutkimuksia, jotka olisivat käsitelleet uhrin palvelutarpeita, auttamistahoja ja vainosta selviytymistä ei löytynyt. Verkkovertaisryhmää vertaistoinnin muotona ei ole tutkittu lainkaan Suomessa.

Tutkimusaiheessa on havaittavissa selkeä tutkimusaukko. Sekä vertaistoinnin merkityksiä että eron jälkeistä vainoa olisi syytä tutkia enemmän. Etenkin eron jälkeisen vainon selviytymismekanismeja ja vainon loppumisen jälkeistä selviytymistä tulisi tutkia enemmän ainakin sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden kehittämisen näkökulmasta. Kuten aiemmin tulee ilmi, eron jälkeinen vaino jättää uhriin pysyvät jäljet ja niiden korjaaminen on hidasta. Jotta sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset pystyisivät vastaamaan tämän ilmiön asettamiin haasteisiin ja palvelutarpeisiin, tulisi ilmiötä sekä palvelumuotoja tutkia laajemmin.

## 5 VERTAISRYHMÄLÄISTEN KOKEMA VAINO

### 5.1 Monisyinen ja näkymätön vaino

Eron jälkeinen vaino näyttäytyy tutkimusaineistossani monisyiseltä ja näkymättömältä ilmiöltä, jota on vaikea sanoittaa ja kertoa ulkopuoliselle ymmärrettävästi. Vaino koostuu erilaisista teoista, jotka sisältävät fyysistä, psyykkistä, henkistä, seksuaalista, taloudellista, sosiaalista ja teknologia-avusteista väkivaltaa. Vainoa voi tapahtua monissa eri paikoissa; kotona, kaduilla, työpaikalla, koulussa, päiväkodissa tai vain, kun auto ajaa ohitse tai puhelin soi. (Nikupeteri 2017, 42.) Näitä tekopaikkoja esiintyy myös tutkimukseni tutkimusaineistossa.

Aineistossa tulee useita kertoja ilmi, että vainosta on vaikea kertoa sen aiheuttamien tunteiden ja pelkojen vuoksi. Vaino aiheuttaa keskusteluiden perusteella suurta pelkoa, joka on läsnä jokapäiväisessä elämässä. Vainoaminen kietoutuu ajallisesti menneeseen parisuhteeseen, nykyhetkeen ja tulevaan elämään. Vaino on epäselvää ja vaikeasti ymmärrettävää sen monenlaisten tekojen vuoksi. Vainon uhreille keskeistä on pelon tunne sekä henkinen ahdistus. (Nikupeteri 2017, 42.) Omaa käytöstään on joutunut muuttamaan vainoamisen aikana joko tiedostaen tai tiedostamatta. Vainoa kuvataan keskusteluissa prosessinomaisena painajaisena, abstraktina pelkona ja väkivaltana, joka on naamioitunut erilaisiin tilanteisiin. Nikupeterin (2016, 57) mukaan pelkoa ei aiheuta pelkääjän itse vainoteko vaan myös vainon jatkuminen ja sen toistuminen.

*”Silti se pelotti kamalasti. Eikä minulla tuolloin ollut käytökselle sanoja, ajattelin, että se menee ohi. Että hän oli vain vihainen kun suhde päättyi.”*  
(Leena)

Vaikka vaino päättyisi, ei sen jättämät jäljet parane nopeasti. Vaino on traumaattista ja aiheuttaa niin psykologisia, sosiaalisia kuin taloudellisia vahinkoja (Sheridan ym. 2003, 153). Nikupeterin (2016, 55) mukaan, henkinen väkivalta voidaan mieltää tuhoavammaksi ja uhrin hyvinvointia enemmän heikentäväksi kuin fyysisen väkivalta. Vainolla murretaan yksilön oikeus oman elämän hallintaan. Mieli ja keho muistavat erilaiset tun-

temukset ja tilanteet, joissa vainoa on tapahtunut. Tutkimuksissa sekä tutkimusaineistossa korostuvat vainon muuttavan uhrin uskoa itseensä, aiheuttavan erilaisia psykologisia oireita kuten vainoharhaisuutta, epäluuloisuutta, avuttomuutta ja sekavuutta sekä vähentävän luottamusta ympäröivään maailmaan ja muihin ihmisiin. Fyysinen etäisyys ja erilaiset toimintatavat, esimerkiksi puhelimen vaihtaminen, vähentää vainoa tai vaihtoehtoisesti muuttaa vainoamisen tapaa. (Sheridan ym. 2003, 153.)

*”Itse parisuhteen aikainen väkivalta oli kamalaa, se oli sitä kaikille meistä. Mutta kamalaa se on tämänkin elämä välillä, kun parisuhde seuraa perässä, sen väkivallan seuraukset seuraavat, ja tuntuu välillä kädettömältä vääryyksien edessä.” (Leena)*

## 5.2 Vainon alkaminen parisuhteen aikana

Verkkovertaisyhmään osallistuneilla ihmisillä vainokäyttäytyminen alkoi jo parisuhteen aikana. Mullenin, Pathén ja Purcellin tutkimuksen (2009, 46) mukaan suurimmalla osalla uhreista vainokäyttäytyminen alkaa jo parisuhteen aikana. Tutkimusaineistossa esiintyneet parisuhteet ovat kestäneet useita vuosia, pisimmillään yli kymmenen vuotta, jonka aikana oli saatu yhteisiä lapsia. Aineistossa tuodaan esille vainon ilmentyneen parisuhteen aikana esimerkiksi tarkkana vahtimisena, sairaalloisena mustasukkaisuutena, väkivaltaisuutena ja henkisenä kontrolloimisena. Lisäksi parisuhteissa on ollut väkivaltaisen puolison osalta vahvaa mitätöimistä, alistamista sekä eristämistä muista ihmisistä. Tutkimusten mukaan usein parisuhteissa, joissa eroamisen jälkeen esiintyy vainoa, on esiintynyt suhteen aikana myös fyysistä väkivaltaa tai seksuaalista hyväksikäyttöä (Mullen ym. 2009, 46).

*”Parisuhteen aikana jo mies seurasi minua fyysisesti esim. jos kävin kylässä vanhempieni luona, hän tuli työpaikalleni varmistamaan, että todella olin siellä tai ajeli vain autolla perässäni kun lähdin kävelyille. (...) Hän myös murtautui sähköposteihini, puhelimeen ja asunnostamme löytyi nauhureita.” (Leena)*

Henkinen väkivalta ja kontrollointi hiipivät suhteeseen usein pikkuhiljaa. Se voi alkaa esimerkiksi uhkailemalla tai pelon ilmapiirin luomisella arkeen, joka on tyypillistä vainoilmapiirin luomisessa (Mullen ym. 2009, 46). Aineistossa ilmenee myös selkeästi se, että väkivallan uhrin kyky muodostaa mielipiteitä, tehdä päätöksiä tai uskaltaa puhua muille järkkyy. Epänormaalista tilanteesta tulee uhrille normaalia. Nikupeterin (2016, 59) mukaan tämä kahdessa eri todellisuudessa, normaalissa ja epänormaalissa eläminen on tyypillistä vainossa. Uhrin käsitys todellisuudesta ja olemassaolosta häilyy, eikä vainoon liittyvää käytöstä tunnusteta epänormaaliksi.

*”Omat digivaino kokemukset liittyvät ex:än parisuhteen aikana laittamaan vakoiluohjelmaan. Hän luki siis käytännössä kaiken mitä kirjoitin. Hän myös luki sähköpostini ja tekstiviestini. (...) Tämä kaikki tuntui silloin jotenkin normaalilta ja että hänellä oli siihen oikeus.” (Miina)*

Henkinen väkivalta voi muuttua fyysiseksi väkivallaksi, joka kohdistuu kumppaniin, lapseen tai kotieläimiin. Näin ollen myös fyysinen väkivalta lisääntyy vähitellen. Ryhmäläiset kuvaavat toivetta ehjästä ja turvallisesta perheestä, jossa lasten on turvallista kehittyä ja kasvaa. Tämä toive edesauttaa väkivallan uhria uskomaan parisuhteen ja perhe-elämän muutokseen, mikä puolestaan vaikeuttaa eroamista. Eron kannalta merkityksellinen käännekohta näyttäytyy aineiston mukaan olevan lasten oireilu tulehtuneesta perhetilanteesta tai lapseen kohdistunut väkivalta, joka jouduttaa eroamista väkivaltaisesta kumppanista.

*”Väkivalta hiipi suhteeseen pikkuhiljaa. Se ilmeni ensin koiraani liittyvänä. (...) Lasteni isä kertoi myös avioliitossa ollessamme, että jos eroan, hän tekee elämästämme niin vaikeaa kuin voi!” (Päivi)*

*”(...) itse aina olen etsinyt vastauksia siihen miksi toinen vahingoittaa, avioliiton aikana selitellyt toisen puolesta jne. siksi läheisille olikin shokki kuulla avioeron jälkeen alkoholismista, väkivallasta ja psyykeongelmista.” (Riina)*

Hankalaan ja epävarmaan parisuhdetilanteeseen ja perhe-elämään liittyy vahvasti myös häpeän tunne, joka välittyy aineistosta. Ulkopuolisille ihmisille on vaikea selittää nykyistä tilannetta tai tätä on yritetty selittää läheisille ja ammattilaisille, mutta apu on evätty. Entinen kumppani voi myös vähätellä tai mitätöidä kokemuksia, mikä saa uhrin kyseenalaistamaan kokemuksiaan (Nikupeteri 2016, 59). Aineistossa tulee esiin, että väkivaltaa ja siihen liittyvää pelkoa ja ahdistusta on ulkopuolisten ihmisten vaikea nähdä. Ymmärtämättömyys, vähättely tai torjuminen lisäävät häpeän tunnetta, mikä taas nostaa kynnystä hakea uudelleen apua. Häpeän ja syyllisyyden tunteesta kerrotaan keskusteluissa avoimesti, sillä kaikki ryhmäläiset pystyvät samaistumaan näihin tunteisiin. Ryhmän ohjaajat myös avaavat keskusteluissa häpeän ja syyllisyyden olevan hyvin tyypillisiä vainon uhreille.

Aineistossa kuvautuu myös eroamisen vaikeus, johon liittyy suurta pelkoa ja epävarmuutta. Väkivaltaista puolisoa ja vainoajaa voidaan yrittää ymmärtää loputtomiin ja hyväksyä vainoajan käytöksen motiivit, joita voivat Häkkäsen, Hagelstamin ja Sattilan tutkimuksen (2003, 190-191) mukaan olla mustasukkaisuus, pakkomielleisyys ja riippuvuus. Aineistossa ei kuitenkaan vainon motiiveja pohdittu, mutta käyttäytymistä yritettiin selittää sairaudeksi tai mielenterveyshäiriöön kuuluvaksi. Aineistossa ilmenee myös, että väkivallan tekijä voi uhkailla eroon liittyvillä vaikeuksilla ja näin vaikeuttaa eroamista niin fyysisesti kuin emotionaalisesti. Eroaminen voi tapahtua kerrasta tai erota voidaan useasti ennen kuin lopullinen irrottautuminen tapahtuu. Aineistossa tulee selkeästi ilmi eroon liittyvä vaara ja turvattomuus. Kumppani voi paeta esimerkiksi turvakotiin tai lähteä yöllä hiljaa salaa hankittuun uuteen asuntoon.

### 5.3 Vainon ajallinen kesto

Vainon kestoa ja ajallista pituutta on ryhmäläisten mukaan vaikea arvioida. Vaino näytetään tutkimuksien mukaan krooniselta ongelmalta, jossa vainoteot toistuvat säännöllisesti ja pitkäkestoisesti (Sheridan ym. 2003, 149). Nikupeterin tutkimuksen (2016, 42) mukaan vaino kestää keskimäärin kaksi vuotta ja Häkkäsen, Hagelstamin ja Santtilan tutkimuksessa (2003, 190) sen arvioidaan kestävän 6-20 kuukautta. Puolestaan Sheridanin, Blaauwin ja Daviesin tutkimuksessa (2003, 151) on ajallisen keston arvoitu olevan 13-120 kuukautta. Eron jälkeisen vainon on todettu kestävän merkittävästi pidempään



kuin vainon, jossa henkilöt eivät tunne toisiaan. Vainokäyttäytymistä on voinut ilmetä jo parisuhteen aikana. (Nikupeteri 2016, 42.)

Aineiston mukaan väkivallan kokijan on vaikea arvioida vainon kestoa, mikäli se on alkanut jo parisuhteen aikana. On myös hyvä huomioida väkivaltaisen käyttäytymisen ja vainoamisen ero parisuhteessa ja sen päättymisen jälkeen. Vainokäyttäytyminen itsessään on väkivaltaa, joten se, että mielletäänkö vaino erillisenä osana väkivaltaista parisuhdetta, vaikuttaa aineistossa keston arviointiin paljon. Aineistossa kuitenkin pääsääntöisesti keskitytään eron jälkeiseen vainoon eikä väkivaltaiseen parisuhteeseen.

Huomioitavaa on, että yksittäisellä vainoteon kestolla ei näyttäydy olevan merkitystä, esimerkiksi seuraako vainoaja kadulla vai ajaako hän autolla talon ohi. Tärkeämpää on hahmottaa vainon kokonaisuus eli ymmärtää sen toistuvuus, säännöllisyys ja arvaamattomuus. Häkkäsen, Hagelstamin ja Sattilan tutkimuksessa (2003, 192) hämmästyttää kuitenkin se, että puhelimella soittamista ei mielletä viranomaistahoissa niin yksilöä loukkaavaksi ja pelkoa aiheuttavaksi vainoteoksi kuin esimerkiksi yksittäistä fyysisestä pahoinpitelyä.

*”Vaino on niin haastavan monimuotoinen ilmiö, että ei pysty oikein olla vihainenkaan, kun ei itsekään sitä ole oikein tunnistanut, niin miten sitä voi odottaa muilta?” (Päivi)*

Kokonaisuutena vaino näyttää tutkimusaineistossa hyvin pelottavana, ahdistavana ja turvattomuutta aiheuttavana kokemuksena, oli teko sitten millainen tahansa. Aineistossa tulee esiin vainon prosessinomaisuus, joka myös vaikeuttaa vainon tunnistamista ja sanoittamista. Entisen kumppanin käyttäytymistä on vaikea tunnistaa vainoksi ennen kuin ammattilainen sanoittaa kokemusta ja vainoon liittyviä erityispiirteitä. On tyypillistä, että vaino naamioituu näennäisesti tavalliseksi ja rutiininomaiseksi käyttäytymiseksi, jota on vaikea tunnistaa rikokseksi. Yksittäinen vainoteko ei vielä täytä vainorikoksen määritelmää, vaan vainossa huomioidaan vainotekojen kokonaisuus ja tekojen toistuvuus. (Sheridan ym. 2003, 150.) Usein vasta vainon tunnistamisen ja sen tiedostamisen jälkeen haetaan apua. Tunnistamiseen ja ymmärtämiseen liittyy vahvasti myös vainon uhrin henkinen suojautuminen ja puolustautuminen tilanteessa, mikä voi pahimmassa tapauksessa estää avun vastaanottamisen.

*”Minulla vaino sanana tuli tutuksi vasta n. kolme vuotta sitten... kun ymmärsin, että sitä oli ollut koko parisuhteemme ajan 11 vuotta. Vaino vain jotenkin muutti muotoaan kun erosin ex puolisostani. Sanan vaino alle alkoi kertyä pitkärimpsu asioita, hetkiä ja tekoja.” (Johanna)*

Vaino jäsentyy aineistossani erilaiseksi ja eri tavoin vahingolliseksi eri tilanteissa. Vainon prosessinomaisuuden vuoksi se sisältää myös jaksoja, jolloin vainoa tai väkivaltaa ei ilmennyt. Vainon jaksottaisuus ilmenee myös tutkimuksissa (Sheridan 2003, 151-154). Tosinaan vaino voi olla hyvinkin hyökkäävää, usein toistuvaa ja pelottavaa. Tämän jälkeen puolestaan vaino voi olla hetken näkymättömissä, mutta se edelleen hallitsee elämää ja on läsnä uhrin arkipäivän tilanteissa.

Aineistossa vainoa kuvataan kuin jäällä kävelyksi; sellainen järven jää, joka on vasta jäänytynyt. Lähdet kävelemään sitä ensin varovasti. Huomaat, että se kantaa ja lähdet kävelemään reippaammin. Rentoudut ja kävelet varmemmin askelin. Sitten kuuluu jostain se rasahdus. Se rasahdus pysäyttää ja salpaa hengityksen ja lamaannut, koska pelko valtaa koko kehon. Kun saat jälleen ajatuksen kulkemaan ja huomaat, että jää ei pettänyt-kään alta, jatkat matkaa ensin varovasti ja sitten varmemmin.

*”Vainoaminen on minulle myös sellaista, mistä on hankala kertoa. Kun yhden jutun kirjoittaa, muistaa kymmenen seuraavaa asiaa.” (Leena)*

Vaino määrittää edelleen ryhmäläisten elämää ja se jäsentyy aineistossa edelleen osaksi arkea. Vainoamista oli jokaisella ryhmäläisellä enemmän tai vähemmän meneillään ryhmän aikana. Näin ollen vainoamista ei voi tarkastella yhtenä ajanjaksona elämässä. Vainon uhrin normaaliuden käsite häilyy, eikä kaikkea vainokäyttäytymistä välttämättä kyetä tunnistamaan vahingollisena. Nikupeterin (2016, 57) näkemyksen mukaan pitkäkestoisen kontrollin ja ennakoitavuuden menettämisen vuoksi vaino aiheuttaa pelon ja ahdistuksen ohella suurta vauriota uhrin käsitykselle minuudesta ja omasta toimijuudesta. Vainotilanteita kuvataan aineistossa tapahtumina eikä niinkään kokemuksina, jotka ovat tapahtuneet juuri sen tilanteen kertojalle. Tapahtuma ja tunnekokemus ovat erotettu toisistaan, eikä tapahtuman aiheuttamasta tunteesta tai tuntemuksista juurikaan kerrota yksityiskohtaisesti. Tunteista keskustellaan enemmänkin yleisesti eli millaisia

tunteita vainoaminen herättää, eikä yksityiskohtaisesti siitä, millaisia tunteita tietty vainokokemus herättää.

#### 5.4 Vainoteot

Seuraavassa kappaleessa tarkastelen aineistossa esiin tulleita vainotekoja ja -keinoja. Aineistossa tulee selkeästi esiin vainoajan mielikuvituksellisuus ja vainoamistapojen röyhkeys. Vainoteot voivat myös vaihdella eri ajanjaksojen aikana sekä halutun reaktion saamisen mukaan. Vainotekoja on monia ja nämä tuodaan vertaisryhmän keskusteluissa esille hyvin jäsenetysti. Monet vainoteot ja -tilanteet ovat kerrottu lyhyesti tapahtuneeksi, eikä niiden jälkeisiä tunteita ole avattu yksityiskohtaisesti. Aineistossa useat vainotilanteet tulevat esiin ihan kuin ne olisivat tavallisia osia arkipäiväistä elämää. Näitä tilanteita ei korostettu eikä niihin pysähdetty keskusteluissa.

Huomion arvoista on, että vainotekoja ja -tilanteita kuvataan keskusteluissa usein passiivissa eli ei minä-keskeisesti. Tilanne tai tapahtuma on tapahtunut, mutta aineistossa ei korostu, että se olisi juuri minun henkilökohtainen kokemus. Mikäli vainotilanne kerrotaan tapahtuneen ammattilaisten tai viranomaisverkoston välityksellä, on näitä tilanteita kuvattu melko yksityiskohtaisesti ja suorasanaisesti. Mikäli vainoteko oli tapahtunut vainon uhrille ja yhteisille lapsille, käytettiin persoonapronominia ”me”.

##### 5.4.1 Fyysinen seuraaminen

Fyysinen seuraaminen näyttyy aineiston perusteella yleisenä vainon keinona ja ryhmäläisille hyvin tavallisena osana elämää. Aineistossa tulee selkeästi ilmi, että fyysinen seuraaminen tehdään usein niin, että vainon kohde tiedostaa tämän, vaikkei suoraa lähestymistä tapahtuisi. Tämä voi olla esimerkiksi autolla tai kävellen seuraamista, jonka vainon kohde huomaa selkeästi. Vaihtoehtoisesti seuraamista voi tapahtua myös huomaamatta ja siten tarkoituksen mukaisesti kohdata jossakin, missä kohtaamista ei voida ennustaa. Ryhmäläiset eivät kuvaile fyysisestä seuraamisesta aiheutuneita tunteita tai kokemuksia tarkemmin. Seuraaminen voi olla ryhmäläisille niin tavallista, etteivät he

tunnista enää sen epänormaaliutta tai vaihtoehtoisesti seuraamiskokemuksista voi olla niin kauan, ettei sen aiheuttamiin tuntemuksiin haluta tietoisesti palata.

Aineistossa ja Nikupeterin tutkimuksessa (2016,36) ilmenee myös, että seuraamiseen voidaan hyödyntää kolmansia osapuolia, esimerkiksi ystäviä tai sukulaisia. Vainoaja voi manipuloida muita ihmisiä, esimerkiksi vainotun läheisiä tai vainoajan omia tuttuja osaksi toteuttamaan vainotekoja. Kolmannet osapuolet voivat lähestyä kaupungilla avoimesti, ottaa valokuvia vainon kohteesta tai hankkia tietoa vainon uhrista. Tämä osaltaan kaventaa aineiston mukaan vainotun elinpiiriä ja aiheuttaa epäluottamusta läheisiin ja ystäviin. Välttääkseen kohtaamisia vainoajan ja kolmansien osapuolien kanssa, pyrkii vainottu välttämään sosiaalisia tilanteita.

Fyysinen seuraaminen ei liity pelkästään entiseen puolisoon vaan myös yhteisiin lapsiin. Lapsia voidaan seurata ja se voidaan tehdä myös niin, että lapsi ja entinen kumppani tiedostavat tämän. Seuraamisen avulla voidaan saada myös sellaista tietoa selville, jota voidaan hyödyntää esimerkiksi yhteydenpidon mahdollistajana. Näitä hyödyllisiä tietoja vainoajalle voivat olla esimerkiksi sijaintitiedot.

#### 5.4.2 Tarkkailu ja vakoilu

Tarkkailu ja vakoilu näyttävät tutkimusaineistossa fyysisen seuraamisen ohella hyvin tyypillisenä vainon keinona. Performatiivisessa väkivallassa, kuten esimerkiksi tarkkailussa, vainon tekijä pyrkii aiheuttamaan pelkoa, ahdistusta ja lamaannusta, joka pohjautuu häpeän tuottamiseen vainon kohteessa. Usein tämä tehdään tietoisesti, niin että vainon kohde huomaa jollakin tapaa tarkkailun. Aineistossa tulee esiin, kuinka tarkasti vainoaja toteuttaa tarkkailua ja tekee sen niin, että vainon kohde tiedostaa tämän, muttei voi tehdä asialle mitään. Ryhmäläiset kuvailevat tämän epätietoisuuden ja toivottomuuden herättävän voimakasta pelkoa, ahdistusta ja turvattomuutta, sillä he eivät kykene hallitsemaan omaa elinpiiriään.

*”Vaun tietyt autot olivat parkissa asunnon edessä.” (Leena)*

Pienet merkit tarkkailusta, mutta sitäkin merkityksellisemmät, aiheuttavat suurta pelkoa. Vainoaja haluaa tuoda selkeästi esiin hänen läsnäolonsa ja voimattomuuden vainon uhrin edessä. Seuraaminen ja tarkkailu asettuvat merkitykseltään aineistossa hyvin hienovaraiseksi, mutta sitäkin enemmän pelkoa ja turvattomuutta aiheuttaviksi kokemuksiksi. Vainon uhri on osoittautunut keinottomaksi ja kykenemättömäksi puuttumaan itse vainoon tai hän ei edes tunnista tai kykene sanoittamaan vainoa.

Tarkkailua ja vakoilua voidaan tehdä myös hyvin suoraan. Aineistossa ilmenee useita tilanteita, joissa vainoaja on ilmestynyt oven taakse, päiväkodin pihalle tai puistoihin. Näiden yllättävien kohtaamisten aiheuttamista tunteista ei juurikaan kerrota. Entisen kumppanin lisäksi voidaan tarkkailla myös lapsia tai paikantaa esimerkiksi puhelinta, jolloin vainoaja tietää tarkasti vainon uhrin sijainnin.

*”Koulunpihoilla miihailua, päiväkodin liepeillä oleskelua, (...) puhelimen paikannusta, ilmestyi uuden kotimme pihaan, ajeli autolla ja vilkutteli auton ikkunasta ohimennen kun tiesi milloin lapset pääsee koulusta (...)” (Johanna)*

Tarkkailusta ja vakoilusta kerrotaan aineistossa myös hyvin yleisesti tarkentumatta yksityiskohtiin tai tapahtuman herättämään tunnereaktioon. Kuten edellisessä lainauksessa ilmenee, vainosta voidaan puhua niin passiivissa kuin myös samanaikaisesti uhrina voidaan pitää usein ”me” eikä vain ”minä”. Joissain tilanteissa vainottu mieltää vainon kohdistuvan hänen lisäksi myös lapseen kokonaisuutena.

Aineistossa tulee ilmi myös, että vainoaja voi murtautua vainotun kotiin. Muuton yhteydessä on esimerkiksi voitu teettää ylimääräinen avain asuntoon, josta ei ole ollut tietoa aiemmin. Asuntoon murtautuminen tehdään myös näkyväksi, esimerkiksi siirtelemällä huonekaluja ja esineitä tai varastamalla asunnosta jotain tärkeitä esineitä. Pienet muutokset asunnossa voidaan aluksi luulla pelkäksi kuvitelmaksiksi, mutta niiden toistuessa voidaan ajatella sen olevan tietoista tekoa, jonka halutaan aiheuttavan turvattomuutta ja pelkoa vainon kohteessa.

### 5.4.3 Digitaalinen laite vainon välineenä

Digitaalinen yhteydenpito vainoajan ja vainotun välillä asettuu aineistossa sekä tutkimuksissa kokemukseltaan tyypilliseksi vainon muodoksi (Nikupeteri 2016, 53-54; Häkkänen ym. 2003, 200). Tämä voi olla esimerkiksi toistuvia puheluita ja tekstiviestejä, sähköposteja, yhteydenottoja sosiaalisen median kautta tai mustamaalaamista yleisissä yhteisöllisissä kanavissa esimerkiksi koulun sosiaalisen median sivuilla. Nikupeterin tutkimuksen (2016, 53-54) mukaan vainoajan motiivina on nöyryyttää ja kaventaa uhrin toimijuuden mahdollisuutta hallita itseään koskevaa tietoa. Tutkimusaineistossa tulee esiin myös verkkokauppatilausten tekeminen vainotun yhteystiedoilla, ja näistä perättömistä tilauksista aiheutuneet maksut voivat päättyä ulosottoon. Näistä puolestaan koituu uhrille suunnatonta nöyryytystä, harmia ja vaivaa. Nöyryyttävien tekojen taustalla on tarve saada uhri tuntemaan ennen kaikkea häpeää. (Nikupeteri 2016, 54.)

*”(..) hän soitteli jatkuvasti ja lähetti lukuisia viestejä. Niitä tuli päivittäin, viikkoja, kuukausia. Laskin, että ehkä noin kahteen viikkoon puheluita tuli toista sataa ja viestejä päivittäin keskiverroksi noin kymmenen.” (Leena)*

*”Hän leikkeli tuntikausia youtube videoita, joissa laittoi minut esittämään huoraa tai huonoa äitiä ja uhkasi julkaista ne. Joskus hän leikkasi videon sen näköiseksi, että se näytti julkaistulta, ja näytti sen sitten minulle.” (Miina)*

Yhteydenpito on usein toistuvaa, taukoamatonta ja pitkäkestoista. Digitaalinen väline, esimerkiksi puhelin tai sähköposti ovat nykypäivänä tärkeä osa arkea. Valitettavasti digitaalinen väline mahdollistaa myös vainon. Vainoaja haluaa tuoda itsensä esille fyysisestä etäisyydestä huolimatta ja häiriköidä arkipäiväistä elämää. Usein yhteydenpidon motiivina on pitää yllä suhdetta vainon uhriin tai pyrkimys palauttaa entinen parisuhde takaisin (Häkkänen ym. 2003, 197). Sosiaalisen median kautta voidaan myös levittää arkaluontoista materiaalia ja tietoa, sekä perättömiä valheita entisestä kumppanista tai lapsista. Tämä entisen kumppanin ja lasten mustamaalaaminen on omiaan hankaloittamaan perheen elämää. Aineistossa korostuu selkeästi digitaalisen vainon kohdistuminen lapsiin, joka aiheuttaa sekä lapselle että vanhemmalle ahdistusta, pelkoa ja turvattomuutta.

*”Toki lapsen elämää on tuhottu juuri sähköposteja eri puolille lähettämällä melko tehokkaasti, kaverisuhteisiin lapsella on vaikuttanut se että hänen isänsä on esim. Facebookissa päiväkodin ryhmässä kertoillut (valehdellut) lapsella olevan ”vakavia käytöshäiriöitä”. (Eerika)*

Tutkimusaineistossa ilmenee myös useita kokemuksia, joissa erilaisten digitaalisten välineiden välityksellä on päätyntä vainoajalle sellaista tietoa vainotusta ja lapsista, mikä on omiaan aiheuttamaan vahinkoa arkipäiväisessä elämässä. Aineistossa kerrotaan esimerkiksi vainoajan asianajajan kyselleen osoite- ja yhteystietoja. Lisäksi vainoaja on pyytänyt dokumentteja tai lastensuojelun asiakaskirjauksia nähtäväksi, joissa ilmenee vainotun yhteystiedot. Vaikka tietoja salataan, voivat ne silti viranomaisten kautta päättyä vainoajan käsiin.

*”Erilaiset instanssit, joilla ihmisten osoite ja numerotietoja eivät ole saman järjestelmän alla. Esimerkiksi trafista puhelinnumeroni vuoti monta kertaa, ennekuin älysin, että vaikka se numero kuinka on salainen, piti soittaa sinne trafiin erikseen ja kieltää sen luovuttaminen. (...) Vainoaja kun tiesi rekkarini autosta.” (Leena)*

Ryhmäläiset myös jakavat keinoja digitaalisen vainon hillitsemiseksi tai lopettamiseksi. Aineistossa tulee esiin, että erikseen voidaan kieltää eri tahoja esimerkiksi lastensuojelua, päivähoitoa tai koulua luovuttamasta vainotun yhteystietoja vainoajalle. Lisäksi salasanojen vaihtaminen säännöllisesti, sijaintitietojen poispäällä pitäminen puhelimesta voivat hillitä toistuvia yhteydenottoja ja kohtaamisia vainoajan kanssa. Osalla vertaisryhmän osallistujista on myös käytössä kaksi puhelinta, joista toinen toimii ”roskanumerona” ja toinen numero on arkielämässä käytössä. Roskanumero on vainoajalla tiedossa eikä tätä numeroa käytetä missään muissa yhteyksissä. Tämä näyttää ryhmäläisten keskusteluiden mukaan hillitsevän vainoajan yhteydenottoja.

#### 5.4.4 Viranomaisten hyödyntäminen vainon toteuttamisessa

Aineistossa sekä Nikupeterin tutkimuksessa (2016, 53) ilmenee myös, kuinka vainoa voidaan harjoittaa myös viranomaisten kautta. Viranomaiset voidaan saada uskomaan omaan tarinaan ja perheen tilanteeseen tai vaihtoehtoisesti vainoajan uhriutumiseen, jolloin vainon tekijä ja uhri vaihtavat näennäisesti rooleja. Ryhmäläisten keskusteluissa tulee esiin esimerkiksi lastensuojelun ja muiden sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden hyödyntäminen vainon toteuttamisessa. Aineistossa ilmenee entisen kumppanin tekemät lukuisat rikosilmoitukset ja yhteisistä lapsista tehdyt lastensuojeluilmoitukset. Perättömät lastensuojeluilmoitukset hankaloittavat jokapäiväistä arkea ja mahdollistavat vainon pitkittämisen (Nikupeteri 2016, 53).

Aineistossa tulee esiin myös, kuinka vainoaja uhkailee, manipuloi tai vaihtoehtoisesti ylistää viranomaisia. Vainon uhria voidaan myös mustamaalata sekä levittää perätöntä tietoa vainon kohteesta ja lapsista eri tahoille. Nikupeterin (2016, 53) mukaan, tässä on kyse vainon uhrin nöyryyttämisestä ja lisäharmin aiheuttamisesta. Aineistossa ilmenee myös, että entinen kumppani voi huoltajana kieltää lastensuojelussa tai psykiatrian palveluissa palvelun ja hoidon toteuttamisen. Ryhmäläisten keskusteluissa tämä nähtiin erittäin hankalana, sillä mikäli palvelun tarve on huoltajan ja palveluntarjoajan mukaan ilmeinen lapsen myönteisen kehityksen kannalta, voi vainoaja sen kuitenkin evätä. Tämä turhautti ja ärsytti ryhmäläisiä etenkin lainsäädännön näkökulmasta, ei niinkään vainoajaan kohdistuen. Ryhmäläisten mielestä laissa tulisi olla soveltamiskohtia tai keinoja estää väkivaltaa harjoittavan huoltajan sabotoiminen lapsille suunnattujen palveluiden toteuttamisessa.

Lisäksi viranomaisilta sekä muilta työntekijöiltä, esimerkiksi opettajilta, päiväkodin hoitajilta tai tapaamispaikan valvojilta voidaan saada sellaista tietoa entisen kumppanin ja lasten elämästä, mikä ei vainoajalle kuulu. Aineistossa ilmenee myös, että vainoaja voi esimerkiksi vaihtaa osoitteen välttääkseen hoitomaksujen tai muiden maksujen maksamisen.



#### 5.4.5 Pitkittyneet huoltajuus- ja tapaamisriidat

Pitkittyneet huoltajuus- ja tapaamisriidat oikeudessa asettuvat aineistossa tyypilliseksi vainon ja kiusaamisen keinoksi. Huoltajuusriitaan liitetty vainoaminen voi usein estää viranomaisia ja muita ammattilaisia tunnistamasta huoltajuuteen ja erovanhemmuuteen liittyviä tilanteita vainona. (Nikupeteri 2016, 37). Aineistossa tulee ilmi myös useita tapauksia, joissa vainoaja tekee kerta toisensa jälkeen uuden haasteen esimerkiksi lasten huoltajuudesta tai tapaamisista. Viranomaisten merkintöjä, kirjauksia ja lastensuojeluilmoituksia voidaan käyttää hyväksi oikeudenkäynneissä. Huoltajuus-oikeudenistunnot näyttävät aineistossa sekä Nikupeterin tutkimuksessa (2016, 38) varsinaisina teatterinäyttämöinä, joissa tuomarin on vaikea erottaa lapsen etua. Vainoamista voidaan pitkittää huoltajuusriitakierteiden avulla ja tämä puolestaan rasittaa niin toista huoltajaa kuin lasta itseään.

Aineistossa nousee esiin myös yli 12-vuotiaan lapsen oikeus tulla kuulluksi huoltajuus- ja tapaamisiin liittyvissä oikeudenkäynneissä. Tämä näyttää aineistossa olevan hyvin merkityksellinen ikä oikeusprosessien kannalta. Lapsia voidaan vaatia mukaan oikeudenkäyntiin tai ilmaisemaan mielipiteensä, joka on kuitenkin manipuloitu vainoajan toimesta. Lapsen puolesta voidaan myös kirjoittaa kirjeitä oikeuden tuomareille. Ryhmäläiset toivoivat oikeudenkäynteihin ja lainsäädäntöön muutoksia, sillä lapset ovat herkkiä manipulaatiolle ja heille voi jäädä elinikäisiä traumoja ja oireita, mikäli oikeus ei ota lasta riittävällä tavalla huomioon.

Oikeudenkäynnit näyttävät aineistossa sekä Nikupeterin tutkimuksessa (2016, 53) myös yhtenä taloudellisen väkivallan muotona. Oikeudenkäynnit maksavat monia tuhansia euroja ja hyvä asianajaja nousee merkitykselliseksi oikeudenmukaisen ratkaisun saamiseksi. Hyvä asianajaja on kuitenkin kallis, samoin kuin yleiset oikeudenkäyntiin liittyvät maksut. Sovittelua ryhmäläiset pitävät toimimattomana keinona huoltajuusriidassa, jossa toinen huoltajista harjoittaa väkivaltaa.

Aineistossa ilmenee selkeästi yhteiskunnan tietämättömyys vainoamisesta tai siihen liittyvästä vaarasta ja pelosta, joka kohdistuu vainon uhriin ja yhteisiin lapsiin. Näitä epäkohtia ja epäoikeudenmukaisia tapahtumia julkisissa palveluissa avataan aineistossa yk-

sityiskohtaisesti ja selkeästi. Epäoikeudenmukaisen tapahtuman kuvaamisessa ei kuitenkaan avata tapahtuman aiheuttamaa tunnereaktiota vaan ennemminkin epäoikeudenmukainen teko ja siihen liittyvä jatkotapahtuma. Kaikki ryhmäläiset ilmaisevat haluavansa olla mukana kehittämässä vainon tunnistamista ja siihen liittyviä palveluita yhteiskunnallisesti.

Aineistossa jaetaan myös kokemuksia lähestymiskiellon hakemisesta ja siihen liittyvistä vaikeuksista. Yhteiskunnan julkisiin palveluihin, oikeuslaitoksen, lastensuojelun tai poliisin palveluihin liittyviä epäkohtia näyttää jaettavan ryhmäläisten kesken avoimesti ja suorasanaisesti. Kaikilla ryhmäläisillä on kokemus avun hakemisen tai saamisen vaikeudesta. Ryhmäläisten mukaan avun hakemisen tulisi olla helpompaa eikä avun tai tuen saamisille pitäisi olla mitään kriteerejä tai portaita.

## 5.5 Lapset vainon välineenä ja vainon uhrina

Vainon vaikutus lapsiin oli ryhmäläisten keskuudessa kaikkein vaikein ymmärtää ja tämä myös ilmaistiin avoimesti keskustelussa. Nikupeterin tutkimuksen (2016, 42) mukaan yhteiset lapset mahdollistavat monia erilaisia kontrolloinnin keinoja. Lasten hyödyntäminen osana vainoamista on myös Häkkäsen, Hagelstamin ja Sattilan tutkimuksen (2003, 197) mukaan yleistä. Lapsia hyödynnetään vainon välineenä häpeilemättä ja lasten suojeleminen vainolta näyttäytyy vaikealta. Mikäli lapsen toinen vanhempi kykeni suojelemaan lastaan haitallisilta kontakteilta tai väkivallalta, viranomaiset kannustivat yhteishuoltajuuden nimissä vainoajaa pitämään yhteyttä lapseen (Mullen ym. 2009, 46-47). Tämä näyttäytyi myös tutkimusaineistossa ongelmallisena lasten suojelemisessa vahingolliselta vainolta.

*”Tietoisuus siitä, että omat lapset ovat joutuneet kokemaan vainoa ja vieraannuttamista on tuskallista. Ja se, että heillä ei ole sanoja, omat lapseni eivät osaa ja pysty tunnistamaan, heillä ei ole mahdollisuutta puolustautua.” (Miina)*

Lapset vainon välineenä tai vainon kohteena nähdään ryhmäläisten keskuudessa olevan vaikea puheenaihe, joka herättää monenlaisia tunteita. Tutkimusaineiston mukaan lapsiin liittyvistä tunteista ja tuntemuksista ryhmäläisten ovat kuitenkin helppo kertoa, vaikka tunteet ovatkin vaikeita. Aineistossa esiin tulleita päällimmäisiä tunteita ovat huoli, riittämättömyys ja syyllisyys kaikesta siitä, mitä lapset ovat joutuneet kokemaan ja näkemään. Aineistossa tulee esiin useasti vanhemman avuttomuus suojella ja puolustaa lasta. Ryhmäläiset kokevat myös, etteivät lapset ole saaneet heille kuuluvaa apua, vaikka auttajat ovat tietäneet toisen vanhemman harjoittamasta väkivallasta. Osa auttajista on kuitenkin osannut auttaa oikea-aikaisesti vanhemman lisäksi myös lapsia.

Huomion arvoista ryhmäläisten keskuudessa on se, että vaino kohdistui eri lailla eri perheenjäseniin. Saman perheen lapsiin on voinut kohdistua eri tavalla väkivaltaa ja vainoa, jolloin myös avun tulee olla erilaista. Aineistossa tulee selkeästi esille lasten eriarvoisuus vainoajan silmissä. Vainoaja kohdistaa eri tavoin väkivaltaa ja vainoa perheen lapsiin ja valitsee lapsista manipuloitavakseen yhden tai useamman. Huomioitavaa aineistossa on se, että lapset löytävät voimavaroja tilanteen sietämiseksi ja voivat selvitä oikealla avulla siinä missä aikuinenkin.

Lasten kohdalla aineistossa huomaa selkeästi vainon prosessimaisuuden, mikä tulee kaikessa vainossa myös esille. Nikupeterin (2016, 54) näkemyksen mukaan vaino aiheuttaa lapselle turvattomuutta ja pelkoa itsensä sekä muun perheen turvallisuuden osalta. Lapsiin kohdistuneet vainoteot ovat aineiston mukaan vaihdelleet ja lähestymistavat ovat voineet olla toisessa ajanjaksossa tiiviimpiä. Oikeuden määräämästä yhteydenpidosta ei ole voinut kieltäytyä, vaikka se voi aiheuttaa pelkoa ja ahdistusta.

*”Ex kumppanin käytös on ollut sellaista tunteiden ostamista, kiristystä, lahjontaa, suoraa minun mustamaalaamistani. Lapset ovat joutuneet elämään sellaisessa kaksoistodellisuudessa, on vihjailuja, on suoria uhkauksia. He ovat jääneet vaille sitä, että heidän tarpeensa lapsena huomioidaan. Milloin se on naamioitu näennäisesti hyvän vanhemman viittaen, milloin se on ollut suoraa kaltoinkohtelua ja väkivaltaa.” (Leena)*

Aineistossa sekä Mullenin, Pathén ja Purcellin tutkimuksessa (2009, 46-47) tulee esiin myös vieraannuttaminen ja lasten manipulointi toista vanhempaa kohtaan. Lapsi voidaan myös kaapata asumaan toisen vanhemman, vainon tekijän, luo eikä lasta suostuta palauttamaan tapaamisten jälkeen. Lapselle voidaan kertoa tämän olevan hänen parhaakseen ja lisäksi voidaan manipuloida häntä asettumaan toista vanhempaa, vainon uhria, vastaan. Aineistossa ilmenee myös, että usein lasta ohjailaan pelolla viranomais-tapaamisissa eikä lapsen anneta tavata työntekijää kahdestaan. Lapsi ei uskalla ilmaista omaa mielipidettään, koska hän pelkää vanhempaansa tai lapsi on manipuloitu vastamaan niin kuin vainoaja haluaa. Lapsi voidaan myös lopullisesti menettää eikä lapsi halua tavata enää toista vanhempaansa.

Aineistoista ilmenee, että lapsen kokemuksesta tai vainon kokemuksesta lasten kautta tunnutaan kerrottavan helpommin kuin ryhmäläisen omasta kokemuksesta. Esille kuitenkin nousee, että vainon ja väkivallan kokemuksesta on vanhemman vaikea puhua lapsen kanssa. Lapsen käyttäytymisessä on nähty tapahtuvan muutoksia ja vaihteluja, mutta tätä ei ole osattu ottaa lapsen kanssa puheeksi tai sanoittaa kokemusta. Ryhmäläiset toivoivat keskustelun tueksi enemmän välineitä, joiden käytössä ammattilainen voi auttaa.

## 6 VERTAISRYHMÄN MERKITYKSET

### 6.1 Puhumisen ja kuulluksi tulemisen tarve

Ihmisten samankaltaiset kokemukset ja elämäntilanne luo vertaisuutta (Mikkonen & Saarinen 2018, 20). Tutkimusaineistossa tulee esiin, että eron jälkeiseen vainoon kohdistuva vertaistuki on uusi palvelumuoto ryhmäläisille. Ryhmäläisille vertaistuki ja vertaisryhmään osallistuminen ovat uusia kokemuksia, vaikka ryhmäläiset ovat usean tahon, esimerkiksi poliisin, lastensuojelun ja psykiatrian palveluiden käyttäjiä.

Ryhmäläisillä oli vertaisryhmän alussa odotuksia ja toiveita vertaistuen suhteen. Sen toivottiin luovan toivoa, kannustamista ja ymmärrystä eron jälkeiseen vainoon, jota on ulkopuolisen vaikea tunnistaa. Mikkosen ja Saarisen (2018, 20-21) sekä Laimion ja Karnellin (2010, 18-19) mukaan luottamuksellinen ilmapiiri mahdollistaa omien kokemusten kertomisen, toisten kuulemisen, tunteiden käsittelyn ja uusien selviytymiskeinojen löytämisen. Vertaistuki helpottaa ihmisen ymmärrystä omaan kokemukseen ja luo osallisuuden tunnetta, mikä voimaannuttaa.

*”Mutta nyt meillä on apu, meillä on tukea myös. Ja olen tullut kuulluksi.”*  
(Leena)

Tutkimusaineistossa nousee selkeästi esiin kokemus siitä, että vertaisryhmä antaa nimen kokemuksille ja tunnistaa sekä sanoittaa ryhmäläisten kokemuksia eron jälkeisen vainon tapahtumista ja tunteista. Tutkimusaineistossa vertaistoiminnan ja -ryhmän merkitys näyttäytyy voimaannuttavalta ja olevan tarpeellinen palvelu eron jälkeisen vainon uhreille. Ammattilaisohjaajien ansiosta vertaisryhmässä yhdistyy myös informatiivinen puoli eli tutkimustiedon kautta saatu ymmärrys omien kokemusten todellisuudesta.

Vertaisryhmän osallistujia yhdistää yksi asia ja se on tieto siitä, mitä entisen tai nykyisen kumppanin harjoittama väkivalta ja vaino ovat. Vertaisryhmän tarkoituksena on kertoa oma tarina, pohtia yhdessä kokemusten merkityksiä sekä luoda yhdessä selviytymiskeinoja. Aineiston keskusteluissa kerrotaan omista kokemuksista, tapahtumista, jul-

kisten palveluiden epäkohdista, omista selviytymiskeinoista ja rikos- ja viranomaisprosesseista. Vaikka ryhmäläisillä on selkeästi omia, yksilöllisiä kokemuksia, löytyy silti eron jälkeinen vainosta ja siihen liittyvistä haasteista yhteneväisyyksiä. Mikkosen ja Saarisen (2018, 22) mukaan ryhmäläiset voivat ymmärtää tosiaan jopa ilman sanoja, koska heitä yhdistää samankaltaiset kokemukset. Tutkimusaineistossa ryhmäläiset kertovat vainotapahtumista yleisesti, ja näihin moni ryhmäläinen kykenee samaistumaan.

*”Olen kaivannut vertaistukea! Vaikka vainon kasvot ovat moninaiset, on kokemuksissamme varmasti yhtenäisyyksiä.” (Päivi)*

Ryhmäläiset korostavat keskusteluissa useaan kertaan kiitollisuutta vertaistuesta sekä arvokkaasta kokemuksesta tulla kuulluksi ja nähdyksi. Oman kokemuksen jakamisen sekä muiden kokemusten kuuleminen on merkityksellistä ja tähän liittyvää kiitollisuuden tunteen sanoittamista ryhmäläiset eivät säästele.

*”Elämä on ihmeellisesti johdattanut, nyt kun aika on sopiva, näiden väkivalta-asioiden äärelle ja tuonut oikeita ihmisiä ympärille, joiden kanssa voi alkaa vähitellen rakentaa tulevaisuutta, jossa tavoitteena olisi ennaltaehkäistä ja lisätä näiden asioiden ymmärrystä ammattilaisten parissa. Nämä ovat pieniä murusia, mitkä tuovat omille kokemuksille merkityksellisyden tunteen. On hienoa huomata, että omista kokemuksista on apua jollekin toiselle!” (Päivi)*

Aineistossa ilmentyy selkeästi kuulluksi tulemisen tärkeys ja toive tulla huomatuksi ja nähdyksi tapahtumista ja kokemuksista huolimatta. Oman kokemuksen ymmärtäminen ja samalla kokemus siitä, että muut ottavat kokemuksen tosissaan ja ymmärtävät sen, on tärkeä ja vahvistava kokemus, jota vertaistuki korostaa. Omaan kokemukseen saadaan ymmärrystä toisten ryhmäläisten kommenteilla ja kannustavilla sanoilla. Siksi onkin tärkeää, että vertaisuus on molemminpuolista eli vertaistukea niin saadaan kuin annetaan. Aineistossa näyttäytyy myös, että ryhmäläisten kirjoitusten kommentointi on tärkeässä roolissa. Etenkin verkkovertaisyryhmässä, joka toimii pelkästään kirjoitetun tekstin välityksellä, on kommentointi ja sitä kautta välittämisen ja ymmärtämisen kokemuksen antaminen tärkeää. Verkkovertaisyryhmässä Huuskosen (2010, 79) mukaan riskinä

on, että ilmeiden ja eleiden puuttuessa ei tavoiteta keskustelijoiden tunnetilaa tai tehdä vääriä tulkintoja.

*”Vieläkin on vaikeaa kertoa kertomus koska minulla jää sellainen olo, ettei ei kukaan kuitenkaan usko. Tai että asiat ovat niin sairaita ja monimutkaisia, ettei kukaan voi uskoa niiden tapahtuneen. Ja sellainen jatkuvasti kyseenalaistettu olo. Ikään kuin koko ajan tarvitsee perustella, oikeuttaa, selittää. Nytkin, kertomuksen kirjoitettuani, jäin näihin tunteisiin. Nämä tunteet ja tosiasiat ovat lähes yhtä raskaita kuin itse vainoamiskokemus.” (Miina)*

*”Täällä on onneksi sellainen olo, että olen muiden samaa kokeneiden joukossa! Siitä huolimatta myös minulle voi tulla olo, että minua ei uskota, jos kukaan ei kommentoi! Joten on ihanaa, jos jotenkin meidän juttuja joku jaksaa kommentoida, vaikka nämä voivat herättää jokaisessa ahdistavia oloja ja joskus tuntua jopa sekavilta! (Päivi)*

Väkivaltaisen parisuhteen tai eron jälkeisen vainon aikana elinpiiri ja sosiaaliset suhteet ovat voineet karsiutua huomattavasti. Tutkimusaineistossa ryhmäläiset kertovat kokemuksistaan siitä, että ulkopuolisten ihmisten on vaikea ymmärtää kokemuksia tai ymmärtää pelon, ahdistuksen ja tuskan vakavuutta. Toisaalta myöskään läheisiä ei haluta pelästyttää tai kuormittaa omien kokemusten kertomisella, sillä heidän rooli elämässä voi olla hyvinkin erilainen. Laimion ja Karnellin (2010, 18-19) mukaan läheisten voi olla vaikea ymmärtää uhrin elämäkokemuksia tai niistä ei haluta edes kertoa lähimmille. Eron jälkeisen vainon aiheuttama trauma, stressi sekä epäluottamus ympäröivää maailmaa kohtaan eristää herkästi vainon uhrin. On tyypillistä, ettei kokemuksista haluta kertoa läheisille. (Mullen ym. 2009, 54-56.) Kiitollisuutta vertaisuudesta ja vertaisryhmään osallistumisesta korostetaan keskusteluissa huomattavan paljon. Elämä on voinut olla sekavaa ja täynnä nopeita käännteitä ja vertaisryhmä auttaa pysähtymään ja jäsentämään omia elämäkokemuksiaan. Tärkeää on myös päästä jakamaan kokemukset ja saada kokemuksille sanoittamista ja uutta perspektiiviä.

*”Tekisi mieli puhua, mutta tuntuu että kohtuutonta kuormittaa yksittäisiä ihmisiä.” (Leena)*

*”Aihe on todella ahdistava ja sitä on vaikeaa ilman omaa kokemusta ymmärtää. Tästä syystä olen todella tyytyväinen, että saan osallistua tähän ryhmään, jossa saan sekä ammattilais- että vertaistukea vielä jonkin aikaa.” (Eerika)*

Ammattilaisohjaajien tuoma tutkimustietoa ja ilmiön avaaminen ovat arvokasta täydennystä vertaisryhmän ryhmäläisten keskusteluissa. Ammattilaisohjaajat sekä vertaisryhmäläiset ymmärtävät kokemuksia, he eivät kauhistele tai suhtaudu kokemuksiin vähätellen. Keskusteluissa ammattilaisohjaajat eivät johdattele keskustelua tai ohjaa sitä, vaan tuovat vertaisryhmäläisten keskustelujen tueksi ja lisäksi tutkimusten ja työkokemuksen kautta saatua tietoa saman aiheen ympärille. Aineistossa tulee kuitenkin ilmi vertaisuuden merkityksen tärkeys, sillä ammattilaiset eivät voi tukea sillä tavoin, kuin vertaisryhmän samaa kokenut tasavertainen ihminen.

Ryhmäläiset kertovat, että vertaisryhmän ansiosta kuulluksi tulemisen kokemus sekä puhumisen tarve on täyttynyt ja selkeyttänyt ajatuksia. Aineistossa tulee esiin myös ryhmäläisten suuri tarve kehittää palveluita oman kokemuksen avulla. Kuten Nikupeterin tutkimus (2016, 90-91) osoittaa, on palveluiden kehittämisen tarve suurta, jotta kenenkään ei tarvitsisi kokea samaa. Vainottujen toiveena on myös parantaa ilmiöön puuttamisen mahdollisuuksia ja kehittää auttamisjärjestelmää paremmaksi. Tutkimusaineistonakin tulee ilmi, että ryhmäläisillä on tarve muuttaa palvelujärjestelmää sekä tuoda eron jälkeistä vainoa enemmän esille, jotta myös ulkopuolisten olisi helpompaa ymmärtää ilmiötä.

*”(..) koska en halua kenenkään kokevan sitä helvettiä missä elän.” (Riina)*

Huomion arvoista tutkimusaineiston keskustelussa on pitkien, hyvin jäsennettyjen kirjoitusten anteeksipyytely. Etenkin vertaisryhmän alussa useissa kirjoituksissa pyydeltiin anteeksi tekstin pituutta, sen epäjohdonmukaisuutta tai synkkyyttä. Tämä toistui useissa kirjoituksissa ja joissain kirjoituksissa tämä pahoittelu voidaan sanoittaa jo etukäteen ennen varsinaista kirjoitusta. Myös ryhmäläiset kiinnittivät tähän huomiota ja ottivat



turhan anteeksipyytelyn esiin ja selittivät sitä ymmärtämättömyyden kokemusten kautta.

*”Toinen asia mihin olen kiinnittänyt huomiota, on turha anteeksipyytely siitä, että tekstit ovat pitkiä. Itsekin koin siitä syyllisyyttä, mutta kun jostain syystä kaikki potevat samaa syyllisyyttä, aloin miettiä että tuo taitaakin olla meidän yhteinen psykologinen harha.” (Päivi)*

Puhumisen ja kuulluksi tulemisen tarve ei siis liity vain yksilön tarpeeseen ja kokemukseen vaan se liittyy myös suurempaan yhteiskunnalliseen tarpeeseen saada vainon uhrin ääntä kuuluviin. Keskusteluissa ilmeneviin epäkohtiin esimerkiksi palveluiden tarpeesta ja palveluihin ohjautumisesta halutaan muutosta. Palveluiden kehittämisen halu myös viestittää siitä, ettei haluta muiden ihmisten kokevan samaa kuin ryhmään osallistuneet ihmiset.

## 6.2 Omien kokemusten ymmärtämisen lisääntyminen

Niin aiemmassa tutkimuksessa kuin tutkimusaineistossa nousee esiin, että eron jälkeinen vaino hämmentää ja sekoittaa vakavasti vainon uhrin kykyä tehdä päätöksiä ja arvioida normaaliuden ja epänormaaliuden välistä eroa. Vainokäyttäytymistä voidaan pitää jopa normaalina. Vaino myös tarvittaessa naamioituu ja luo läsnäolollaan pelkoa, ahdistusta ja toivottomuutta. On myös tyypillistä, että vainon uhri kokee syyllisyyttä ja syyttää itseään tilanteesta sekä tuntee vainoajaa kohtaan sympatiaa. (Mullen ym. 2009, 47-56.)

Tutkimusaineistossa tulee esiin useita kertoja ryhmäläisen kokemus hulluksi tulemisesta tai oman arviointikyvyn pettämisestä. Vertaisryhmät auttavat näkemään ja ymmärtämään omia tuntemuksia ja kokemuksia väkivaltaisen suhteen ja vainon selviytymisprosessiin kuuluvina ja normaaleina reaktioina. Hulluksi tulemisen luuleminen tai yksinäisyyden kokeminen ovat tavallisia kokemuksia, joita vertaisryhmä hälventää. (Laimio & Karnell 2010, 19.) Kuten aiemmin tässä tutkimuksessa tulee ilmi, on vainon uhrin vaikea arvioida tai nimetä vainotekoja ja näin sitä ei myöskään voi tunnistaa varhain. Tutkimusaineistossa kuvataan ja kerrotaan kokemuksista, joissa koetaan, ettei hallita omaa

elämää vaan vaino ja vainoaja hallitsevat elämää. Tätä on ulkopuolisen ihmisen vaikea ymmärtää, sillä hän ei pääse kiinni vainotun tunnekokemukseen.

*”Olen miettinyt itsekin monta kertaa, että oon varmaan hullu. Olen itse ajatellut jopa, että kuvittelenko kaiken?” (Leena)*

*”Minä pakahdun tästä tunteesta... en ole omituinen, vihdoinkin vapaa... suurin osa ihmisistä elää tällä hetkellä ”vainon varjossa” (...) Emme ole yksin ja me osataan jo kaikki se mitä maailma vielä opettelee, voima löytyy sinusta!” (Johanna)*

Tutkimusaineistossa kerrotuissa vainokokemuksissa tulee selkeästi ilmi, ettei vainottua ole ymmärretty, otettu todesta tai autettu oikeaan aikaan. Myöskään vainon uhri ei ole tunnistanut pelkoa ja ahdistusta aiheuttavaa toimintaa vainoksi. Omien kokemusten kirjoittamisen, toisten ryhmäläisten kokemusten lukemisen sekä ohjaajien tuoman tutkimustiedon jakamisen näyttää olevan merkityksellistä vainon ymmärtämisen näkökulmasta.

Vainon uhrilla oma toimijuus ja oman elämän hallinnan tunne ovat vähentyneet, joten omien kokemusten jakaminen on tarpeellista. Ryhmäläiset kommentoivat ja lainaavat toisten ryhmäläisten kertomuksia, kyselevät tai antavat ymmärrystä toisen kokemukseen. Ohjaajat puolestaan kommentoivat ja sanoittavat eron jälkeisen vainon kokemuksia ja vainoprosessia tutkimuksen kautta ja näin ollen eron jälkeistä vainoa sanoitetaan ilmiön kautta, joka lisää myös toiveikkuutta ja ymmärrystä koettua kohtaan. Huuskosen (2010, 79) mukaan ohjaajan rooli voi olla hyvin moninainen verkkovertaisryhmässä. Niitä voivat olla esimerkiksi ryhmän keskustelujen tukeminen, sallivan ilmapiirin luominen ja aktiivinen osallistuminen keskusteluun tuoden uutta näkökulmaa ryhmäläisten keskusteluiden tueksi.

### 6.3 Eriytyneisyyden ja yksinäisyyden väheneminen

Samankaltaiset vaino- ja tunnekokemukset, kokemukset epäoikeudenmukaisuudesta oikeudenkäynneissä, poliisien tapaamisissa tai lastensuojelussa yhdistävät ryhmäläisiä keskusteluiden perusteella. Vaikka yhdistävänä tekijänä ryhmässä on eron jälkeisen vainon kokemus, on vertaisryhmässä paljon muitakin yhdistäviä tekijöitä. Etenkin kokemus lasten auttamattomuudesta lastensuojelussa tai psykiatrian palveluissa yhdistävät ryhmäläisiä eikä näiden epäoikeudenmukaisten kokemusten jakamista vältetty. Lasten vainokokemusten sekä oikeusprosessien ja palveluiden keskustelualueella kuvailtiin avoimesti ja yksityiskohtaisesti tapahtumia, joissa vainottu koki epäoikeudenmukaisuutta. Etenkin näiden kokemusten jakamisessa kommentoitiin toisten kirjoituksiin.

Tutkimusaineistossa tulee useasti ilmi ryhmäläisten kokemus siitä, ettei omasta kokemuksesta ole helppo kertoa ja tämä yllättää useat ryhmäläiset. Oman kokemuksen kertominen on raskasta, koska kirjoittaessa kokemukset palaavat takaisin mieleen. Keskustellevassa vertaisryhmässä Mikkosen ja Saarisen mukaan (2018, 58) toimii keskustelun itseohjautuvuus sekä keskinäinen tuki ja luottamus. Ryhmäläiset itse päättävät keskustelun sisällöstä. Tutkimusaineistossa tämä näyttää olevan sallittua eikä kukaan kyseenalaista tai kysele, miksi joku ryhmäläinen ei osallistu jonkin keskustelun kirjoittamiseen tai pitää tauon kirjoittamisesta. Tutkimusaineistossa tulee esiin sen sallivuus, eli kaikki tunteet ja mielipiteet ovat hyväksytyjä. Jokainen voi olla oma itsensä ja on hyväksytty ryhmään sellaisena kuin on. Ryhmäläiset ovat myös hyviä kirjoittajia, kirjoitukset ovat hyvin jäsenneiltyjä, joten vaikuttaa siltä, että kirjoittaessa on mietitty tarkasti kokemuksia, sanoja ja tunteita.

Keskustelut etenivät sulavasti vertaisryhmässä. Ryhmäläiset kommentoivat, antoivat ymmärrystä ja myötätuntoa toisensa kokemuksille ja rohkaisivat toinen toisiaan. Vertaistoiminnassa keskeistä onkin ajatus siitä, että ettei kukaan ole yksin ongelmien kanssa (Mikkonen & Saarinen 2018, 22). Ryhmäläiset lainasivat toistensa kertomuksia ja lauseita luontevasti, sillä toisinaan omaa kokemustaan tai tunnetta näytti olevan vaikea sanoittaa ymmärrettävästi. Erityisen huomioitavaa useissa kommenteissa oli niiden ”me-henkisyys”. Keskusteluissa käytettiin paljon ”me”-termiä eli ryhmäläinen koki olevansa yhtä ja kuuluvansa johonkin ryhmään, joka tässä yhteydessä on vertaisryhmä ja kokemus eron jälkeisestä vainosta. Ryhmäläiset usein käyttivät termiä ”kuulumme

omien joukkoon”. Vaikka tärkeää on tuoda oma yksilöllinen kokemus ja kertomus kuuluviin, on myös samankaltaisten kokemusten yhdistäminen merkityksellistä.

Tutkimusaineistossa nousee vahvasti esiin ryhmäläisten kannustaminen ja voiman sekä toivon antaminen. Ryhmäläiset ilmaisivat kannustamisen, voiman ja halauksien antamisen avoimesti moneen kertaan. Tämä luo Mikkosen ja Saarisen (2018, 20-22) mukaan itsessään ymmärtämisen ja yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka on vertaisryhmässä hyvin olennaista. Kannustaminen ja toivon antaminen luo uskoa paremmasta, sillä monella ryhmäläisellä eron jälkeinen vaino on edelleen aktiivisena osana elämää.

*”Huh, tämä oman vainokokemuksen kertominen onkin raskaampaa kuin kuvittelin. Menen nyt nukkumaan ja jatkan myöhemmin uusin voimin... On todella tärkeää, että saan jakaa oman tarinani täällä ja tutustua teidän muiden kokemuksiin. Kiitos.” (Eerika)*

Oman kokemuksen kirjoittamisen ohella, myös muiden ryhmäläisten kirjoitusten lukeminen näyttäytyy tutkimusaineiston keskusteluissa raskaalta ja vaikealta. Toisten kokemuksiin samaistuminen, kokemusten ja tunnekokemuksen vastaanottaminen on vertaisryhmässä olennaista ja se tekee vertaisuudesta merkityksellistä. Toisaalta toisten kertomukset voivat lisätä toivoa, epätoivoa, ärtymystä, huojennusta tai samaistumisen kokemuksia. Tunteiden jakaminen ja vastaanottaminen on tyypillistä ja välttämätöntä vertaisryhmätoiminnassa. Kaikki tunteet ovat hyväksytyjä ja niiden tiedostaminen on osa korjaavaa kokemusta sekä tunne-elämän vahvistumista. (Mikkonen & Saarinen 2018, 83.)

*”Oli hämmentävää miten kertomuksissa oli pelottavan paljon yhtäläisyyksiä, mutta pohjaton epätoivo iski kun äidit kertoivat lastensa menetyksestä – julmin vainoamisen muoto minkä tiedän.” (Riina)*

*”Vaikka päällimmäisenä tunteena teidän löytämisestä on kiitollisuus, niin toisena perästä tulee heti joku raivostuttavuuden ja ärtymyksen tunne.” (Päivi)*

Kaksi ryhmäläistä kertoo verkkovertaisyöryhmän päättymisen lähentyessä, että he olivat alkuun hyvin skeptisiä verkossa tapahtuvan vertaistoiminnan suhteen. Verkkovertaisyöryhmä oli kuitenkin täyttänyt tarpeet ja odotukset, sillä näin keskusteluun pystyi osallistumaan mihin kellonaikaan vain ja keskusteluun pystyi osallistumaan silloin kuin siltä tuntui. Ryhmäläisille oli myös syntynyt hyvä kokemus vertaistuesta, jota he toivoivat hyödynnettävän laajemminkin sosiaali- ja terveystalveluissa. Vertaistuki näyttäytyy samaan aikaan sekä voimaannuttavalta että uuvuttavana palveluna, mutta merkityksellistä on, että kokemuksien ja ajatuksien kanssa ei olla yksin.

*”Raskasta, koska tuntuu niin pahalta, että on muitakin, jotka ovat joutuneet kokemaan tällaista kauheutta! Eheyttävää, kun tajuaa että tämä todella on ilmiö, jonka kanssa en olekaan yksin!” (Päivi)*

Ryhmäläiset toivoivat ryhmän loppuessa myös kasvokkaista tapaamista tai jonkinlaista yhteydenpitoa toistensa välillä. Tämä on osoitus siitä, että vertaisyöryhmässä oli luottamuksellinen ja avoin ilmapiiri ja se todella tuki jokaisen ryhmäläisen omaa elämäntilannetta. Ryhmäläiset olivat alkaneet kehittämään ryhmän aikana jo sosiaalisen median kampanjaa; #wetoo (vrt. #metoo), jonka tarkoituksena on tuoda enemmän esiin eron jälkeistä vainoa ja väkivaltaa parisuhteen päättymisen jälkeen. Tämän kampanjan suunnitteluun lähtivät myös ohjaajat ja suurin osa ryhmäläisistä myös ilmaisi, että he voivat osallistua vertaisyöryhmän jälkeenkkin kampanjan kehittämiseen.

#### 6.4 Erilaisten keinojen jakaminen selviytymiseen ja jokapäiväiseen arkeen

Vertaisyöryhmässä on olennaista luoda toivoa elämäntilanteesta selviytymisessä ja vertaisyöryhmissä jaetaan konkreettisia selviytymiskeinoja. Kokemukset tulla nähdyksi ja kuuluksi tuottavat korjaavia kokemuksia sekä auttavat ryhmäläisiä ottamaan vastuuta omasta elämästään ja tekemään päätöksiä. (Mikkonen & Saarinen 2018, 22-23.) Tutkimusaineistossa ilmenee, että vertaisyöryhmä on voimaannuttanut ja vahvistanut ryhmäläisten kykyä tehdä päätöksiä. Ryhmäläiset ovat jäsentäneet omia kokemuksiaan ja saaneet kokemuksiin ymmärrystä ja sanoittamista.

*”Kiitos Riina, palautit minut maan pinnalle omalla kertomuksellasi: totta on, että vainoajaa ei pidä yrittää ymmärtää. Muistan tämän yleensä, mutta nyt taas, kun olen saanut lapseni isään etäisyyttä, olen ehtinyt tuon tosiasian unohtaa.” (Eerika)*

Ryhmäläiset kertovat myös, että he ovat saaneet rohkeutta ottaa etäisyyttä vainoon ja vainoajaan sekä tukea siihen, ettei vainoa tule ymmärtää tai puolustella. Itsevarmuuden, rohkeuden ja etäisyyden ottaminen vainoamisesta ovat varhaisia voimaantumisen askeleita, joita tuetaan vertaisryhmätöinnässä. Keskusteluissa konkreettisten vainoja vähentävien keinojen ohella jaettiin kokemuksia eri asianajajista ja oikeudentuomareista. Tärkeää on saada kokemusta myös erilaista oikeudenkäynneistä ja esimerkiksi siitä, onko tukihenkilö hyödyllinen voimavara oikeudenistunnossa.

*”Tällä ryhmällä on ollut todella iso merkitys! Ainakin minä olen näiden viikkojen aikana saanut mielenrauhaa ja itseluottamusta niin paljon, että pystyn sulkemaan lapseni isän arkeni ulkopuolelle ja sulkemaan hänet ulkopuolelle ajatuksistani niin, että puhun hänestä selvemmin harvemmin lähimpieni kanssa.” (Eerika)*

Vertaisryhmän keskusteluiden perusteella vainosta selviytymisen ensiaskeleet lähtevät vainon tunnistamisen ja tiedostamisen jälkeen rohkeuden ja oman voimaantumisen lisääntymiseen. Vaikka vaino ei loppuisi, etäisyyden ottaminen ja pientenkin arkielämän muutosten avulla siihen voidaan saada huomattavaa etäisyyttä. Vertaistuen avulla vainokokemukset eriytyvät minuuden kokemuksesta, eli kokemukset eivät ole osa minua vaan ne ovat jotain mitä minulle on tapahtunut ja mitä minulle on tehty. Rohkeuden ja itseluottamuksen lisääntymisen myötä myös palveluita osataan vaatia ja niitä osataan hyödyntää. Vaino näyttäytyy keskusteluissa hiljaiselta, mutta vaaralliselta taustapirulta, jonka kanssa on sopeuduttava elämään mahdollisimman normaalia ja tyytyväistä elämää. Ryhmäläiset toivoisivat yhteiskunnassa enemmän tietoisuutta vainosta ja siihen liittyvistä erityispiirteistä, jotta ammattilaiset osaisivat auttaa samassa tilanteessa olevia ihmisiä varhaisemmin.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Kuten tutkimukseni osoittaa, eron jälkeinen vaino hämmentää yhteiskunnan, ammattilaisten lisäksi myös uhria. Vaino näyttäytyy tutkimuksessa monisyiseltä ja vakavalta ilmiöltä, joka on omiaan aiheuttamaan vahinkoa vainon uhrissa ja yhteisissä lapsissa. Eron jälkeisen vainon uhrin kokevat monia tunteita; pelkoa, ahdistusta, syyllisyyttä ja häpeää. Näitä tunteita aiheuttavat ja vahvistavat vainotekojen lisäksi, myös yhteiskunnan palvelujärjestelmä ja ammattilaiset. Eron jälkeisen vainon tunnistaminen ja tunnistaminen merkittäväksi sosiaalisesti ongelmaksi, edistää eron jälkeisen uhrin auttamista ja palveluiden kehittämistä. Jotta ammattilaisen on mahdollista auttaa ja tukea vainon uhria, tulee hänellä olla riittävä osaaminen vainoilmiöstä sekä tietoa vainon uhrien palvelutarpeista ja jo olemassa olevista palveluista. (Nikupeteri 2016, 30-92.)

Vertaisryhmässä kertominen ja omien kokemusten jakaminen on erityistä. Vertaisryhmä mahdollistaa jakamisen, kohtaamisen, samaistumisen ja uuden tiedon tuottamisen. Vertaisryhmä tuo erilaista näkökulmaa omaan kokemukseen ja voi herätellä muistamaan omia kokemuksiaan ja näin ollen auttaa löytämään uusia tulkintoja menneisyydestä, nykyisyydestä tai tulevaisuudesta. Kuten aiemminkin on tullut esille, vertaisryhmän luottamus ja sallivuus ovat tärkeitä, sillä näin ryhmäläiset uskaltavat kertoa omia kokemuksia. Vertaistuki tarjoaa samantapaisessa tilanteessa ja samankaltaisia kokemuksia läpikäyneiden ihmisten kohtaamista ja kokemusten jakamista. (Kaunisto, Uitto, Estola & Syrjälä 2009, 456.) Vertaisryhmä näyttäytyi tutkimuksessa toimivalta ja luottamukselliselta, mikä mahdollisti myös henkilökohtaisten elämäkokemusten jakamisen verkon välityksellä. Mielenkiintoista olisi tutkia vielä tarkemmin ryhmäläisten ja ohjaajan välistä suhdetta ja tehtäviä. Tutkimusaineistossa vertaisryhmän ohjaajat näyttäytyivät aktiivisina, joten olisi mielenkiintoista nähdä ryhmän toimintaa ilman ohjaajan ohjausta. Jatkotutkimuksen kannalta olisi varmasti myös hyödyllistä tutkia ohjaajien tuoman tutkimuksellisen näkökulman merkityksen ryhmäläisten keskusteluun ja heidän voimaantumiseen.

Tutkimuksessa analysoin aineistoa, joka koostui verkkovertaisryhmän keskustelusta sen olemassaolon eli muutaman kuukauden ajan. Tutkimusaineisto oli laaja ja se sisälsi myös paljon olennaista tietoa eron jälkeisestä vainosta, joka ei kuitenkaan vastannut tut-

kimuskysymyksiäni asettamaan rajaukseen. Jatkotutkimuksen kannalta olisi hyvä syventyä vielä tarkemmin vainoilmiöön ja vainotilanteisiin sekä niihin liittyviin psykologisiin, sosiaalisiin ja taloudellisiin vahinkoihin. En lähtenyt tutkimuksessa myöskään syventymään eron jälkeisen vainon sukupuolittumiseen, joka kuitenkin tulee aiemmissa tutkimuksissa selkeästi ilmi. Naiset ovat valitettavan usein uhreja ja puolestaan miehet vainon tekijöitä.

Jatkotutkimuksen kannalta olisi hyödyllistä tutkia myös ennaltaehkäiseviä keinoja ja sosiaali- ja terveydenhuollon palvelumuotoja, jotka voivat auttaa eron jälkeisen vainon uhreja. Tärkeää on tunnistaa riskitekijät ja syyt, mitkä johtavat eron jälkeiseen vainoon. Tästä on jonkin verran tuotettu kansainvälistä tutkimustietoa viime vuosien aikana. Lisääntynyt tieto auttaa myös ammattilaisia niin ikään tunnistamaan ja sanoittamaan eron jälkeisen vainon ilmiötä. On havaittu, että tietty konteksti, aika ja tilanne luovat enemmän riskiä vainoamiselle ja näiden riskitekijöiden ymmärtäminen auttaa myös vainon uhrin auttamista ja eron jälkeisen vainon loppumisen edistämistä. Tutkimuksessa kehoitetaan tulevaisuudessa suuntamaan tutkimusta yksittäisten riskitekijöiden vaikutuksien tutkimukseen ja näiden vainotilanteiden todennäköisyyden ennustamiseen. (Thompson, Dennison & Stewart 2020, 853-876.)

Vainon ehkäisemisestä ja loppumisesta on tuotettu vähänlaisesti tutkimustietoa niin Suomessa kuin kansainvälisesti. Vainon loppumista on tarkasteltu muutamassa tutkimuksessa kolmesta eri näkökulmasta; uhrin näkökulmasta, vainoajan näkökulmasta ja vainon näkökulmasta. On kuitenkin todettu, että mikäli vainon uhri muuttaa kauas aiemmasta asuinpaikasta, poliisi pidättää vainoajan tai vainoaja aloittaa uuden parisuhteen, vainon on todettu päättyvän hetkellisesti, pysyvästi tai se on vähentynyt merkittävästi. Tärkeää on, että uhrin turvallisuuden tunnetta ja hyvinvointia edistetään ja tuki kohdistetaan uhrille. Vainoajan auttaminen näyttäytyy tutkimuksissa hyödyttömältä, sillä usein heillä on myös muita mielenterveydenhäiriöitä eivätkä he tunnista oman toiminnan vakavuutta. (Sheridan ym. 2003, 157.)

Kuten jo aiemmin tulee useasti ilmi, todetaan eron jälkeisen tutkimuksen vähäisyys useissa kansainvälisissä tutkimuksissa. Cox ja Speziale toteavat tutkimuksessaan (2009, 17), että olisi tärkeää eron jälkeisen väkivallan ja vainon ilmiön tunnistamisen ohella



tiedostaa vainon vahingollisuus ja traumaattisuus väkivaltaisen käytöksen ohella. Kaiken kaikkiaan palveluiden ja tukipalveluiden kehittämisen tarve on suurta, jotta ne täyttävät uhrin palvelutarpeet ja vainon erityistarpeet. Tärkeää olisi hyödyntää vainosta selviytyneiden kokemuksia palveluiden kehittämisessä.

Sekä tutkimusaineistossani että Coxin ja Spezialen tutkimuksessa (2009, 17) välittyi huoli siitä, miten vainon uhrin pärjäävät, jotka eivät ole saaneet syystä tai toisesta apua tai he eivät ole ymmärtäneet vainoa ja siihen liittyviä erityispiirteitä. Mikäli ammattilaisten osaaminen ja eron jälkeisen vainon ymmärtäminen ja tunnistaminen parantuvat yhteiskunnan tasolla, saavat myös uhrin paremmin apua ja tukea. Mitä aiemmin eron jälkeinen vaino tunnistetaan ja siihen saadaan tehokkaasti apua varhaisessa vaiheessa, vältetään ja minimoidaan vainon aiheuttamat traumaattiset ja tuhoisat seuraukset.

Tutkimustani voidaan hyödyntää niin vainoilmiön tunnistamisen kuin myös palveluiden kehittämisen näkökulmasta. Tietoa voidaan hyödyntää esimerkiksi palveluita suunniteltaessa tai niitä järjestäessä verkossa tapahtuvaksi. Tärkeää on todeta eron jälkeisen vainon olevan ilmiö, jota ulkopuolisen on vaikea tunnistaa. Näin ollen etenkin vertaisryhmätoimintaa järjestäessä on hyvä kohdentaa vertaisryhmä vain heille, joilla on kokemusta eron jälkeisestä vainosta. Näin yhteiset kokemukset vainosta toimivat yhdistävänä tekijänä vertaisryhmässä. Vainotekojen avaaminen ja niiden kokemuksellisuuden esiin tuominen on olennaista vainoilmiön tunnistamisessa ja vainon erityisyyden havainnoinnin kannalta.

Näkemykseni mukaan tutkimuskysymykset toimivat hyvin tutkimuksessani. Sisälönanalyysin avulla olen pitäytynyt tarkasti tutkimuskysymyksissäni ja löytänyt tutkimukseni kannalta olennaisimmat vastaukset tutkimuskysymyksiin. Tärkeää on tuoda esille, miten ja millaisia asioita vainosta kerrotaan vertaisryhmässä sekä millaisia merkityksiä ja kokemuksia vertaistuella on ryhmäläisille. Tärkeää on tuoda esiin vainon uhrin erityinen palvelutarve ja vainosta aiheutuvien psykologisten ja sosiaalisten vaurioiden ymmärtäminen. Verkkovertaisryhmä näyttäytyy eron jälkeisen vainon uhrin palvelujärjestelmässä hyödylliseltä ja tarpeelliselta matalan kynnyksen palvelulta. Verkkovertaisryhmään voi osallistua oman aikataulun ja elämäntilanteen mukaan, mikä näyttäytyy tutkimusaineistossani tärkeältä.

## 8 LOPPUSANAT

Tämän pro gradu -tutkielman teko on ollut antoisaa ja opettavaista. Tutkimuksen teko on vaatinut pitkäjänteisyyttä ja useiden niin suomenkielisten kuin englanninkielisten tutkimuksien lukemista. Laadullinen tutkimusmenetelmä ja aineistolähtöinen sisällönanalyysi olivat minulle entuudestaan tuntemattomia ja yllätyinkin niiden haasteellisuudesta. Teoriatiedon hyödyntäminen osana tutkimuksen analysointia oli minulle hyvin aikaa vievää, sillä tutkimusanalysoinnin perusteella löydetty havainnot tuli perustella myös teoriatiedon pohjalta luotettavaksi.

Hankaluutta tutkimuksen teossa oli myös tutkimusaiheen herkkyys ja intiimiys. Väki- valta- ja vainokokemukset aiheuttavat myös minussa, tutkijassa, erilaisia tunteita; ärty- mystä, turhautumista, vihaa, toivottomuutta, mutta myös onnistumisia ja toivon pilkah- duksia. Eläydyin vahvasti tutkimusaineiston kirjoituksiin ja pohdin tarkoin kokemuksia ja merkityksiä. Toivon tämän pohdinnan välittyvän myös lukijalle. Samalla toivon, että lukija huomaa aidon sosiaalisen ongelman eron jälkeisessä vainossa ja pystyy hyödyntä- mään tutkimuksen kautta saatua tietoa omassa ammatissaan.

Minulla heräsi tutkimusta tehdessä kiinnostus jatkaa aiheen tutkimista. Minua kiinnos- taisi tutkia tarkemmin etenkin vainon uhrin palveluiden tarvetta ja erilaisten palveluiden soveltuvuutta vainon uhrille. Olisi myös mielenkiintoista tutkia vainon loppumista uhrin näkökulmasta ja sitä, mitä on tapahtunut vainon alkamisen ja loppumisen ja siitä ehey- tymisen välillä. Millä tavoin palvelujärjestelmää voisi kehittää, jotta eron jälkeinen vaino tunnistetaan ja palveluiden piiriin osataan ohjata vainon uhreja entistä varhaisem- min? Millaisesta palvelusta olisi hyötyä vainon uhrille? Tämä tutkimus todistaa, että vertaistuellalla on potentiaalia eron jälkeisen vainon uhrien auttamisessa, mutta voisiko sitä toteuttaa vielä laajemmin osana sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita?

Campbell, J. 2005. The Historical and Philosophical Development of Peer-Run Support Programs. Teoksessa Clay, S., Schell B., Corrigan, P. & Ralph, R. (toim.), *On Our Own, Together: Peer Programs for People with Mental Illness* (s. 17-66). Vanderbilt University Press, Nashville.

Cox, L. & Speziale, B. 2009. Survivors of Stalking: Their Voices and Lived Experiences. *Affilia: Journal of Women and Social Work*. 2009;24(1), 5-18.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Finlex. 2014. Vainoamisesta tuli rangaistavaa - sananvapauserikoksia koskevat säännökset täsmentyivät. Viitattu 21.8.2020. Luettavissa: <https://finlex.fi/fi/uutiset/264>

Huuskonen, P. 2010. Vertaistukea verkossa. Teoksessa Laatikainen, T. (toim.), *Vertaistoiminta kannattaa* (s. 71-80). SOLVER palvelut Oy.

Hyväri, S. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.), *Vapaaehtoistoiminta: Anti, Arvot ja Osallisuus* (s. 195-213). Vastapaino: Tampere.

Häkkinen, H., Hagelstam, C. & Santtila, P. 2003. Stalking actions, prior offender-victim relationships and issuing of restraining orders in a Finnish sample of stalkers. *Legal and Criminological Psychology*, 2003;8, 189-206.

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Suomen Yliopistopaino Oy: Juvenes Print.

Kaunisto, S-L., Uitto, M. Estola, E. & Syrjälä, L. 2009. Ohjattu vertaisryhmä haavoittuvuudesta kertomisen paikka. *Kasvatus*, 2009;5, 454-464.

Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Laatikainen, T. (toim.), *Vertaistoiminta kannattaa* (s. 9-19). SOLVER palvelut Oy.

Mehtola, S. 2013. Vertaisuus ja osallisuus. Teoksessa Ojuri, A. (toim.), *Vertaisryhmä: Väkivaltaa kokeneiden naisten osallisuuden ja voimaantumisen tukeminen*. Ensi- ja turvakotien liitto.

Mullen, P., Pathé, M. & Purcell, R. 2009. *Stalkers and their victims*. New York: Cambridge University Press.

Nichols, K. & Jenkinson, J. 2006. *Leading a Support Group: A Practical Guide*. Maidenhead: McGraw-Hill Education.

- Nieuwboer, F. 2016. Peer and Professional Online Support for Parents. Teoksessa Giuseppe, R., Pietro, C. & Wiederhold, B. (toim.), *The Psychology of Social Networking Vol.1 : Personal Experience in Online Communities* (s. 15-29). Warsaw & Berlin: De Gruyter Open Poland.
- Nikupeteri, A. 2016. Vainottuna: eron jälkeisen vainon tunnistaminen ja uhrien kohtaaminen. (väitöskirja, Lapin yliopisto). Luettavissa: [https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/62627/Nikupeteri\\_Anna\\_ActaE\\_204\\_pdfA.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/62627/Nikupeteri_Anna_ActaE_204_pdfA.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Nikupeteri, A. 2017. Stalked lives: Finnish women's emotional experiences of post-separation stalking. *Nordic Social Work Research*, 2017;1, 6-17.
- Nikupeteri, A. & Laitinen, M. Children's Everyday Lives Shadowed By Stalking: Post-separation Stalking Narratives of Finnish Children and Women. *Violence and victims*, 2015;30(5), 830-845.
- Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, A. (toim.), *Vapaaehtoistoiminta: Anti, Arvot ja Osallisuus* (s. 195-213). Vastapaino: Tampere.
- Nyqvist, L. 2001. Väkivaltainen parisuhde, asiakkuus ja muutos. Turun yliopisto: Sosiaalipolitiikan laitos.
- Peterson, C., Liu, Y., Kresnow, M., Florence, C., Merrick, M., DeGue, S. & Lokey, C. 2018. Short-term Lost Productivity per Victim: Intimate Partner Violence, Sexual Violence, or Stalking. *American Journal of Preventive Medicine*, 2018;55(1), 106-110.
- Price-Robertson, R., Reupert, A. & Maybery, D. 2019. Online Peer Support Programs for Young People with a Parent Who has a Mental Illness: Service Providers' Perspectives. *Australian social work*, 2019;72(3), 274-286.
- Ranssi-Martikainen, H. 2012. Yhdessä sittenkin – Kokemukset erokriisistä, vertaistuesta ja muutoksesta parisuhteessa. Porvoo: Bookwell Oy.
- Roberts, K. 2005. Women's Experience of Violence During Stalking by Former Romantic Partners. *Violence Against Women*, 2005;11(1), 89-114.
- Sheridan, L., Blaauw, E. & Davies, G. 2003. Stalking: Knowns and Unknowns. *Trauma, Violence & Abuse*, 2003;4, 148-162.
- Thompson, C., Dennison, S. & Stewart, A. 2020. Are Different Risk Factors Associated with Moderate and Severe Stalking Violence: Examining Factors from the Integrated Theoretical Model of Stalking Violence. *Criminal Justice and Behavior*, 2013;40(8), 850-880.
- Tjaden, P., Thoennes, N. & Allison, Christine J. 2002. Comparing Stalking Victimization From Legal and Victim Perspectives. Teoksessa Davis, K., Frieze, I. & Maiuro, R. (toim.), *Stalking: Perspectives on Victims and Perpetrators* (s. 9-30). Springer Publishing Company.

Tukikeskus Varjo. 2020. Viitattu 26.8.2020. Luettavissa: <https://varjosta.fi/tukikeskus-varjo/>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannus-  
osakeyhtiö Tammi.

Vahtivaara, J-M. 2010. Kokemustieto – vertaistuesta vaikuttamiseen. Teoksessa Laati-  
kainen, T. (toim.), Vertaistoiminta kannattaa (s. 21-23). SOLVER palvelut Oy.

Viola ry. 2020. Viitattu 26.8.2020. Luettavissa: <https://ensijaturvakotienliitto.fi/violary/>