

Lapsuudessa koetun emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteys  
aikuisiän resilienssiin ja koettuun stressiin

Itä-Suomen yliopisto  
Filosofinen tiedekunta  
Psykologia

Pro gradu-tutkielma

Elokuu 2019

Laura Lintula (208599) ja Sanna Savolainen (272018)

Ohjaaja Kirsi Honkalampi

# Sisällysluettelo

1. Johdanto .....	1
2. Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu .....	2
3. Lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun seuraukset .....	3
3.1 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja resilienssi .....	5
3.2 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja koettu stressi .....	8
4. Resilienssin vaikutus lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin väliseen yhteyteen .....	10
5. Tutkimuksen toteutus .....	11
5.1 Tutkimuskysymykset .....	11
5.2 Mittarit .....	12
5.3 Menetelmät.....	14
6. Aineisto .....	15
7. Tulokset.....	16
7.1 Emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteys resilienssiin .....	18
7.2 Emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteys koettuun stressiin .....	20
7.3 Resilienssin vaikutus emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin väliseen yhteyteen .....	20
7.3.1 Resilienssin vaikutus emotionaalisen laiminlyönnin ja koetun stressin väliseen yhteyteen .....	21
7.3.2 Resilienssin vaikutus emotionaalisen hyväksikäytön ja koetun stressin väliseen yhteyteen .....	22
8. Pohdinta .....	23
8.1 Päätulokset .....	23
8.1.1 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja resilienssi.....	23
8.1.2 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja koettu stressi.....	24
8.1.3 Resilienssin vaikutus emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin väliseen yhteyteen.....	26
8.2 Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet.....	26
8.3 Tutkimuksen eettisyys .....	28
8.4 Jatkotutkimusaiheet .....	28
8.5 Johtopäätökset .....	29
Lähteet.....	30
Liitteet .....	38

## ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO

<b>Tiedekunta</b> Filosofinen tiedekunta		<b>Osasto</b> Kasvatustieteiden ja psykologian osasto										
<b>Tekijät</b> Laura Lintula ja Sanna Savolainen												
<b>Työn nimi</b> Lapsuudessa koetun emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteys aikuisiän resilienssiin ja koettuun stressiin												
<b>Pääaine</b>	<b>Työn laji</b>	<b>Päivämäärä</b>	<b>Sivumäärä</b>									
Psykologia	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">Pro gradu -tutkielma</td> <td style="padding: 2px; text-align: center;">x</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Sivuainetutkielma</td> <td style="padding: 2px;"></td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Kandidaatin tutkielma</td> <td style="padding: 2px;"></td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Aineopintojen tutkielma</td> <td style="padding: 2px;"></td> </tr> </table>	Pro gradu -tutkielma	x	Sivuainetutkielma		Kandidaatin tutkielma		Aineopintojen tutkielma		25.8.2019	37 + liitteet	
Pro gradu -tutkielma	x											
Sivuainetutkielma												
Kandidaatin tutkielma												
Aineopintojen tutkielma												
<b>Tiivistelmä</b>												
<p>Tässä Pro-gradu tutkielmassa tavoitteena oli selvittää, miten lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu on yhteydessä aikuisiän resilienssiin ja koettuun stressiin. Lisäksi tutkielmassa tutkittiin, että välittääkö resilienssi emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välistä yhteyttä. Emotionaalista kaltoinkohtelua tutkittaessa tarkasteltiin erikseen emotionaalista laiminlyöntiä ja emotionaalista hyväksikäyttöä. Taustamuuttujina tarkasteltiin ikää, sukupuolta, koulutusvuosia, siviilisäätystä sekä työtilannetta.</p> <p>Teoreettisena viitekehystenä toimii lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu, joka voi vaikuttaa merkittävästi aikuisiän resilienssin määrään ja aikuisuudessa koettuun stressiin. Resilienssi määritellään kyvyksi selviytyä vastoinkäymisistä ja siihen sisältyvät muun muassa kompetenssin, optimismin ja joustavuuden ominaisuudet. Koetun stressin määritelmä perustuu transaktionaaliseen stressimalliin ja se keskittyy mittaamaan ihmisen subjektiivista arviota vastata tilanteen aiheuttamiin vaatimuksiin.</p> <p>Tutkielmassa käytetty aineisto on osa Mielenterveyden voimavarat ja vaaratekijät yleisväestössä-hanketta, joka on kerätty vuosina 2016-2018. Aineistonkeräämisestä ovat vastanneet Itä-Suomen yliopiston psykologian opiskelija. Kyselylomakkeeseen vastasi 227 henkilöä, joista enemmistö (61.3%) oli naisia. Suurin osa vastaajista oli korkeasti kouluttautuneita sekä hyvän terveydentilan omaavia. Aineiston analysoinnissa käytettiin epäparametrisiä testejä, kuten Spermanin korrelaatiokerrointa sekä Mann-Whitneyn U- testiä. Resilienssin välittävää vaikutusta emotionaalisen kaltoinkohtelun ja stressin väliseen yhteyteen mitattiin SPSS PROCESS- lisäosan mediaatioanalyysillä.</p> <p>Tutkielman tulosten mukaan emotionaalinen kaltoinkohtelu oli heikosti yhteydessä alhaisempaan resilienssiin. Emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneiden resilienssin määrä oli merkitsevästi alhaisempi kuin niiden, jotka eivät olleet sitä kokeneet. Tulosten mukaan emotionaalinen kaltoinkohtelu korreloi heikosti koetun stressin kanssa, mutta keskiarvojen erojen perusteella emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneilla oli merkittävää eroa koetun stressin määrässä. Resilienssin havaittiin välittävän yhteyttä lapsuuden emotionaalisen laiminlyönnin sekä hyväksikäytön ja koetun stressin välillä. Taustamuuttujien välillä eroja havaittiin vain emotionaalisen hyväksikäytön kohdalla. Naiset olivat kokeneet enemmän emotionaalista hyväksikäyttöä kuin miehet.</p> <p>Tämän tutkielman tulokset ovat tarpeellinen lisä lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelua ja sen vaikutuksia käsitteleviin tutkimuksiin, koska tutkimusta on tehty vähän. Tulokset antavat tietoa myös resilienssin välittävästä vaikutuksesta emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välillä. Tutkielman tulokset ovat linjassa aikaisempien tutkimusten kanssa siitä, että lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu lisää koetun stressin määrää ja vaikuttaa negatiivisesti aikuisiän resilienssin määrään. Tulokset ovat myös samansuuntaisia sen kanssa, että emotionaalisen kaltoinkohtelun on havaittu vaikuttavan negatiivisesti yksilön psyykkiseen hyvinvointiin. Jatkotutkimuksissa emotionaalista kaltoinkohtelua voisi käyttää yhtenä kokonaisuutena tutkittaessa resilienssin välittävää vaikutusta. Myös emotionaalista kaltoinkohtelua ja sen vaikutuksia aikuisuuteen tulisi tutkia lisää.</p>												
<b>Avainsanat</b>												
Lapsuuden trauma, emotionaalinen kaltoinkohtelu, emotionaalinen hyväksikäyttö, emotionaalinen laiminlyönti, koettu stressi, aikuisiän resilienssi												

## UNIVERSITY OF EASTERN FINLAND

<b>Faculty</b> Faculty of Philosophy		<b>School</b> School of Educational Sciences and Psychology										
<b>Author</b> Laura Lintula and Sanna Savolainen												
<b>Title</b> Associations between childhood emotional maltreatment and adulthood resilience and perceived stress												
<b>Main subject</b>	<b>Level</b>	<b>Date</b>	<b>Number of pages</b>									
Psychology	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">Master's thesis</td> <td style="padding: 2px; text-align: center;">x</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Minors's thesis</td> <td style="padding: 2px;"></td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Bachelor's thesis</td> <td style="padding: 2px;"></td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Intermediate dissertation</td> <td style="padding: 2px;"></td> </tr> </table>	Master's thesis	x	Minors's thesis		Bachelor's thesis		Intermediate dissertation		25.8.2019	37 + appendixes	
Master's thesis	x											
Minors's thesis												
Bachelor's thesis												
Intermediate dissertation												
<b>Abstract</b>												
<p>This master's thesis aims to explore the associations between childhood emotional maltreatment and adulthood resilience and perceived stress. In addition, we examined whether resilience influences the relationship between emotional maltreatment experienced in childhood and adulthood perceived stress. Separate analyses were made regarding the two factors of emotional maltreatment, emotional abuse and emotional neglect. We used age, years of education gender, and employment status and marital status as socio-demographic parameters.</p> <p>Theoretical background of this thesis is emotional maltreatment experienced in childhood which can significantly affect levels of adulthood resilience and perceived stress. Resilience means as an ability to cope with adversity and it includes for example competence, optimism and flexibility. Perceived stress is defined as a person's personal assessment of their abilities to deal with challenges posed by certain events.</p> <p>Data used in this thesis is from a research project called Mental health resources and risk factors in general population and it has been collected by psychology students of University of Eastern Finland during years 2016-2018. The survey was responded by 227 people, of whom majority (61.3%) were women. Most of the participants were highly educated and considered themselves healthy. Data was analyzed using nonparametric tests, such as Mann-Whitney U -test and Spearman's correlations. PROCESS mediation analysis tool was used to analyze the mediating effect of resilience to the associations between emotional maltreatment and perceived stress.</p> <p>According to the results childhood emotional maltreatment was negatively related with adulthood resilience. Those who had more childhood emotional maltreatment had significantly less resilience than those who had less childhood emotional maltreatment. Emotional maltreatment was positively associated with perceived stress. Those who had more childhood emotional maltreatment had significantly higher perceived stress than those who had less childhood emotional maltreatment. Resilience mediated the association between emotional maltreatment and perceived stress. There were no differences in socio-demographic parameters except women reported more emotional abuse than men.</p> <p>Few studies have been published about childhood emotional maltreatment and its effects, so these results are a needed addition. In addition, results give more insight to the mediating effect of resilience to the relationship perceived stress and between childhood emotional maltreatment. The results are similar to the previous studies in that emotional maltreatment increases perceived stress and effects negatively to resilience. More research about the consequences of emotional maltreatment experienced in childhood to adulthood psychological health is needed.</p>												
<b>Keywords</b> childhood trauma, emotional maltreatment, emotional abuse, emotional neglect, perceived stress, resilience												

## 1. Johdanto

Emotionaalinen kaltoinkohtelu on länsimaissa yleisin lapsuudessa koettu trauman muoto (Hibbard, Barlow, & McMillan, 2012). Emotionaalisella kaltoinkohtelulla tarkoitetaan vanhempien toistuvaa laiminlyövää käyttäytymistä, jonka seurauksena lapsi kokee, ettei ole haluttu eikä rakastettu sekä lapsen kohtelemista välineenä, mikä heikentää vakavasti lapsen kehittymistä ja sosiaalistumista. Lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu voi johtaa aikuisena monenlaisiin vakaviin psyykkisiin oireisiin ja ongelmiin ihmissuhteissa sekä altistaa väkivaltaisuuksiin ja rikollisuuteen (Haapasalo, 2007; Briere, Hodges, & Godbout, 2010; Iffland, Brähler, Neuner, Häuser, & Glaesmer, 2013).

Vaikka emotionaalinen kaltoinkohtelu on yleistä, sen yhteyttä aikuisiän resilienssiin on tutkittu varsin vähän (Titterton & Taylor, 2018; Ben-David & Jonson-Reid, 2017; Howell & Miller-Graff, 2014). Suurin osa tutkimuksista on keskittynyt fyysisten ja seksuaalisten traumojen tutkimiseen emotionaalisten traumojen sijaan (McGoïn & Widom, 2001; Collishaw ym., 2007; Pitzer & Fingerman, 2010). Lisäksi tutkimuksissa on keskitytty traumojen ja resilienssin yhteyksiin lapsilla ja nuorilla, mutta aikuisilla tehtyjä tutkimuksia ei juuri ole (Bruwer, Emsley, Kidd, Lochner, & Seedat, 2008; Howell-Miller-Graff, 2014). Stressin ja emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä on sen sijaan tutkittu enemmän (Hager & Runz, 2012; Min, Minnes, Kim, & Singer, 2013; Hong ym., 2018). Resilienssin on todettu suojelevan lapsuuden traumaattisten kokemusten aiheuttamilta psyykkisiltä oireilta (Campbell-Sills, Cohan, & Stein, 2006; Lee, Ahn, Jeong, Chae, & Choi, 2014; Stratta ym., 2015; Beutel ym., 2017; Hong ym., 2018). Resilienssin vaikutusta lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisuuden koetun stressin väliseen yhteyteen ei ole kuitenkaan tutkittu juurikaan (Hong ym., 2018).

Tämän tutkielman avulla pyrimme saamaan lisää tutkimustietoa lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun vaikutuksista aikuisiän hyvinvointiin. Tavoitteenamme on selvittää lapsuudessa koetun emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyksiä aikuisiän resilienssiin ja koettuun stressiin. Lisäksi tutkimme, välittääkö resilienssi emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välistä yhteyttä. Tarkastelemme emotionaalisen kaltoinkohtelun molempia puolia, laiminlyöntiä ja hyväksikäyttöä, erikseen suhteessa resilienssiin ja koettuun stressiin. Halusimme tutkia aikuisiän hyvinvointia sekä

negatiivisesta, koetun stressin näkökulmasta, että positiivisesta, resilienssin näkökulmasta. Pyrkimyksenämme on näin saada laajempi kuva emotionaalisen kaltoinkohtelun vaikutuksista.

## **2. Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu**

Eri traumat ovat väestössä hyvin yleisiä. Arvioiden mukaan joka toinen länsimaalainen kokee elämässään mahdollisen trauman (Frans, Rimmö, Åberg, & Fredrikson, 2005; Kessler, Sonnega, Bromet, Hughes, & Nelson, 1995). Traumaattinen kokemus voidaan jakaa laukaisevaan tapahtumaan, joka vaikuttaa trauman kokemisen aikana sekä trauman aiheuttamiin jälkiseuraamuksiin. Ensin traumalle altistutaan ja sen jälkeen traumasta seuraa reaktio eli yksilössä viriää kognitiivisia ja emotionaalisia vasteita. Trauman jälkiseuraamukset ovat yleensä pitkäkestoisia (Harms, 2015). Traumaattiselle kokemukselle on ominaista, että sitä ei pysty kontrolloimaan, se tapahtuu äkillisesti ja yksilö kokee sen kielteisenä (Haapasalo, 2007).

Traumat voidaan jakaa luonnollisiin ja ihmisten aiheuttamiin traumoihin, kidutukseen, laiminlyöntiin, hyväksikäyttöön, onnettomuuksiin, vammoihin sekä emotionaalisen, fyysisen, sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin loukkauksiin (Harms, 2015). Erilaisten traumojen listaamista pidetään kuitenkin puutteellisena tapana määritellä trauma-termiä, koska yksilöt voivat pitää eri kokemuksia traumaattisina, vaikka kokemukset eivät olisi listattu traumaa aiheuttaviksi. Yksilöt myös reagoivat samoihin kokemuksiin eri tavoin. (Hedrenius & Johansson, 2013.) Näiden perustelujen vuoksi traumojen ja ei-traumojen listaamisen sijaan on käytetty mieluummin termiä mahdollisesti traumaattiset tapahtumat (Keys, ym., 2013). Luokittelujen lisäksi traumat voidaan jakaa myös tyyppeihin eli tyyppin I ja tyyppin II traumoihin. Tyyppin I traumat tarkoittavat yksittäisiä traumoja ja tyyppin II traumat puolestaan jatkuvaa ja toistuvaa traumatisoitumista. (Terr, 1991.)

Varsinais-Suomessa 2008 tehdyssä lapsuusiän traumatutkimuksessa havaittiin, että jopa 70% tutkimuksen populaatiosta oli kokenut traumoja ainakin joskus (Salokangas ym., 2016). Noin 50% tutkimukseen osallistujista oli kokenut emotionaalista laiminlyöntiä sekä hyväksikäyttöä. Emotionaalisen laiminlyönnin kokemusten keskimääräinen pistemäärä oli kaksi kertaa suurempi kuin

fyysisen laiminlyönnin pistemäärät. 37% vastaajista oli kokenut emotionaalista hyväksikäyttöä ja 23% vastaajista oli kokenut fyysistä hyväksikäyttöä. 5,5% vastaajista oli puolestaan kokenut seksuaalista hyväksikäyttöä. Vastaajat olivat kokeneet lapsuudessa enemmän emotionaalista hyväksikäyttöä ja laiminlyöntiä verrattuna fyysisiin tai seksuaalisiin traumoihin. (Salokangas ym., 2016).

Tutkielmassamme keskitymme erityisesti lapsuuden emotionaaliseen kaltoinkohteluun (emotional maltreatment) (English, Thompson, White, & Wilson, 2015). Terminä emotionaalinen kaltoinkohtelu sisältää molemmat emotionaalisen trauman muodot eli emotionaalisen kaltoinkohtelun (emotional neglect) ja emotionaalisen hyväksikäytön (emotional abuse) (Glaser, 2011). Käytämme tutkielmassamme emotionaalisen kaltoinkohtelun termiä, koska sitä käytetään vakiintuneesti kirjallisuudessa kuvaamaan näitä molempia kaltoinkohtelun muotoja.

Emotionaalinen kaltoinkohtelu määritellään tyypin II traumaksi, jolle on tyypillistä pitkäkestoinen ja toistuva altistus äärimmäisille olosuhteille (Terr, 1991.) Lapsuuden emotionaalinen laiminlyönti tarkoittaa esimerkiksi sitä, että lapsi on jäänyt ilman hoivaa, kiintymystä ja suojelua. Emotionaalisisessa laiminlyönnissä lapsen tunne-elämää on eri tavoin laiminlyöty, joten hän on joutunut kokemaan lapsuudessaan avuttomuutta ja jopa pelkoa. Yleensä traumojen ajatellaan johtuvan tapahtuneista asioista, mutta yhtä traumaattista voi olla myös se, että on jäänyt vaille jotakin. (Haapasalo, 2007.) Emotionaalinen hyväksikäyttö nähdään puolestaan aktiivisena toimintana, joka voi näyttäytyä vihamielisyytenä lasta kohtaan (Hornor, 2012). Tämä hyväksikäytön muoto voi näkyä esimerkiksi siten, että vanhempi altistaa lapsensa turvattomille tai vaarallisille olosuhteille tai lapsi kokee olevansa arvoton. Vanhempi voi myös nöyryyttää, nimitellä tai vertailla lasta muihin negatiivisesti. (Juntunen, 2013).

### **3. Lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun seuraukset**

Emotionaalinen kaltoinkohtelu on hyvin yleinen lapsuuden traumojen aiheuttaja (Juntunen, 2013). Kaltoinkohtelun seuraukset voidaan jakaa välittömiin lapsuudessa ilmeneviin seurauksiin sekä pidemmän aikavälin eli aikuisuudessa ilmeneviin seurauksiin. Kaltoinkohtelun tiedetään vaikuttavan laaja-alaisesti lapsen henkiseen terveyteen ja kehitykseen. (Teicher, Samson, Anderson & Ohashi,

2016.) Näiden vaikutusten lisäksi traumojen vaikutukset näkyvät myös kaltoinkohdeltujen lapsien kiintymyssuhteissa. Kaltoinkohdeltujen kiintymyssuhde vanhempiin on turvaton ja sen seurauksena lapsi saattaa hakeutua myös aikuisuudessa turvattomiin ihmissuhteisiin. Lapsuudessa tapahtunut kaltoinkohtelu ja turvaton kiintymyssuhde altistaa aikuisuudessa myös psyykkisille häiriöille. (Haapasalo, 2007.)

Lapsuudessa aivoihin kehittyy eniten uusia hermoverkkoja ja solujen välisiä yhteyksiä. Toistuvat traumaattiset kokemukset, kuten kaltoinkohtelu lapsuudessa vahvistavat traumaattisen kokemuksen muovaamia aivojen yhteyksiä yhä vahvemiksi (Teicher & Samson, 2016.) Aivoissa tapahtuneet muutokset voivat aiheuttaa pysyviä hormonaalisia ja biokemiallisia muutoksia. Traumojen aiheuttamat muutokset voivat esimerkiksi haitata limbisen hypotalamus-aivolisäkelisämunuaisakselin toimintaa. (Haapasalo, 2007.) Lapselle voi kehittyä traumatisoitumisen seurauksena myös uhmakkuus- ja tarkkaavaisuushäiriöitä, jotka vaikeuttavat ympäröivään yhteisöön sopeutumista (Haapasalo, 2007). Traumatisoituneilla lapsilla on myös vaikeuksia ilmaista tunteitaan tai tunteet tulevat ilmi odottamattomilla tavoilla. Lapsien tunteiden säätely on siis jäänyt kehittymättä normaaliksi kaltoinkohtelun seurauksena (Juntunen, 2013.)

Lapsuudessa muodostuu myös perusta aikuisiän terveille ihmissuhteille. Lapsi tarvitsee turvallisen kiintymyssuhteen, jossa lapsen tarpeet tyydytetään. Kaltoinkohtelua kokeneet lapset muodostavat turvattoman kiintymyssuhteen hoivaajiinsa, jolloin lapsi ei voi luottaa ympärillään oleviin ihmisiin ja saa käsityksen itsestään pahana. Turvaton kiintymyssuhde muokkaa lapsen persoonallisuutta negatiivisesti ja hänelle muodostuu vääristyneitä sisäisiä malleja maailmasta ja ihmissuhteista (Haapasalo, 2007.) Lapsi alkaa kokea traumaperäistä pelkoa ja hänen asenteensa tulevaisuutta kohtaan muuttuu turvattomaksi (Terr, 1991).

Lapsuudessa tapahtuneen kaltoinkohtelun jälkiseuraukset voivat olla hyvinkin vakavia ja jatkua pitkälle aikuisuuteen. Lapsuusiän traumatutkimuksista on löydetty yhteyksiä lapsuuden laiminlyönnin sekä hyväksikäytön ja aikuisiän psykopatologioiden välillä. Kaltoinkohtelun seurauksena ilmeneviä psykopatologioita ovat esimerkiksi persoonallisuushäiriöt, masennus, ahdistuneisuus, riippuvuudet, itsetuhoinen käyttäytyminen, dissosiattiiviset häiriöt sekä psykoosit (Briere ym., 2010; Iffland ym., 2013.) Psykkinen pahoinvointi ilmenee myös siten, että traumaattiset



kokemukset vaikuttavat yksilöön tai yhteisöön häiritsemällä tai tuhoamalla hyvinvoinnin- ja turvallisuudentunnetta sekä heikentämällä selviytymiskapasiteettia (Harms, 2015.) Lapsuudessa kaltoinkohdeltujen on havaittu olevan aikuisena väkivaltaisempia ja heillä on suurempi todennäköisyys rikolliseen käyttäytymiseen aikuisuudessa (Haapasalo, 2007). Seuraavaksi kuvaamme tutkimusten kautta lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun seurauksia aikuisiän resilienssille ja koetulle stressille.

### **3.1 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja resilienssi**

Resilienssi määritellään kyvyksi selviytyä vastoinkäymisistä (Wagnild, 2009). Resilienssiin sisältyy useita eri ulottuvuuksia, kuten sisäinen vahvuus, kompetenssi, optimismi ja joustavuus. Tässä tutkimuksessa käytetty resilienssimittari (Resilience Scale) koostuu viidestä resilienssiä kuvaavasta ominaisuudesta, joita ovat 1) sinnikkyys vastoinkäymisistä huolimatta, 2) mielentyyneys eli tasapainoinen näkemys elämästä ja kokemuksista, 3) merkityksellisyys eli elämän tarkoituksen oivaltaminen, 4) luottamus itseen ja omiin kykyihin sekä 5) eksistentiaalinen yksinäisyys, joka kuvaa yksilöllistä ainutlaatuisuutta sekä persoonan että kokemusten tasolla. (Wagnild, 2009.)

Earvolino-Ramirezin (2007) kirjallisuuskatsauksen mukaan resilienssi on määritetty sanakirjoissa tehokkaana muutoksesta, sairaudesta tai onnettomuudesta toipumisena sekä niihin sopeutumisenä myönteisellä tavalla. Kirjallisuudessa resilienssiin on liitetty toipumiskyvyn lisäksi tarkoituksen, odotusten, saavutusten ja määrätietoisuuden piirteet elämässä, mitkä kuvaavat ihmisen kykyä menestyä vastoinkäymisistä huolimatta, menettämättä toivoa ja uskoa itseen. Resilienssiä on kuvattu myös joustavuuden, sosiaalisen tuen, huumorintajun, itsetunnon ja minäpystyvyyden käsitteiden avulla. (Earvolino-Ramirez, 2007.)

Resilienssin tutkimus alkoi niiden ominaisuuksien tunnistamisesta, jotka kuvasivat huonoista oloista lähtöisin olevia lapsia ja nuoria, jotka olivat selvinneet riskeistä huolimatta (Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000; Richardson, 2002). Tätä vaihetta kutsutaan resilienssitutkimuksen ensimmäiseksi aalloksi, jonka myötä saatiin lista ominaisuuksia, luonteenpiirteitä ja suojelevia tekijöitä, kuten itsetunto, minäpystyvyys ja tukiverkot, joiden avulla ihmiset selviävät vastoinkäymisistä. Resilienssitutkimuksen toisen aallon aikana keskityttiin tutkimaan prosesseja, joiden kautta

resilienssiä kuvaavat ominaisuudet hankitaan. Resilienssiä alettiin kuvata prosessina, jossa muutoksesta, stressitekijöistä ja vastoinkäymisistä selvittää tavalla, joka vahvistaa ja lisää suojaavia tekijöitä. Kolmas aalto toi tutkimuksen kohteeksi motivoivat voimat, jotka saavat aikaan resilientin selviämisen prosessin. Sen mukaan resilienssi tarkoittaa sisäistä motivoivaa voimaa, joka saa tavoittelemaan viisautta, itsensä toteuttamista, altruismia ja harmoniaa sisäisen vahvuuden kautta (Richardson, 2002.)

Resilienssi on vahvasti yhteydessä tehokkaaseen vastoinkäymisistä selviämiseen sekä niihin sopeutumiseen (Earvolino-Ramirez, 2007; Hong ym., 2018). Resilienssin on myös todettu olevan yhteydessä psykologiseen hyvinvointiin sekä korreloivan useiden positiivisten tekijöiden, kuten elämän tarkoituksen, koherenssin, optimismin, itsetunnon, minäpystyvyyden ja positiiviseen affektin kanssa (Wagnild, 2009; Lee ym., 2013). Tutkimusten mukaan resilienssi korreloi negatiivisesti stressin, masennuksen, ahdistuneisuuden, traumaperäisen stressihäiriön (PTSD) ja pakko-oireisen häiriön kanssa (Wagnild, 2009; Lee ym., 2013; Hong ym., 2018). Resilienttien ihmisten selviytymiskyky perustuu tehokkaaseen tunteiden säätelyyn, aktiiviseen toimintaan ongelman ratkaisemiseksi, positiivisten tunteiden hyödyntämiseen sekä myönteisten merkitysten löytämiseen stressaavista tilanteista (Tugade & Fredrickson, 2004; Stratta ym., 2015).

Resilienssin ja lapsuuden traumaattisten kokemusten välillä on todettu negatiivinen yhteys useissa tutkimuksissa (McGloin & Widom, 2001; Campbell-Sills ym., 2006; Bruwer ym., 2008; Topitzes, Mersky, Dezen, & Reynolds, 2013; Howell & Miller-Graff, 2014). Campbell-Sills ym. (2006) totesivat kaltoinkohtelukokemusten olevan yhteydessä alhaiseen resilienssiin. Bruwerin ym. (2008) sekä Howellin & Miller-Graffin (2014) tutkimuksissa lapsuuden traumakokemukset korreloivat negatiivisesti resilienssin kanssa. Topitzes ym. (2013) sekä McGoin & Widom (2001) tutkimuksissa lapsena kaltoinkohtelua kokeneiden resilienssi oli aikuisena tilastollisesti merkitsevästi alhaisempi kuin niiden, jotka eivät olleet kokeneet kaltoinkohtelua.

Lapsuudessa koetun emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiässä mitatun resilienssin välisestä yhteydestä ei ole tehty juuri tutkimuksia (Titterton & Taylor, 2018; Ben-David & Jonson-Reid, 2017; Howell & Miller-Graff, 2014). Suurin osa lapsuuden kaltoinkohtelua ja resilienssiä käsitteleviä

tutkimuksia on keskittynyt fyysiseen ja seksuaaliseen hyväksikäyttöön emotionaalisen kaltoinkohtelun sijasta (esim. McGoin & Widom, 2001; Collishaw ym., 2007; Pitzer & Fingerman, 2010). Lisäksi suurin osa tutkimuksista on tehty lapsilla tai nuorilla (esim. Bruwer ym. 2008; Howell-Miller-Graff, 2014). Ben-David & Jonson-Reid (2017) löysivät kirjallisuuskatsauksessaan 41 määrällistä ja 45 laadullista tutkimusta lapsuuden kaltoinkohtelun ja aikuisuuden resilienssin yhteydestä, joista yhdessä oli tutkittu emotionaalista kaltoinkohtelua muiden trauman muotojen ohella (Beutel ym., 2017).

Beutelin ym. (2017) mukaan lapsuusiän traumat olivat yhteydessä alhaisempaan resilienssiin aikuisena. Lapsuusiän traumoja oli mitattu CTQ -mittarin viiden väittämän -lyhytversiolla (The Childhood Trauma Screener), joka sisältää sekä fyysisen että emotionaalisen kaltoinkohtelun sekä seksuaalisen hyväksikäytön osa-alueet. Resilienssiä oli mitattu BRCS (Brief Resilience Coping Scale) -mittarilla, joka sisältää 4 väittämää. Eri traumatyyppien itsenäistä vaikutusta resilienssiin ei kuitenkaan mitattu. Hong ym. (2018) tarkastelivat tutkimuksessaan trauman emotionaalista puolta, ja siinä havaittiin, että emotionaalinen laiminlyönti oli yhteydessä alhaisempaan resilienssiin naisilla, mutta ei miehillä. Tässä tutkimuksessa emotionaalista laiminlyöntiä mitattiin PBI (Parental Bonding Instrument) -mittarin yhdellä osiolla, joka sisältää 12 väittämää. Resilienssiä mitattiin The 10-item Resilience Scale -mittarilla.

Resilienssi on määritelty ja sitä on mitattu edellä esitetyissä tutkimuksissa todella vaihtelevasti. Osa tutkimuksista on mitannut resilienssiä resilienssimittarilla, kuten Connor-Davidson Resilience Scale (esim. Bruwer ym., 2008; Scali, Gandubert, Ritchie, Soulier, Ancelin, & Chaudieu, 2012). Kolme tutkimusta määritteli resilienssin menestymisenä tietyillä elämän osa-alueilla, kuten työssä, koulutuksessa ja terveydessä (McGoin & Widom, 2001; DuMont ym., 2007; Topitzes ym., 2013). Joissakin tutkimuksissa resilienssin tulkittiin olevan psyykkisten sairauksien puuttumista ja toisissa taas positiivisten voimavarojen, kuten hengellisyyden, tunneälyn ja sosiaalisen tuen omaamista (esim. Collishaw ym., 2007; Howell & Miller-Graff, 2014).

Vaikka tutkimus tukee vahvasti oletusta, että lapsuuden kaltoinkohtelu altistaa aikuisiässä psyykkisille häiriöille, pieni osa kaltoinkohtelua kokeneista selviää sairastumatta psyykkisesti (McGoin & Widom, 2001; Collishaw ym., 2007; Scali ym., 2012; Howell & Miller-Graff, 2014).

Collishaw ym. (2007) huomasivat pitkittäistutkimuksessaan lapsuudessa koetun fyysisen ja seksuaalisen hyväksikäytön yhteydestä psykiatriisiin häiriöihin, että vastoin oletuksia osa traumaaja kokeneista ei kärsinytkään psyykkisistä häiriöistä nuoruudessa ja aikuisuudessa. Vastaavasti Scali ym. (2012) löysivät tutkimuksestaan ryhmän, jolla oli traumaattinen historia, mutta jotka saivat korkeat resilienssipisteet siitä huolimatta. McGloinin & Widomin (2001) tutkimuksessa 22 % kaltoinkohtelua kokeneista täyttivät resilienssin kriteerit aikuisena.

Korkeaa resilienssiä lapsuuden kaltoinkohtelusta huolimatta on selitetty eri tavoin. Collishaw ym. (2007) totesivat resilienssin olevan yhteydessä vanhemmilta saatuun tukeen, nuoruuden ystävyysuhteisiin sekä parisuhteiden laatuun aikuisuudessa. Scali ym. (2012) arvelivat resilienssin olevan seurausta posttraumaattisesta kasvusta, jossa traumaattisesta tapahtumasta selviäminen johtaa parempaan psykologiseen hyvinvointiin kuin ennen traumakokemusta. Howellin ja Miller-Graffin (2014) tutkimuksessa hengellisyys, tunneäly ja sosiaalinen tuki todettiin suojaaviksi tekijöiksi, jotka lisäsivät resilienssiä nuorilla aikuisilla lapsuuden traumaattisista kokemuksista huolimatta. Campbell-Sillsin ym. (2006) mukaan altistuminen stressille lapsuudessa saattaa aiheuttaa psykologista karaistumista, joka näkyy myöhemmin resilienssin kasvuna kohdattaessa stressaavia tilanteita. Agaibin & Wilsonin (2005) mukaan korkea resilienssi selittyy aktiivisten, ongelman ratkaisuun tähtäävien selviytymiskeinojen käyttämisellä, mikä johtaa optimaaliseen, positiiviseen sopeutumiseen.

### **3.2 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja koettu stressi**

Cohen, Kamarck ja Mermelstein (1983) pohjaavat stressin määritelmän Lazaruksen ja Folkmanin (1984) transaktionaaliseen stressimalliin, jonka mukaan ihmiset ovat vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa, tulkiten tapahtumia suhteessa omiin selviytymiskeinoihinsa. Mallin mukaan stressitekijän arviointiin vaikuttavat henkilökohtaiset ominaisuudet, kuten arvot, tavoitteet ja itsetunto, sekä ympäristön vaatimukset, rajoitteet ja resurssit. Stressitekijä voidaan tulkita haitaksi, uhkaksi tai mahdollisuudeksi, joista kukin tulkinta aiheuttaa omanlaisiaan tunnereaktioita. Stressaavasta tilanteesta selviytymiseen voidaan käyttää ongelma- ja tunnesuuntautuneita keinoja. Ongelmasuuntautuneilla keinoilla pyritään ratkaisemaan tilanne ja tunnesuuntautuneilla keinoilla lievittämään tilanteen aiheuttamia, kielteisiä tunteita. Tilanteen onnistunut ratkaiseminen lisää

myönteisiä tunteita, kun taas epäsuotuisa lopputulos aiheuttaa stressiä ja negatiivisia tunteita. (Lazarus & Folkman 1984, 1985.)

Cohenin ym. (1983) käsitys stressistä edustaa stressitutkimuksen psykologista näkökulmaa, jossa pääpaino on ihmisen subjektiivisella kokemuksella stressiä aiheuttavasta tilanteesta, arviolla omista kyvyistään selvitä tilanteen aiheuttamista vaatimuksista sekä affektiivisista keinoista, joita hän tilanteessa käyttää. Cohen ym. (1983) korostaa, että koetun stressin mittaaminen eroaa objektiivisesta stressitekijöiden mittaamisesta, koska siinä huomioidaan ihmisen henkilökohtaiset ominaisuudet ja niiden vuorovaikutus ympäristön kanssa sen sijaan, että tarkasteltaisiin pelkästään stressaavan tapahtuman ominaisuuksia, kuten sen intensiteettiä tai kestoa.

Psykologisen näkökulman lisäksi stressiä on määritelty sen aiheuttajien kautta, joita kutsutaan ympäristön stressitekijöiksi tai ärsykkeiksi (Kopp, ym., 2010). Ympäristön stressitekijöitä tai ärsykeitä on tutkittu ympäristön ja biologian näkökulmista. Ympäristönäkökulma keskittyy mittaamaan spesifejä stressitekijöitä- ja tilanteita, kuten suuret elämäntapahtumat, työ-, sosiaalinen ja aviollinen stressi. Tämä näkökulma perustuu stressin ärsykemalliin. Biologinen näkökulma taas tutkii fysiologisia järjestelmiä, jotka toimivat stressireaktion aikana ja pohjaa reaktioperusteiseen stressimalliin. (Kopp ym., 2010.)

Stressin on todettu olevan yhteydessä masennukseen ja ahdistukseen, sekä kohottavan riskiä sydän- ja verisuonitautiin sairastumiseen (Kivimäki ym., 2012; McEwen, Eiland, Hunter, & Miller, 2012; Liu & Alloy, 2010). Traumaattisen tapahtuman jälkeen ilmenevän akuutin stressin on todettu aiheuttavan PTSD:n lisäksi useita muita psyykkisiä häiriöitä, kuten masennusta, ahdistuneisuutta, agorafobiaa, sosiaalisten tilanteiden pelkoa, paniikkihäiriötä ja pakko-oireista häiriötä (Garfin, Thompson, & Holman, 2018; Bryant, Creamer, O'Donnell, Silove, & McFarlane, 2012).

Lapsuuden kaltoinkohtelun on osoitettu vaikuttavan stressin määrään aikuisuudessa (Hong ym., 2018; Cook, Shaplin, Sinha, Tebes, & Mayes, 2012; Hager & Runz, 2012). Hager ja Runz (2012) havaitsivat tutkimuksessaan, että ne jotka ovat kokeneet lapsuudessa kaltoinkohtelua, kokevat enemmän stressiä aikuisuudessa. Lapsuudessa koettu kaltoinkohtelu saattaa vaikuttaa myös stressaavien tilanteiden käsittelyyn ja niistä selviämiseen (Cook ym., 2012). Hong ym. (2018)

tutkimuksessa nuoret, jotka kokivat lapsuudessa vähemmän kaltoinkohtelua, olivat vähemmän stressaantuneita, ja heillä oli vähemmän ongelmia koulussa verrattuna enemmän kaltoinkohtelua kokeneisiin nuoriin.

Lapsuudessa koetun kaltoinkohtelun aiheuttama traumaperäinen stressi voidaan jakaa eri oireityyppeihin, johon kuuluu uudelleenkokemis-, aktivaatio- ja välttämisoireita. Oireityyppien voimakkuus voi vaihdella eri osatekijöiden mukaan. Traumaperäiseen stressiin kuuluvien oireiden voimakkuus riippuu esimerkiksi traumaattisen tapahtuman kestosta, toistuvuudesta ja uhrin iästä sekä kehitystasosta. Nämä tekijät vaikuttavat myös siihen, että kehittykö traumaperäinen stressi häiriöksi. (Pynoos ym., 1993.)

Traumaattisten kokemusten on havaittu vahingoittavan lapsen biologista stressijärjestelmää eri tavoin. (Haapasalo, 2007). Varhaisessa iässä koettu stressi alentaa yksilön stressikynnystä, jolloin kaltoinkohtelua kokenut yksilö stressaantuu tilanteissa herkemmin. (Teicher ym., 2003). Järjestelmän vahingoittuminen voi myöhemmin muuttua kroonistuneeksi stressiksi (Haapasalo, 2007). Kaltoinkohtelusta johtuva varhainen stressi aiheuttaa myös aivoihin rakenteellisia ja funktionaalisia neurobiologisia muutoksia. Rakenteelliset muutokset näkyvät esimerkiksi siinä, että tietyt aivoalueet kuten hippokampus tai amygdala eivät kehity normaalisti. Funktionaaliset muutokset näkyvät puolestaan aivojen yhteyksien aktiivisuuden muutoksina. (Teicher ym., 2003.)

#### **4. Resilienssin vaikutus lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiän koetun stressin väliseen yhteyteen**

Resilienssin on todettu useissa tutkimuksissa suojelevan lapsuuden traumaattisten kokemusten aiheuttamilta psyykkisiltä oireilta aikuisuudessa (Campbell-Sills ym., 2006; Lee ym., 2014; Stratta ym., 2015; Beutel ym., 2017; Hong ym., 2018). Campbell-Sillsin ym. (2006) tutkimuksessa ne, jotka olivat kokeneet lapsuudessaan emotionaalista laiminlyöntiä, mutta joilla oli korkea resilienssi, raportoivat kaikista vähiten psyykkisiä oireita. Leen ym. (2014) tutkimuksessa resilienssin todettiin suojelevan traumaattisen stressin kehittymiseltä PTSD:ksi. Strattan ym. (2015) tutkimuksessa resilienssi toimi suojelevana tekijänä traumaattisen tapahtuman jälkeen lisäten positiivisten, ongelmaan keskittyvien selviytymiskeinojen käyttöä ja vähensi siten traumaattisen stressioireiden

ilmenemistä. Beutel ym. (2017) totesivat resilienssin suojaavan lapsuuden kaltoinkohtelun vaikutukselta masennus- ja ahdistusoireisiin sekä somaattisiin oireisiin, kuten uupumukseen, niskahartiaseudun kipuun ja rytmihäiriöihin.

Resilienssin vaikutusta lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisuuden koetun stressin välisen yhteyteen on tutkittu vähän. Hongin ym. (2018) mukaan resilienssi välitti lapsuuden psyykkisen ja fyysisen kaltoinkohtelun sekä emotionaalisen laiminlyönnin yhteyttä koettuun stressiin naisilla, mutta miehillä vastaavaa vaikutusta ei ollut. Tämä tutkimus tehtiin nuorilla (KA-ikä 19,8 vuotta) eikä vastaavaa tutkimusta ole tehty aikuisilla.

## **5. Tutkimuksen toteutus**

Tässä tutkimuksessa selvitämme lapsuudessa koetun emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä aikuisiän resilienssiin ja koettuun stressiin. Kuvailimme emotionaalisen kaltoinkohtelun, resilienssin ja koetun stressin yhteyttä eri taustamuuttujiin. Tutkimme lisäksi resilienssin vaikutusta emotionaalisen kaltoinkohtelun ja stressin väliseen yhteyteen.

### **5.1 Tutkimuskysymykset**

1. Miten lapsuusiän emotionaalinen kaltoinkohtelu on yhteydessä aikuisiän resilienssiin?

Hypoteesi 1. Hypoteesimme on, että lapsuusiässä koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu vaikuttaa negatiivisesti aikuisiän resilienssin määrään. Hypoteesi perustuu aikaisempaan tutkimustietoon lapsuuden kaltoinkohtelun ja resilienssin negatiivisesta yhteydestä (Topitzes ym., 2013; Howell & Miller-Graff, 2014).

2. Miten lapsuusiän emotionaalinen kaltoinkohtelu on yhteydessä aikuisiän koettuun stressiin?

Hypoteesi 2. Hypoteesimme on, että emotionaalinen kaltoinkohtelu on positiivisessa yhteydessä aikuisiän stressin kanssa. Hypoteesi perustuu tutkimustietoon traumaattisten kokemusten stressiä aiheuttavasta vaikutuksesta (Hager & Runz, 2012; Lee ym., 2014).

3. Vaikuttaako resilienssi emotionaalisen kaltoinkohtelun ja stressin väliseen yhteyteen?

Hypoteesi 3. Hypotesimme on, että resilienssi vaikuttaa lapsuusiän emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiällä koetun stressin väliseen yhteyteen. Hypoteesi perustuu tutkimustietoon siitä, että resilienssi välittää lapsuuden traumaattisten kokemusten yhteyttä aikuisiän koettuun stressiin (Hong ym., 2018).

## 5.2 Mittarit

### Traumat

TADS (Trauma and Distress Scale) tarkoittaa suomeksi traumojen ja fyysisen sekä psyykkisen ahdingon mittaria. Mittarin on kehittänyt Patterson kollegoineen vuonna 2002. TADS-mittari on rakennettu käyttämällä useita aikaisemmin kehitettyjä trauma-asteikoita esimerkiksi CTQ:ta (Child Abuse & Trauma Scale). Asteikoiden lisäksi TADS-mittarin osiot perustuvat EPOS (The European Prediction of Psychosis Study) keskuksen raportteihin. Alun perin mittari kehitettiin tutkimaan lapsuuden haitallisten kokemusten vaikutusta potilailla, joilla oli kliinisesti mitattuna korkea riski sairastua psykoosiin. Myöhemmin mittaria on käytetty mittaamaan yleisväestössä lapsuudessa tapahtuneita traumaattisia kokemuksia ja ahdinkoa. TADS-mittari on tehty alun perin englanninkielelle, mutta se on myöhemmin käännetty omalle kielelleen myös Suomessa, Saksassa ja Alankomaissa. (Salokangas ym., 2016.)

TADS-mittarissa on 41 väittämää, jotka käsittelevät lapsuudessa koettuja traumoja ja kaksi väittämää, jotka on laitettu vastausten luotettavuuden arvioimiseksi. Osiot on kerätty useita lapsuuden traumakokemuksia sisältäviä asteikkoja vertaamalla ja niitä hyödyntämällä. Mittarissa Lapsuuden traumat on jaoteltu viiteen traumaluokkaan: emotionaaliseen laiminlyöntiin (EmoNeg), emotionaaliseen hyväksikäyttöön (EmoAb), fyysiseen laiminlyöntiin (PhyNeg), fyysiseen hyväksikäyttöön (PhyAb) sekä seksuaaliseen hyväksikäyttöön (Sexab). Emotionaalista laiminlyöntiä mittaa väittämät 5r, 8r, 13r, 21r ja 40r ja emotionaalista hyväksikäyttöä väittämät 10, 12, 14, 26, 32. Fyysistä laiminlyöntiä mittaa väittämät 1r, 2, 4, 6 sekä 31r ja fyysistä hyväksikäyttöä väittämät 9, 16, 17, 20 ja 24. Seksuaalista hyväksikäyttöä mittaa väittämät 22, 25, 30, 33 ja 41. r kirjain väittämien



perässä kuvaa käännettyjä väitteitä, jotta kaikki väittämät olisivat samansuuntaisia. Mittarin kysymykset on luokiteltu Likert -asteikolla alkaen 0=ei koskaan ja päättyen 4=melkein aina. (Salokangas ym., 2016.)

## Resilienssi

Tutkimuksessamme resilienssiä mitattiin Wagnildin & Youngin (1993) kehittämällä RS -mittarilla (Resilience Scale). Resilienssimittari perustuu vuonna 1987 tehtyyn laadulliseen tutkimukseen suuresta elämäntapahtumasta onnistuneesti selvinneillä vanhemmilla naisilla, sekä laajaan kirjallisuuskatsaukseen resilienssistä. Alun perin RS -mittari sisälsi 50 väittämää pohjautuen laadullisesta tutkimuksesta saatuihin sanatarkkoihin ilmaisuihin, mutta analyysin jälkeen mittari tiivistettiin 25 väittämään, jotka kuvaavat viittä resilienssin ulottuvuutta. (Wagnild, 2009.)

Resilienssimittarin 25 väittämään vastataan seitsenportaisella Likert -asteikolla alkaen 1 = täysin eri mieltä ja päättyen 7 = täysin samaa mieltä. Väittämiä ovat esimerkiksi “Yleensä kyllä selviydyn tavalla tai toisella”, “Kestän vaikeat ajat, koska olen kokenut niitä aikaisemmin” ja “Elämälläni on jokin tarkoitus”. Resilienssin kokonaispisteet saadaan laskemalla vastausten pisteet yhteen ja ne voivat vaihdella välillä 25-175. Wagnild & Young (1993) ovat luokitelleet resilienssipisteet kuuteen luokkaan, jossa 25-100 pistettä kuvaa hyvin matalaa, 101-115 pistettä matalaa, 116-130 pistettä alhaista, 131-145 pistettä kohtalaista, 146-160 pistettä kohtalaisen korkeaa ja 161-175 pistettä korkeaa resilienssin määrää. RS -mittari on validoitu suomalaisessa aineistossa, jossa sillä todettiin olevan korkea sisäinen yhdenmukaisuus ja reliabiliteetti (Losoi ym., 2013).

## Koettu stressi

Tutkimuksessamme stressiä mitattiin Cohen ym. (1983) kehittämällä PSS -mittarilla (Perceived Stress Scale). PSS -mittarin kehittämisellä vastattiin tarpeeseen saada työkalu, joka ennustaa stressin terveysvaikutuksia paremmin, kuin objektiivisia stressitekijöitä mittaavat kyselyt. PSS myös mittaa stressiä laajemmin, kuin aiemmat mittarit, sillä sen avulla tulee esille sekä nykyisten olosuhteiden, tulevaisuuden odotusten, että erilaisten tapahtumien aiheuttama stressi. Mittarilla todettiin olevan riittävä sisäinen ja testien välinen reliabiliteetti ja se korreloi odotetusti itsearviointiin ja

käyttäytymisen kriteerien kanssa. (Cohen ym., 1983.) PSS -mittarista on olemassa kolme versiota, jotka sisältävät 14, 10 ja 4 kysymystä. PSS-10 ja PSS-4 sisältävät osan PSS-14 -mittarin kysymyksistä (Ezzati, Jiang, Katz, Sliwinski, Zimmerman, & Lipton, 2014). PSS on validoitu useissa maissa ja käännetty 26 kielelle (Lee, 2012).

PSS-10 sisältää kymmenen kysymystä, joissa tiedustellaan vastaajan kokemuksia elämän odottamattomuudesta, kontrolloimattomuudesta ja ylikuormittuneisuudesta viimeisen kuukauden aikana. Kysymyksiä ovat esimerkiksi “Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana epäillyt kykyäsi hallita tärkeitä asioita elämässäsi?”, “Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana kokenut asioiden sujuvan haluamallasi tavalla?” ja “Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana pystynyt hallitsemaan elämäsi hankaluuksia/ärsytyksiä?”. Kysymyksiin vastataan viisiportaisella Likert -asteikolla, jossa 0 = ei koskaan ja 4 = hyvin usein. Stressin kokonaispisteet lasketaan kääntämällä positiivisten kysymysten tulos (0 = 4, 1 = 3, 2 = 2, 4 = 0) ja laskemalla pisteet yhteen. (Cohen ym., 1983.)

### 5.3 Menetelmät

Aineisto analysoitiin IBM SPSS Statistics 25 -ohjelmalla. Resilienssimittarin vastaukset noudattivat normaalijakaumaa (Kolmogorov-Smirnov=.041,  $p=.818$ ), mutta TADS -mittarin vastaukset eivät (Kolmogorov-Smirnov=.126,  $p<.001$ ), joten niiden analysoinnissa käytettiin epäparametrisia testejä. Emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneiden välisiä eroja suhteessa taustamuuttujiin mitattiin khiin neliö -testillä. Emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneet henkilöt (“tapaukset”) laskettiin Salokangas ym. (2016) mukaan. TADS -väittämät käännettiin positiivisiksi ja niiden Likert -asteikon pisteet muutettiin siten, että 0 = 0 - 1 (ei koskaan - harvoin) ja 1 = 2 - 4 (joskus - melkein aina). Täten kunkin traumaluokan pisteiden summa vaihteli 0 - 5 välillä. Sen jälkeen summapisteen luokiteltiin uudelleen siten, että 0 = 0 ja 1 = 1 - 5 kuvaamaan henkilöitä (“tapaukset”), jotka vastasivat  $\geq 2$  (joskus)  $\geq 1$  väittämään kussakin traumaluokassa, ja olivat tämän perusteella kokeneet lapsuudessaan kaltoinkohtelua.

Lapsuusiän emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä resilienssiin ja koettuun stressiin tutkittiin korrelaatioilla ja kahden ryhmän välisten keskiarvojen erojen mittaamisella. Korrelaatioiden

mittaamiseen käytettiin Spearmanin korrelaatiokerrointa ja korrelaatiot tulkittiin niin, että  $r = \pm .3$  tarkoittaa heikkoa,  $r = \pm .5$  keskinkertaista,  $r = \pm .7$  melko voimakasta ja  $r = \pm .9$  voimakasta lineaarista yhteyttä. Kahden ryhmän välisen keskiarvojen eron mittaamiseen käytettiin Mann-Whitneyn U -testiä. Efektikoot otettiin tulosten tieteellisen merkitsevyyden mittaamiseksi ja niiden tulkitsemisessa käytettiin Cohenin (1988) viitearvoja (.2 = pieni, .5 = keskisuuri, .8 = suuri).

Resilienssin vaikutusta emotionaalisen kaltoinkohtelun ja stressin väliseen yhteyteen mitattiin mediaatioanalyysillä. Tähän käytettiin Hayesin (2017) PROCESS SPSS-lisäosaa. Oletuksena mediaatioanalyysissä on, että selittävä muuttuja (X) vaikuttaa selitettävään muuttuajaan (Y) välittävän tekijän, mediaattorin (M) kautta (Hayes, 2017). Mediaatioanalyysissä käytettiin 95 % bootstrap -luottamusväliä, joka laskettiin 5000 otoksen bootstrap -menetelmällä. Epäsuora eli medioitu yhteys on tilastollisesti merkitsevä, jos luottamusväli ei sisällä nollaa. Jäännöstermien heteroskedastisuus kontrolloitiin HC3 -moderaattorilla. Tutkittavien muuttujien yhteyksiä kuvataan standardoiduilla regressiokertoimilla ( $\beta$ ), regressiomallien selitysosuuksilla ( $R^2$ ) ja 95 %:n luottamusväleillä (LV). Epäsuoran yhteyden voimakkuus mitattiin mediaatioprosentilla (PM), joka kertoo epäsuoran yhteyden prosentuaalisen osuuden kokonaisuudesta.

## 6. Aineisto

Kyselytutkimus on osa Mielenterveyden voimavarat ja vaaratekijät yleisväestössä -hanketta, jonka tavoitteena on tutkia erilaisia hyvinvointiin vaikuttavia sekä mielenterveyttä suojaavia ja vaarantavia tekijöitä (Liite 1Aineisto on kerätty vuosina 2016 - 2018. Itä-Suomen yliopiston eettinen toimikunta on antanut puoltavan lausunnon tutkimuksen toteutukselle elokuussa 2016. Aineistoa on kerätty osana psykologian opiskelijoiden "Määrällisen tutkimusstrategian soveltaminen" -opintojaksoa, ja kerääminen on tehty mukavuusotoksena. Mukavuusotokseen valikoituvat helpoiten saatavissa olevat henkilöt (Luoto, 2009). Kyselylomakkeen alussa on allekirjoitettava suostumuslomake, jossa kerrotaan tutkimukseen osallistujille tutkimuksen tarkoituksesta sekä heidän oikeuksistaan liittyen tutkimuksen vapaaehtoisuuteen ja tietojen luottamuksellisuuteen (Liite 2).

Tutkimukseen vastasi 227 henkilöä, joiden ikä vaihteli 17-78 vuoden välillä (KA = 38.3; KH = 15.8). Vastaajista 61.3 % (n = 138) oli naisia ja 38.7 % (n = 87) miehiä. Sukupuolen ja iän suhteen oli kaksi

puuttuvaa vastausta. Vastaajien opiskeluvuosien määrä vaihteli 1 – 39 vuoden välillä (KA = 15.6; KH = 4.0). Vastaajat olivat melko korkeasti kouluttautuneita, sillä akateemisen loppututkinnon oli suorittanut 40.1 % (n = 91) vastaajista. Perus- tai kansakoulun suorittaneita puolestaan oli 5.3 % (n = 12) vastaajista. Vastaajista suurin osa 96.9 % (n = 220) arvioi nykyisen terveydentilansa hyväksi tai melko hyväksi. Melko huonona terveydentilaansa piti 3.1 % (n = 7). Huonona terveydentilaansa ei pitänyt kukaan vastaajista.

## 7. Tulokset

Traumat on luokiteltu Salokangas ym. (2016) mukaan ja niiden tunnusluvut on esitetty taulukossa 1. Tässä tutkimuksessa keskityimme emotionaalista laiminlyöntiä ja hyväksikäyttöä kokeneisiin. Tutkimukseen vastaajista 46.7 % (n = 106) raportoi kokeneensa lapsuudessa emotionaalista laiminlyöntiä. Emotionaalista hyväksikäyttöä oli kokenut vastaavasti 36.7 % (n = 83) vastaajista.

Taulukko 1. Traumat luokiteltuna Salokangas ym. (2016) mukaan.

Traumaluokat	N	KA	KH	95 % LV
EmoNeg	227	4.42	4.02	3.9-5.0
EmoAb	226	2.89	3.68	2.4-3.4
PhyNeg	227	3.17	2.82	2.8-3.5
PhyAb	226	1.12	1.74	0.9-1.3
SexAb	226	.78	2.17	0.5-1.1

KA= keskiarvo, KH= keskihajonta, LV=luottamusväli

Resilienssin kokonaismäärä vaihteli välillä 84 - 175 (KA = 134.5; KH = 17.6). Kun resilienssi luokiteltiin Wagnildin (2009) mukaan, suurin osa vastaajista sijoittui kohtuullisen resilienssin luokkaan (Taulukko 2.). Miehillä oli enemmän resilienssiä kuin naisilla (U=4996, p<.05). Koetun stressin kokonaismäärä vaihteli välillä 1 - 32 (KA = 12.3; KH = 6.4). Naiset kokivat enemmän stressiä kuin miehet (U = 3110, p<.001).

Taulukko 2. Resilienssi luokiteltuna Wagnildin (2009) mukaan.

Resilienssiluokat	N	%
25 - 100 (todella matala)	6	2.6
101 - 115 (matala)	29	12.8
116 - 130 (melko matala)	53	23.3
131 - 145 (kohtuullinen)	84	37.0
146 - 160 (melko korkea)	37	16.3
161 - 175 (korkea)	18	7.9

Emotionaalinen kaltoinkohtelu suhteessa taustamuuttujiin on esitetty taulukossa 3. Taustamuuttujat on valittu ja luokiteltu mukaillen Salokangas ym. (2016) tutkimusta. Ikäryhmien välillä oli tilastollisesti merkitseviä eroja emotionaalisen kaltoinkohtelun kokemisessa ( $\chi^2 = 11.236$ ,  $df = 4$ ,  $p < .05$ ). Naiset olivat kokeneet enemmän emotionaalista hyväksikäyttöä miehiin verrattuna ( $\chi^2 = 7.877$ ,  $df = 1$ ,  $p < .05$ ). Emotionaalisen laiminlyönnin ilmenemisessä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa sukupuolten välillä. Emotionaalisen kaltoinkohtelun ilmenemisessä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa suhteessa koulutusvuosiin, siviilisäätyn tai työtilanteeseen.

Taulukko 3. Emotionaalista laiminlyöntiä ja hyväksikäyttöä kokeneet suhteessa taustamuuttujiin.

	N	EmoNeg tapaukset	EmoAb tapaukset
Ikä	226		
17-27	85	34.1 % (n=29)	27.4 % (n=23)
28-38	49	57.1 % (n=28)	34.7 % (n=17)
39-49	32	46.9 % (n=15)	40.6 % (n=13)
50-60	39	51.3 % (n=20)	51.3 % (n=20)
61-78	21	66.7 % (n=14)	47.6 % (n=10)
		U = 5062.5*, r = .18	U = 4648* r = .18
		$\chi^2 = 11.236^*$ , $df = 4$ , V = .223	$\chi^2 = 8.064$ , $df = 4$ , V = .089
Sukupuoli	225		
Naiset	136	50.0 % (n=68)	43.4 % (n=59)
Miehet	89	42.7 % (n=38)	27.3 % (n=24)
		$\chi^2 = 1.152$ , $df = 1$ , V = .072	$\chi^2 = 5.945^*$ , $df = 1$ , V = .163

Koulutusvuodet	220		
1-11	20	55.0 % (n=11)	45 % (n=9)
12-15	93	48.4 % (n=45)	34.8 % (n=32)
16-39	107	43.0 % (n=46)	38.3 % (n=41)
		U = 5559.5	U = 5608.5
		$\chi^2 = 1.243, df = 2, V = .075$	$\chi^2 = .801, df = 2, V = .670$
Siviilisääty	227		
Naimaton	81	40.7 % (n=33)	33.3 % (n=27)
Avoliitossa, rekisteröidyssä parisuhteessa tai avoliitossa	124	48.4 % (n=60)	37.4 % (n=46)
Eronnut	17	58.8 % (n=10)	35.3 % (n=6)
Leski	5	60.0 % (n=3)	80.0 % (n=4)
		U = 5719	U = 5496
		$\chi^2 = 2.657, df = 3, V = .108$	$\chi^2 = 4.469, df = 3, V = .215$
Työtilanne	225		
Kokopäivätyössä	118	46.6 % (n=55)	39.8 % (n=47%)
Osa-aikatyössä	29	41.4 % (n=12)	34.5 % (n=10)
Työttömänä	13	53.8 % (n=7)	38.5 % (n=5)
Osa-aikaeläkkeellä	1	0 % (n=0)	0 % (n=0)
Työkyvyttömyyseläkkeellä	3	100 % (n=3)	66.7 % (n=2)
Työeläkkeellä	16	75 % (n=12)	43.8 % (n=7)
Muusta syystä pois työelämästä	45	37.8 % (n=17)	27.3 % (n=12)
		U = 5374	U = 5182
		$\chi^2 = 11.457, df = 6, V = .226$	$\chi^2 = 4.312, df = 6, V = .634$

---

U = Mann-Whitney-testi,  $\chi^2$  = Khiin neliön testi, V = Cramerin V, r = efektikoko \* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

## 7.1 Emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteys resilienssiin

Korrelaatioiden mukaan emotionaalinen kaltoinkohtelu oli heikosti yhteydessä alhaisempaan resilienssiin (Taulukko 4). Muuttujien keskinäinen vaikutus eli selitysosuus vaihtelusta on pieni: emotionaalisella laiminlyönnillä 3,6 % ja emotionaalisella hyväksikäytöllä 2,6 %. Keskiarvojen erojen perusteella emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneilla oli tilastollisesti merkitsevästi alhaisempi resilienssi verrattuna niihin, jotka eivät olleet sitä kokeneet (Taulukko 5). Tuloksen tieteellinen merkitys efektikokojen perusteella on pieni (Cohen, 1988).

Taulukko 4. Korrelaatiot tutkittavien muuttujien välillä.

	1	2	3	4
1. EmoNeg (TADS)	1	0.47**	- 0.19*	0.36*
2. EmoAb (TADS)		1	- 0.16*	0.28*
3. Resilienssi (RS)			1	- 0.53*
4. Koettu stressi (PSS-10)				1

TADS = The Trauma and Distress Scale, RS = Resilience Scale, PSS-10 = Perceived Stress Scale, \* $p < .01$ , \*\* $p < .001$

Taulukko 5. Emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneet suhteessa resilienssiin ja stressiin.

	EmoNeg tapaukset	EmoAb tapaukset
Resilienssi	ka = 130.7, kh = 19.0 U = 5035* (n = 106) Z = -2.79 r = .19	ka = 130, kh = 19.0 U = 4694* (n = 83) Z = -2.62 r = .17

Koettu stressi	ka = 14.5, kh = 6.2	ka = 14.6, kh = 6.0
	U = 3893** (n = 104)	U = 3763** (n = 81)
	Z = -4.70	Z = -4.19
	r = .32	r = .28

---

U = Mann-Whitney -testi, Z = Kolmogorov-Smirnov, r = efektikoko, \*p<.05, \*\*p<.001

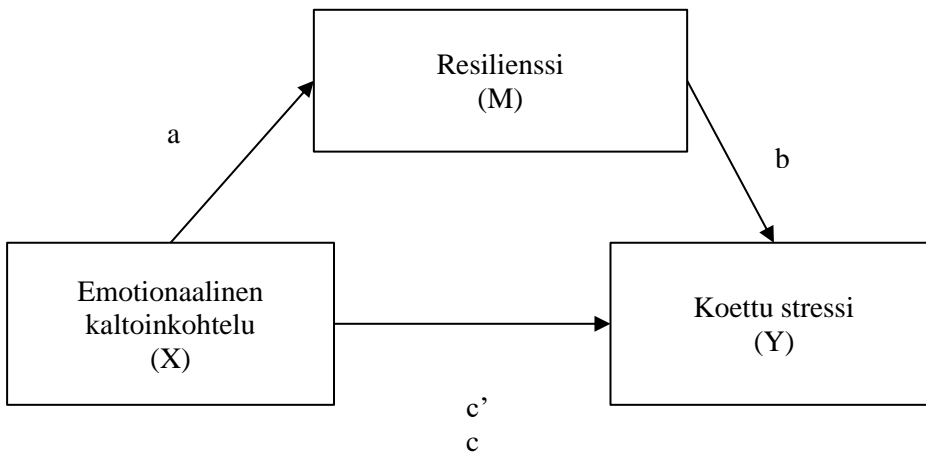
## 7.2 Emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteys koettuun stressiin

Korrelaatioiden mukaan emotionaalinen kaltoinkohtelu korreloi heikosti korkeampaan koetun stressin määrään (Taulukko 4). Stressin ja emotionaalisen kaltoinkohtelun korrelaatio oli kuitenkin selvästi voimakkaampi kuin emotionaalisen kaltoinkohtelun ja resilienssin yhteys. Muuttujien selitysosuus vaihtelusta on emotionaalisella laiminlyönnillä 13 % ja emotionaalisella hyväksikäytöllä 7,8 %. Keskiarvojen erojen perusteella emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneilla oli merkittävää eroa koetun stressin määrässä verrattuna henkilöihin, jotka eivät olleet sitä kokeneet (Taulukko 5). Efektikokojen perusteella tulosten tieteellinen merkitys oli keskitasoa (Cohen, 1988).

## 7.3 Resilienssin vaikutus emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin väliseen yhteyteen

Tutkimme mediaatioanalyysin avulla, välittykö lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun (X) yhteys aikuisuudessa koettuun stressiin (Y) resilienssin (M) kautta. Emotionaalisen kaltoinkohtelun käsittäessä emotionaalisen laiminlyönnin ja hyväksikäytön, teimme analyysit molemmille selittäville muuttujille. Tutkimme emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä resilienssiin (yhteys a), resilienssin yhteyttä koettuun stressiin (yhteys b), emotionaalisen laiminlyönnin suoraa yhteyttä koettuun stressiin (yhteys c') ja resilienssin vaikutuksen huomioivaa kokonaisyhteyttä emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välillä (yhteys c). Epäsuora eli resilienssin kautta välittyvä yhteys tarkoittaa yhteyksien a ja b tuloa. Kokonaisyhteys tarkoittaa epäsuoran ja suoran yhteyden summaa eli  $c = ab + c'$  (Hayes, 2017). Tutkimamme yhteydet on esitetty kuviossa 1.

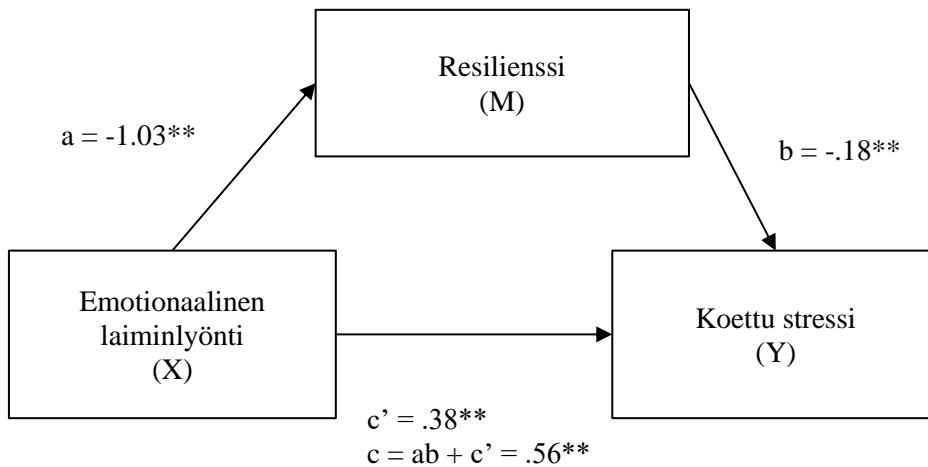




Kuvio 1. Mediaatioanalyysillä tutkitut yhteydet.

### 7.3.1 Resilienssin vaikutus emotionaalisen laiminlyönnin ja koetun stressin väliseen yhteyteen

Mediaatioanalyysillä (5000 otoksen bootstrap-menetelmä, 95 %:n luottamusväli) selvitettiin resilienssin välittävää vaikutusta emotionaalisen laiminlyönnin ja koetun stressin väliseen yhteyteen. Mediaatiomalli tutkittujen yhteyksien vaikutuksista on esitetty kuviossa 2. Emotionaalinen laiminlyönti selitti resilienssistä 5,8 % ( $F(1,220) = 10.69, p < .001$ ) ja koetusta stressistä 12,7 % ( $F(1,220) = 25.95, p < .001$ ). Emotionaalisella laiminlyönnillä oli tilastollisesti merkitsevä suora yhteys stressiin ( $\beta = .38, LV = .20 - .56, p < .001$ ). Emotionaalinen laiminlyönti ja resilienssi selittivät yhdessä 34,7 % ( $F(2,219) = 62.51, p < .001$ ) koetusta stressistä. Resilienssi välitti emotionaalisen laiminlyönnin ja koetun stressin välistä yhteyttä ( $\beta = .12, LV = .05 - .18, p < .05$ ). Resilienssi selitti kokonaisyhteydestä noin kolmasosan ( $PM = .33$ ). Tulos tukee hypoteesiamme siitä, että emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välinen yhteys välittyy resilienssin kautta.

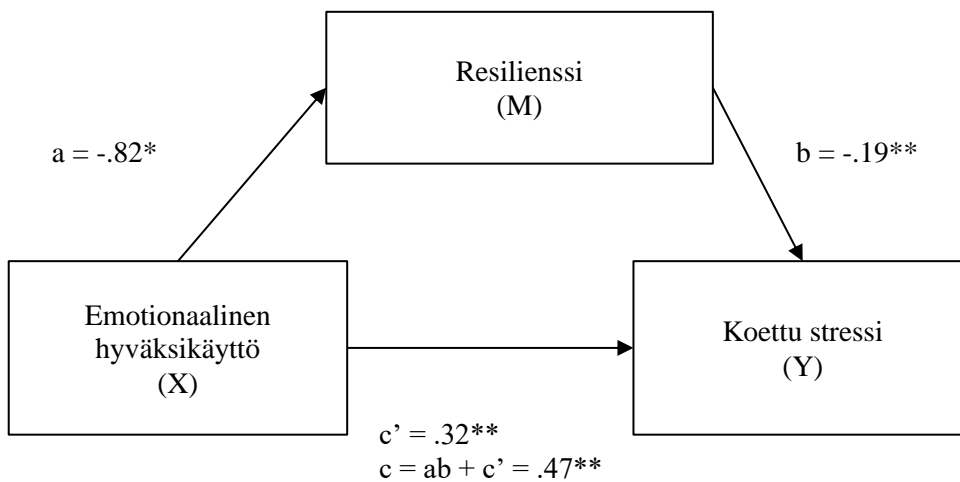


\* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

Kuvio 2. Mediaatiomalli resilienssin välittävästä vaikutuksesta emotionaalisen laiminlyönnin ja koetun stressin väliseen yhteyteen.

### 7.3.2 Resilienssin vaikutus emotionaalisen hyväksikäytön ja koetun stressin väliseen yhteyteen

Teimme mediaatioanalyysin (5000 otoksen bootstrap-menetelmä 95% luottamusvälillä), jossa jäännöstermien heteroskedastisuus kontrolloitiin HC3-moderaattorilla. Mediaatioanalyysissä tutkimme, välittykö emotionaalisen hyväksikäytön yhteys stressiin resilienssin välityksellä. Emotionaalinen hyväksikäyttö selitti noin 3 % resilienssin määrästä ( $F(1,219) = 3.85$ ,  $p < .05$ ) ja koetusta stressistä 7 % ( $F(1, 219) = 13.6$ ,  $p < .001$ ). Emotionaalisella hyväksikäytöllä oli merkitsevä suora yhteys koettuun stressiin ( $\beta = .31$ ,  $LV = .12 - .51$ ,  $p < .01$ ). Puolestaan resilienssi ja emotionaalinen hyväksikäyttö selittivät yhdessä koetun stressin määrää 32 % ( $F(2, 218) = 56.44$ ,  $p < .001$ ). Tulosten mukaan resilienssi välitti emotionaalisen hyväksikäytön ja koetun stressin välistä yhteyttä ( $\beta = .08$ ,  $LV = .005 - .17$ ,  $p < .05$ ). Resilienssi selitti kokonaisyhteydestä noin kolmasosan ( $PM = .33$ ). Tämäkin tulos tukee myös hypoteesiamme siitä, että emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välinen yhteys välittyy resilienssin kautta.



\* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

Kuvio 3. Mediaatiomalli resilienssin välittävästä vaikutuksesta emotionaalisen hyväksikäytön ja koetun stressin väliseen yhteyteen.

## 8. Pohdinta

Tässä tutkimuksessa selvitimme lapsuusiän emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä aikuisiän resilienssiin (hypoteesi 1) ja koettuun stressiin (hypoteesi 2). Lisäksi tutkimme resilienssin välittävää vaikutusta lapsuusiän emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiän koetun stressin väliseen yhteyteen (hypoteesi 3). Hypoteesimme oli, että lapsuusiässä koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu on negatiivisesti yhteydessä aikuisiän resilienssin määrään ja positiivisesti yhteydessä aikuisiän koettuun stressiin. Hypoteesimme oli lisäksi se, että resilienssi vaikuttaa lapsuusiän emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiällä koetun stressin väliseen yhteyteen.

### 8.1 Päätulokset

#### 8.1.1 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja resilienssi

Ensimmäisenä hypoteesinamme oli, että lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu on negatiivisesti yhteydessä aikuisuuden resilienssin määrään. Tutkimuksessamme emotionaalinen kaltoinkohtelu oli

yhteydessä matalampaan resilienssiin, mutta yhteys oli heikko. Emotionaalista kaltoinkohtelua kokeneilla oli kuitenkin merkittävästi matalampi resilienssi kuin henkilöillä, jotka eivät olleet sitä kokeneet. Tulokset siis tukevat jossain määrin hypoteesiamme siitä, että lapsuusiässä koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu vaikuttaa negatiivisesti aikuisiän resilienssin määrään.

Tulokset ovat samansuuntaisia aiempien tutkimusten kanssa, vaikkakaan lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä aikuisena mitattuun resilienssiin ei ole tutkittu paljoa (Beutel, 2017; Hong ym., 2018). Beutelin ym. (2017) mukaan lapsuusiän traumat olivat yhteydessä alhaisempaan resilienssiin aikuisena, mutta tutkimuksessa ei eroteltu traumojen muotoja, joten suoraa vertailua emotionaalisen kaltoinkohtelun vaikutuksesta ei voi tehdä. Hongin ym. (2018) tutkimuksessa emotionaalinen laiminlyönti oli yhteydessä alhaisempaan resilienssiin naisilla, mutta ei miehillä. Me emme tutkineet, eroaako emotionaalisen laiminlyönnin vaikutus resilienssiin naisilla ja miehillä, mutta emotionaalisen laiminlyönnin kokemisessa ei ollut eroa sukupuolten välillä.

Tässä tutkimuksessa on kysytty traumaattisista kokemuksista, jotka ovat tapahtuneet lapsuusiässä. Kokemuksista on mittaushetkellä kulunut aikaa useita vuosia, jolloin niistä on voitu päästä yli, mikä saattaa selittää heikkoa yhteyttä matalampaan resilienssiin. Tätä oletusta tukee se, että tutkimukset, joissa on mitattu resilienssiä lapsuudessa tai nuoruudessa, osoittavat vahvemman yhteyden traumojen ja alhaisen resilienssin välillä (Bruwer ym. 2008; Howell-Miller-Graff, 2014). Resilienssi on lisäksi ominaisuus, joka ilmentää paremmin positiivisia kuin negatiivisia ulottuvuuksia ja on aikaisemmissa tutkimuksissakin ollut vahvemmin yhteydessä positiivisiin kuin negatiivisiin tekijöihin (Wagnild, 2009; Lee ym. 2013).

### **8.1.2 Lapsuuden emotionaalinen kaltoinkohtelu ja koettu stressi**

Toisena hypoteesinamme oli, että lapsuusiässä koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu on positiivisesti yhteydessä aikuisiän koettuun stressiin. Emotionaalinen kaltoinkohtelu oli merkittävästi yhteydessä aikuisiässä koetun stressin määrään. Yhteys oli voimakkaampi kuin emotionaalisen kaltoinkohtelun ja resilienssin välillä. Tutkimuksemme tulokset tukevat hypoteesiamme siitä, että lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu on positiivisessa yhteydessä aikuisiässä koetun stressin määrään. Emotionaalisen kaltoinkohtelun ja stressin määrän positiivista yhteyttä voidaan selittää

tutkimustiedolla lapsuuden traumaattisten kokemusten stressiä aiheuttavasta vaikutuksesta (Hager & Runz, 2012; Lee ym., 2014). Lapsuudessa koettu kaltoinkohtelu vaikuttaa stressaavien tilanteiden käsittelyyn ja niistä selviämiseen. (Cook ym., 2012). Tulokset olivat siis samansuuntaisia kuin aikaisempien lapsuuden kaltoinkohtelua ja stressiä mittaavien tutkimusten tulokset.

Yhteydet emotionaalisen laiminlyönnin ja aikuisuudessa koetun stressin välillä olisivat voineet olla voimakkaampia, jos aineisto olisi koostunut esimerkiksi potilasaineistosta. Aikaisemmat tutkimukset ovat tukeneet yhteyttä lapsuuden kaltoinkohtelun ja aikuisiän psykopatologioiden välillä (Briere ym., 2010; Iffland ym., 2013.) Traumaperäistä stressihäiriötä tai muita psykopatologioita ja niiden yhteyksiä stressiin ei tässä tutkielmassa tutkittu. Tuloksia saattoi heikentää myös se, että traumaista oli kulunut mittaushetkellä jo useita vuosia, kun taas stressiä mitattiin sen hetkisen koetun stressin näkökulmasta.

Lapsuuden traumakokemusten negatiivista vaikutusta aikuisuuden psyykkiseen hyvinvointiin, erityisesti stressiin, on selitetty traumamallilla (Haapasalo, 2007). Mallin tarkoituksena on yrittää ymmärtää aikuisuudessa esiintyviä psykopatologioita ja niiden syitä. Aikuisuudessa esiintyvät psyykkiset häiriöt ovat mallin mukaan sopeutumisreaktioita lapsuuden traumaattisesta kokemuksesta. Nämä sopeutumisreaktiot voivat kroonistua epätarkoituksenmukaisiksi toimintatavoiksi, jotka näkyvät yksilön heikkona sopeutumisena yhteisöön sekä stressin määränä aikuisuudessa. Traumaattiset kokemukset vahingoittavat esimerkiksi lapsen biologista stressijärjestelmää eri tavoin. Järjestelmän vahingoittuminen voi myöhemmin muuttua kroonistuneeksi stressiksi. (Haapasalo, 2007.) Kaltoinkohtelusta johtuva varhainen stressi aiheuttaa myös aivoihin rakenteellisia ja funktionaalisia neurobiologisia muutoksia. Funktionaaliset muutokset näkyvät puolestaan aivojen yhteyksien aktiivisuuden muutoksina. (Teicher, Andersen, Polcari, Anderson, Navalta & Kim, 2003.) Tämän lisäksi lapsuudessa koetun laiminlyönnin on havaittu aiheuttavan muutoksia stressijärjestelmään ja aivojen kehityksessä (Cook ym., 2012). Traumamalli sekä mahdolliset muutokset aivojen yhteyksissä ja rakenteissa voisivat selittää osittain tutkimuksesta ilmenneet tulokset emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin määrän välillä.

### **8.1.3 Resilienssin vaikutus emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin väliseen yhteyteen**

Kolmantena hypoteesinamme oli, että resilienssi välittää emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välistä yhteyttä. Tutkimuksessamme resilienssi välitti lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiässä koetun stressin välistä yhteyttä selittäen siitä noin kolmasosan. Tulos tukee hypoteesiamme siitä, että emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin välinen yhteys välittyy resilienssin kautta. Tutkimustulos saa tukea aikaisemmista tutkimuksista, joiden mukaan resilienssi suojelee lapsuuden traumaattisten kokemusten aiheuttamilta psyykkisiltä oireilta aikuisuudessa (Campbell-Sills ym., 2006; Lee ym., 2014; Stratta ym., 2015; Beutel ym., 2017). Resilienssin vaikutusta erityisesti lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisuuden koetun stressin väliseen yhteyteen on kuitenkin tutkittu vähän (Hong ym., 2018). Hongin (2018) tutkimuksessa välittävä yhteys löydettiin naisilla, mutta ei miehillä.

Vaikka resilienssin ja emotionaalisen kaltoinkohtelun välillä ei ollut vahvaa yhteyttä, resilienssi vaikuttaa emotionaalisen kaltoinkohtelun ja koetun stressin väliseen yhteyteen merkittävästi. Välittävää vaikutusta voi selittää tässä tutkimuksessa havaittu resilienssin ja koetun stressin välinen vahva negatiivinen yhteys eli henkilöt, joilla on matala resilienssi, kokevat paljon stressiä. Aikaisempi tutkimustieto tukee tätä tulosta, sillä resilienssin on todettu useissa tutkimuksissa olevan negatiivisessa yhteydessä stressiin (Wagnild, 2009; Lee ym., 2013; Hong ym., 2018).

## **8.2 Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet**

Tutkimuksen vahvuutena voi pitää sitä, että aineistoon on saatu mukaan eri ikäisiä ihmisiä. Tutkimukseen vastasi 227 henkilöä, joiden ikä vaihteli 17-78 vuoden välillä. Keskimäärin vastaajat olivat 38- vuotiaita. Kokemus traumaista, omasta resilienssistä ja stressistä vaihtelee iän ja kehitysvaiheen mukaan. Esimerkiksi sama kokemus voi olla nuoremmalle sukupolvelle traumaattista, mutta vanhemmalle sukupolvelle neutraalia. Aineiston taustatiedoista päätellen tutkimuksessamme olivat myös molemmat sukupuolet hyvin edustettuina. Vastaajista 61.3 % (n =138) oli naisia ja 38.7 % (n = 87) miehiä. Miehet olivat kokeneet naisiin verrattuna vähemmän

emotionaalista kaltoinkohtelua. Yhteyksiä miesten emotionaalisen kaltoinkohtelun, stressin ja resilienssin välillä pystyttiin kuitenkin kattavasti havaitsemaan.

Tutkimuksen toisena keskeisenä vahvuutena on se, että tutkimus on toteutettu suhteellisen terveellä väestöllä. Vaikka kyseessä ei ollut potilasaineisto, niin yhteyksiä havaittiin silti lapsuuden kaltoinkohtelun, stressin ja resilienssin välillä. Terveenkin väestön osalta tutkimus on tärkeää ja kertoo myös yksilöiden kyvystä selviytyä traumaattisista kokemuksista. Traumoista eniten on tutkittu seksuaalista hyväksikäyttöä ja sen vaikutuksia, mutta emotionaalisen kaltoinkohtelun puoli on vielä vähän tutkittua. (Daphne, 2006.) Tutkimus emotionaalista kaltoinkohtelusta on tärkeää sen vähäisyyden vuoksi. Tutkimuksemme täydentää jo aikaisemmin tehtyä tutkimusta emotionaalista kaltoinkohtelusta ja sen yhteyksistä. Tutkimuksen tulokset ovat myös samansuuntaisia kuin aikaisemmin tehdyt tutkimukset lapsuuden traumojen, stressin sekä resilienssin välisistä yhteyksistä.

Tutkimuksen heikkoutena on otoksen valitseminen mukavuusotoksena, jolloin tulosten yleistäminen ei ole niin suoraviivaista kuin satunnaisotoksella tehdyissä tutkimuksissa (Luoto, 2009). Toisaalta tässä tutkimuksessa on kohtuullisen iso otos, ja tulokset ovat samansuuntaisia kuin aikaisemmissa, isommilla otoksilla tehdyissä tutkimuksissa, mikä vahvistaa tämän tutkimuksen tulosten yleistettävyyttä. Toinen tutkimuksen heikkous on poikkileikkausasetelma, jolloin ei voida tehdä suoria johtopäätöksiä tutkittujen ilmiöiden kausaalisista vaikutuksista. Sen vuoksi tässä tutkimuksessa mediaatioanalyysin tulokset ovat suuntaa-antavia ja asetelma lähinnä hypoteettinen. Siitä huolimatta tämän tutkimuksen tulokset antavat tärkeitä viitteitä lapsuuden emotionaalisten traumojen yhteydestä resilienssiin ja koettuun stressiin.

Tämä tutkimus toteutettiin kyselynä, jolloin tutkimuksessa saatu tieto perustuu vastaajien subjektiivisiin itsearviointeihin. Vastaajien arviointeihin voi vaikuttaa taipumus vastata sosiaalisesti suotavalla tavalla, valita ääripään vaihtoehtoja tai vastata kysymyksiin todennäköisemmin myönteisesti kuin kieltävästi (van Herk, Poortinga & Verhallen, 2004.) Sosiaalisesti suotavalla vastaamisella tarkoitetaan vastausten antamista niin, että ne saavat vastaajan näyttämään hyvältä (Honkaniemi, 2010). Taipumukset vastata tietyllä tavalla saattavat voimistaa tutkittuja yhteyksiä. Kyselytutkimuksen avulla saadaan kuitenkin tietoa ihmisten omista kokemuksista, joihin objektiiviset menetelmät eivät pääse käsiksi. Lisäksi sosiaalisesti suotavaa vastaamista voi vähentää

tässä tutkimuksessa se, että tuloksia ei käytetä esimerkiksi henkilöarviointiin eli vastaamistilanne on sen suhteen neutraali (Honkaniemi, 2010; van Herk ym., 2004.) Lisäksi on huomioitava, että kauan sitten tapahtuneiden asioiden muisteleminen on epätarkkaa ja voi aiheuttaa muistiharhaa (Luoto, 2009). Tässä tutkimuksessa lapsuudessa tapahtuneiden traumojen muistelemissä muistiharhan riski on suuri erityisesti vanhemmilla vastaajilla, mutta heidän osuutensa koko otoksesta on pieni.

### **8.3 Tutkimuksen eettisyys**

Itä-Suomen yliopiston eettinen toimikunta antoi puoltavan lausunnon tutkimuksen toteutukselle elokuussa 2016. Tutkimukseen osallistujia tiedotettiin tutkimuksen tarkoituksesta sekä heidän oikeuksistaan liittyen tutkimuksen vapaaehtoisuuteen ja tietojen luottamuksellisuuteen kyselyn alussa olevalla tiedotteella. Aineisto säilytettiin ja sitä käsiteltiin niin, että varmistettiin kyselyyn osallistujien ja heidän antamiensa vastausten anonymiteetti.

Traumatutkimuksessa on aina riski siihen, että traumoihin liittyviin kysymyksiin vastaaminen herättää vastaajissa negatiivisia tunteita, ahdistusta ja stressiä. Trauman läpikäynti tutkimuksen muodossa voi myös uudelleen traumatisoida tutkimukseen osallistujia. Traumatutkimusten eettisyyttä käsittelevien tutkimusten mukaan tutkimukseen osallistujat saavat kuitenkin pääsääntöisesti hyötyä tutkimuksesta. Traumaattisen kokemuksen läpikäynti tutkimuksen muodossa voi olla jopa helpottava ja terapeuttinen kokemus. Tutkimusta tehdessä on tietenkin hyvä huomioida se, että onko tutkimuksesta tulevat haitat niin vähäiset ja tutkimuksesta saatava tieto niin arvokasta, että se kannattaa tehdä. (Seedat, Pienaar, Williams & Stein, 2004.) Koemme, että tässä tutkimuksessa, joka koostui terveestä väestöstä, oli matala riski uudelleen traumatisoitumiselle ja tutkimuksen avulla saatiin tärkeää tietoa emotionaalisen laiminlyönnin seurauksista.

### **8.4 Jatkotutkimusaiheet**

Jatkossa olisi hyvä tutkia lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun yhteyttä aikuisiän resilienssiin ja koettuun stressiin potilasaineistoilla, jolloin saataisiin vertailevaa tutkimustietoa traumojen määrästä ja vaikutuksesta aikuisiän psyykkiseen hyvinvointiin. Tutkimusta lapsuuden



traumakokemusten vaikutuksista aikuisiän psyykkiseen hyvinvointiin on tehty vähän, joten siitä olisi tärkeää saada lisää tietoa, jotta saataisiin traumojen pitkäaikaisvaikutukset selvemmin esille (Bruwer ym. 2008; Howell-Miller-Graff, 2014). Lisäksi emotionaalisten traumojen tutkimusta voisi tehdä enemmän, sillä tähän asti traumatutkimus on painottunut seksuaaliseen ja fyysiseen kaltoinkohteluun (McGoin & Widom, 2001; Collishaw ym., 2007; Pitzer & Fingerman, 2010). Emotionaalisella kaltoinkohtelulla on vakavia vaikutuksia sekä lapsuuden kehitykseen että aikuisuuden psyykkiseen hyvinvointiin, joten siitä olisi tärkeää saada lisää tutkimustietoa (Briere ym., 2010; Teicher & Samson, 2016; Iffland ym., 2013). Tässä tutkimuksessa tutkimme emotionaalista hyväksikäyttöä ja laiminlyöntiä erikseen, mutta jatkotutkimuksissa emotionaalista kaltoinkohtelua voisi käyttää yhtenä kokonaisuutena tutkittaessa resilienssin välittävää vaikutusta.

## 8.5 Johtopäätökset

- Lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu on yhteydessä matalampaan resilienssiin aikuisiällä.
- Lapsuudessa koettu emotionaalinen kaltoinkohtelu on yhteydessä korkeampaan koettuun stressiin aikuisuudessa.
- Resilienssi välittää lapsuuden emotionaalisen kaltoinkohtelun ja aikuisiän koetun stressin välistä yhteyttä.

## Lähteet

Agaibi, C., & Wilson, J. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: a review of the literature. *Trauma Violence Abuse, 6*, 195–216. doi: 10.1177/1524838005277438.

Baek, H-S., Lee, K-U., Joo, E-J., Lee, M-Y., & Choi, K.S. (2010). Reliability and Validity of the Korean Version of the Connor-Davidson Resilience Scale. *Psychiatry Investigation, 7*, 109-115. doi: 10.4306/pi.2010.7.2.109.

Ben-David, V., & Jonson-Reid, M. (2017). Resilience among adult survivors of childhood neglect: A missing piece in the resilience literature. *Children and Youth Services Review, 78*, 93-103. doi: 10.1016/j.childyouth.2017.05.014.

Beutel, M., Tibubos, A., Klein, E., Schmutzer, G., Reiner, I., Kocalevent, R., & Brähler, E. (2017). Childhood adversities and distress-The role of resilience in a representative sample. *PloS One, 12*(3), e0173826. doi: 10.1371/journal.pone.0173826.

Briere J., Hodges M., & Godbout N. (2010). Traumatic stress, affect dysregulation, and dysfunctional avoidance: a structural equation model. *Journal of Traumatic Stress, 23*(6), 767-74. doi: 10.1002/jts.20578.

Bruwer, B., Emsley, R., Kidd, M., Lochner, C., & Seedat, S. (2008). Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in youth. *Comprehensive Psychiatry, 49*, 195–201. doi: 10.1016/j.comppsy.2007.09.002.

Bryant, R., Creamer, M., O'Donnell, M., Silove, D., & McFarlane, A. (2012). The capacity of acute stress disorder to predict posttraumatic psychiatric disorders. *Journal of Psychiatric Research, 46*, 168-173. doi: 10.1016/j.jpsychires.2011.10.007.

Campbell-Sills, L., Cohan, S., & Stein, M. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, *44*(4), 585-599. doi: 10.1016/j.brat.2005.05.001.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.

Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, *24*(4), 385-396. doi: 10.2307/2136404.

Collishaw, S., Pickles, A., Messer, J., Rutter, M., Shearer, C., & Maughan, B. (2007). Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: Evidence from a community sample. *Child Abuse & Neglect*, *3*, 211–229. doi: 10.1016/j.chiabu.2007.02.004.

Cook, E., Chaplin T.M., Sinha, R., Tebes J.K., & Mayes L. C. (2012). The stress response and adolescents' adjustment: the impact of child maltreatment. USA: Department of Psychology. doi: 10.1007/s10964-012-9746-y.

DuMont, K., Widom, C., & Czaja, S.. (2007). Predictors of resilience in abused and neglected children grown-up: The role of individual and neighborhood characteristics. *Child Abuse & Neglect*, *31*(3), 255–274. doi: 10.1016/j.chilyouth.2013.03.004.

English, D., Thompson, R., White, CR. & Wilson, D. (2015). Why should child welfare pay more attention to emotional maltreatment? *Children and Youth Services Review*, *50*, 53–63. doi: 10.1016/j.chilyouth.2015.01.010.

Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A Concept Analysis. *Nursing Forum*, *42*(2), 73-82. doi: 10.1111/j.1744-6198.2007.00070.x.

Ezzati, A., Jiang, J., Katz, M., Sliwinski, M., Zimmerman, M., & Lipton, R. (2014). Validation of the Perceived Stress Scale in a Community Sample of Older Adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 29(6), 645–652. doi:10.1002/gps.4049.

Frans, Ö., Rimmö, P.-A., Åberg, L., & Fredrikson, M. (2005). Trauma exposure and post-traumatic stress disorder in the general population. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 111(4), 291–299. doi: 10.1111/j.1600-0447.2004.00463.x.

Garfin, D., Thompson, R., & Holman, A. (2018). Acute stress and subsequent health outcomes: A systematic review. *Journal of Psychosomatic Research*, 112, 107–113. doi: 10.1016/j.jpsychores.2018.05.017.

Glaser, D. (2000). Child abuse and neglect and the brain. A review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 97–116. doi: 10.1111/1469-7610.00551.

Haapasalo, J. (2007). Aiheuttavatko lapsuuden traumakokemukset psyykkisiä häiriöitä? *Psykologia*, 42, 84–100.

Hager A., Runtz M. (2010). Physical and psychological maltreatment in childhood and later health problems in women: An exploratory investigation of the roles of perceived stress and coping strategies. *Child Abuse & Neglect*, 36(5), 393-403. doi: 10.1016/j.chiabu.2012.02.002.

Harms, L. (2015). *Understanding trauma and resilience*. London; New York, NY: Palgrave.

Hayes, A. (2017). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis, Second Edition: A Regression-Based Approach*, Guilford Publications. Lainattu 30.1.2019, saatavilla: <http://ebookcentral.proquest.com/lib/uef-ebooks/detail.action?docID=5109647>.

Hedrenius, S. & Johansson, S. (2013). *Kriisituki. Ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn*. (Suom. U. Strellman, alkuteos Krisstöd vid olyckor, katastrofer och svåra händelser, 2013). Helsinki: Tietosanoma.

Hibbard, R., Barlow, J., & McMillan, H. (2012). Psychological maltreatment. *American Academy of Pediatrics, 130*(2), 372–378. doi: 10.1542/peds.2012-1552.

Hong, F., Tarullo, A., Mercurio, A., Liu, S., Cai, Q., & Malley-Morrison, K. (2018). Childhood maltreatment and perceived stress in young adults: the role of emotion regulation strategies, self-efficacy, and resilience. *Child Abuse & Neglect, 86*, 136-146. doi: 10.1016/j.chiabu.2018.09.014.

Honkaniemi, L. (2010). Persoonallisuuden kaunistelu kyselyvastauksissa. Teoksessa Metsäpelto, R-L, & Feldt, T. (toim.) *Meitä on moneksi* (229-246). Jyväskylä: PS-kustannus.

Hornor, G. (2012). Emotional maltreatment. *Journal of Pediatric Health Care, 26*(6), 436–442. doi: 10.1016/j.pedhc.2011.05.004.

Howell, K., & Miller-Graff, L. (2014). Protective factors associated with resilient functioning in young adulthood after childhood exposure to violence. *Child Abuse & Neglect, 38*(12), 1985-1994. doi: 10.3390/bs5020176.

Iffland B., Brähler E., Neuner F., Häuser W. & Glaesmer H. (2013) Frequency of child maltreatment in a representative sample of German population. *BMC Public Health, 13*, 980 doi: 10.1186/1471-2458-13-980.

Juntunen, V.R. (2013). *Child abuse sourcebook: Basic consumer health information about child neglect and the physical, sexual, and emotional abuse of children, including abusive head trauma, bullying, Munchausen syndrome by proxy, statutory rape, incest, educational neglect, exploitation, and the long-term consequences of child maltreatment, featuring facts about risk factors, prevention initiatives, reporting requirements, legal interventions, child protective services, and therapy options : along with information for parents, foster parents, and adult survivors of child abuse, a glossary of related terms, and directories of additional resources* (3rd ed.). Detroit, Michigan: Omnigraphics, Inc.

Keys, M., McLaughlin, K., Demmer, R., Cerd, M., Koenen, K., Uddin, M. & Galea, S. (2013). Potentially traumatic events and the risk of six physical health conditions in a population based sample. *Depression and Anxiety*, 5(30), 451–460. doi: 10.1002/da.22090.

Kivimäki, M., Nyberg, S., Batty, D., Fransson, E., Heikkilä, K., & Alfredsson, L. ym. (2012). Job strain as a risk factor for coronary heart disease: a collaborative meta-analysis of individual participant data. *Lancet*, 380, 1491–97. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60994-5.

Kopp, M., Thege, B., Balog, P., Stauder, A., Salavecz, G., Rózsa, S., Purebl, G., Ádám, S. (2010). Measures of stress in epidemiological research. *Journal of Psychosomatic Research*, 69, pp. 211–225. doi:10.1016/j.jpsychores.2009.09.006.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company. Lainattu: 1.1.2019, Saatavilla: <http://ebookcentral.proquest.com/lib/uef-ebooks/detail.action?docID=423337>.

Lee, E-H. (2012). Review of the Psychometric Evidence of the Perceived Stress Scale. *Asian Nursing Research*, 6, pp. 121-127. doi:10.1016/j.anr.2012.08.004.

Lee, J., Nam, S., Kim, A - R., Kim, Boram, Lee, M. Y., Lee, S. M. (2013). Resilience: A Meta-Analytic Approach. *Journal of Counseling and Development : JCD*, 91(3), pp. 269-279. doi:10.1002/j.1556-6676.2013.00095.x.

Lee, J-S., Ahn, Y-S, Jeong, K-S, Chae, J-H, Choi, K-S. (2014). Resilience buffers the impact of traumatic events on the development of PTSD symptoms in firefighters. *Journal of Affective Disorders*, 162, 128–133. doi: 10.1016/j.jad.2014.02.031.

Liu, R., & Alloy, L. (2010). Stress generation in depression: A systematic review of the empirical literature and recommendations for future study. *Clinical Psychology Review*, 30, 582–593. doi:10.1016/j.cpr.2010.04.010.

Losoi, H., Turunen, S., Wäljas, M., Helminen, M., Öhman, J., Julkunen, J., Rosti-Otajärvi, E. (2013). Psychometric Properties of the Finnish Version of the Resilience Scale and its Short Version. *Psychology, Community & Health* 2(1), 1–10. doi: 10.5964/pch.v2i1.40.

Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562. doi: 10.1111/1467-8624.00164

McEwen, B., Eiland, L., Hunter, R., Miller, M. (2012). Stress and anxiety: Structural plasticity and epigenetic regulation as a consequence of stress. *Neuropharmacology*, 62, pp. 3-12. doi: 10.1016/j.neuropharm.2011.07.014.

McGloin, J., & Widom, C. (2001). Resilience among abused and neglected children grown up. *Development and Psychopathology*, 13 (2001), 1021–1038. doi: 10.1017/S095457940100414X.

Min, M., Minnes, S., Kim, H., Singer, L. (2013). Pathways linking childhood maltreatment and adult physical health. *Child Abuse & Neglect*, Volume 37, Issue 6, pp. 361-373. doi: 10.1016/j.chiabu.2012.09.008.

Pitzer, L., & Fingerman, K. (2010). Psychosocial resources and associations between childhood physical abuse and adult well-being. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 65B(4), 425–433. doi: 10.1093/geronb/gbq031.

Pynoos, R. S., Goenjian, A., Tashjian, M., Karakashian, M., Manjikian, R., Manoukian, G., Steinberg, A., M. & Fairbanks, L. A. (1993). Posttraumatic stress reactions in children after the 1988 Armenian earthquake. *British Journal of Psychiatry*, 163, 239–247. doi: 10.1192/bjp.163.2.239.

Richardson, G. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), pp. 307-321. doi: 10.1002/jclp.10020.

Salokangas R. K., Schultze-Lutter F., Patterson P., von Reventlow H. G, Heinimaa M., From T., Luutonen S., Hankala J., Kotimäki M., Tuominen L. (2016). Psychometric properties of the Trauma and Distress Scale, TADS, in an adult community sample in Finland.: doi: 10.3402/ejpt.v7.30062/

Scali, J., Gandubert, C., Ritchie, K., Soulier, M., Ancelin, M-L., Chaudieu, I. (2012). Measuring Resilience in Adult Women Using the 10- Items Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Role of Trauma Exposure and Anxiety Disorders. *PLOS ONE* 7(6): e39879. doi:10.1371/journal.pone.0039879.

Stratta, P., Capanna, C., Dell’Osso, L., Carmassi, C., Patriarca, S., Di Emidio, G., Riccardi, I., Collazzoni, A., Rossi. A. (2015). Resilience and coping in trauma spectrum symptoms prediction: A structural equation modeling approach. *Personality and Individual Differences* 77, 55–61. doi: 10.1016/j.paid.2014.12.035.

Teicher M., Andersen S., Polcari A., Anderson C., Navalta C., Kim D. (2003). The neurobiological consequences of early stress and childhood maltreatment. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 27(1-2), 33-44. doi: 10.1016/S0149-7634(03)00007-1.

Teicher M, Samson J., Anderson C. & Ohashi K. (2016). The effects of childhood maltreatment on brain structure, function and connectivity. *Nature reviews Neuroscience*, 17, 652-666. doi: 10.1038/nrn.2016.111.

Terr, L. (1991). Childhood traumas: an outline and overview. *The American Journal of Psychiatry*, 148(1), 10–20. doi: 10.1176/ajp.148.1.10.

Titterton, M., & Taylor, J. (2018). Rethinking Risk and Resilience in Childhood. *British Journal of Social Work* 48, 1541–1558. doi: 10.1093/bjsw/bcx117.

Topitzes, J., Mersky, J., Dezen, K., & Reynolds, A. (2013). Adult resilience among maltreated children: A prospective investigation of main effect and mediating models. *Children and Youth Services Review*, 35, 937–949. doi: 10.1016/j.childyouth.2013.03.004.



Tugade, M., & Fredrickson, B. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.86(2), pp.320-333. doi: 10.1037/0022-3514.86.2.320.

van Herk, H., Poortinga, Y. & Verhallen, T. (2004). Response styles in rating scales. Evidence of method bias in data from six EU countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 346–360. doi: 10.1177/0022022104264126.

Wagnild, G. (2009). A Review of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, Vol.17(2), pp.105-113. doi: 10.1891/1061-3749.17.2.105.

Liite 1.

## KOETTU STRESSI

**Kysely koskee tunteitasi ja ajatuksiasi viimeisen kuukauden aikana.** Jokaisessa kohdassa sinua pyydetään arvioimaan, kuinka usein olet tuntenut tai ajatellut väitteen mukaisesti.

0 = Ei koskaan, 1 = Hyvin harvoin, 2 = Silloin tällöin, 3 = Aika usein, 4 = Hyvin usein

1. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana ollut pois tolaltasi jonkun yllättävän tapahtuman takia?

0                    1           2           3           4

2. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana epäillyt kykyäsi hallita tärkeitä asioita elämässäsi?

0                    1           2           3           4

3. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana tuntenut itsesi hermostuneeksi ja stressaantuneeksi?

0                    1           2           3           4

4. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana ollut varma, että pystyt hallitsemaan henkilökohtaiset ongelmasi?

0                    1           2           3           4

5. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana kokenut asioiden sujuvan haluamallasi tavalla?

0            1        2        3        4

6. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana epäillyt mahdollisuuksiasi selvittää kaikesta, mitä sinun pitäisi tehdä?

0            1        2        3        4

7. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana pystynyt hallitsemaan elämäsi hankaluuksia/ärsytyksiä?

0            1        2        3        4

8. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana kokenut olevasi "tilanteen herra"?

0            1        2        3        4

0 = Ei koskaan, 1 = Hyvin harvoin, 2 = Silloin tällöin, 3 = Aika usein, 4 = Hyvin usein

9. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana suuttunut asioista, jotka ovat tapahtuneet niin, ettet ole voinut mitenkään vaikuttaa asiaan?

0            1        2        3        4

10. Kuinka usein olet viimeisen kuukauden aikana kokenut vaikeuksien kasaantuvan niin, ettet kykene voittamaan niitä?

0            1        2        3        4

## ELÄMÄNKOKEMUKSET TADS traumat

**Seuraavaksi kysytään elämäkokemuksista, joita Teillä on voinut olla.** Useat kysymykset viittaavat lapsuusaikaan. Tällä tarkoitetaan ajanjaksoa lapsuudessanne ja nuoruudessanne ennen koulun lopettamista. Kun käytetään sanaa vanhemmat, tarkoitetaan aikuisia, joilla on ollut pääasiallinen vastuu Teistä (voi siis olla biologinen vanhempi/vanhemmat, isä- tai äitipuoli, adoptiovanhemmat ym.). Jos vanhempanne kohtelivat Teitä eri tavoin, vastatkaa kysymykseen ajatellen sitä vanhempaanne, joka kohteli Teitä huonommin. Lukekaa jokainen numeroitu kohta huolellisesti ja ympyröikää se vaihtoehto, joka parhaiten kuvaa kokemustanne. Vastatkaa kysymyksiin niin rehellisesti kuin voitte.

0= Ei koskaan; 1= Harvoin ; 2= Joskus; 3= Usein; 4= Melkein aina

- |    |   |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Minulla oli turvallinen olo lapsena ja tunsin, että minua suojeltiin. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. | Minulla oli usein nälkä lapsena.                                      | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. | Minua kiusattiin koulussa.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. | Jouduin usein pitämään likaisia tai kuluneita vaatteita koulussa.     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. | Tunsin, että minua arvostettiin ja pidettiin tärkeänä lapsena.        | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. | Vanhempani olivat usein humalassa tai muuten päihtyneitä.             | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. | Minua on kiusattu töissä.   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

- |     |  |   |   |   |   |   |
|-----|--|---|---|---|---|---|
| 8.  | Minun perheeni oli lämmin ja rakastava.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9.  | Minua lyötiin lapsena niin kovaa, että minulle tuli mustelmia, haavoja tai ruhjeita. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. | Tunsin, että vanhempani eivät hyväksyneet minua.                                     | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

0= Ei koskaan; 1= Harvoin ; 2= Joskus; 3= Usein; 4= Melkein aina

- |     |   |   |   |   |   |   |
|-----|---|---|---|---|---|---|
| 11. | Kun olin lapsi, lähetyvilläni oli aikuinen, johon saatoin luottaa.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. | Joku perheenjäsenistäni nöyryytti minua lapsuudessani.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. | Lapsuudenperheessäni huolehdittiin toinen toisistaan.   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14. | Uskon olevani paha ihminen.   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. | Uskon, että joku on kuollut minun takiani.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16. | Minua on vakavasti pahoinpidelty fyysisesti.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. | Aikuiset (kuten opettajat, lääkärit, hoitajat) huomasivat mustelmia, haavoja tai ruhjeita, kun minua oli hakattu. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18. | Minun lapsuuteni oli täydellinen.   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. | Minua vaivaa yksi hyvin häpeällinen salaisuus.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20. | Luulen, että minua pahoinpideltiin fyysisesti lapsena.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

21.	Kunnioitan itseäni.	0	1	2	3	4
22.	Lapsuudessani joku kosketti minua tai yritti saada minut koskemaan heitä seksuaalisesti.	0	1	2	3	4
23.	Minulla on kokemuksia, joista tunnen kovaa syyllisyyttä.	0	1	2	3	4
24.	Minä olen joutunut henkeä uhkaaviin tilanteisiin. 4	0	1	2	3	
25.	Jouduin salailemaan seksuaaliseen hyväksikäyttöön liittyviä asioita lapsena.	0	1	2	3	4
26.	Tunsin, että minua vihattiin perheessäni, kun olin lapsi. 4	0	1	2	3	
27.	Minun perheeni oli "maailman paras".	0	1	2	3	4
28.	Muut ihmiset ovat käyttäytyneet huonosti minun takiani. 4	0	1	2	3	
29.	Lapsena tunsin itseni ulkopuoliseksi perheessäni. 4	0	1	2	3	
30.	Minut on raiskattu.	0	1	2	3	4
31.	Jos olin lapsena sairas ja/tai tarvitsin hoitoa, minut vietiin lääkäriin tai sairaanhoitajan luokse.	0	1	2	3	4
32.	Tunsin, että minua lannistettiin, arvosteltiin ja että minut saatiin tuntemaan itseni huonommaksi lapsena.	0	1	2	3	4
33.	Joku lähenteli minua seksuaalisesti lapsena.	0	1	2	3	4
34.	Tunnen aiheuttaneeni vahinkoa tai haittaa jollekin					

toiselle ihmiselle.    0    1    2    3    4 0= Ei koskaan; 1= Harvoin ;  
2= Joskus; 3= Usein; 4= Melkein aina

- |     |  |   |   |   |   |   |
|-----|--|---|---|---|---|---|
| 35. | Lapsena minulla oli ystäviä, joille saatoin puhua henkilökohtaisista ongelmistani. | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36. | Olen kokenut rotusyrjintää.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37. | Menestyin hyvin koulussa.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38. | Olen menettänyt itselleni hyvin läheisen ihmisen.<br>4                             | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39. | En usko ansaitsevani menestystä elämässäni.<br>4                                   | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40. | Minun lapsuuden perheeni oli kannustava ja tukeva.<br>4                            | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 41. | Luulen, että minua käytettiin seksuaalisesti hyväksi lapsuudessani.                | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 42. | Pelkäsin jotain perheenjäsentäni.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 43. | Minun oli helppo saada ystäviä lapsena.  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

## RESILIIENSSI

Arvioi kuinka hyvin seuraavat väittämät kuvaavat käyttäytymistäsi ja toimintojasi

asteikolla 1-7, jossa 1= täysin eri mieltä ja 7= samaa mieltä. Ympyröi se numero, joka

parhaiten kuvaa käyttäytymistäsi.

Täysin eri mieltä      Täysin samaa mieltä

1. Kun olen suunnitellut jotain, myös toteutan suunnitelmani 1 2 3 4 5 6 7
2. Yleensä kyllä selviydyn tavalla tai toisella 1 2 3 4 5 6 7
3. Luotan itseeni enemmän kuin kehenkään muuhun 1 2 3 4 5 6 7
4. Minulle on tärkeää olla kiinnostunut erilaisista asioista 1 2 3 4 5 6 7
5. Voin olla yksin, jos on pakko 1 2 3 4 5 6 7
6. Olen ylpeä siitä, että olen saanut jotakin aikaan elämässäni 1 2 3 4 5 6 7
7. En tavallisesti hermostu tai järkyty vastoinkäymisistä tai yllätyksistä 1 2 3 4 5 6 7
8. Olen sinut itseni kanssa 1 2 3 4 5 6 7
9. Mielestäni pystyn käsittelemään monta asiaa yhtä aikaa 1 2 3 4 5 6 7
10. Olen määrätietoinen 1 2 3 4 5 6 7
11. Mietin harvoin, mitä järkeä tässä kaikessa on 1 2 3 4 5 6 7
12. Elän elämäni päivä kerrallaan 1 2 3 4 5 6 7
13. Kestän vaikeat ajat, koska olen kokenut niitä aikaisemminkin 1 2 3 4 5 6 7
14. Minulla on itsekuria 1 2 3 4 5 6 7
15. Pidän yllä kiinnostusta asioihin 1 2 3 4 5 6 7
16. Minun on yleensä helppo keksiä naurun aiheita 1 2 3 4 5 6 7
17. Selviydyn vaikeista ajoista, koska uskon itseeni 1 2 3 4 5 6 7
18. Hätätilanteessa minä olen yleensä se, johon ihmiset voivat luottaa 1 2 3 4 5 6 7
19. Yleensä pystyn tarkastelemaan tilannetta monelta kantilta 1 2 3 4 5 6 7
20. Joskus pakotan itseni tekemään jotain riippumatta siitä, haluanko vai en 1 2 3 4 5  
6 7
21. Elämälläni on jokin tarkoitus 1 2 3 4 5 6 7



22. En jää hautomaan asioita, joille en mahda mitään 1 2 3 4 5 6 7
23. Jos jään kiperään tilanteeseen, keksin yleensä jonkin ulospääsyn 1 2 3 4 5 6 7
24. Minulla on riittävästi energiaa siihen, mitä minun pitää tehdä 1 2 3 4 5 6 7
25. Ei haittaa, vaikka jotkut eivät pidäkään minusta 1 2 3 4 5 6 7

Liite 2.

E-lomake - Mielen terveyden voimavarat ja vaaratekijät yleisväestössä...

<https://elomake.uef.fi/lomakkeet/17264/lomake.html?esikatselu=true>

Teitä pyydetään osallistumaan kyselytutkimukseen. Tässä tutkimuksessa selvitetään mielenterveyttä vaarantavia ja suojaavia psykologisia tekijöitä sekä erilaisia hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja Teidän osuuttanne siinä.

Tutkimuksesta vastaa psykologian professori Kirsi Honkalampi ja tutkimusrekisterin ylläpitäjä on Itä-Suomen Yliopisto, psykologian oppiaine. Itä-Suomen yliopiston eettinen toimikunta on arvioinut tutkimussuunnitelman ja antanut siitä puoltavan lausunnon elokuussa 2016. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kyselylomakkeen täyttämällä osallistuu tutkimukseen. Tutkimuksessa kertyneitä tietoja käytetään apuna tutkittaessa väestön mielenterveyteen liittyviä suojaavia tekijöitä ja uhkatekijöitä. Mikäli päättää osallistua tutkimukseen, Teillä on halutessanne kuitenkin oikeus keskeyttää tutkimukseen osallistuminen syytä ilmoittamatta.

Keräämme tietoa Teistä ainoastaan kyselylomakkeen avulla. Teistä kerättyä tietoa ja tutkimustuloksia käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolain edellyttämällä tavalla. Kyselylomakkeen täyttämiseen on arvioitu menevän noin 40-60 minuuttia. Kyselylomakkeilla kerätyt tiedot käsitellään niin, että henkilöllisyyttä ei voida selvittää kertyneestä tietokannasta. Tulokset analysoidaan ryhmittäen koodattuina, jolloin yksittäinen henkilö ei ole tunnistettavissa. Lopulliset tutkimustulokset raportoidaan anonymisti, eikä yksittäisten tutkittavien tunnistaminen ole mahdollista.

Kyselylomakeaineistoa tullaan säilyttämään Itä-Suomen yliopiston psykologian oppiaineen terveydenhuollon arkistointisäännön vaatimukset täyttävässä arkistossa. Aineiston omistus- ja käyttöoikeudet jäävät Itä-Suomen yliopistolle, Kasvatustieteen ja psykologian osastoon, psykologian oppiaineeseen. Anonymia aineistoa tullaan käyttämään Itä-Suomen yliopiston sisällä psykologian opiskelijoiden gradu- ja väitöskirjaosatutkimuksissa. Paperista aineistoa säilytetään 5 vuotta ja sähköistä aineistoa 15 vuotta tutkimuksen loppumisen jälkeen, jonka jälkeen se luovutetaan yhteiskuntatieteelliselle tietoarkistolle. Paperinen aineisto hävitetään salaisen paperijätteen mukana silppuamalla. Tutkimukselle haetaan toteuttamisrahoitusta. Tutkijat toimivat työsuhteessa Itä-Suomen yliopistoon, tai ovat yliopiston tieteellistä jatkokoulutusta suorittavia maisteriopiskelijoita tai tohtorikoulutettavia. Tutkimustuloksista kirjoitetut raportit julkaistaan kansainvälisissä, vertaisarviointia käyttävissä tieteellisissä lehdissä.

## MIELENTERVEYDEN VOIMAVARAT JA VAARATEKIJÄT YLEISVÄESTÖSSÄ 2017

### SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN

Minua on pyydetty osallistumaan yllämainittuun tieteelliseen tutkimukseen, jonka tarkoituksena on selvittää mielenterveyttä vaarantavia ja suojaavia tekijöitä sekä tutkia erilaisia hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä.

Olen lukenut ja ymmärtänyt saamani kirjallisen tutkimustiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksesta ja sen yhteydessä suoritettavasta tietojen keräämisestä, käsittelystä ja luovuttamisesta. Tiedotteen sisältö on kerrottu minulle myös suullisesti, minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini. Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen. Olen saanut riittävät tiedot oikeuksistani, tutkimuksen tarkoituksesta ja sen toteutuksesta sekä tutkimuksen hyödyistä ja riskeistä. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan tutkimukseen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista. Tiedän, että tietojani käsitellään luottamuksellisesti eikä niitä luovuteta sivullisille. Olen tietoinen, että voin milloin tahansa sekä keskeyttää tutkimuksen että peruuttaa suostumukseni syytä ilmoittamatta. Peruuttaessani suostumukseni tai keskeyttäessäni tutkimuksen siihen mennessä kerättyjä tietoja käytetään osana tutkimusaineistoa.

Vahvistan osallistuvani tähän tutkimukseen

Seuraava >>