

Synkkä salaisuus

Sanna kohteli kaltoin puolisoaan ja Veera lastaan. Naisten väkivalta on niin suuri tabu, että moni ei kehtaa hakea siihen apua, sanoo asiantuntija.

Johanna Pohjola HS

Raivo paisui niin nopeasti, että Sanna, 40, ei enää halinnut sitä.

Tilanne parisuhteessa oli tulehtunut, ja Sanna tunsu mustasukkaisuutta. Hän koki, että puoliso vältteli ja viihtyi menoissaan. Lopulta hän marssi tämän eteen ja vaati selitystä.

Mies tuoitui, kieltäytyi vastamasta ja kääntyi pois päin. Sanna tunsu silmitöntä raivoa, ja reaktio tuli järjen ulkopuolelta. Hän tönäisi miestään lujaa.

Puoliso horjahti, käski Sannan lopettaa ja uhkasi kutsua poliisit. Sanna havahtui ja purskahti itkuun: mitä ihmettä hän oli tehnyt?

Kului kuukausi, ja hän raapaisi suutuspäissään miestään riidan päätteeksi kasvoihin. Tämä soitti kotiin poliisit ja teki rikosilmoituksen.

Poliisi kirjasi epäilyn lievistä lähisuhdeväkivallasta. Se meni syyttäjän tutkintaan. Sanna tunsu romahdettavansa häpeästä ja syyllisyydestä.

Tässä jutussa Sannan nimi on muutettu perheen suojelemiseksi.

POLIISIN tietoon tulleen perhe- ja lähisuhdeväkivallan tekijöistä runsas viidesosa oli viime vuonna naisia, kertovat Tilastokeskuksen tiedot. Kaikki väkivalta ei kuitenkaan päädy viranomaisten tietoon.

Terveystieteen tutkijan Pia Keiskin mukaan miesten on usein naisia vaikeampi hakea apua kokemaansa parisuhdeväkivalltaan.

”Miehet kokevat avun hakemisen häpeällisenä. Moni ajattelee, ettei heitä oteta vakavasti. Sukupuoliroolijako on vahva”, Keiski sanoo.

Hän tutki tuoreessa väitöskirjassaan väkivaltaa käyttäviä naisia. Aihe on Keiskin mukaan yhteiskunnassa yhä tabu. Esimerkiksi julkisessa keskustelussa puidaan lähinnä miesten väkivallan lopettamista.

”Väkivaltaa käyttävät naiset kokevat itsensä kummajaisiksi ja luulevat, että kukaan muu ei toimi niin. Se on iso ongelma”, Keiski sanoo.

NAISET käyttäytyvät väkivaltaisesti kaikenlaisissa perheissä, sanoo psykologi ja ehkäisevän väkivaltatyön asiantuntija Freia Luminka.

Hän työskentelee kansalaisjärjestö Maria Akatemian naisenväkivaltafi-hankkeessa, joka auttaa väkivaltaa käyttäviä naisia esimerkiksi chat-keskusteluihin ja vertaisryhmiin.

Luminkan mukaan jotkut naiset kohdistavat väkivaltaa puolisoonsa, toiset lapsiinsa tai molempiin. Väkivalta on usein myös henkistä, kuten huutoa, uhkailua, nimitelyä, kontrollointia tai kiristämistä. Toisinaan käytös on molemminpuolista.

”Parisuhteessa väkivalta on saatanut kestää vuosia ja normalisoitunut suhteen osaksi. Siitä on tullut kommunikoinnin tapa ja vaiettu, yhteinen salaisuus”, Luminka sanoo.

”Aggressio lasta kohtaan herättää naisen omat hälytyskellot usein nopeammin. Moni ottaa yhteyttä pelätessään, että raivostumiset menevät pidemmälle.”

Tabu mutkistaa naisten kynnystä hakea apua, koska häpeä on usein mittava, Luminka tietää.

Hänen mukaansa taustalla on stereotyyppinen naiskuva. Aggressiivisuus ja väkivaltaisuus eivät siihen mahdu. Tytöistä kasvatetaan pikemminkin kilttejä ja reippaita, ja vihanpurkauksia saatetaan vieroksua.

Neuvolassakaan naisten vihjauksia väkivallasta ei aina huomioida tai oteta tosissaan, Luminka sanoo.

Kun järjestö aloitti naisten väkivaltatyön 15 vuotta sitten, sitä arvosteltiin piittaamattomuudesta naisuhreja kohtaan. Luminkan mukaan tavoite ei ole kyseenalaistaa naisten kokemaa väkivaltaa vaan auttaa myös tekijöitä.

Sitä kautta väkivaltaa kokeneetkin voivat saada apua, hän sanoo.

ERÄS tekijöistä on Veera, 35. Myös hänen nimensä on muutettu.

Entä jos jättäisin lapsen huutamaan, Veera pohji tämän vauva-aikana. Kun lapsi myöhemmin kiukutteli, Veera puraisi raivoissaan kättään. Hänellä oli väkivaltaisia ajatuksia lasta kohtaan.

Puoliso matkusteli työssään paljon, ja Veera koki kodin jäävän vastuulleen. Hän masentui mutta ei kertonut kenellekään. Toisen lapsen synnyttyä ahdistus paisui sietämättömäksi.

Tilanne kärjistyi vierailulla puolison vanhempien luona. Kaksivuotias esikoinen raivosi, ja Veera tunsu järkensä sumentuvan. Hän tarttui lapseen ja puraisi tätä poskeen.

Lapsi alkoi itkeä. Veera järkyttyi. ”Havahduin siihen, mitä olin mennyt tekemään. Olin syyppää lapsen itkuun”, hän kertoo.

”Aiheesta on yhä vaikea puhua. Tunnen itseni huonoksi äidiksi.”

Välikohtaus johti lastensuojeluil-



moitukseen. Puoliso oli jo aiemmin halunnut erota ja toteutti aikeensa.

Lapseltaan Veera pyysi anteeksi. ”Tajusin, että minun on pakko saada apua.”

TILASTOJEN mukaan naiset ovat tekijöinä noin kolmasosassa fyysisestä väkivallasta, jota vanhemmat suuntaavat alaikäisiin lapsiinsa.

Lisäksi naiset kohdistavat lapsiin miehiäkin enemmän emotionaalista väkivaltaa, kuten vähättyä, moittimista ja perusteetonta syytelyä, sanoo tutkija Keiski.

Hänen tutkimistaan naisista suuri osa oli korkeakoulutettuja, ja he käyttivät eniten juuri emotionaalista väkivaltaa. Käsite on henkisen

väkivallan synonyymi, joka painottaa väkivallan jättämiä tunnejälkiä.

Psykologi Luminkan tyypillinen asiakas on 30–40-vuotias kahden lapsen äiti, joka on itsekin kokenut väkivaltaa, kuten kaltoin kohtelua tai koulukiusaamista.

Monen on ollut vaikea ilmaista kielteiseksi koettuja tunteita, kuten vihaa, pelkoa ja häpeää.

”Lasten tunteiden kirjo ja hallinnan opettelu nostavat äidissä usein pintaan lapsuuden tunteita, joita hän ei ole saanut ilmaista”, Luminka kertoo.

”Moni kokee, että ei tule ymmärretyksi ja huomioiduksi puheen kautta. Kovempien keinojen käyttö on viimeinen keino.”

Luminkan mukaan väkivalta voi olla myös esimerkiksi sosiaalista tai taloudellista. Nainen saattaa eristää miestä tämän ystävistä, kääntää lapset tätä vastaan, kontrolloida tämän menoja tai sometilejä.

Hän voi pimittää tuloja tai käyttää rahaa toisin kuin on sovittu.

Vaikka väkivalta ei kohdistuisi lapsiin, se vaikuttaa näihin ilmiin kautta, Luminka sanoo.

VEERA sai lapsena luunapveja, ja häntä tukistettiin. Äiti huusi hänet ja veljen hiljaisiksi.

Aikuisena äänen korottamisesta tuli Veeralle hätäkeino, jolla hän tahtoi tulla kuulluksi.

Sannaa lyötiin lapsuudessa vitsalla ja remmillä. Vanhemmat arvostelivat ja vähättelivät: *sinusta ei ole mihinkään, et tule pärjäämään*.

Jos Sanna ilmaisi kiukkuja, häntä moitittiin vaikeaksi lapseksi. Hän oppi patoamaan tunteensa ja miellyttämään muita.

Aikuisena Sannan elämä näytti ulkoisesti menestyksekkäältä: häntä oli vetävä ura, kaunis koti ja kolme lasta. Mutta sisäisesti hän oli yksin ja rikki.

Eräässä työpaikassaan hän koki tulleensa kiusatuksi. Se vei voimat, arjen pyöritys loput. Parisuhteessa läheisyyttä oli vähän, puhumattomia asioita paljon.

Sannasta tuntui, että hän ei kelpaa. Jälkikäteen hän on ajatellut, että väkivalta oli äärimmäinen keino hankkia huomiota.

Fyysisten otteiden ohella Sanna huusi, syytti, murjotti, kontrolloi

menoja ja vältteli kumppanin katsetta. Lapsilleen hän ärähteli. Käytös voimistui väsyneenä.

Hyläytyksi tulemisen pelko väijyi niin vereslihalla, että kumppanin ilma tai ele saattoi laukaista sen.

”Koin niin syvää ja haavoittavaa vaille jäämisen tunnetta, että yritin epätoivoisesti puolustaa olemassaoloani väkivallalla. Tapa oli täysin väärä”, Sanna kertoo.

Kun väkivalta eteni poliisitutkintaan, Sanna tunsu myös helpotusta. Salaisuus oli paljastunut.

SEKÄ Veera että Sanna päätyivät Maria Akatemian itsetuntemusr ryhmään, jossa opetellaan esimerkiksi sanoittamaan tunteita ja ymmärtämään lapsuuden vuorovaikutusmalleja.

Aggressioon rakennetaan tervettä suhdetta, Freia Luminka kertoo.

”Varjopuolen tunteita ei leikata pois, vaan katsotaan silmästä silmään. Kun varjon tuntee, se ei kasva yli.”

Veera oppi tutkimaan, mistä ärsytys milloinkin johtuu. Aiemmin häntä ei ollut siitä hajuakaan. Hän

opetteli erottamaan lapsen pahan olon omastaan.

Kun raivo nykyään alkaa kihistä, Veera painelee toiseen huoneeseen.

”Puutun käytökseeni, en jälkikasvun tekemisiin. Jäähyllä järki palaa. Kontrolli pysyy eikä raivo etene hallitsemattomasti”, hän kertoo.

Sanna on opetellut hyväksymään menneisyyttään ja sietämään tuskallisia tunteita, kuten vihaa, surua ja epävarmuutta.

Kun hylkäämispelon tunnekuohu nousee, hän siirtää huomion hengitykseen ja kehoon. Kädet saattavat mennä nyrkkiin, mutta hän keskittyy niiden tuntemuksiin.

Tunteensa Sanna pyrkii ilmaisemaan vasta, kun kiihtymys laantuu.

Helppoa se ei ole. ”Kehon ja mielen väliä on puuttunut yhteys. Toistojakaa pitää tehdä paljon, kun on vuosia käyttäytynyt vahingollisesti”, Sanna sanoo.

Hän uskoo, että fyysinen väkivalta olisi jatkunut, jos puoliso ei olisi puuttunut siihen.

”Väkivaltaa ei lopeteta lupauksilla. Se vaatii puuttumista ja konkreettisia toimia. Täytyy myöntää pimeät puolet, ottaa apua vastaan ja sitoutua muutokseen.”

SYYTTÄJÄ ehdotti lopulta Sannalle ja puolisolle sovittelua, koska väkivallanteko oli lievä ja ilmoitus ensimmäinen.

Parin välit olivat aluksi jäätävät. Sovittelua odotellessa he kuitenkin alkoivat puhua ja lähentyä. Suhteeseen palasivat kunnioitus, ymmärrys ja myötätunto, Sanna kertoo.

Nykyään kumpikin uskaltaa kertoa tunteistaan, tarpeistaan ja harmaistaan. Vuorovaikutus toimii, ja suhteessa on hyvä olla.

”Traumaattinen tapahtuma sai aikaan lähentymistä, vaikka tällä tavalla sen ei pitäisi tapahtua.”



Veera tarttui lapseen ja puraisi tätä poskeen.



”Väkivaltaa ei lopeteta lupauksilla.”