NÄYTESIVUT



Johanna Linner Matikka

Väkivalta lähisuhteissa

Käsikirja syistä, seurauksista ja toipumisesta

Tässä pdf-tiedostossa on mukana kirjasta seuraavat näytteet:

- Sisällys
- Alkusanat
- Näytesivut

Tutustu kirjaan verkkokaupassamme

SANTALAHTI

Sisällys

Alkusanat 7
Prologi: Lähisuhdeväkivalta yhteiskunnallisessa ja ammatillisessa keskustelussa 11

OSA 1 · Lähisuhdeväkivalta rikkoo turvaa

Lähisuhdeväkivalta – sosiaalinen pandemia 42
Väkivallan muodot 46
Väkivallan syyt 51

OSA 2 · Kun koti ei ole turvallinen paikka

Mitä lähisuhdeväkivalta on elettynä kokemuksena? 59
Väkivallan kehä 64
Lähisuhteiden haavoittuminen lapsuudessa 66
Suojaavat kokemukset rakentavat turvaa 71

OSA 3 · Mitkä tekijät lisäävät väkivallan riskiä?

Käsittelemätön haavoittuvuus 77
Tunnistamaton ja säätelemätön aggressio 79
Valtaan liittyvät kysymykset 84
Väkivaltainen vuorovaikutus perheessä 90
Lähisuhdeväkivalta ylisukupolvisena taakkana 92
Väkivalta kulttuurissa 98

OSA 4 · Miksi lähisuhdeväkivalta murtaa hyvinvoinnin?

Pitkittynyt turvattomuus 105
Häpeä ja syyllisyys 111
Stressijärjestelmän ylikuormittuminen 113
Relationaalinen trauma 115
Kielteiset uskomukset itsestä 119

JOHANNA LINNER MATIKKA: VÄKIVALTA LÄHISUHTEISSA –
KÄSIKIRJA SYISTÄ, SEURAUKSISTA JA TOIPUMISESTA
NÄYTESIVUT KIRJASTA © SANTALAHTI-KUSTANNUS & TEKIJÄ

OSA 5 · Turvan uudelleen rakentuminen mahdollistaa toipumisen

Rinnalla kulkijoiden rooli on keskeinen....129
Toipuminen rakentuu kolmella tasolla....131
Toivo joustavuudessa....134
Toipuminen on turvan ja toivon vähittäistä rakentamista....137

OSA 6 · Mitä meidän pitäisi tehdä toisin?

Väkivallasta on uskallettava kysyä....145
Palveluihin lähtökohdaksi traumainformoitu työote....148
Turvallisuus on ymmärrettävä laajana ilmiönä....157

Osa 7 · Työkaluja ammattilaisille

Turvakeskustelu....165
Elämänjana....167
Väkivallan kehä....168
Myötätuntoharjoitus....170
Maadoittumisharjoitus....173
Voimalauseet....175
Turvasuunnitelma....177
Turvapaikkaharjoitus....180
Hengityksen ankkurointi....183
Voimavarojen puu....186
Toivon kirje tulevaisuuden itselle....189
Kannattelevat suhteet....191
Lukuvinkkejä....193

Loppusanat....195
Lähteet....198

NÄYTESIVUT KIRJASTA © SANTALAHTI-KUSTANNUS & TEKIJÄ

Alkusanat

Tämä kirja on kirjoitettu ajassa, jossa erilaiset turvattomuutta tuottavat ilmiöt kuohuvat ylitsemme päivittäin uutisten ja somen kautta. On sotaa, poliittisia konflikteja, digitalisoituvan tulevaisuuden uhkakuvia ja suurelta yleisöltä piilossa tehtyjä hirvittäviä rikoksia, jotka nyt nousevat hallitsemattomasti otsikoihin. Naisiin kohdistuvasta väkivallasta on alettu puhua terrorismina huomattavan vaikutusvaltaisten naisvihamielisten sosiaalisen median vaikuttajien, niin kutsuttujen manosfääri-influensserien suosion, ihmisoikeuksiin kohdistuvien heikentämispyrkimysten ja tasaisena pysyttelevien naissurmien (*femicide*) määrän perusteella. Juuri nyt näyttää siltä, että otamme takapakkia siitä kehityksestä, joka vielä joitakin vuosia sitten näytti menevän oikeaan suuntaan.

Tässä ajankohtaisessa tilanteessa havaitsin itsessäni vastustusta tämän kirjan kirjoittamista kohtaan. Pohdin, tarvitaanko tätä kirjaa. Nyt kysytään yhteisöllistä resilienssiä jatkaa taistelua hyvän puolesta, luottamusta siihen, että huominen voi olla kauniimpi, parempi ja turvallisempi kaikille. Pyrin antamaan tähän työhön oman panokseni tällä kirjalla.

Lähisuhdeväkivalta on niin sanottu ilkeä yhteiskunnallinen ongelma eli ilmiö, joka edellyttää kykyä ymmärtää, yhdistellä ja hyödyntää monia erilaisia teoreettisia viitekehyksiä ja tulokulmia. Ilmiö kysyy laaja-alaisuutta pistemäisen tarkastelun sijaan. Kukaan tuskin päättää nuorena haluavansa olla isona väkivaltatyöntekijä sen enempää kuin kukaan toivoo olevansa

JOHANNA LINNER MATIKKA: VÄKIVALTA LÄHISUHTEISSA –
KÄSIKIRJA SYISTÄ, SEURAUKSISTA JA TOIPUMISESTA
NÄYTESIVUT KIRJASTA © SANTALAHTI-KUSTANNUS & TEKIJÄ

lähisuhdeväkivallan uhri tai sen tekijä. Päinvastoin jos olemmekin todistaneet lapsuudessa väkivaltaa, olemme varmasti ajatelleet, ettei se tule olemaan osa myöhempää elämäämme. Me päädymme näihin positioihin monista eri syistä, usein näennäisten sattumien kautta. Tässä kirjassa pyrin tarkastelemaan lähisuhdeväkivaltaa psykologi Urie Bronfenbrennerin (1977) ekologisen mallin innoittamana laajasti ja laaja-alaisesti, generalistin silmälasien kautta.

Olen työskennellyt lähisuhdeväkivallan äärellä merkittävän osan työuraani. Väitöskirjatutkimuksessani keskityn tarkastelemaan erityisesti lähisuhdeväkivallan seurauksia ja toipumisen ehtoja. Olen ollut sikäli onnekas, sillä eräänlaisen vaistonvaraisuuden vuoksi olen tullut haalineeksi tietoa ja osaamista parin viime vuosikymmenen aikana laaja-alaisesti erilaisista opinnoista, teoreettisista viitekehyksistä ja menetelmistä sekä saanut vaikutteita monenlaisista organisaatioista, työyhteisöistä ja työtehtävistä. Olen toiminut niin asiakastyön rajapinnassa kuin kehittämis- ja asiantuntijatehtävissä. Erityisen kiinnostunut olen ollut siitä, miten jokin teoria toimii käytännössä, ja tämä on ollut kiinnostuksen kohteena myös tutkimuksen äärellä.

Eri suunnista kartutettua osaamista voi kutsua moniosaamiseksi sikäli, että kyse ei ole vain yhden alan teoreettisesta pohjasta tai tietyn profession käyttöteoriasta. Kysymys on, kuten sosiaalityön professori David Derezotes (2000) tuo esille, edistyneestä generalistista, joka on taitava teorioiden integroija ja reflektoiva ammattilainen. Lähisuhdeväkivallan moninaisuus vaatii edistyneen generalistin otetta, sillä se mahdollistaa haastavan ilmiön ja kokemusten tarkastelun ja ym-

JOHANNA LINNER MATIKKA: VÄKIVALTA LÄHISUHTEISSA –
KÄSIKIRJA SYISTÄ, SEURAUKSISTA JA TOIPUMISESTA
NÄYTESIVUT KIRJASTA © SANTALAHTI-KUSTANNUS & TEKIJÄ

märtämisen yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasolla. Laaja-alaisuutta tarvitaan niin käytännön työssä kuin kehittämisessä ja tutkimuksessa.

Lähisuhdeväkivallan ja naisiin kohdistuvan väkivallan äärellä olen vuosien saatossa alkanut huomata, että turvallisuuden kokemus yhdistää monia erilaisia ilmiöitä. En enää tarkastele lähisuhdeväkivaltaa vain väkivaltana vaan turvan murtumisen näkökulmasta. Turvallisuuden kysymys on muodostunut elämäntyökseni ja muuttanut sitä, miten hahmotan maailmaa. Olen yhä enemmän kiinnostunut siitä, miten turvallisuuden kokemus toimii ihmisen kehityksen, hyvinvoinnin ja toipumisen perustana.

Matkallani siihen, mikä minusta tulee isona (tuskin koskaan valmis!), olen löytänyt monia merkityksellisiä avaimia lähisuhdeväkivaltailmiön ymmärtämiseen ja kohtaamiseen. Tässä kirjassa pyrin kokoamaan oppimaani yhteen ja tarjoilemaan sen teille muodossa, joka mahdollistaa uusia oivalluksia, herättää mielenkiinnon kehittymistä kohtaan ja innostaa viemään opittua käytäntöön. Kirjassa käsitellään lähisuhdeväkivaltaa ensin tilastojen ja määrittelyiden kautta, sen jälkeen koettuna ja elettynä ilmiönä, minkä jälkeen siirrytään moninaisten syiden pohdintaan. Tämän jälkeen edetään toipumisen ehtojen tarkasteluun sekä ammattilaisten osaamisen vahvistamiseen.

Myös niille lukijoille, joille lähisuhdeväkivalta on omakohtainen kokemus, haluan täydestä sydämestäni todeta, että olen pahoillani siitä, mitä olet kokenut. Toivon, että kirja tarjoaa uusia ajatuksia myös sinulle. Mikäli olet ammattilainen, joka kantaa kokemusasiantuntijuutta osana osaamistaan, muistu-

JOHANNA LINNER MATIKKA: VÄKIVALTA LÄHISUHTEISSA –
KÄSIKIRJA SYISTÄ, SEURAUKSISTA JA TOIPUMISESTA
NÄYTESIVUT KIRJASTA © SANTALAHTI-KUSTANNUS & TEKIJÄ

tan sinua Martti Lindqvistin klassikkoteoksen (1990, 36) sanoin: ”Auttajan ei tarvitse koskaan hävetä sitä elämää, joka on hänen omaansa, eikä kieltää lapsuuden varjoaan tai kokemuksiaan. Todelliset vaarat alkavat itsepetoksesta, eivät milloinkaan itsensä tuntemisesta.”

Kiitos kaikille rinnalla kulkeneille ihanille ihmisille, jotka ovat tukeneet minua urani eri vaiheissa. Kiitos Suomen tietokirjailijoille apurahasta, kustantajalleni loistavasta yhteistyöstä jälleen kerran sekä kirjaa eri vaiheissa kommentoinneille asiantuntijoille. Lämmin kiitos VTT, sosiaalityön emeritusprofessori Leo Nyqvistille kattavasta prologista ja pitkästä elämäntyöstä lähisuhdeväkivallan äärellä.

Omistan kirjan asiakkailleni ja työtovereilleni, jotka toimivat lähisuhdeväkivallan vähentämisen parissa, sekä aihetta tutkiville tutkijoille ja kaikille niille, jotka ovat sinnikkäästi eri vuosikymmenten aikana ponnistelleet lainsäädäntöuudistusten ja yhteiskunnallisen tietoisuuden lisääntymisen eteen. Työnne on raivannut tilaa jälkeenne tuleville.

Toivotan kaikille oivalluttavia lukuhetkiä.
Helsingissä 15.8.2026
Johanna Linner Matikka

JOHANNA LINNER MATIKKA: VÄKIVALTA LÄHISUHTEISSA –
KÄSIKIRJA SYISTÄ, SEURAUKSISTA JA TOIPUMISESTA
NÄYTESIVUT KIRJASTA © SANTALAHTI-KUSTANNUS & TEKIJÄ