

# Millaisia kokemuksia seksuaalista väkivaltaa kokeneilla aikuisilla on vertaistukiryhmistä?

Hotus  
NÄYTTÖVINKKI®  
09/2022



## TULOKSET

### Koetut psykologiset tekijät

#### Osallistujat saattoivat

- kokea aiemmin tukahdutettuja tunteita.
- Ilmaista, sanoittaa ja käsitellä tunteitansa paremmin.
- ymmärtää ja hyväksyä joutuneensa väkivallan uhriksi.
- kokea toivoa ja positiivisuutta tulevaisuutta kohtaan.
- kokea psyykkisiä ja fyysisiä hyötyjä, kuten myönteisiä muutoksia mielenterveydessä, itsetunnossa, -arvostuksessa ja itsestään huolehtimisessa.

### Koetut myönteiset muutokset ihmissuhteissa

- Ryhmiin osallistuneet kokivat heidän sosiaalisen eristäytymisensä vähentyneen ryhmän yhteenkuuluvuuden myötä.
- Kyky läheisyyteen ja luottamus muihin ihmisiin lisääntyivät vertaistukiryhmiin osallistuneilla.
- Osallistujat kokivat tulevansa arvostetuksi ja kunnioitetuksi.
- Osallistujat kokivat todistavansa toistensa toipumista ja itsekunnioituksen palautumista.
- Määrätietoisuus ja kyky asettaa rajoja lisääntyivät.

### Kokemukset vertaistukiryhmän jäsenenä olemisesta

- Ryhmät tarjosivat kaivattua vertaistukea.
- Osallistujat kokivat, että kokemusten jakaminen ryhmässä edesauttoi osallistujia positiivisiin muutoksiin.
- Ryhmän hyväksyvä ympäristö koettiin korjaavana kokemuksena.
- Osallistujat löysivät toisistaan uusia ystäviä ja vertaistuki jatkui ryhmään osallistumisen jälkeen.
- Osallistujat kokivat, että altistuminen ryhmässä omalle ja toisten traumalle edisti toipumista.
- Osallistujat halusivat auttaa sekä itseään että muita osallistujia toipumisessa vastavuoroisesti.
- Ryhmiä vetävät kokemusasiantuntijat kokivat, että he oppivat asettamaan rajoja ja pystyivät toimimaan roolimalleina.

## YHTEENVETO

Seksuaalista väkivaltaa kokeneet edustavat monimuotoista ryhmää, jolla voi olla merkittäviä lyhyen ja pitkän aikavälin terveystarpeita. Vertaistukiryhmillä koettiin olevan myönteisiä psykologisia ja sosiaalisia vaikutuksia. Vertaistukiryhmään osallistuminen auttoi käsittelemään tunteita ja tarjosi osallistujille kaivattua vertaistukea hyväksyvässä ympäristössä. Vastavuoroisella kokemusten jakamisella koettiin olevan positiivisia vaikutuksia ihmissuhteisiin sekä toipumiseen. Ryhmän loppuminen saattaa aiheuttaa osalle osallistujista ahdistusta. Toisaalta ryhmässä on mahdollista muodostaa ystävyys-suhteita, joista saa vertaistukea ryhmän loputtua.

### Ryhmien mekanismit sekä yksimielisyyden puute vertaistukiryhmissä käytettävistä malleista

- Ryhmän määräaikaisuus aiheutti osalle osallistujista ahdistusta ja laukaisi hylkäämiseen liittyvää traumaa.
- Näyttöön perustuvaa tietoa vaikuttavista toimintamalleista on vielä niukasti saatavilla.

## TAUSTA

Seksuaaliväkivallan uhriksi joutuminen on raskas ja traumaattinen kokemus, joka aiheuttaa voimakkaita turvattomuuden, häpeän ja syyllisyyden tunteita<sup>2</sup>. Vuonna 2021 viranomaisten tietoon tuli 5276 seksuaalirikosta ja ilmoitusten määrä on kasvanut vuosittain<sup>3</sup>. Ihmisen seksuaalisuuden loukkaamisella voi olla useita eri muotoja, kuten sanallinen häirintä, pelottelu, uhkailu, pakottaminen, tarkoituksellinen kivun aiheuttaminen tai verkossa alkaneet tai siellä tapahtuneet teot. Seksuaaliväkivallan uhriksi voi joutua iästä ja sukupuolesta riippumatta.<sup>4</sup> Fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset ovat aina yksilöllisiä seksuaaliväkivaltaa ja trauman kokeneella henkilöllä<sup>2</sup>. Ammattilaisten myötätuntoinen asenne voi vähentää seksuaaliväkivallan uhrin kokemaa häpeää ja syyllisyyttä. Ensikontakti vaikuttaa suuresti siihen, kuinka uhri kykenee jatkossa puhumaan kokemastaan sekä hakemaan apua.<sup>5</sup> Vertaistukiryhmiä käytetään henkilökohtaisen ammatillisen neuvonnan tueksi tai erikseen, ja niistä voi olla hyötyä seksuaaliväkivallan uhrin auttamisessa. Vertaistuki määritellään kokemusten jakamiseksi toisen saman kokeneen kanssa.



# Millaisia kokemuksia seksuaalista väkivaltaa kokeneilla aikuisilla on vertaistukiryhmistä?

**Hotus**  
**NÄYTTÖVINKKI®**  
09/2022



ISSN 2489-9577  
verkkojulkaisu  
01.09.2022  
Hotus.fi

## AINEISTO JA MENETELMÄT

Näyttövinkki perustuu vuonna 2020 julkaistuun järjestelmälliseen katsaukseen<sup>1</sup>, jonka tarkoituksena oli kuvata seksuaaliväkivaltaa kokeneiden kokemuksia vertaistukiryhmistä sekä selvittää vertaistukiryhmien vaikutuksia ja koettuja vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin. Katsaukseen hyväksyttiin mukaan tutkimusartikkeleiden menetelmällisen laadun arvioinnin jälkeen viisi (n = 5) laadullista ja kolme (n = 3) määrällistä tutkimusta. Laadullisten tutkimusten aineistot oli kerätty haastattelemalla seksuaaliväkivaltaa kohdanneita naisia. Määrällisten tutkimusten aineistot oli kerätty kyselylomakkeilla miehiltä, naisilta ja nuorilta, jotka olivat kokeneet seksuaalista väkivaltaa. Tutkimukset oli toteutettu Yhdysvalloissa, Kanadassa ja Australiassa. Katsauksen menetelmällinen toteutus on kuvattu yksityiskohtaisemmin alkuperäisessä julkaisussa. Katsauksen laatu arvioitiin JBI:n järjestelmällisen katsauksen arviointikriteeristöllä.

## KÄYTTÖ- KELPOISUUS SUOMESSA

Järjestelmällisen katsauksen tulokset soveltuvat suomalaiseen sosiaali- ja terveydenhuoltoon, ja niitä voidaan hyödyntää seksuaalista väkivaltaa kokeneen aikuisen hoidon suunnittelussa. Seksuaaliväkivallan uhrin toivovat vertaistukea tukipalveluissa asioidessaan<sup>5</sup> ja heille tulisi kehittää ja tarjota vertaistukeen perustuvia keskusteluryhmiä nykyisten tukipalvelujen rinnalle.

## LAATIJAT

**Pykäläinen, Seela**<sup>1</sup> ft, TtM-opiskelija  
**Raatikainen, Petra**<sup>1</sup> sh, TtM-opiskelija  
**Sarkki, Jasmin**<sup>1</sup> sh, TtM-opiskelija  
**Viinikka, Maria**<sup>1</sup> sh/th, TtM-opiskelija  
**Väätäinen, Laura**<sup>1</sup> sh, TtM-opiskelija  
**Krogell, Jenni**<sup>2</sup>, kättilö, TtM, väitöskirjatutkija  
**Pakarinen, Anni**<sup>1</sup>, sh, TtT, erikoistutkija

Editoijat: **Hamari, Lotta**<sup>3</sup>, ft, TtT, tutkija ja **Marin, Kaisa**<sup>3</sup>, sh, TtM, tutkija

<sup>1</sup> Turun yliopisto / Hoitotieteen laitos <sup>2</sup> Itä-Suomen yliopisto / Hoitotieteen laitos <sup>3</sup> Hoitotyön tutkimussäätiö (Hotus)

## ALKUPERÄINEN JULKAISU

- Konya J, Peröt C, Pitt K, Johnson E, Gregory A, Brown E, Feder G, Campbell J.** Peer-led groups for survivors of sexual abuse and assault: a systematic review. *Journal of Mental Health* 2020; 1–13. DOI: 10.1080/09638237.2020.1770206

Katsauksen laatu: 7/10, JBI: Checklist for Systematic Reviews and Research Syntheses

## MUUT KÄYTETYT LÄHDEVIITTEET

- Nipuli S, Bildjuschkin K.** Hoitoketju seksuaalisuutta loukkaavaa väkivaltaa kokeneen auttamiseksi. *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Ohjaus* 5/2016, 5–6. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-625-4> (viitattu 30.8.2022).
- Suomen virallinen tilasto (SVT):** Rikos- ja pakkokeinotilasto. ISSN=2342-9151. 4. vuosineljännes 2021, Liitetaulukko 1. Eräiden rikostyyppien kehitys 2017–2021 (ennakkotieto). Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/rpk/2021/04/rpk\\_2021\\_04\\_2022-01-19\\_tau\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/rpk/2021/04/rpk_2021_04_2022-01-19_tau_001_fi.html) (viitattu: 30.8.2022).
- Korjamo R, Seppälä S, Hakkarainen P, Jauhiainen I, Malmi L, Laitinen L.** Seksuaaliväkivallan uhrin hoitoketju: HUS Seri-tukikeskuksen malli. Teoksessa Nipuli S, Bildjuschkin K. (toim.) *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Ohjaus* 10/2018, 14. Helsinki: PunaMusta Oy. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-204-8> (viitattu 30.8.2022).
- Korjamo R.** Seri-tukikeskusten asiakkaiden tausta, tukipalveluiden käyttö ja rikosprosessin eteneminen. Väliraportti. Valtioneuvoston selvitys – ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2021:69. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163614/VNTEA\\_S\\_2021\\_69.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163614/VNTEA_S_2021_69.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (viitattu 30.8.2022).