



## Väkivalta

Väkivalta tuo monille mieleen ensimmäisenä fyysisen väkivallan. Tosiasiassa väkivalta on ilmiönä monimuotoisempi ja sisältää elementtejä, jotka ovat näkymättömissä, tunnistamattomia, piiloisia ja joihin sisältyy paljon erilaisia määritelmiä.

Väkivalta voidaan karkeasti jaotella fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja taloudelliseen väkivaltaan. Fyysinen väkivalta on väkivallan muodoista varmasti tunnetuin näkyvyytensä takia, mutta väkivalta voi olla myös esimerkiksi riistoa ja alentamista, toisen ihmisen mitätöintiä ja eristämistä. Usein väkivallan eri muodot kietoutuvat toisiinsa ja henkilö voi kokea monenlaista erilaista väkivaltaa samanaikaisesti. Piiloista väkivaltaa on väkivalta, joka ei pääty koskaan ilmoituksena poliisille, tule tietoon edes läheisille ja josta vaietaan yhteiskunnassa.

### **Kuka voi joutua väkivallan kohteeksi?**

Väkivallan uhriksi voi joutua kuka vain, mihin ikäryhmään tai sukupuoliin kuuluva. Kokemuksista ja vakavista seurauksista voi kärsiä myös väkivaltaa seurannut ja sen todistajaksi joutunut sivullinenkin. Onkin äärimmäisen tärkeää rohkaistua kertomaan kokemuksistaan ja tuntemuksistaan, jolloin väkivaltaan on mahdollista puuttua. Syy väkivaltaan ei koskaan ole väkivallan uhrin.

### **Erilaisia väkivallan muotoja**

Seksuaaliväkivalta on väkivallan muodoista todettu vakavimmin traumatisoivaksi ja haavoittavaksi. Kaikella väkivallalla on kuitenkin vaikutuksia siihen, millaisena ja millaiseksi väkivallan kohteeksi joutunut itsensä kokee. Ihmisillä on perustarve tulla rakastetuksi ja hyväksytyksi omana itsenään ja tuntea olonsa arvokkaaksi. Koskemattomuus on ihmisoikeus ja käyttämällä väkivaltaa rikotaan ihmisoikeuksia sekä mitätöidään ihmisen perustarpeita.

Jo pieni lapsi saattaa kokea väkivaltaa. Vauva kehittyä katseen, kosketuksen ja vastavuoroisen rakastavan huolenpidon kautta empaattiseksi ja toisia kunnioittavaksi ihmiseksi. Vauvalle väkivaltaa on perustarpeiden (esim. ruoka, hygienia) hoitamatta jättäminen sekä hellyyden ja läsnäolon puuttuminen. Vaille jääminen ja puutteellinen hoito saattavat muovata ihmisen, jolla itsellä on taipumus väkivaltaiseen ja toisia tuhoavaan tai mitätöivään käytökseen. Tiedetään myös, että lasta vahingoittaa vanhempien kesken tapahtunut väkivalta ja sille altistuminen.

Kiusaaminen on koululaisten kokeman väkivallan yleisin muoto ja sen vaikutukset nuoren elämässä voivat olla vakavia ja kauaskantoisia. Sanat satuttavat siinä missä fyysinenkin väkivalta ja henkinen väkivalta nakertaa ihmisen sielua pikkuhiljaa ja salakavalasti. Arvostelu, mitätöinti, ulkopuolelle jättäminen, haukkuminen ja nimittely antavat signaalin ”sinä olet arvoton ja huono eikä sinulla ja mielipiteilläsi ole merkitystä”. Nämä heikentävät itsetuntoa ja pahimmillaan vievät jopa halun elää.

---

Kavereiden kesken voi myös olla tuuppimista, painimista ja ronskia kieltä, mitkä toisen mielestä ovat luonnollinen ja normaali osa yhdessäoloa, mutta toisesta tuntuvat epämurkavalta ja jopa väkivallalta. Välillä onkin ihan hyvä miettiä, onhan kaikilla ympärillä olevilla yhtä hyvä olla kuin itsellä.

Myös seurusteluväkivalta koskettaa usein nuoria. Seurustelusuhteeseen ilmaantuu kontrollia, pakottamista ja sanallista sekä fyysistä väkivaltaa. Seurusteluväkivallan tunnistamatta jättäminen saattaa mennä ensihuuman ja tietämättömyyden piikkiin. Väkivaltaa ei ole aina helppoa tunnistaa ja tunnustaa varsinkaan silloin, jos aiempaa kokemusta seurustelusta ei ole. Toisen omistaminen, sosiaalinen eristäminen ystävistä ja läheisistä ei kuitenkaan ole rakkautta, vaan kontrollia, joka usein johtaa myös fyysiseen väkivaltaan ja rajojen rikkomiseen.

Digitaalinen väkivalta voi olla kaikkea yllämainittua, mutta tapahtuu sosiaalisessa mediassa. Kuvien avulla kiristäminen on melko tavallinen digitaalisen väkivallan muoto.

Sukupuolittuneella väkivallalla taas tarkoitetaan sellaista väkivaltaa, joka kohdentuu sukupuoliin eri tavoin. Esimerkiksi naiset kokevat seksuaaliväkivaltaa muita sukupuolia enemmän, miehillä on suurempi riski kokea niin kutsuttua katuväkivaltaa. Muun sukupuolisilla ja seksuaalisuuttaan pohtivilla on puolestaan muita suurempi riski altistua hyväksikäytölle ja väkivallalle.

## **Onko itsetuhoisuus väkivaltaa?**

Yksi itsetuhoisuuden muoto, viiltely, on usein vihaa ja paha oloa, jota ei ole voinut tai osannut kanavoida ulospäin. Paha olo on lopulta kääntynyt itseen ja konkreettinen haava on helpompi kestää kuin vaikeat ajatukset ja tunteet. Entä liiallinen juominen tai muu päihteidenkäyttö? Ovatko ne mahdollisesti väkivaltaa itseä kohtaan vai kenties seurausta koetusta väkivallasta?

## **Mitä seurauksia väkivallasta voi olla?**

Väkivallan seuraukset näkyvät monin eri tavoin vakavasta traumatisoitumisesta itsetuntoa heikentävinä kokemuksina. Väkivallan eri muotojen esiintuominen ja määrittäminen auttaa tunnistamaan ja ennaltaehkäisemään väkivaltaa. Määritelmien avulla voidaan kehittää oikeanlaista tukea ja palveluita väkivaltaa kokeneille ja myös ennaltaehkäistä väkivaltaa.

On tärkeää muistaa, että väkivallasta ja sen seurauksista on mahdollista selvitä. Jokaisella on oikeus hakea apua ja päästä puhumaan ja purkamaan kokemuksiaan ammattilaisen kanssa.

## **Tukea tilanteeseesi saat täältä:**

[Poikien talo](#)

[Tyttöjen talo](#)

[Tukinainen](#)

[Naistenlinja](#)

[Apua](#)

[Seri-tukikeskus](#) Helsingin Naistenklinikalla tarjoaa matalan kynnyksen tukea seksuaaliväkivaltaa

kohdanneille yli 16-vuotiaille sukupuolesta riippumatta.

**Kristiina Hannila**

Seksuaaliväkivaltatyön vastaava ohjaaja

Koordinaattori, [OTAVA-hanke](#)

**Lähteet**

Hurtig, Johanna & Laitinen, Merja (2002) Pahan kosketus. Jyväskylä: Ps-Kustannus.

Kun nuori kokee seksuaaliväkivaltaa - [Opas vanhemmille ja huoltajille](#)

Kun olet kokenut seksuaaliväkivaltaa - [Opas nuorelle](#)

Lidman, Satu (2015) Väkivaltakulttuurin perintö. Helsinki: Gaudeamus.

Nuoren seksuaaliväkivaltaa kokeneen kohtaaminen ja auttaminen - [Opas nuorten kanssa työskenteleville](#)

---

**Source URL:** <https://nuortenlinkki.fi/tietopiste/tietoartikkelit/mielenterveys/vakivalta>