

”Kyllä mun mielestä kaikki tarvii rakkautta.”

Kehitysvammaisten nuorten aikuisten ajatuksia rakastumisesta ja rakkaudesta

Pro gradu -tutkielma

Jenni Mattila

Kasvatustieteiden tiedekunta

Kasvatustiede

Lapin yliopisto

2015

Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta

Työn nimi: ”Kyllä mun mielestä kaikki tarvii rakkautta.” Kehitysvammaisten nuorten aikuisten käsityksiä rakastumisesta ja rakkaudesta

Tekijä: Jenni Mattila

Koulutusohjelma/oppiaine: Luokanopettajakoulutus/kasvatustiede

Työn laji: Pro gradu –työ _x_ Laudaturtyö __ Licensiaatintyö __

Sivumäärä: 76

Vuosi: 2015

Tiivistelmä:

Tämän tutkimuksen päätavoitteena on selvittää mitä kehitysvammaiset nuoret aikuiset puhuvat rakastumisesta ja rakkaudesta. Tutkimuksen alakysymyksiin liittyvien tutkin heidän kumppaninvalinnan prosessiaan, rakastumiseen liittyviä merkityksiä sekä rakkauteen liittyviä käsityksiä. Tutkimukseni teoreettisena viitekehyksenä toimi Määtän ja Uusiautin luoma rakkauden kolmijako: rakkaus tunteina, tekoina sekä tietoina ja taitoina. Suoritin tutkimukseni aineistonkeruun, yksilöhaastattelut, kesällä 2015. Haastatteluissa minulla oli käytössäni kaksi niitä ohjaavaa teemaa: rakastuminen ja rakkaus.

Teoreettista viitekehystä käytin myös aineistonanalyysissä. Kumppaninvalintaa, rakastumista ja sen merkityksiä taas tutkin ja analysoin aineistolähtöisemmin, kuitenkin luomaani teoriapohjaan viitaten. Tavoitteeni on tuoda mahdollisimman hyvin esille tutkimushenkilöiden omia, autenttisia ajatuksia, mielipiteitä, käsityksiä ja kokemuksia.

Tutkimustulokset on eritelty teoreettisen viitekehyksen sekä aineiston avulla luotujen päätelmien pohjalta. Otin tutkimustuloksissa huomioon teorian ja käytännön yhteyden. Tuloksissa ilmeni rakastumisen ja rakkauden tärkeys osana kehitysvammaisten nuoren aikuisen elämismailmaa: niiden koettiin voimaannuttavan ja parantavan elämän laatua. Kumppanilta toivottiin saatavan tukea, turvaa ja läheisyyttä.

Avainsanat: Rakkaus, rakastuminen, kehitysvammaisuus, kumppaninvalinta, laadullinen tutkimus, teemahaastattelu

Muita tietoja: Suostun tutkielmani luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi _x_

Sisällys

| | |
|--|----|
| Johdanto..... | 5 |
| 1 Kehitysvammaisuus..... | 9 |
| 1.1 Mitä on kehitysvammaisuus? | 9 |
| 1.2 Yhteiskunta ja kulttuuri kehitysvammaisuuden määrittelijöinä | 10 |
| 2 Rakkaus..... | 13 |
| 2.1 Mitä rakkaus on?..... | 13 |
| 2.2 Rakkaus tunteina..... | 15 |
| 2.3 Rakkaus tietoina ja taitoina..... | 17 |
| 2.4 Rakkaus tekoina..... | 18 |
| 2.5 Rakkauden kohdistaminen ja muodot..... | 19 |
| 3 Rakastuminen | 21 |
| 3.1 Mitä rakastuminen on? | 21 |
| 3.1.1 Vapaata tahtoa ja perustarpeiden täyttämistä?..... | 22 |
| 3.1.2 Nuoruuden itsenäistymistä?..... | 23 |
| 3.1.3 Hallitsematonta tunnemyrskyä? | 24 |
| 3.2 Kumppaninvalinta | 25 |
| 4 Kehitysvammaisen tuntevana yksilönä | 31 |
| 4.1 Minäkuva | 31 |
| 4.2 Itsenäisyys..... | 33 |
| 4.3 Kommunikointi ja läheisyys | 35 |
| 5 Tutkimuskysymykset..... | 37 |
| 6 Tutkimuksen toteutus | 38 |
| 6.1 Tutkimushenkilöt..... | 38 |
| 6.2 Laadullinen tutkimus | 39 |

| | |
|--|----|
| 6.3 Puolistrukturoitu teemahaastattelu | 40 |
| 6.4 Aineiston analyysi | 42 |
| 6.4.1 Laadullisen analyysin periaatteet..... | 42 |
| 6.4.2 Teorialähtöinen sisällönanalyysi | 43 |
| 6.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus..... | 45 |
| 7 Tutkimustulokset | 48 |
| 7.1 Kumppaninvalinta | 48 |
| 7.2 Rakastuminen | 49 |
| 7.2.1 Miten tapahtuu? | 49 |
| 7.2.2 Miltä tuntuu?..... | 50 |
| 7.2.3 Miten näkyy? | 51 |
| 7.2.4 Miten vaikuttaa elämään?..... | 52 |
| 7.3 Rakkaus | 53 |
| 7.3.1 Tunteina | 53 |
| 7.3.2 Tekoina | 54 |
| 7.3.3 Tietoina ja taitoina | 55 |
| 7.3.4 Rakkauden muodot | 58 |
| 7.3.5 Miten vaikuttaa elämään?..... | 59 |
| 7.4 Rakkauden tarve ja tulevaisuus | 60 |
| 8 Yhteenveto..... | 62 |
| 9 Pohdinta | 67 |
| Lähteet | 69 |
| Liitteet..... | 74 |
| Liite 1 | 74 |
| Liite 2..... | 76 |

Johdanto

Suomi on hyvinvointivaltio, jossa nostetaan korkealle ihmisarvon huomioiminen ja tasa-arvoisuus oli kyse sitten poliittisesta, kulttuurisesta tai sosiaalisesta tilanteesta. Maamme perustuslaki (11.6.1999/731) määrittää, että ketään ei tule asettaa eriarvoiseen asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. Suomea ja suomalaisten toimintaa ohjaavat myös Yhdistyneiden Kansakuntien suvaitsevaisuutta koskevat julistukset: vuonna 1993 Unescon kokouksessa laadittiin suvaitsevaisuutta koskeva julistus jonka tavoitteena on suvaitsevaisuuden osoittaminen rauhan, oikeudenmukaisuuden, ihmis-oikeuksien kunnioittamisen ja sosiaalisen kehityksen edistämiseksi (Wahlström 1996, 104). Vuonna 1996 YK:n yleiskokouksessa päätettiin 16.11 vietettäväksi suvaitsevaisuuden päivää, pohjautuen 16. marraskuuta 1995 Unescon jäsenvaltioiden hyväksymään suvaitsevaisuuden periaatteiden julistukseen (Declaration of Principles on Tolerance) (Suomen YK-liitto).

Suomessa on arviolta noin 40 000 kehitysvammaista henkilöä (Kehitysvammaisten tukiliitto ry). Tämä tarkoittaa heidän edustavan lähes yhtä prosenttia Suomen väestöstä (Väestökisterikeskus). He ovat merkittävä osa yhteiskuntaa, mutta vasta viime vuosikymmenten aikana heidän asemansa on parantunut ja heidät on otettu paremmin huomioon. Merkittäviä, erityisesti koulutuksessa nähtäviä yhdenvertaisuutta ja osallistamista edistäviä uudistuksia ovat integraatio ja inklusio. Integraatio nähdään kahden erillisen osan yhdistämisenä kokonaisuudeksi niin, että alkuperäisiä osia ei enää eroteta toisistaan. Pyritään siihen, että integraation avulla aikaansaatua kokonaisuus on myös toimivampi kuin sen osat erillisinä. Inklusio on integraation vielä kokonaisvaltaisempi, rakenteellisia muutoksia vaativa koulutuksellinen toimintamalli. Inklusiossa oppilasaines nähdään alusta asti yhdenvertaisena ja heille pyritään tarjoamaan samassa tilassa samanlaista, kaikkia palvelevaa opetusta. Inklusion tavoitteena on siis kaikille yhteinen koulu ja kokonaisvaltainen osallistaminen. (Hautamäki, Lahtinen, Moberg, Tuunainen 2003, 181, 185–186.)

Näistä uudistuksista ja kehityksestä huolimatta kehitysvammaiset ovat usein eri asemassa niin sanottuun valtaväestöön verrattuna. Tämä ei ole vain Suomen, vaan myös useiden muidenkin maiden ongelma. Lumleyn ja Scottin (2001, 109–110) älyllisesti kehitysvammaisten seksuaalisuutta koskevassa tutkimuksessa selvisi, että Yhdysvalloissa koetaan edelleen asenneongelmia kehitysvammaisia kohtaan. Kaikenlainen seksuaalinen toiminta, mukaan lukien parisuhteen luominen avioliitto, nähtiin negatiivisemmin kuin valtaväestön vastaava toiminta. Osa koki myös tarpeelliseksi rajoittaa älyllisesti kehitysvammaisten oikeuksia suhteessa valtaväestöön. Tämä oli tietenkin vain yksi tutkimus monien joukossa, ja otanta pieni osa maan ja koko maailman väestöstä, mutta se tuo esille todellisen ongelman. Tutkimuksessa ilmenneet asenteet sotivat tasa-arvo- ja yhdenvertaisuuslakeja sekä ihmisarvoa ja – oikeuksia vastaan. Sosiaalipsykologisesta näkökulmasta tarkasteltuna asenne itsessään ei ole ikinä hyvä tai paha, vaan myönteinen tai kielteinen (Solares & Liebkind 2012, 358). Muuttaaksemme asenteita myönteisemmiksi, meidän täytyy työstää sen kolmea osaa: kognitioita, emootioita ja käyttäytymistä. Mielestäni loogisin tapa aloittaa tie suvaitsevamman yhteiskunnan ja yhteisön rakentamiseen on kognitioiden, eli tiedon ja tietoisuuden kehittäminen. Tietoisuuden lisääntyminen mitä luultavimmin auttaisi yhteiskuntaa ymmärtämään kehitysvammaiset ihmisarvoltaan ja – oikeuksiltaan yhtäläisinä valtaväestön kanssa.

Tutkimukseni käsittelee kehitysvammaisten nuorten aikuisten käsityksiä ja ajatusmaailmaa. Suomessa pyritään tukemaan nuorten kasvua, itsenäistymistä ja sosiaalista vahvistamista muun muassa yhteisöllisyyden, yhdenvertaisuuden ja yhteisvastuun keinoin (Nuorisolaki 27.1.2006/72). Kohdistamalla tutkimuksen en heitä itseään, vaan heidän henkilökohtaista elämis- ja ajatusmaailmaansa koskevaksi, osallistan heidät yhteisöllisesti ja yhteiskunnallisesti.

Samaa aihepiiriä kanssani ovat omissa lopputöissään tutkineet myös Linna (1998) ja Yrjänheikki (2002). Linna keskittyi tutkimuksessaan aikuisten kehitysvammaisten ajatuksiin koskien rakkautta ja parisuhdetta. Jo Linnan tutkimuksessa tuli esille rakkauden ja rakastumisen merkitys osana elämää: niiden koettiin olevan tärkeä osa ihmisyyttä. Toiselta ihmiseltä vastaanotettu kiinnostus, välittäminen ja läheisyys olivat tärkeä rohkaiseva tekijä myös omien tunteiden ilmaisuun ja säätelyyn. Rakkauteen,

rakastumiseen ja kumppaninvalintaan liittyi myös vahvasti itsenäistymisen tunne, niin sanottu ”yhdessä itsenäistyminen”. Rakkaus tuntui hyvältä ja sen koettiin olevan turvallista ja kestävä. Yrjänheikin parisuhdetutkimuksessa esille nousi kumppanista saatu turva ja läheisyys. Rakkaus nähtiin arkipäivän tekoina, kuten huolenpitona. Myös seksuaalisuus koettiin luonnolliseksi osaksi rakkautta ja parisuhdetta. Sain nämä tutkimukset luettavakseni jo omaa tutkimusta ideoidessani. Linnan ja Yrjänheikin tutkimuksista huokui rakkauden, rakastumisen ja parisuhteen positiivinen merkitys osana kehitysvammaisten elämää, mikä motivoi minua tutkimaan asiaa lisää.

Oma tutkimukseni keskittyy kahteen teemaan: rakkauteen ja rakastumiseen. Haastatteleamalla kehitysvammaisten nuorten aikuisten joukkoa, pyrin selvittämään heidän käsityksiään koskien näitä mainittuja teemoja. Tutkimuksen avulla päästään lähelle kehitysvammaisen nuoren aikuisen elämis- ja ajatusmaailmaa. Kehitysvammaisen henkilö saattaa tarvita arjessaan normaalia enemmän ohjausta ja tukea, mutta tämä ei tarkoita ettei hänellä olisi omia, itsenäisiä ajatuksia. Minun mielenkiintoni kohdistuu juurinkin näihin itsenäisiin, omiin kokemuksiin pohjautuviin ajatuksiin sekä niiden pohjalta muodostuneisiin käsityksiin. Haluan tuoda esille tutkimustuloksia heidän ehdoillaan ja sanoillaan, tuoden esille heidät yksilöitä ja osana yhteiskuntaa.

Ihmisen kokonaiskehitys perustuu kognitiivisen, sensomotorisen ja sosioemotionaalisen osa-alueen kehitykseen, ja tämä näiden kehitys puolestaan perustarpeiden täyttymiseen. Kehitysvammaisilla on samat perustarpeet kuin kellä tahansa muullakin. Näistä sosioemotionaalinen osa-alue pitää sisällään sosiaalisen ja tunne-elämän kehityksen, johon taas rakkaus ja rakastuminen voidaan lukea. Rakkaus ja rakastuminen liittyvät vahvasti sosiaalisiin, kahden tai useamman ihmisen välisiin tilanteisiin ja vuorovaikutukseen. Sosiaalinen vuorovaikutus taas sisältää aina jonkin tunnelatauksen. Ihmisen käsityksillä rakkaudesta ja rakastumisesta on siis yhteys kokonaisvaltaiseen kehitykseen ja sitä kautta myös yksilön ja yhteisön hyvinvointiin. Subjektiiiviseen hyvinvointiin kuuluvat ihmisen arviot siitä, kuinka paljon erilaisia positiivisia ja negatiivisia mielialoja ja tunteita he ovat tietyn ajanjakson aikana kokeneet ja kuinka tyytyväisiä he ovat elämänsä eri osa-alueisiin, kuten parisuhteeseen ja muihin sosiaalisiin suhteisiin (Korkalainen & Kokko 2008, 262–263). Tunteiden osalta

subjektiiviseen hyvinvointiin ja sen edistämiseen liittyvät yksilön itsensä arvio siitä, onko hänen elämässään tarpeeksi positiivisia tunteita, kuten ilo, tyytyväisyys ja kiitollisuus (Marttinen & Salmela-Aro 2010, 413). Rakastumista ja rakkautta on siis tärkeää tutkia myös yksilön hyvinvointia ja sen edistämistä ajatellen. (Ahvenainen, Ikonen, Koro 2001, 40–41.)

Tämän tutkimuksen kautta haluan jakaa tietoisuutta erilaisuudesta sekä siitä ainutlaatuisuudesta ja kyvykkyydestä, joka usealta jää ennakkoluulojen armoilla huomaamatta ja kokematta. Toivon tutkimuksen avulla ennen kaikkea tuovani esille niiden äänen, jotka eivät itse sitä itse saa kuuluville, painottaen niitä arvoja ja oikeuksia joita myös maamme lainsäädäntö tukee.

1 Kehitysvammaisuus

1.1 Mitä on kehitysvammaisuus?

Kehitysvammainen on yhteiskunnan määrittelemiin normeihin nähden toiminta- ja suorituskyyviltään rajoittunut tai estynyt henkilö. Kehitysvammalain mukaan kehitysvammaiseksi ja sitä myöten oikeutetuksi erityishuollon palveluihin luokitellaan henkilö, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi (Laki kehitysvammaisten erityishuollosta). Vamman katsotaan olevan yksilön toimintakykyä selkeästi rajoittava fyysinen tai psyykkinen vajavuus. (Ainsworth & Baker 2004, 3; Kaski, Manninen, Pihko 2012, 15–16.)

Erilaisten kehitysvammaisuutta aiheuttavien vammojen ja sairauksien lisäksi on olemassa myös älyllistä kehitysvammaisuutta. Ihmisen hermosto on hyvin hauras ja moniosainen systeemi, jonka toiminnassa esiintyviä häiriöitä kutsutaan hermoston kehityshäiriöiksi. Tarkemmin ottaen nämä kehityshäiriöt ovat hermoston sairauksia, vaurioita ja muita toiminnan puutoksia tai poikkeavuuksia. Näiden seurauksena esiintyy usein älyllisten toimintojen vajavuutta, jota nimetään älylliseksi kehitysvammaisuudeksi. (Kaski ym. 2012, 16.)

Maailman terveysjärjestö (WHO) puolestaan määrittelee älyllisen kehitysvammaisuuden tilaksi, jossa henkisen suorituskyyvyn kehitys on estynyt tai epätäydellinen. Puutteita älyllisesti kehitysvammaisella henkilöllä on erityisesti kognitiivisissa, kielellisissä, motorisissa ja sosiaalisissa taidoissa. Älyllinen kehitysvammaisuus voi esiintyä yksinään tai yhdessä muun kehityshäiriön, vamman tai sairauden kanssa. (Kaski ym. 2012, 16.)

Älyllinen kehitysvammaisuus voidaan jakaa WHO:n mukaan neljään (4) eri tasoon, joita ovat lievä, keskivaikea, vaikea ja syväkehitysvammaisuus. Jotta ihmisen kehitysvammaisuuden taso olisi helpompi tunnistaa, on kullekin tasolle määritelty sitä

vastaava älykkyydosamäärä ja vastaava älykkyydikä. Taulukossa 1 on kuvattuna nämä kehitysvammaisuuden tasot ja niille ominaiset älykkyyttä koskevat numeeriset arvot.

| Älyllisen kehitysvammaisuuden aste | Älykkyydosamäärä | Älykkyydikä |
|--|------------------|-------------|
| Lievä (retardatio mentalis levis) | 50–69 | 9–11 |
| Keskivaikea (retardatio mentalis moderata) | 35–49 | 6–8 |
| Vaikea (retardatio mentalis gravis) | 20–34 | 3–5 |
| Syvä (retardatio mentalis profunda) | alle 20 | 0–2 |

Taulukko 1. WHO:n määrittelemät kehitysvammaisuuden tasot (Kaski ym. 2012, 18).

Mitä vaikeampi kehitysvamma ihmisellä on, sitä enemmän hänellä on myös toimintarajoituksia ja haasteita itsenäisen elämän tavoittelussa. Lievän älyllisen kehitysvamman omaava henkilö saattaa kärsiä vain pienistä oppimisvaikeuksista ja tarvitsee vain ajoittaista opastusta ja tukea päivittäistoiminnoissaan. Keskivaikeasta älyllisestä kehitysvammasta kärsivä tarvitsee kehittyäkseen erityisopetusta vastaavanlaista tukea arjessaan. Vaikea älyllinen kehitysvammaisuus johtaa jo jatkuvan tuen ja ohjauksen tarpeeseen: hän on riippuvainen muista ja tarvitsee pitkäaikaista kuntoutusta kehittyäkseen. Henkilön ollessa syvästi kehitysvammainen älyllisellä tasolla, hän on täysin riippuvainen muista ja on jatkuvan hoivan tarpeessa. Hänellä on vakavia puutteita kyvyssä huolehtia henkilökohtaisista toimistaan, tarpeistaan tai hyvinvoinnistaan. (Kaski ym. 2012, 19–21.)

1.2 Yhteiskunta ja kulttuuri kehitysvammaisuuden määrittelijöinä

Minkälaisena kehitysvammaisuus ja erityisesti kehitysvammainen ihminen nähdään, on vahvasti sidoksissa yhteiskuntaan jossa eletään. Yhteiskunnassa ja sen sisäisissä yhteisöissä vallitsevat tietyt asenteet, arvot, normit ja rakenteet jotka vaikuttavat myös kehitysvammaisten asemaan osana yhteiskuntaa. Kehitysvammaisuus käsitteenä on

hyvin laaja ja pitää sisällään lähestulkoon loputtomalta tuntuvan kirjon erilaisia diagnooseja ja oireyhtymiä. Merkittävää ei kuitenkaan ole kaikkien näiden kehitysvammamuotojen tunnistaminen, vaan ne keinot joita ollaan valmiita käyttämään kehitysvammaisten yksilöiden toimintakyvyn ja osallisuuden tukemiseksi.

Yksi avainsana yhteiskunnan ja ympäristön kehitysvammaisuutta koskevaan määrittelyyn on *ihmiskäsitys*: Millainen ihmiskäsitys yhteiskunnalla on kehitysvammaisista? Entä mihin tämä ihmiskäsitys perustuu? Yhteiskunta luo ihmiskäsityksensä pitkälti sen kuvan perusteella, minkä se saa kehitysvammaisten eettisistä arvoista. Miten kehitysvammainen käyttäytyy? Mitkä ovat hänen tavoitteelliset päämääränsä? Kykeneekö hän luomaan oman elämän? Kuinka hän toimii suhteessa yhteiskuntaan? (Hautamäki, Lahtinen, Moberg, Tuunainen 1996, 60.)

Ihmiskäsitys ei suoraan vastaa siihen, miten yhteiskunta kehitysvammaiset näkee ja miten se heitä kohtelee. Se toimii ikään kuin suuntaviivana sekä antaa merkityksen ja perustan kehitysvammaisten parissa toimimiselle ja heidän huomioimiselleen. Näiden suuntaviivojen, merkitysten ja perustan lisäksi kehitysvammaisiin kohdistuva ihmiskäsitys vaikuttaa yhteiskunnan yleisiin asenteisiin, käsityksiin ja odotuksiin, näin muokaten määritelmää sille ”*Mikä ja kuka on kehitysvammainen?*”. Suhtautumisessa kehitysvammaisia kohtaan voi esiintyä alueellisia ja yhteisöllisiä eroja, mutta viime kädessä toimiminen kehitysvammaisten kanssa tapahtuu juurikin näiden suhtautumismallinen mukaan. (Linna 1998, 24–25.)

Yksi merkittävimmistä viime vuosikymmenten koulutuksellisista muutoksista kohti suvaitsevampaa ja osallistavampaa yhteiskuntaa on inklusio. Inklusiivisen ajattelun ja lähestymistavan ottaessa muotoaan 1990-luvulla, sen tavoitteeksi ymmärrettiin koulutuksen tarjoaminen vammaisille lapsille ja nuorille yleisopetuksen puitteissa. Uudella vuosituhannella inklusiota on alettu tarkastella laaja-alaisemmin ja globaalisti. Nykyään sen tavoitteena on hyväksyä, tukea ja kunnioittaa koulutukseen osallistuvien moninaisuutta. Inklusio voidaan nähdä myös prosessina, jonka tavoitteena on estää yhteiskunnallista syrjäytymistä ja pois sulkemista samalla etsien moninaisia väyliä, joiden kautta kasvatus ja koulutus toteutuvat perustavanlaatuisena ihmisoikeutena (Mäkinen, Nikandet, Pantzar, Saari 2009, 18). Inklusioon liittyvät koulutukselliset muutokset 90-luvun alusta tähän päivään ovat olleet merkittäviä: esimerkiksi

Salamancan julistus (UNESCO 1994) velvoitti suurimman osan länsimaista koulutukselliseen muutokseen jonka ytimenä oli erityisiä tarpeita omaavien oppilaiden osallistaminen. Vaikka inklusion toteuttamisessa on ollut maiden ja alueiden kesken suuriakin eroja näiden parin vuosikymmenen aikana, on kuitenkin oppimisympäristön suhteen pystytty toteamaan että vammaiset, jopa vaikeasti vammaiset lapset ja nuoret pystyvät osallistumaan ja oppimaan yleisopetuksen luokissa. Se, milloin ja missä määrin vammaisen oppilaan on hyvä osallistua yleisopetukseen, on tietenkin hyvin yksilösidonnaista: emme voi olettaa yleisopetukseen siirron tai osallistamisen palvelevan kaikkien erityisoppilaiden tarpeita. On kuitenkin huomioitava merkittävä kehitysaskel maailman ja yhteiskuntien ajatus- ja arvomaailmoissa. Vammaisia erityisoppilaita ei enää vanhojen uskomusten mukaan haluta periaatteellisesti eristää muista ”normaaleista” oppilaista ja oppimisympäristöistä, vaan heidät pyritään osallistamaan osaksi yhteiskunnan sosiaalisia rakenteita. Käytännössä emme siis enää koe aiempaan verrattuna yhtä vahvaa tarvetta erotella ”normaalialia” ja ”erilaista”. (Ferguson 2008, 109–110.)

Kaikesta kehityksestä huolimatta maailma ei ole edelleenkaan valmis erilaisuuden hyväksymiseen. Sorrowme liian usein stereotyyppiseen ajatteluun ja luokitteluun. Oxford English Dictionary määrittelee stereotypisoinnin olevan ”jotakin jatkuvaa tai jatkuvasti toistettua ilman muutosta” (Grace & Gravestock 2009, 7). Muutos onkin avainsana kehitykseen. Uskon mainitun luokittelun ja kapeakatseisen ajattelun perustuvan hyvin pitkälti puutteelliseen tietämykseen. Kehitystä ei tapahdu toivotulla tavalla, koska muutosta tietämyksen täydentämisessä ei tapahdu tarvittavalla tavalla: tietoa on, mutta sitä ei jaeta tarpeeksi. Tämä on yksi niistä syistä, miksi halusin suorittaa tutkimukseni tuoden esille juuri tämän vähemmistön, kehitysvammaisten, omia ajatuksia ja käsityksiä. Tutkimukseni avulla pystyn tuomaan julki heidän ajatuksiaan ja käsityksiään jotka ovat tärkeitä ja todellisia siinä missä muidenkin. Näiden ajatusten ja käsitysten takana on ainutlaatuinen, tunteva yksilö joka myös yhteiskunnan tulisi ottaa huomioon tasavertaisena muiden kanssa.

2 Rakkaus

2.1 Mitä rakkaus on?

Rakkaus on arvaamaton. Rakkaus on selittämätön. Rakkaus on mysteeri. Rakkaus on käsite joka on elänyt ihmisten keskuudessa jo vuosituhansia, mutta edelleenkin sille ei löydetä yksiselitteistä määritelmää. Usein rakkaus koetaan jopa mahdottomaksi tutkia. Freudin aikalainen Finck totesi: ”Voit sanoa rakkaudesta miltei mitä tahansa ja olet luultavasti aina oikeassa” (Freud 1959, 64; Määttä 2006, 48). Rakkaus voidaan kuitenkin nähdä yhtenä ihmiskunnan kantavista voimavaroista. Suurin osa kaikesta kansasta perustaa esimerkiksi perheen merkityksen, huolenpidon läheisistä sekä kumppanin valinnan nimenomaan rakkauteen.

Rakkautta on kuvattu myös tarinana. Jokaisella on oma rakkaustarinansa, subjektiivinen käsitys ja tulkinta todellisuudesta. Tarina antaa rakkaussuhteelle tarkoituksen ja todellisuus ottaa tarinan muodon. Ihminen tapa muodostaa tarina on aina sidoksissa hänen omaan taustaansa ja kokemuksiinsa, siksi toisinaan suhteen kumpikin osapuoli näkee samoissa tapahtumisissa eri tarkoituksen. Rakkaudelle on siis turhaa luoda mitään askel askeleelta – ohjekirjaa, jokainen suhde ja rakkaustarina etenevät omilla ehdoillaan. (Määttä 2006, 74.)

Omalla tavallaan rakkaus on ihmiskuntaa säilyttävä ja ylläpitävä sekä elinkulttuuriamme kehittävä voima, ja siksi sitä on oleellista tutkia. Rakkauden ollessa niin vaikeasti määriteltävä kokonaisuutena, on sitä tarkasteltaessa viisainta ottaa käyttöön induktiivinen lähestymistapa: pyritään jäsentämään, kuvaamaan ja selittämään rakkauden eri osatekijöitä ja piirteitä, joiden avulla ymmärrämme ehkä paremmin rakkauden rakennetta ja luonnetta kokonaisuutena.

Määttä ja Uusiautti (2014, 22) ovat luoneet kokonaiskuvaa rakkaudesta vertaamalla sitä kognitiivisiin prosesseihin ja älykkyyden määrittelyyn. He tuovat esille muun muassa ranskalaisen psykometriikan pioneeri lääkärin Alfred Binet'n (1857–1911) vuonna 1905

esittämän älykkyyden määritelmän, jonka mukaan älykkyys on yleinen kyky, jota käytetään monimutkaisissa henkisissä toiminnoissa. Älykkäästä ajatteleva ihminen on tietoinen ongelmien luonteesta ja ratkaisukeinoista, kykenee arvioimaan tilannetta ja ajattelemaan kontrolloidusti sopivien toimintamenetelmien löytämiseksi. Tarkasteltaessa rakkautta tästä näkökulmasta, nähtäisiin se kokonaisuutena, johon kuuluu erilaisia ominaispiirteitä. Olettaessa huomioon rakkauden historia mysteerisenä ja arvaamattomana, vaikeasti tutkittavana ja määriteltävänä aiheena, on kuitenkin paikallaan kyseenalaistaa tämä teoria jonka mukaan rakkaus nähtäisiin kuitenkin kokonaisuutena. Kuinka voisimme yhtäkkiä ynnätä kokonaisuudeksi käsitteen, jota on ollut vuosisatojen, jopa tuhansien vuosien ajan mahdotonta määritellä?

Paremmiin rakkauden pystyy rinnastamaan yhdysvaltalaisen Lous L. Thurstonen (1863–1945) vuonna 1939 esittämään älykkyysteoriaan. Thurstone jakaa älykkyyden seitsemään (7) toisiaan korreloivaan osatekijään: induktiivinen järjely, verbaalisuus, numeerisuus, avaruudellinen hahmottaminen, sanasujuvuus, muistitekijät ja havaintonopeus. Thurstonen teoria luo rakkaudelle pohjan joka tekee siitä huomattavasti helpommin lähestyttävämmän ja ymmärrettävämmän käsitteen. Hänen teoriaansa pohjaten rakkaus olisi siis monen, keskenään korreloivan osatekijän summa. (Määttä & Uusiautti 2014, 23.)

Määttä ja Uusiautti (2014, 24) ovat luoneet rakkauden määritelmän hyödyntäen sekä Binet'n että Thurstonen älykkyysteorioita: Heidän mukaansa rakkaus on kokemuksena kokonaisvaltainen, kuten yleinen älykkyys, mutta tämä kokemus on jäsennettävissä erillisiin osiin – osiin, jotka olemalla yhteydessä ja vaikuttaessaan toisiinsa muodostavat rakkauden kokonaiskuvan. Rakkaus itsessään ei siis ole selitettävissä tai nähtävissä kokonaisuutena, vaan kokonaisuuden osina, mutta ihmisen kokemana se on kokonaisvaltainen. Rakkaudessa voidaan erotella erilaisia tunteita, tietoja ja taitoja sekä tekoja ja toimintaa, jotka kaikki ovat osia rakkauden rakenteessa ja luonteessa (Määttä & Uusiautti 2014, 24). Jotta rakkautta voitaisiin ymmärtää, täytyy tutkimus kohdistaa näihin osiin.

Omassa tutkimuksessani perehdyn siihen, mitä tutkimushenkilöni ajattelevat rakkaudesta ja rakastumisesta. Jokainen rakastaa ja luo ihmissuhteita omalla tavallaan. Ei ole olemassa ”oikeaa” tapaa. Siksi minulle onkin tärkeää kuulla tutkimushenkilöiden

yksilölliset käsitykset ja ajatukset siitä, mitä rakkaus, rakastuminen ja rakastaminen ovat. Pohjana rakkauden määrittämiselle ja tutkimuskysymysten laatimiselle pidän Määtä ja Uusiautin (2014, 24) luomaa jakoa, jonka mukaan rakkaus on tunteita, taitoja ja tekoja. Pyrin saamaan tietooni, mitkä ovat ne tunteet, taidot ja toiminta, jotka tutkimushenkilöideni mielestä kuuluvat rakkauteen.

2.2 Rakkaus tunteina

Filosofi Agnes Hellerin mukaan tunteillamme on aina kohde: olemme esimerkiksi vihaisia jollekulle tai jostakin syystä (Määttä & Uusiautti 2014, 25). Tunteet ovat näin keskeinen osa vuorovaikutustamme ja kertovat aina tuntemamme rakkauden määrästä ja laadusta sen kohteeseen. Tunteiden avulla pystymme asettamaan arkiset touhumme henkilökohtaisen hyvinvoinnin kannalta tärkeysjärjestykseen (Kokkonen 2010, 11). Tehdessämme oletuksen jonka mukaan rakkaus vaikuttaa hyvinvointiimme, voimme taas liittää tunteet oleelliseksi osaksi rakkautta. Oman hyvinvointimme nimissä haemme erilaisia positiivisia tunteita, jotka edistävät hyvän olon tunnetta - samaan tähtäämme myös rakkauden suhteen. Rakkauden laadun ja määrän suhteen on kuitenkin oleellista tiedostaa, että rakkaus ei vaaleanpunaisten lasien läpi katsotusta stereotypisestä käsityksestä huolimatta ole pelkästään iloa, onnea ja lämpöä. Rakkaus on ilmiö, jonka on mahdollista herättää sekä myönteisiä että kielteisiä tunteita kokijassaan.

Rakkauden herättämiä myönteisiä tunteita ovat:

- ilo, onnellisuus
- yhteenkuuluvuus
- samanmielisyys, sopusointu, yhteisymmärrys
- toiveikkaus, valoisuus
- kiitollisuus
- luottamus, seesteisyys
- arvostus, ihailu, kunnioitus
- kiinnostuneisuus

Rakkauteen kuuluu myös seuraavia kielteisiä tunteita:

- epävarmuus
- turvattomuus
- epätietoisuus, levottomuus
- ahdistus, tyytymättömyys
- pettymykset
- mustasukkaisuus
- suru, epätoivo
- pelko
- suuttumus, raivo, ärtymys, kiukku.

(Määttä & Uusiautti 2014, 26.)

Tunteet vaikuttavat usein ihmisen yleiseen mielentilaan, ja toisinpäin. Esimerkiksi huonosti mennyt työpäivä, fyysinen rasitus ja nälän tunne voivat negatiivisina vaikuttajina luoda yleistä mielentilaa, joka vaikuttaa hetkellisesti myös tunteisiimme, luoden jopa niin sanottuja negatiivisia ”tunnepurkauksia”. Päivän ollessa hyvä, kaiken mennessä ”nappiin” voi tunnepurkaus olla myös positiivinen. Tunnepurkaukset ovat usein hallitsemattomia, eikä rakkaus tunteena säästy niiltä. Rakkauden katsotaan olevan syvä ja jopa ”pinttyvä” tunne jota ei helpolla järkytetä. Tämä ei kuitenkaan tarkoita että rakkaus olisi muuttumaton. Arki ja päivittäiset mielentilat ovat sidoksissa rakkauden tunteeseen siinä missä mihin tahansa muuhunkin tunteeseen – rakkauden tunne voi muuttaa muotoaan jopa päivittäin ja hetkittäin. Tämän voitaisiin katsoa selittävän vanhaa lausahdusta jonka mukaan *rakkaus on sokea*: näemme ja tunnemme rakkauden eri tavalla eri olosuhteissa, mikä tekee erehtyvyydestä enemmän säännön kuin poikkeuksen.

Rakkaudella tunteena voi myös olla suuri vaikutus yleiseen mielentilaan. Kokiessamme esimerkiksi onnea, iloa, lämpöä ja arvostusta, usein myös yleinen mielentilamme muusta ympäröivästä huolimatta nousee ja muuttuu positiivisemmaksi. Pelkoa, ahdistusta ja turvattomuutta tuottava rakkauden tunne taas tekee helposti yleisestä mielentilasta negatiivisemmän, on haastavaa pysyä positiivisena tällaisten tunnetilojen ollessa vallassa.

Rakkauteen tunteeseen liittyy lukematon määrä erilaisia ja eri ääripäihin kuuluvia tunnetiloja. Emme ikinä voi tietää mitä rakkaudelta odottaa – toisena päivänä se voi olla epävarmuutta, toisena kiitollisuutta. Kaikesta epäselvyydestään ja monimuotoisuudestaan huolimatta rakkaus on tunteena todella merkittävä ihmisen elämässä: minkä muodon se sitten ikinä päättääkään ottaa, saattaa se huomaamattamme muovata jokapäiväistä elämäämme tavoilla joita emme ikinä olisi voineet kuvitella.

2.3 Rakkaus tietoina ja taitoina

Rakkaus tietoina ja taitoina liittyy vahvasti yhteiskunnan muodostamiin ja ylläpitämiin arvoihin, normeihin, myytteihin, satuihin ja tarinoihin. Ihmiset muodostavat omat rakkauskäsityksensä suhteessa niihin oppeihin, ohjeisiin, malleihin ja sääntöihin jotka heille välitetään sukupolvelta toiselle. Kun ihmiset esimerkiksi näkevät tai kuulevat tarinoita tosirakkaudesta, joka on intohimoista ja kiihkeää, he itse kokiessaan voimakasta vetovoimaa toista kohtaan olettavat ja yhdistävät kognitiivisesti tämän tunnetilan olevan rakkautta. Nämä tiedot rakkauden tunnistamisesta ja sen luonteesta eivät kuitenkaan riitä, vaan tarvitaan myös erilaisia taitoja. Taidoilla tarkoitetaan niitä ominaisuuksia ja eleitä joiden avulla jo tunnistettu rakkaus saadaan suhteena viriämään, etenemään ja ylläpidettyä. Näitä taitoja ovat esimerkiksi:

- vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisutaidot
- vaikeuksien ja ristiriitojen sietäminen ja selvittäminen
- seksuaalisuuden taidot (romanttisessa rakkaudessa)
- huumorintaju
- kyky jakaa arjen elämän käytännöt sekä muutokset
- kärsivällisyys ja itsekontrolli
- itsensä arvostaminen.

(Määttä & Uusiautti 2014, 27–28.)

Esimerkiksi harjaannuttamalla vuorovaikutustaitojamme säännöllisesti voimme kehittyä paremmiksi ihmistuntijoiksi. Pystymme ehkä helpommin tunnistamaan

vuorovaikutustilanteen toisen osapuolen tunnetiloja ja ajatusmaailmaa, jolloin meidän on mahdollista suunnata keskustelua suuntaan joka palvelee molempia paremmin ja tekee vuorovaikutustilanteesta mukavamman. On varmasti sanomattakin selvää että tällainen vuorovaikutustaito auttaa rakentamaan ja ylläpitämään suhdetta toiseen ihmiseen.

Luodessamme suhdetta toiseen ihmiseen, huomaamme usein nopeasti tarpeen kompromisseille. Jokainen meistä on omanlaisensa yksilö omine toimintatapoineen ja intresseineen. Mikäli haluamme toisen olevan merkittävä osa elämäämme, ei ajatusmallimme voi enää vetää linjaa ”minä minä minä”. Omia tarpeitaan ei voi eikä pidä täysin unohtaa, mutta suhteessa usein *minän* tilalle tulee *me*. Tiedostamme ettei kyse ole enää vain itsestämme ja omista tarpeistamme, koemme tarvetta miellyttää toista ja halua jakaa asiat hänen kanssaan. On mietittävä ”Mitä *me* tarvitsemme?” ja ”Onko *meillä* kaikki hyvin?”. Arjessa tämä näkyy selkeimmin yhteisenä suunnitteluna ja tekemisenä, siis kykyinä jakaa arjen elämän käytännöt ja muutokset.

Tarvitsemme näitä taitoja, koska emme voi pitää rakkautta itsestään selvyytinä. Voimme toki olettaa suhteemme toiseen ihmiseen etenevän tavalla jolla rakastuminen ja rakkaus ovat satukirjoissa kuvattu, mutta usein joudumme pettymään. Rakkaus ei ole mustavalkoista, eikä meidänkään tulisi olla. Yrittäessämme ymmärtää mitä rakkaus on, on meidän oltava valmiita päivittämään, hankkimaan ja vastaanottamaan tietoa ja taitoa, joiden avulla kokonaiskuvamme rakkaudesta selkiintyy.

2.4 Rakkaus tekoina

Teoilla ja toiminnalla on suuri merkitys rakkauden ilmi tuomisessa. Teot ja toiminta ovat rakkauden ilmaisua ja samalla ainut osa-alue, joka on nähtävissä käytännössä. On tärkeää tiedostaa ihmisen luonteen, temperamentin ja aiemmin mainittujen taitojen merkitys osana rakkauden tekoja ja toimintaa: ihminen voi omata vahvojakin tunteita, mutta voi vaihtelevista henkilökohtaisista syistä olla esimerkiksi kokematon, kykenemätön tai haluton niitä ilmaisemaan. Rakkauden tekeminen nähtäväksi ja

konkreettiseksi sen kohteelle tekojen ja toiminnan välityksellä vaatii tekijältään tahtoa ja viitseliäisyyttä. (Määttä & Uusiautti 2014, 29.)

Teoilla ja toiminnoilla on merkittävä rooli rakkaussuhteen vahvistajina. Lähes poikkeuksetta yksi teko johtaa toiseen: kun suhteen toinen osapuoli ilmaisee rakkauttaan esimerkiksi halauksella, hän usein saa vastakaikua ja tekee todennäköisemmäksi samankaltaiset teot toisen osapuolen aloitteesta. William Shakespeare painottaa tätä ajatusta rakkauden tekojen ”jatkumosta” kirjoittaessaan näytelmässään *Romeo ja Julia* (suomentanut Lauri Sipari): ”On rakkaus sanaton kuin meri, ja yhtä ääretön ja syvä – mitä runsaskätisemmin sitä jaan, sitä enemmän myös itse.”

Ihmisen teoilla on aina jokin tavoite. Sama pätee rakkauden tekoihin. Haluamme teoillamme ja toiminnoillamme osoittaa tunteitamme niiden kohteelle ja ehkä tuottaa hänelle jonkin tunteen niiden kautta.

2.5 Rakkauden kohdistaminen ja muodot

Rakkaus on ilmiö josta meidän on saatava mahdollisimman kattava kuva. Rakkauden jakaminen tunteisiin, tekoihin, tietoihin ja taitoihin ei riitä. Kun on olemassa tunteva, tekevä, tietävä ja taitava subjekti, täytyy olla myös jokin objekti joka tekee rakkaudesta ilmiönä kokonaisen. Meidän on siis otettava huomioon rakkauden kohteet ja muodot:

- romanttinen rakkaus,
- ystävyys,
- lähimmäisenrakkaus,
- eläin- ja luonnonrakkaus,
- pedagoginen rakkaus,
- vanhempainrakkaus,
- isänmaanrakkaus,
- rakkaus työhön.

(Määttä & Uusiautti 2014, 31.)

Määtän ja Uusiautin (2014, 32) mukaan lähimmäisenrakkaus antaa perustan kaikille olemassa oleville rakkauden lajeille. Lähimmäisenrakkauden silmissä jokaisella ihmisellä on ominaisuuksiinsa, asemaansa, kansallisuuteensa, sukupuoleensa, kykyihinsä, rotuunsa tai kieleensä katsomatta yksi ja sama inhimillinen perusolemus: oikeus ja tarve saada rakkautta, hyväksyntää ja huolenpitoa sekä oikeus ja tarve kasvaa ja kehittyä.

Bowlbyn kiintymysteorian mukaan pienen lapsen ja hänen hoivaajansa välille muodostuu jo varhain vuorovaikutuksen malleja, jotka ohjaavat lapsen odotuksia ja arvioita hänen ihmissuhteistaan. Erityisesti kolmen persoonallisen ominaisuuden nähtiin vahvistuvan varhaisessa vuorovaikutuksessa: luottamus, herkkyys ja aktiivinen kokeilu. Nämä ominaisuudet samoin kuin muut varhaisessa vuorovaikutuksessa koetut tunteet ja opitut mallit määräävät sen, millaisina henkilön tunteet ja ihmissuhteet tulevat ilmenemään elämän aikana. Koska kiintymysteorian mukaan kyse on nimenomaan pienen lapsen ja hänen hoivaajansa välisestä vuorovaikutuksesta, on useimmissa tapauksissa kyse lapsen ja vanhemman välisestä suhteesta. On siis hyvinkin todennäköistä, että juuri lähimmäisenrakkaus on rakkauden muodoista se, joka rakentaa tietä ja antaa valmiuksia kaikelle rakkaudelle elämässä. (Määttä 1997, 9-10.)

3 Rakastuminen

3.1 Mitä rakastuminen on?

Rakastumista ja sen luonnetta tapahtumana on luonnehdittu aikojen saatossa monin eri tavoin, sekä positiivisesti ja negatiivisesti. Sitä kuvataan muun muassa:

- mukautumiseksi (Alberoni),
- oman itsen katoamiseksi (Girard),
- yksilöllisyyden katoamiseksi (Fromm),
- neuroosiksi (Askew),
- antisosiaalisuudeksi (Kilpatrick),
- kiteytymiseksi (Stendahl),

- jumalalliseksi ilmiöksi (Irigaray),
- keinoksi ja pääsyksi pyhyyteen (Leiris),
- me –kokemuksen voimaksi (Camus),
- motivaatioksi ja energiaksi (Keen),
- aktiiviseksi voimaksi (Fromm).

(Määttä 2015, luennot; Määttä & Uusiautti 2013, 3–4.)

Rakastumista ei kuitenkaan ole mahdollista kuvata vain yhdellä sanalla – se on tapahtuma jota eivät sanat tai edes lauseet riitä kuvaamaan. Tapahtumanakaan se ei ole yksinkertainen tai helpposelitteinen: se on sidoksissa rakkauden tunteisiin, tekoihin, tietoihin ja taitoihin, ja siten jokaiselle ihmiselle hyvin yksilöllinen, moniulotteinen kokemus. Rakastumisen yksilöllisestä, ainutlaatuisesta luonteesta ja kokemusperäisyydestä johtuen sitä ei voi, eikä edes pitäisi kategorisoida liiaksi. Ilmiön selkeyttämiseksi lukijoille, olen kuitenkin alla oleviin lukuihin pyrkinyt jakamaan sen kolmeen (3) osaan jotka näen oleellisimpina tutkimukseni kannalta:

- Vapaata tahtoa ja perustarpeiden täyttämistä?
- Nuoruuden itsenäistymistä?
- Hallitsematonta tunnemyrskyä?

3.1.1 Vapaata tahtoa ja perustarpeiden täyttämistä?

Maslowin (1954; Noltemeyer, Bush, Patton, Bergen 2012, 1862) kehittämän tarvehierarkian mukaan ihmisen perustarpeet voidaan jakaa viiteen pääryhmään, jotka esitetään järjestyksessä niiden tarpeellisuuden mukaan:

1. fysiologiset,
2. turvallisuuteen liittyvät,
3. sosiaaliset,
4. emotionaaliset,
5. itsensä toteuttamisen tarpeet.

Teorian mukaan ihmisen on mahdollista saavuttaa tarvehierarkian ylemmät tasot kunnolla vasta perustarpeiden, kuten fysiologisten (ruoka, vesi, uni) tarpeiden tyydyttyessä. Jotta ihminen voisi saavuttaa optimaalisen toimintakyvyn ja hyvinvoinnin tilan, hänen täytyisi tyydyttää riittämiin jokainen näistä tarpeen tasoista. Heti fysiologisten tarpeiden täytyttyä seuraava askel ovat turvallisuuteen liittyvät tarpeet. Haemme turvaa paitsi taloudellisesti, myös fyysisesti ja henkisesti. Saavutettuumme suojan fyysiseltä ja taloudelliselta onnettomuudelta, pyrimme usein syventämään turvallisuuden tunnettamme luomalla ja ylläpitämällä jo luotuja ihmissuhteita. Ihmissuhteet, yhteenkuuluvuuden tunne ja kiintymys taas edustavat ihmisen sosiaalisten tarpeiden tasoa, jonka täyttämässä rakkaus, sen saaminen ja antaminen ovat tärkeässä roolissa.

Rakkaus alkaa rakastumisesta. Miten rakastuminen tapahtuu ja mikä saa ihmisen rakastumaan, eivät olekaan niin yksiselitteisiä kysymyksiä. Tiedämme vapaan tahdon olevan kuitenkin sidoksissa rakastumiseen: jotta rakastuminen olisi mahdollista, täytyy meillä olla rakastumisvalmius, eli halu rakastua (Määttä & Uusiautti 2014, 36).

Rakastumista ei siis voi pakottaa. Nuoren rakastumiseen liittyviin ajatuksiin, tekoihin ja tunteisiin voi vaikuttaa hetkellisesti moni ulkoinen tekijä, kuten tieto jota hänelle rakastumisesta annetaan, mutta loppujen lopuksi hän päättää itse milloin ja keneen rakastuu.

Rakastumisen haluun liittyvät taas vahvasti ihmisen tarpeet, kuten läheisyyden- tai lemmenkaipuu. Ihminen kokee elämässään myönteisiksi ja tärkeiksi ne tapahtumat ja valinnat, jotka hänelle jollakin tavalla henkilökohtaisesti miellyttäviä tai tuovat hänen elämäänsä jotakin kaivattua sisältöä. Sama pätee rakastumiseen. Rakastumisen tärkeänä ja myönteisenä kokemiseen liittyy vahvasti ihmisen mieltymykset sekä henkilökohtaisten tarpeiden täyttyminen. Voisiko rakastuminen ja rakastaminen jopa olla yksi ihmisen perustarpeista elämässä?

3.1.2 Nuoruuden itsenäistymistä?

Rakastuminen liittyy monesti jonkinlaiseen elämänmuutokseen tai mullistukseen. Erityisesti nuoren elämässä rakastuminen ja seurustelu aiheuttavat tunnemyrskyn joka mullistaa hänen arkielämäänsä. Tämä tunnemyrsky tuo mukanaan sekä iloa, onnea ja mielihyvää, että pelkoa ja epävarmuutta. Määtä (2007, 88) mukaan rakastuminen ilmenee kolmena viehkeänä muodonmuutoksena: rakastunut nuori näkee ympäröivän todellisuuden jalostuneena, rakastettunsa ihannoituna ja itsensä vahvempana ja kyvykkäämpänä.

Kaiken kaikkiaan rakastuminen on tapahtumana ja prosessina hyvin yksilöllinen. Rakastunut saattaa hetkessä menettää minuutensa, suistua raiteiltaan, poiketa totutusta ja rakentaa niin sanotun uuden elämän rakkautensa ympärille. Rakastuminen voi tapahtua vaivihkaa ja hiljalleen ystävyyspohjalta. Toisinaan rakastuminen voi olla myös tarkoin harkittuja etenemistä ja puntarointia. Jokainen rakastuu omalla tavallaan, joskus jopa yllättäen itsensäkin. (Määtä 2007, 89.)

Rakastuminen nähdään usein myös osana nuoren aikuistumisprosessia. Halutaan ehkä muuttua ja kehittyä, löytää oma tie ja saavuttaa joitakin tulevaisuuden virstanpylväitä.

Nuori voi näiden tavoitteiden siivittämänä irtautua lapsuudenkodista ja samalla seurustelukumppanin löytäminen on houkuttelevaa ja näyttelee suurempaa osaa, kun kumppanista haetaan myös tukea aikaisempaa syvällisemmällä tavalla. Samalla tavoin myös aikuinen voi kumppanuuden ja rakastumisen avulla hakea pääsyä pois jostakin tuskaisesta elämäntilanteesta.

3.1.3 Hallitsematonta tunnemyrskyä?

Kokkosen (2010, 19) mukaan tunne-elämä on tasapainoista silloin, kun tunteemme viriävät tarkoituksenmukaisesti ja sopivan voimakkaina käsillä olevaan tilanteeseen nähden. Sen lisäksi että osaamme ilmaista omaa tunne-elämäämme tarkoituksenmukaisesti, meidän pitäisi pystyä vastaanottamaan ympäristöstämme monentyyppistä tunnepitoista tietoa sekä myötäelää ja ymmärtää toisten ihmisten tunnekokemuksia. Tällainen toiminta vaatii kykyä säädellä omia tunteitaan. Yksinkertaisimmillaan tunteiden säätely tarkoittaa kykyämme vaikuttaa siihen, mitä ja kuinka pitkään ja voimakkaasti milloinkin tunnemme (Kokkonen 2010, 19).

Ihmisillä on luontainen tarve kokea mielihyvää ja tasapainoa. Myös tunteidemme suhteen haemme jatkuvasti tasapainoa. Ovatpa tunteet epämiellyttäviä tai miellyttäviä, liian voimakkaita tai pitkäkestoisia, alkavat ne kuormittaa estäen meitä kokemasta mielihyvää ja tasapainoa. Rakkauteen ja rakastumiseen liittyy kuitenkin kirjo erilaisia, toisistaan poikkeavia tunteita. Rakastuminen voi yhdessä hetkessä tuottaa iloa ja läheisyyttä, toisessa luoda epävarmuutta ja satuttaa. Se voi samalla sekä ottaa että antaa aiheuttaen kokijalleen jatkuvasti muuttuvia tunnetiloja. Tämä vaikeuttaa huomattavasti kykyä säädellä koettuja tunteita. (Kokkonen 2010, 20.)

Määtä (1999, 243) hahmotteleman kuvion mukaan rakastumisen vaiheita ovat huomaaminen, kiinnostuminen, rakastuminen ja kriisivaiheet. Huomaamisen ja kiinnostuksen innoittamana ihminen valitsee rakastumisen kohteen. Rakastuessaan ihminen luo fantasioita, ihannoit rakastettuaan ja kokee erilaisia positiivisia tunteita kuten intohimoa, yhteenkuuluvuutta, läheisyyttä ja samaistumista. Rakastumiseen liittyy myös ihmisen minäkäsityksen pohtiminen ja muuttuminen joka johtaa muun muassa

epävarmuuden, epätietoisuuden ja haavoittuvaisuuden tunteisiin. Kriisivaiheessa taas koetaan muun muassa pettymyksiä, mustasukkaisuutta, turvattomuutta ja kärsimättömyyttä. Kaiken kaikkiaan nämä vaiheet johtavat joko eroon tai suhteen syventymiseen ja rakastamiseen. Kyseessä on siis todellakin suuri tapahtuma pienen ihmisen elämässä, eikä sitä siksi tulisi vähätellä.

Jokainen kokee rakastumisen omalla tavallaan, mutta kaikkine ”tunneheittelyinensä” se voidaan helposti kokea sekavaksi ja hämmentäväksi tapahtumaksi. Paljon on merkitystä myös sillä missä elämäntilanteessa rakastuminen tapahtuu. Usein ensirakastuminen tapahtuu nuoruudessa tai varhaisaikuisuudessa, jolloin nuori aikuinen saattaa etsiä itseään ja omaa polkuaan. Itsensä etsiminen yhdistettynä rakastumisen vaihtelevaan tunnelataukseen voi helposti johtaa tunnemyrskyyn jota on vaikea hallita.

3.2 Kumppaninvalinta

Rakastuminen voi tapahtua yllättäen tai vaikuttaa sattumalta, mutta emme rakastu kehen tahansa tai täysin syyttä. Rakastumiseen liittyy aina kumppaninvalinta, tietoinen tai tiedostamaton. Ehkä etsimme tietoisesti kumppanistamme joitakin ulkoisia piirteitä, kuten vaaleita hiuksia ja sinisiä silmiä, tai sisäisiä piirteitä, kuten halu asettua maalle asumaan. Ehkä kaipaamme itse pysyvyyttä ja turvaa elämäämme, ja siksi kumppaninvalinta kohdistuu tiedostamatta vakituisesti työskenteleviin ja omistusasunnoissa asuviin yksilöihin. Emme siis välttämättä itse edes tiedosta ehtoja joilla kumppaniamme etsimme, mutta valinnallemme on lähestulkoon aina olemassa jokin looginen selitys.

Amerikkalainen mediatutkija ja kulttuurikriitikko Laura Kipnis (Maksimainen 2006, 53–54) kyseenalaistaa nykyaikana paljon palvotun käsityksen kumppaninvalinnan vapaudesta. Hänen mukaansa vielä tänäkin päivänä kumppaninvalintaa ohjaavat tietyt säännöt ja normit, niistä ei vain ole soveliasta puhua. Aiemmin esiintyneen sosiaalisen laskelmoivuuden tilalle julkisena näkemyksenä on tullut psykologisen minuuden merkitys: ihmisen halut, toiveet ja rakkauden ”sijoittaminen” tiettyyn henkilöön nähdään yksilöllisenä prosessina. Tämä saa kumppaninvalinnan kuulostamaan hienolta,

yksilöllisyyttä kunnioittavana modernina ilmiönä. Kipnis tuo kuitenkin esille sosiologian näkökulmasta mielenkiintoisen yhtälön, jonka mukaan yksilön halut ja siten kumppaninvalinta tuntuvat hassusti aina noudattavan hänen yhteisössään vallitsevia rakkauskäsityksiä. Onko kyse siis todellisesta halusta ja yksilöllisyydestä, vai sosiaalisesta sovinnaisuudesta? Uskon että yhteisössämme ylläpidetyt arvot ja normit vaikuttavat suuresti tapaamme valita kumppani, mutta kysymys kuuluu: ovatko yhteisössä jaetut arvot ja normit yksilönkin omaksumia luonnollisia valintoja joiden avulla kaikkea ympäröivää arvotetaan, vai halutaanko elämä luoda yleisesti hyväksytyjen arvojen ja normien ympärille tähdäten tietoisesti sovinnaisuuteen? Onko yhteenkuuluvuus yhteisön kanssa luonnollista ja tiedostamatonta vai tiedostettua ja määrätietoista toimintaa? (Maksimainen 2006, 53–54.)

Vuonna 2012 Määttä ja Uusiautti (2013) haastattelivat 35 Lapin yliopiston opiskelijaa koskien rakastumista, rakkauden vaatimuksia ja kumppaninvalintaa. Lisäksi he pyysivät yhteensä 46 samaisen yliopiston kasvatuspsykologian opiskelijaa kirjoittamaan esseevastauksen seuraaviin kysymyksiin:

- Minkälaiseen ihmiseen rakastuit?
- Mitkä piirteet hänessä koit puoleensavetäviksi?
- Minkälainen hän oli?
- Miksi rakastuit häneen?

Tutkimuksessa oli mukana siviilisäädyltään erilaisia ihmisiä: naimisissa olevia, avoliitossa olevia, seurustelevia, sinkkuja ja yksi eronnut. Koskien kumppaninvalinnan prosessia he saivat useita tuloksia. Kumppaninvalintaa selitettiin muun muassa seuraavin perustein:

- samanlaisuusvalinta
- vastakohta- tai täydentämisvalinta
- ihanneminä tai kumppanin näkeminen itsessä
- ulkonäkö
- huomionherättämisvalinta
- seurauksena valituksi tulemisesta
- sattuma

- ulkopuolisten toimesta järjestetty tutustuminen.
(Määttä 2015, luennot; Määttä & Uusiautti 2013, 19–37.)

Samanlaisuusvalinta

Samanlaisuusvalinta perustuu yhtäläisyyksien löytämiseen ja sitä kautta yhteiselon helppouteen ja luonnollisuuteen. Valitun kumppanin kanssa samaistutaan esimerkiksi persoonallisuuspiirteiden, harrastusten, arvojen, asenteiden tai poliittisten ja uskonnollisten kantojen perusteella (Määttä & Uusiautti 2013, 20). Samankaltaisuus ja yhtäläisyyksien löytäminen tekee yhteisen elämän rakentamisen usein luontaisemmaksi ja helpommaksi. Ymmärretyksi tuleminen yhteisten kiinnostuksen kohteiden kautta korostuu ja toimii tärkeänä osana suhdetta.

Samanlaisuusvalinnan elinehtona toimii samanlaisuuden huomaaminen ja kokeminen. Saegert, Swap ja Zajonc (1973) totesivat tutkimuksensa perusteella kumppaneiden avoimuuden ja halun pistää itsensä likoon olevan tärkeä tekijä tai jopa toimivan indikaattorina parisuhteessa (Määttä & Uusiautti 2013, 23).

Vastakohta- ja täydentämisvalinta

Tässä kumppaninvalinnan muodossa ihminen nähdään siis aina jollakin tapaa keskeneräisenä tai epätäydellisenä. Valittu kumppani omaa niitä luonteenpiirteitä, arvoja tai asenteita, joiden avulla molempien on suhteessa mahdollisuus täydentää toisiaan eli niin sanotusti ”tehdä toisistaan kokonaisia”. Ajatusmalli itsessään saattaa kuulostaa hyvinkin kliseiseltä, mutta sille on perusteita jotka tekevät siitä ymmärrettävän ja loogisen.

Levinger (1964) tähdensi kumppaneiden tarvetta täydentää toisiaan sanomalla että ”useimmat tuottavimmat ihmissuhteet ovat vastavuoroisia ja toisiaan täydentäviä: mies ja nainen seksin suhteen, myyjä ja ostaja vaihtokaupassa jne.” (Määttä & Uusiautti 2013, 24–25).

Edwards’n (1969) esittelemän teorian ”vaihtokauppa” – teorian mukaan

- 1) intiimiä parisuhdetta rakennettaessa kumppani valitaan niiden panosten ja palkkioiden mukaan joita hän tuo parisuhteeseen,
- 2) yhtäläiset resurssit omaavat yksilöt todennäköisesti maksimoivat panoksensa ja palkkionsa, koska luultavimmin he hylkäävät yksilöt joiden resurssit ovat omia vähäisemmät,
- 3) yhtäläiset resurssit omaavilla on todennäköisesti myös yhtäläiset piirteet, joten
- 4) suhteesta luultavimmin tulee homogeeninen.

Yhtäläiset resurssit omaavien yksilöiden ei kuitenkaan tarvitse olla samankaltaisia kaikilta niiltä piirteitä jotka ovat parisuhteen kannalta olennaisia. Vaihtokauppa – teorian toimivuus perustuu positiivisten ja negatiivisten vaihtojen tasapainoon eri osa-alueilla. Näin ollen tärkeää ei ole täysi samankaltaisuus ja tekojen yhtäläisyys, vaan suhteeseen annetun panoksen määrä ja laatu. Molempien suhteen osapuolien on oltava valmiita panostamaan suhteeseen samassa määrin, mutta tavat joilla suhteeseen panostetaan voivat poiketa toisistaan. Esimerkiksi, siinä missä toinen osapuoli panostaa ruoan valmistukseen, toinen siivoaa. (Määttä & Uusiautti 2013, 25.)

Ihanneminä ja kumppanin näkeminen itsessä

Kumppani voidaan valita myös omien ihanteiden perusteella. Tässä tapauksessa valittu kumppani täydentää, täyttää unelmia tai vastaa yksilön ideaalia kuvaa itsestään. Se kuinka ihminen hahmottaa itsensä, vaikuttaa hänen tapaansa hahmottaa kumppani.

Reik'n (1957) mukaan rakkauden motiivi voi olla sidoksissa yksilön tyytymättömyyteen omaan itseensä, epävarmuuteen ja kykenemättömyyden tunteeseen koskien sisäisten vaatimusten täyttämistä. Rakkauden löytäminen tuntuu täyttävän mainittuja tarpeita laajentamalla omakuvaa ja sisäistämällä kuvaa kumppanista. Yksilö kokee ”todellisen” ja ideaalin minän löytyvän valitun kumppanin henkisestä ja fyysisestä olemisesta. Toisen kanssa tuntee itsensä juuri sellaiseksi kuin on aina kuvitellut ja haaveillut itsensä, mutta ei ole kyennyt yksin tätä haavekuvaa toteuttamaan. (Määttä & Uusiautti 2013, 28.)

Ulkonäkö

Ulkoiset piirteet ovat selkein jopa yleisimpänä pidetty kumppaninvalinnan kriteeri. Tutustuessamme uuteen ihmiseen, on ulkonäkö usein alkuun ainut silmin nähtävä ja siten suora arvioitava piirre. Tämän vuoksi ulkonäön vaikutus kumppaninvalintaan on ainakin suhteen alkumetreillä suhteellisen vahva. Myös fetisismillä oma vaikutuksensa kumppaninvalintaan: jotkut ruumiinosat, ulkoiset piirteet tai persoonallisuuspiirteet voivat kantaa erityistä merkitystä tai näyttäytyä ihmisestä riippuen erittäin puoleensavetävinä (Määttä & Uusiautti 2013, 29). Näitä piirteitä ovat olla esimerkiksi kasvot, silmät, hiukset, vartalo, vaatetus, pituus, käytös- tai luonteenpiirre kuten kohteliaisuus, itsevarmuus tai avoimuus.

Tutkimusten mukaan ulkonäöllisesti viehättävät ihmiset nähdään eri tavoin kuin ulkonäöltään epämiellyttävät. Epämiellyttävimmiksi koettuja ihmisiä myös kohdellaan viehättäviin nähden eri tavoin ja he eroavat myös persoonallisuuspiirteitään ja kyvyiltään. Fyysisesti viehättäviä ihmisiä pidetään usein seksikkäämpinä, lämpimämpinä, herkempinä, ystävällisempinä ja kyvykkäämpinä. (Määttä & Uusiautti 2013, 30.)

Huomionherättämisvalinta

Joissakin tapauksissa kumppani valitaan toiveena tulla nähdyksi ja huomioiduksi muiden toimesta. Tarkalleen ottaen tällä tarkoitetaan halua löytää kumppani joka jollakin tavoin parantaa henkilön itsensä asemaa sekä omissa sekä muiden silmissä. Kyse on siis hyvin vahvasti kumppanin esineellistämisestä ja käyttämisestä välinearvona huomion ollessa itseisarvo. (Määttä & Uusiautti 2013, 33.)

Seurauksena valituksi tulemisesta

Kumppaninvalinta ja rakastuminen voivat tapahtua valituksia tulemisen tuloksena. Tässä tapauksessa toisen osapuolen toiminta on suuressa roolissa: Hän valitsee kohteensa tietoisesti ja pyrkii saavuttamaan valittunsa huomion aktiivisella toiminnalla. Tässä kumppaninvalinnan tapahtumassa on oleellista toisen osapuolen selkeä aloitteellisuus, ehkä jopa sinnikkyys, ja sitä kautta mielenkiinnon herääminen myös valitussa kohteessa. (Määttä & Uusiautti 2013, 33–34.)

Sattuma

Yllättävänkin usein kumppaninvalinta on sattuman tuottamusta. Tapaamme ihmisen joka omaa piirteitä jotka kiinnostavat tai vetävät meitä puoleensa. Suhde voi rakentua myös vähitellen: havahdutaan tilanteeseen jossa toisen kanssa jaetaan jo suuri osa elämästä ja hänen merkitysarvonsa on kasvanut kasvamistaan osana omaa elämää.

Sattumanvarainen kumppanin tapaaminen ja valinta ei kuitenkaan ole mahdollista ilman avoimuutta. Toista kohtaan syntyvä sattumanvarainen kiinnostus edellyttää molempien osapuolinen halua kommunikointi ja olla tässä kommunikoinnissa avoin. (Määttä & Uusiautti 2013, 35.)

Ulkopuolisten toimesta järjestetty tapaaminen

Usea Määttän ja Uusiautin (2013, 35–36) tutkimushenkilöistä ei osannut määrittellä tarkkaa aloitusajankohtaa suhteelleen. Kumppani oltiin saatettu tavata yliopistolla, töissä, vapaa-ajan aktiviteeteissä, ravintolassa tai muussa arkipäiväisen toiminnan tapahtumapaikassa. Yhteinen piirre oli kuitenkin usein jonkun ystävän toimiminen niin sanottuna välikappaleena suhteen alulle. Ulkopuolinen tekijä kumppaninvalinnassa ja suhteen aloittamisessa voi olla niin sanottu henkinen tuki ja muurien poistaja: esimerkiksi ystävän esittelemä ja hyväksymä kumppani voi tuntua turvallisemmalta ja luotettavammalta, mikä voi vaikuttaa positiivisesti avoimuuteen jo tutustuttaessa.

Knoxin ja Wilsonin (1981) tutkimuksessa 350 amerikkalaisen yliopisto-opiskelijan joukosta 33 % mainitsi tavanneensa kumppaninsa ystävän esittelemänä, 17 % juhlissa, 8 % töissä ja loput muilla tavoin. Duck'n ja Cortexin (1991) mukaan 57 % ja Parks ja Barnesin (1988) 80 % suhteista oli niin sanottuja järjestettyjä tapaamisia. (Määttä & Uusiautti 2013, 36.)

4 Kehitysvammainen tuntevana yksilönä

4.1 Minäkuva

Minäkuva tarkoittaa sitä, miten ihminen itsensä näkee ja kokee. Minkälainen minä olen luonteeltani? Miltä minä näytän? Miten minä toimin? Miltä minä kuulostan? Vaikka minäkuva tarkoittaa ihmisten käsitystä omasta itsestään, syntyy se silti vahvasti suhteessa ympäristöön. Ympäristö asettaa ne arvot, normit ja asenteet joita peilaamme itseemme ja pohdimme täytämmekö tietyt odotukset ja kriteerit.

Merkittävä osa ihmisen minäkuvaa on itsetunto. Jotta ihminen voisi omata hyvän itsetunnon, on hänellä oltava positiivisvoittainen minäkäsitys. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että hyvän itsetunnon omaava ihminen näkisi itsensä täynnä vain positiivisia ominaisuuksia - tällaisen ihmisen minäkuva on usein hyvinkin totuudenmukainen. Hän ei ole sokea heikkouksillensa tai yritä sivuuttaa niitä, vaan päättää korostaa hyviä ominaisuuksiaan ja näkee ne huonoja tärkeämmiksi. Hyvän itsetunnon omaava ihminen ei koe tarvetta selitellä itseään, vaan on rehellinen ominaisuuksiensa edessä ja hyväksyy itsensä. Merkittävä ominaisuus hyvän itsetunnon omaavalla on myös pyrkimys parantaa tiedostettuja heikkouksia. (Keltikangas-Järvinen 1994, 17.)

Kehitysvammainen henkilö saa, kuten muutkin, jatkuvaa palautetta ympäristöltään. Kehitysvammaisen ihmisen kohdalla haasteeksi positiivisen minäkuvan ja hyvän itsetunnon kehittymiselle voi helposti muodostua ympäristö ja yhteiskunta. En väitä, että yhteiskunta, ympäristö ja niiden kantamat arvot, normit ja asenteet eivät olisi vuosien saatossa kehittyneet, mutta en ole myöskään valmis allekirjoittamaan niiden olevan valmiita erilaisuuden pyyteettömään hyväksymiseen ja kunnioittamiseen. On varmasti sanomattakin selvää, että lähestulkoon jokainen kehitysvammainen vammansa laadusta riippumatta poikkeaa fyysiseltä tai psyykkiseltä olemukseltaan huomattavasti "valtaväestöstä". Joten siinä missä kehitysvammainen saattaa saada erityisen hyvää

opetusta ja huolenpitoa oppilaitoksessaan, samassa hänen on mahdollista vastaanottaa negatiivista palautetta poikkeavasta ulkonäöstään heti astuessaan ulos kyseisen laitoksen ovesta. Tällainen toiminta ja palaute, oli se sitten positiivista tai negatiivista, vaikuttaa minäkuvan ja itsetunnon muodostumiseen. Omalta osaltaan vaikuttaa myös mahdollisuudet osallistua yhteiskunnan päätöksiin ja menoihin. Kehitysvammaisilla nämä mahdollisuudet ovat usein heikot ja niiden merkityksellisyyttä vähätellään.

Ympäristö voi toimia myös kehitysvammaisen henkilön minäkuvaa ja itsetuntoa kohottavana tekijänä. Ympäristön ollessa rakenteiltaan sekä sosiaalisiltaan arvoiltaan ja normeiltaan erityistä tukea tarvitsevaa yksilöä tukeva, on hänen mahdollista voimaantua sen ansiosta. Parhaimmillaan voimaantuminen herättää ajatuksia, kuten: ”Minäkin pystyn tuohon! Minullakin on kavereita!”. Kyetäkseen taitavaan sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja saadakseen tukea sosiaaliselta ympäristöltään, tulisi yksilön pystyä osoittamaan positiivisia tunteita, ottamaan katsekontaktia ja toimimaan vastavuoroisesti. Toisinaan kehitysvammaisen yksilö on sosiaalisesti erittäin lahjakas. Sosiaaliset normit ja säännökset eivät positiivisella tavalla pidättele häntä ja hän voi olla sosiaalisissa suhteissaan luova, avoin ja lämmin. Toisinaan sosiaalinen vuorovaikutus on kuitenkin haastavaa ja tuntuu luonnottomalta. Ruusu vuori (2007, 127) tuo esille sosiaalipsykologisen näkökulman, jossa painottuu yksilön tunnekokemuksen syntymisen lisäksi sen ilmentyminen ja välittyminen muille. Kehitysvammaisen yksilö saattaa kokea haasteita itsesäätelynsä kanssa tai on kykenemätön tulkitsemaan muiden tunteita ja ilmaisemaan omiaan tarkoituksenmukaisesti. Tämä saattaa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa johtaa väärinkäsityksiin, jotka puolestaan vaikuttavat negatiivisesti minäkuvan rakentumiseen. (Peltoniemi, Pesonen, Aunola, Lerkkanen, Nurmi, Kiuru 2014, 324–325.)

Keltikangas-Järvinen (1994, 18) painottaa itsetunnon olevan muun muassa oman elämän näkemistä arvokkaana ja ainutkertaisena. Siinä missä muidenkin, myös kehitysvammaisten tulisi kokea itsensä ja oman elämänsä olevan arvokas ja ainutkertainen. Heidän kohdallaan, arkipäiväisten haasteiden, ulkoisen palautteen ja ulkopuolisuuden tunteen vuoksi, tämä voi kuitenkin olla huomattavasti vaikeampaa toteuttaa. Tämä puolestaan vaikuttaa minäkuvan ja itsetunnon kehittymiseen negatiivisesti. Kehitysvammaisten tulisi saada tarvitsemansa tukitoimet joiden avulla

osallistuminen ja itsensä toteuttaminen olisivat mahdollisia mahdollisimman monipuolisesti - näin myös minäkuvan ja itsetunnon on mahdollista kehittyä terveeksi ja positiivispainotteiseksi.

4.2 Itsenäisyys

Ihmisen itsenäisyys perustuu autonomiaan, joka tarkoittaa yksilön omaamaa itsemääräämisoikeutta (Mehtäläinen & Taipale 2006, 111). Autonomia ja itsenäisyys ovat osittain tilannesidonnaisia ja tarkoittavat eri ihmisille eri asioita. Itsenäisyys yleisolemuksessaan tarkoittaa kuitenkin yksilön elämässä riippumattomuutta, niin sisäisesti kuin ulkoisestikin. Sisäinen itsenäisyys toteutuu valinnan ja päätöksenteon mahdollisuutena, ihmissuhteiden solmimisena ja oman identiteetin, mainitun minäkuvan, rakentamisena. Ulkoinen itsenäisyys taas on omatoimisuutta, kykyä toimia ja hoitaa arkipäivän askareet tarvittaessa itse ja yksin. (Yrjänheikki 2002, 19.)

Erityisen merkittävä ja ajankohtainen tapahtuma itsenäistyminen on nuorille ja nuorille aikuisille. Asiat halutaan tehdä ja pyritään tekemään itse. Usein otetaan henkistä ja jopa fyysistä välimatkaa vanhempiin ja muihin läheisiin joiden on koettu aiemmin pidelleen ohjaksia koskien oman elämän päätöksiä. Halutaan olla riippumattomia. Halutaan näyttää että pärjätään letkauttaen perään, että "*ihan itse*" on tämäkin homma tehty. Oman elämän ja tekemisen kontrollointi voidaan kokea voimaannuttavana. Personin (2002; Vaughnan 2004, 937) mukaan ihmisen todellinen voima on peräisin kahdesta lähteestä: hänen kyvystään luoda ja ylläpitää ihmissuhteita sekä kyvystä toimia itsenäisesti tavoitteiden saavuttamiseksi. Itsenäisyys on omalla tavallaan siis nuoren tarvetta voimaantua, pärjätä ja päättää itse.

Kehitysvammaiset kokevat lähes poikkeuksetta samaa tarvetta. He haluavat oppia tekemään asiat halutessaan itse, ilman toisen jatkuvaa läsnäoloa ja apua. He haluavat kokea olevansa tarpeeksi kyvykkäitä hoitamaan itse omat asiansa – niinhän muutkin tekevät. Kehitysvammaisen kohtaa arjessaan vaan huomattavan määrän erilaisia pieniä tai suuria haasteita, jotka tekevät itsenäisyyden tavoittelusta vaikeampaa. Kun kehitysvammaisen henkilö on itse syystä tai toisesta kykenemätön tekemään elämäänsä

koskevia päätöksiä, ovat hänen läheisensä ja valtion tukijärjestelmät velvollisia tukemaan häntä niissä (Ainsworth & Baker 2004, 104). Mehtäläinen ja Taipale (2006, 111–112) nostavat esille kuitenkin tällaisen vallankäytön problematiikan: Pystymmekö tunnistamaan sen veteen piirretyn viivan, jolloin valinnat ja päätökset ovatkin läheisten tai tukihenkilöiden eivätkö yksilön itsensä? On syytä pohtia, miten kehitysvammaisen henkilön itsenäisyyttä voidaan tukea kunnioittaen hänen omia, alkuperäisiä mielipiteitään. Mikäli kehitysvammaisen nuori aikuinen ei ole kykenevä huolehtimaan itsestään tai asioistaan, tarvitsee hän tuettua päätöksentekoa tai edunvalvontaa. Tällaisessa tilanteessa on kuitenkin aiheellista eettisesti pohtia, kuka on oikea henkilö tähän tukevaan ja valvovaan rooliin. Tukijan tai edunvalvojan täytyy tuntea tukea tarvitseva ihminen pystyäkseen johdonmukaisesti toimimaan tämän edun mukaisesti. Kuvattu toiminta vaatii tukijan tai edunvalvojan kiinnostusta ja perehtymistä tuettavan ajatuksiin, mielipiteisiin ja mielenkiinnon kohteisiin. Merkittävä osa tuettua päätöksentekoa tai edunvalvontaa on myös rakentava kommunikointi osapuolien välillä. (Carney 2013, 60.)

Nuorelle aikuiselle asuminen ja työ ovat yksi merkittävä itsenäistymisen osaprosessi. Yhdistyneiden kansakuntien (YK) yleiskokouksessa vuonna 1948 hyväksymän ihmisoikeuksien julistuksen mukaan jokaisella on oikeus valita asumispaikkansa ja liikkua vapaasti kunkin valtion sisällä. Jokaisella on oikeus myös työhön ja työpaikan vapaaseen valintaan. Myös työhön liittyvää ammattiopetusta on oltava saatavissa. Näistä julistuksista huolimatta yhteiskunta on usein kykenemätön toteuttamaan näitä oikeuksia kehitysvammaisille. Edelleen, 2000-luvulla suuri osa heistä sijoitetaan asumaan erillisiin laitoksiin, joita toki vuonna 2010 tehdyn selvityksen mukaan kutsuttiin hyvinvointipalvelukeskuksiksi. Vuonna 2010 vain 300 kehitysvammaista kävi palkkatöissä, vaikka oikeanlaisen tuen avulla jopa 3500 heistä olisi kykenevä siihen. Oikeanlaisen tuen ollessa puutteellista, useimmat kehitysvammaiset joutuvat eläkkeelle täytettyään 16 vuotta. (Puranen 2011, 38, 100–101.)

Kehitysvammaisille määritellään usein jo varhain omat koulutukselliset, henkilökohtaiset oppimistavoitteet HOJKSin (henkilökohtainen oppimisen järjestämistä koskeva suunnitelma) muodossa. Taustalla vaikuttaa kuitenkin aina POPS

(perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet). POPS listaa opetuksen ja kasvatuksen valtakunnallisiksi tavoitteiksi seuraavat:

- Kasvu ihmisyyteen ja yhteiskunnan jäsenyyteen.
- Tarpeelliset tiedot ja taidot.
- Sivistyksen, tasa-arvoisuuden ja elinikäisen oppimisen edistäminen.
(POPS 2016, 19.)

4.3 Kommunikointi ja läheisyys

Läheisyys on olennainen osa tunteitamme, sekä niiden tuotoksena että aiheuttajana. Voimme tuntea jotakuta kohtaan tunteita joiden tuotoksena läheisyys tai sen kaipuu syntyy, tai vaihtoehtoisesti läheisyys toisen ihmisen kanssa voi tuottaa tunteita jotka yllättävät jopa meidät itsemme. Läheisyys ihmisten välillä syntyy vuorovaikutuksessa, suurimmaksi osaksi verbaalisen kommunikoinnin välityksellä. Verbaalinen kommunikointi ei kuitenkaan ole ainut keino rakentaa suhdetta ja läheisyyttä. Yrjänheikki (2002, 17) painottaa tutkimuksessaan nimenomaan ihmisten tarvetta kuulua johonkin ja olla arvostettu. Kehitysvammaisilla henkilöillä verbaalinen kommunikointi ei välttämättä aina yllä tasolle, jolla vuorovaikutus olisi sujuvaa, ja siksi erilaiset kommunikoinnin tukikeinot, kuten ilmeet, eleet, viittomat ja erilaiset kuvakortit, ovat paikallaan. Tärkeintä on tehdä vuorovaikutustilanteesta mahdollisimman sujuva ja antoisa kaikille sen osapuolille niin, että kukin tulee ymmärretyksi.

Yksi merkittävä osa läheisyyttä on seksuaalisuus. Kautta aikojen kehitysvammaisten seksuaalisuus on nähty tabuna, asiana josta ei puhuta ja jota paheksutaan. Heidän seksuaalisia oikeuksiaan väheksyttiin. Vasta 1970-luvulla heidän seksuaalisuutensa ja tunteensa hiljalleen hyväksyttiin ja heidän seksuaalisia oikeuksiaan alettiin puolustaa. Myös maamme perustuslaki (11.6.1999/731) määrittää, että ketään ei tule asettaa eriarvoiseen asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. Kehitysvammaisilla on samat oikeudet toteuttaa itseään seksuaalisesti, kuin kellä tahansa muullakin. He ovat tuntevia yksilöitä, joilla on samat tarpeet läheisyyden,

seksuaalisuuden ja muun intiimin kanssakäymisen suhteen. Läheisen kanssa halutaan jakaa elämä sekä saada turvaa. (Rushbrooke, Murray, Townsend, 2014, 531, 534.)

Koska seksuaalisuus on oleellinen osa inhimisyyttä ja läheisyyttä, myös siitä saatu tieto on merkittävää ja sitä tulisi olla tarjolla kaikille. Jahoda ja Pownall (2014) tutkivat Englannissa vuonna 2014 älyllisesti kehitysvammaisten seksuaalista tietämystä suhteessa vammattomien ryhmään. Kehitysvammaisten ryhmän tietämys oli huomattavasti vähäisempää. Merkittävää oli huomata, kuinka vähän heille tarjottiin tietoa eri lähteistä. Siinä missä kaikki vammattomat tutkimushenkilöt olivat vastaanottaneet seksuaalisuustietoa lääkäriltä, vain muutama kehitysvammaisista oli kokenut saman. Kehitysvammaiset yksilöt ovat yhtäläillä oikeutettuja oman seksuaalisuutensa ilmaisuun, joten heille tulisi tarjota myös seksuaalisuutta koskevaa tietoa. Tämä tieto on tärkeää myös hygienian ja terveydenhuollon suhteen. (Owen, Griffiths, Endicott 2008, 184–185.)

5 Tutkimuskysymykset

Tutkimukseni pääkysymys on selvittää

1. Mitä kehitysvammaiset nuoret aikuiset puhuvat rakkaudesta ja rakastumisesta?

Tutkimukseni keskittyy tutkimushenkilöiden näkökulman, heidän yksilöllisten käsitystensä tutkimiseen. Koska olen päättänyt suorittaa aineistonkeruuni teemahaastattelulla, voi tutkimusongelmani jakaa kolmeen (3) olennaiseen alakysymykseen:

1.1 Millaista kumppania kehitysvammaiset nuoret aikuiset arvostavat?

1.2 Mitä rakastuminen merkitsee kehitysvammaisten nuorten aikuisten kertomana?

1.3 Millaisia ovat kehitysvammaisten nuorten aikuisten käsitykset rakkaudesta?

Näihin käsitykseen ovat vahvasti sidoksissa myös haastattelemini nuorten kokemukset joita otan huomioon ja tuon esille aineiston käsittelyssä.

Tutkimusongelma ja -kysymykset muotoutuivat tutkimusaiheeseen kohdistuneen henkilökohtaisen kiinnostukseni pohjalta. Oma pikkusiskoni on kehitysvammainen. Hänen kautta olen päässyt läheltä näkemään erityisnuorten elämän iloja, suruja ja haasteita niin henkilökohtaisella tasolla kuin yhteiskunnan jäsenenä. Yhteiskunta on kehittynyt ja kehittyy jatkuvasti huomattavasti parempaan suuntaan siinä, mitä roolia erilaisuus siinä näyttelee. Kuitenkin olen havainnut selvän epäkohdan yleisessä suhtautumisessa kehitysvammaisiin: suvaitsevaisuudesta puhutaan ja tutkimuksia tehdään, mutta harva kysyy kehitysvammaisilta itseltään asioiden laita – puhumme asiamme valtaväestönä, omasta näkökulmastamme. Tämän vuoksi päätin kiteyttää tutkimukseni koskemaan nimenomaan kehitysvammaisten omien, henkilökohtaisten ajatusten ja käsitysten selvittämistä.

6 Tutkimuksen toteutus

6.1 Tutkimushenkilöt

Tutkimusjoukkoni koostuu seitsemästä (7) kehitysvammaisesta nuoresta aikuisesta. Heistä viisi (5) on naisia ja kaksi (2) miehiä. Tutkimuksessa heidät on esitetty sukupuolen ja yksilöllisyyden huomioivilla koodeilla: esimerkiksi 3. haastateltu nainen on N3, ja 1. haastateltu mies on M1. Nuorin haastateltavista on 20- ja vanhin 31-vuotias. Jokaisella heistä oli todettu lievä kehitysvamma ja siihen liittyviä mahdollisia erityisvaikeuksia, joita en kuitenkaan yksityisyssyistä lähde tässä tutkimuksessa erittelemään. Tutkimukseni tavoitteiden kannalta heidän käsityksiensä huomioiminen on huomattavasti tärkeämpää kuin heidän vammansa laatu.

Minun oli löydettävä tutkimukseeni sopivia, vuorovaikutustaidoiltaan suhteellisen lahjakkaita henkilöitä, joiden kanssa haastattelu olisi mahdollinen. Löysin tutkimukseeni sopivat henkilöt yhteistyössä erään päivätoimintakeskuksen kanssa. Lähes kaikki haastateltavat olivat kyseisen keskuksen asiakkaita. Osan haastateltavista tunsin itse ennestään yksityiselämän tapahtumien ja toiminnan kautta.

Toimitin jokaiselle haastateltavista etukäteen tutkimuslupa-anomuksen (Liite 1) jonka mukana oli lyhyt esittely koskien itseäni tutkijana, tutkimuksen tavoitteita ja sen etenemistä. He saivat aikaa rauhassa tutustua tutkimukseen, sekä mahdollisuuden ottaa minuun yhteyttä lisäkysymysten tarpeessa. Jokainen tutkimushaastatteluun pyydetty otti kutsun vastaan myötämielisesti ja kiinnostuneena, mikä helpotti minun rooliani haastattelijana. Haastattelutilanteessa vallitsi positiivinen ja avoin ilmapiiri.

Haastattelemanuoret aikuiset joko työskentelivät tai opiskelivat valtion ja kunnan ylläpitämissä laitoksissa, joissa heille oli tarjolla tarvittava tuki. Minulle tutkijana oli mieltä avartavaa ja positiivisesti yllättävää huomata, kuinka he olivat olosuhteista huolimatta ajatuksissaan ja kokemuksissaan itsenäisiä. Ymmärrettyään esittämäni kysymykset he kertoivat omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan lähes poikkeuksetta

avoimesti ja omin sanoin. Sain haastattelujen kautta siis juuri sen mitä hain: autenttisia, itsenäisiä ajatuksia, mielipiteitä ja käsityksiä.

6.2 Laadullinen tutkimus

Tutkimukseni kuuluu laadullisen tutkimuksen piiriin. Laadullisen eli kvalitatiivinen tutkimuksen kohteena ovat yleensä ihminen ja ihmiselämän ilmiöt, joita yhdessä voidaan tarkastella elämismaailmana. Olennaista laadulliselle tutkimukselle on myös merkityksien tutkiminen. Ihmisen toimintaa pidetään yleisesti merkitysvälitteisenä, ja merkitykset taas ymmärretään historiallisesti syntyneiksi ja ihmisten keskinäisessä vuorovaikutuksessa ylläpidetyiksi asioiksi (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne, Paavilainen 2013, 81–83). Tutkimuksen kohteena voi toimia yksilö, yhteisö, sosiaalinen vuorovaikutus, arvotodellisuus tai yleisesti jokin ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa esillä oleva kohde. Tavoitteena on tutkittavan ilmiön kuvaaminen, ymmärtäminen ja tulkinnan antaminen, joiden kautta tuotetaan sosiaalisten käytäntöjen arvioimiselle ja kehittämislle merkittävää tietoa. Omassa tutkimuksessani pyrin selvittämään, ymmärtämään ja tulkitsemaan tiettyyn vähemmistöön kuuluvien yksilöiden käsityksiä. Laadulliselle tutkimukselle olennaisella tavalla yhtä havaintoyksikköä, eli tässä tapauksessa yksilöä, käsitellään syvyysuunnassa perusteellisesti jotta siitä saataisiin mahdollisimman paljon irti. (Kananen 2014, 18–19; Raunio 1998, 153; Varto 1992, 23.)

Laadullisessa tutkimuksessa on oleellista merkityksien löytäminen. Tutkimuksessa pyritään ymmärtämään yksilöiden tai yhteisöjen elämässä sekä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa vallitsevia ilmiöitä. Ihmisen elämismaailma nähdään merkitysten maailmana, jossa merkitykset ilmenevät ihmisen toimina, tavoitteina, suunnitelmina ja hallinnollisina rakenteina (Varto 1992, 24). Ihmisen toiminnalla ja sosiaalisen vuorovaikutuksen ilmiöillä on siis aina jokin merkitys tai merkityksiä, jotka pyritään laadullisen tutkimuksen avulla tunnistamaan, ymmärtämään ja selittämään. Laadullinen tutkimus ei välttämättä suoraan ratkaise mitään ongelmaa, vaan tuo esille sen olemassaolon ja tietoa sen laadusta.

Metsämuurosen (2006, 88) mukaan laadullinen tutkimusote soveltuu erityisen hyvin tutkimukseen silloin, kun

1. ollaan kiinnostuneita tapahtumien yksityiskohtaisista rakenteista eikä niinkään niiden yleisluontoisesta jakaantumisesta,
2. ollaan kiinnostuneita tietyissä tapahtumissa mukana olleiden yksittäisten toimijoiden merkitysrakenteista,
3. halutaan tutkia luonnollisia tilanteita, joita ei voida järjestää kokeeksi tai joissa ei voida kontrolloida läheskään kaikkia vaikuttavia tekijöitä, tai
4. halutaan saada tietoa tiettyihin tapauksiin liittyvistä syy-seuraussuhteista, joita ei voida tutkia kokeen avulla.

(Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen, Saari 1994, 12–13.)

Laadulliselle tutkimukselle keskeisiä tutkimusmetodeja ovat havainnointi, tekstianalyysi, haastattelu ja litterointi. Uskotaan, että näiden metodien avulla päästään parhaiten käsiksi ihmisten elämis- ja ajatusmaailmaan sisälle. Mitä lähemmäs luonnollista elämis- ja ajatusmaailmaa päästään, sitä paremmin on mahdollisuus ymmärtää todellisia merkityksiä niiden takana ja sisällä. Omassa tutkimuksessani käytän haastattelua ja litterointia. Suoritan haastattelun esittämällä tutkimushenkilöilleni avoimia kysymyksiä joiden vastaukset litteroimalla toivon pystyväni tunnistamaan heidän käsityksiään luotettavalla tavalla. (Metsämuuronen 2006, 88–89.)

6.3 Puolistrukturoitu teemahaastattelu

Haastattelu on yksi kvalitatiivisen tutkimuksen yleisimmin käytetyistä aineistonkeruumenetelmistä. Ruusuvaasi, Nikander ja Hyvärinen (2010, 9) painottavat, että haastateltavat eivät koskaan kerro suoraan tutkimuksen tuloksia, eikä tutkimuksen kysymyksiä esitetä haastateltaville. Haastattelukysymykset eivät siis ole suoria kopioita tutkimuskysymyksistä, vaan luovat oman kokonaisuutensa tutkimuksessa.

Tutkimushaastattelussa on kyse haastattelijan ja haastateltavan välisestä vuorovaikutustilanteesta jonka elinehtona on yhteinen kieli, jolla kommunikoida.

Molemmilla osapuolilla on haastattelutilanteessa erityiset osallistujaroolit: haastattelijalla on täysin tietämätön osapuoli ja haastateltava omaa tarvittavan tiedon. Haastattelu on aina tavoitteellinen tilanne jolla on jokin päämäärä johon pyritään. Haastattelijalla on tutkimuksen tavoitteisiin liittyvä tiedon intressi, jonka pohjalta hän esittää kysymyksiä, kannustaa haastateltavaa, ohjaa keskustelua ja fokusoi sen tiettyihin teemoihin. Kohteesta saatavat tiedot ovat hyvin paljon sidoksissa haastattelijan sosiaalisiin taitoihin – hänen tulee kyetä rakentamaan luottamuksellinen ilmapiiri sekä osoittaa, kuten muissakin sosiaalisen vuorovaikutuksen tilanteissa, kunnioitusta, ymmärtämistä ja kiinnostusta. Kvale (1996; Takala 1997, 183) painottaa sosiaalista merkitystä osana laadullisen tutkimushaastattelun pohjaa ja periaatteita: vuorovaikutuksellisuus on haastattelun vahva puoli ja haastattelu itsessään voi olla elämää rikastuttava, sosiaalinen kokemus. (Kananen 2014, 71–72; Ruusuvoori & Tiittula 2005, 22–23.)

Käytän oman tutkimukseni aineistonkeruussa puolistrukturoitua teemahaastattelua. Puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset ovat kaikille samat, mutta haastattelijalla voi tilannetta lukien vaihdella niiden järjestystä ja sanamuotoa. Kysymyksenasettelun suhteen on olennaista myös se, että ei ole olemassa valmiita vastausvaihtoehtoja, vaan haastateltava saa vastata kysymyksiin omin sanoin. Pyrkimyksenä on esittää laajentavia, avoimia kysymyksiä jotka eivät liiaksi ohjaa haastateltavaa, vaan päinvastoin, antavat hänelle tilaa oman näkökulman kuvailemiseen. (Eskola & Suoranta 2001, 86; Kananen 2014, 74.)

Puolistrukturoidun haastattelun tavoitteita ajatellen loin valmiin teemahaastattelurungon (Liite 2). Kirjasin siihen kaikille esitettävät, tutkimusongelmaani sekä tutkimukseni tavoitteita tukevat kysymykset. Kysymykset itsessään muotoilin avoimiksi, jotta en ohjailisi haastateltavaani liikaa. Tällä tavoin uskoin saavani tavoittelemiani autenttisia ja itsenäisiä ajatuksia, mielipiteitä ja käsityksiä.

Teemahaastattelussa haastattelijalla on ennalta valinnut tietyt teemat joihin keskustelu kohdennetaan. Nämä teemat on käyty haastateltavan kanssa läpi jo ennen itse haastattelutilannetta. Minun tutkimuksessasi nämä teemat ovat *rakastuminen* ja *rakkaus*. Teemahaastattelu eroaa esikuvanaan toimivasta Mertonin, Fiskin ja Kendallin (1956) fokusoidusta haastattelusta siinä, ettei se edellytä tiettyä kokeellisesti aikaansaattua yhteistä kokemusta, vaan lähtee oletuksesta, että kaikkia yksilön kokemuksia, ajatuksia,

uskomuksia ja tunteita voidaan tutkia tällä menetelmällä (Hirsjärvi & Hurme 2010, 48). Teemahaastattelun avulla pystytään näin tuomaan esille ja korostamaan haastateltavien elämysmaailmaa sekä heidän yksilöllisiä käsityksiään ja määritelmiään tilanteista.

Koska oman tutkimukseni tarkoituksena on selvittää nuorten kehitysvammaisten yksilöllisiä käsityksiä rakastumisesta ja rakkaudesta, teemahaastattelun käyttäminen aineistonkeruussa on hyvin linjassa tutkimukseni ja sen tavoitteiden kanssa. Teemahaastattelu on myös rakenteeltaan lähempänä strukturoimatonta kuin strukturoitua haastattelua: haastattelun aihepiirien, teema-alueiden, on oltava kaikille samat mutta toisin kuin strukturoidussa lomakehaastattelussa kysymysten tarkka muoto ja järjestys eivät ole niin olennaisia. Tämä antaa minulle tutkijana vapauden lukea haastattelutilannetta ja toimia sen mukaan. Voin esimerkiksi muokata olemassa olevia kysymyksiä selkeämpiin muotoihin mikäli haastateltavia ei niitä sellaisinaan ymmärrä, sekä esittää tarpeen tullen tarkentavia ja täydentäviä kysymyksiä. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 48; Kananen 2014, 76.)

6.4 Aineiston analyysi

6.4.1 Laadullisen analyysin periaatteet

Laadullista analyysia erottaa tilastollisesta analyysistä sen absoluuttisuus. Laadullisessa analyysissä kaikki luotettaviksi ja tutkittavaan aihepiiriin kuuluviksi katsotut seikat on kyettävä selvittämään siten, että ne eivät ole suoraan ristiriidassa esitetyn tulkinnan kanssa. Voisin esimerkiksi tässä tutkimuksessani esittää väitteen, jonka mukaan nuoret kehitysvammaiset käsittävät rakastumisen olevan ihana tunne. Tämä ei kuitenkaan tarkoita että tutkimusjoukkoon ei kuuluisi yksilöä jonka käsitys poikkeaa esitetystä väitteestä. Tällöin minun tehtäväni tutkijana on selvittää tämän yksilön mielipiteen merkitys osana tutkimustulosta, jättämättä sitä varjoon tekemällä yleistyksiä muiden haastateltavien mielipiteiden yhtäläisyyden perusteella. Laadullisessa analyysissä pyritään muotoilemaan sääntöjä ja sääntörakenteita, jotka pätevät koko aineistoon – etsitään niin sanottuja yksilöjä yhdistäviä kokonaisuuksia. Erilaisuudet ja ”poikkeamat”

suhteutetaan kokonaisuuteen, joka on varsinaisena tutkimuksen kohteena. Kaikki tutkimustulosten kannalta olennaisiksi nähdyt seikat otetaan siis huomioon ja selitetään osana analyysiä. Tilastolliset todennäköisyydet eivät siis kelpaa johtolangoiksi kun kyse on laadullisesta tutkimuksesta ja sen analyysistä. (Alasuutari 2011, 38, 41.)

Omassa tutkimuksessani käytän tarkalleen ottaen laadulliseen tutkimukseen kuuluvaa haastattelun analyysiä. Ruusuvuori ym. (2010, 10) korostavat tutkijan ja aineiston kohtaamisen olevan kokonaisuus joka sisältää aineistoon tutustumisen, sen järjestämisen ja luokittelun eli koodauksen, aineiston analysointiprosessin, tulkinnan ja keskustelun aineiston kanssa.

Laadullisessa tutkimuksessa aineistoa tarkasteltaessa on oleellista huomion kiinnittäminen vain siihen, mikä on teoreettisen viitekehityksen ja kysymyksenasettelun kannalta olennaista. Näin analyysin kohteena oleva, tässä tapauksessa, tekstimassa pelkistyy hallittavammaksi määräksi erillisiä ”raakahavaintoja”. Käytännössä laadulliselle analyysille on erittäin tavanomaista analyysikysymysten määrittelemine ennalta teoreettisen viitekehityksen ja kysymyksenasettelun pohjalta, ennen itse aineiston käsittelyä. Näiden kysymysten avulla ei kuitenkaan pyritä yleistämään aineiston sisältöjä – erot yksilöiden ja havaintoyksiköiden välillä ovat tärkeitä laadullisessa tutkimuksessa. Ne antavat usein johtolankoja siitä, mistä jokin asia johtuu tai mikä tekee sen ymmärrettäväksi (Alasuutari 2011, 43). Analyysikysymykset pyritään määrittelemään muodoltaan sellaisiksi, että niiden avulla voidaan tarkastella toisistaan poikkeavia tuloksia samasta aihepiiristä.

6.4.2 Teorialähtöinen sisällönanalyysi

Aineistonanalyysissä käytän teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Kyse on niin sanotusta deduktiivisesta analyysistä, jossa analyysin luokittelu perustuu aikaisempaan viitekehitykseen, joka on esimerkiksi jokin teoria tai käsitejärjestelmä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113). Viitekehityksen käyttäminen voidaan nähdä myös jonkinlaisena aineiston johdonmukaisena luokitteluna. Hirsjärvi ja Hurme (2010, 147) painottavat aineiston luokittelun merkitystä osana aineistonanalyysiä. Luokittelemalla tutkittavaa

ilmiötä on helpompi jäsentää ja käsitellä. Näin ollen luokat voidaan ymmärtää käsitteelliseksi työkaluiksi joiden avulla voidaan nimetä abstraktilla tasolla suuresta aineistomassasta tärkeät ja keskeiset piirteet. Luokkien kuitenkin kuljettava käsi kädessä tutkimuksen tavoitteiden ja teorian kanssa: luokat pitää voida perustella sekä käsitteellisesti että empiirisesti. Tutkimuksen tavoitteena on aina löytää se tieto, joka palvelee parhaiten tiedon intressejämme, niitä tavoitteita joita olemme tutkimuksellemme asettaneet. Luokittelun avulla pystymme sulkemaan analyysissamme pois niin sanotun tuloksien kannalta epäoleellisen tiedon askel askeleelta. (Gale, Health, Cameron, Rashid, Redwood 2013, 1–2.)

Omassa analyysissäni viitekehystenä ja siten myös analyysirunkona toimii Määtän ja Uusiautin (2014, 24) luoma rakkauden kolmijako: rakkaus tunteina, tekoina sekä tietona ja taitona. Tämä kolmijako ottaa mielestäni hyvin huomioon rakkauden pääpiirteet ja mahdollistaa myös yksilökohtaisten kokemusten huomioimisen osana analyysiä ja siten myös tutkimustuloksia. Asettamalla analyysikysymyksiä ja -luokkia pystyn johdonmukaisesti tarkastelemaan ja luokittelemaan laajaa haastatteluaineistoa, poimien sieltä asianmukaiset ja tiedollisesti oleelliset kommentit. Alle olen asettanut esimerkin analyysitaulukosta, jonka olen luonut käyttämällä viitekehystä aineiston luokitteluun. Taulukossa on eritelty tutkimuksen kannalta oleelliset luokat, joiden mukaan haastattelukommentit sijoitetaan niitä kuvaavien yläluokkien alle. Valmiin taulukon pohjalta on helppo tarkastella yhtä yläluokkaa kerrallaan, luoden siten tutkimustuloksia.

Mitä rakkaus on?

| Haastateltava | Tunteina | Tekoina | Tietoina ja taitoina |
|---------------|---|---|--|
| N1 | <i>Oon tuntenu. No tuntemus että mä rakastan niitä.</i> | <i>Joku laittais aamupalat sänkyyn ja mä tekisin kotitöitä ja se hemmottelis.</i> | <i>Ja sitte mä kerron mun vanhemmille että mä rakastan niitä. No mä autan vanhempia.</i> |
| M2 | <i>No tota, ootappa nyt... No rakkauden tunne on mulle ehkä vähän tärkeempi. (vrt. tieto rakkaudesta)</i> | <i>Hmm... esimerkiksi polvilleen vois mennä, tai antaa sormuksen tai ruusun.</i> | <i>Koulussa ehkä. Kaveri varmaan. (kerrottu rakkaudesta)</i> |
| X | ... | ... | ... |

Taulukko 2. Analyysitaulukko.

Vaikka analyysiä ohjaa teoriaan pohjautuva analyysirunko, eivät sen ulkopuolelle jäävät asiat jää huomioimatta. Teorian kanssa yhteen sopimattomat, uudet asiat voidaan ottaa huomioon käyttämällä induktiivisen, eli aineistolähtöisen sisällönanalyysin periaatteita. Tutkimuksessani toisena teemana rakkauden rinnalla toimii rakastuminen. Rakastumisen ollessa hyvin yksilöllinen kokemus, en lähde sitä suoraan minkään valmiin rungon pohjalta tarkastelemaan, vaan pyrin löytämään sitä kuvaavat tiedot aineistolähtöisemmin. Sama koskee kumppanivalintaa: jokainen hakee kumppaniltaan erilaisia asioita. Tutkijana minun on parempi lähestyä asiaa aineistolähtöisesti etsien ja löytäen siten mahdollisia yhtäläisyyksiä teorian kanssa. Etsin ja listasin litteroidusta haastatteluaineistosta pelkistettyjä ilmaisuja, joita tarkastelemalla muodostin samanlaisuuksien pohjalta omia analyysiluokkia (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109). (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113.)

6.5 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Laadulliselle tutkimukselle ovat keskeisiä objektiivisuus, pieni määrä tapauksia otannassa ja perusteellinen analysointi (Eskola & Suoranta 2001, 18). Erityisesti

käsitysten selvittämisessä on oleellista perusteellisen, mahdollisimman totuudenmukaisen tiedon kerääminen ja sen huolellinen analysointi. Omassa tutkimuksessani olen päättänyt rajata otantani tarkasti jotta se tukisi mahdollisimman hyvin mahdollisuuksiani ratkaista tutkimusongelmani: tutkin tiettyä, nimettyä vähemmistöryhmää ja ikäluokkaa, minulla on vain seitsemän (7) tutkimushenkilöä ja kerään aineistoni haastatteleamalla avoimin kysymyksin saadakseni omin sanoin kuvattuja vastauksia.

Tutkimusongelman ratkaisemiseksi on minun tutkijana pystyttävä olemaan mahdollisimman objektiivinen. Eskola ja Suoranta (2001, 17) kuvaavat mahdollisimman objektiivista tutkijaa sellaiseksi, joka ei sekoita omia uskomuksiaan, asenteitaan, arvostuksiaan jne. tutkimuskohteeseen. Tämä odotus osoittautuu kuitenkin usein vaikeaksi toteuttaa. Objektiivisuus syntyy nimenomaan oman subjektiivisuutemme tunnistamisesta ja siksi tutkijalle on ehdotonta vähintäänkin tunnistaa nämä omat esioletuksensa ja arvostuksensa koskien tutkimuskohdetta. Pystyn siis omassa tutkimuksessani olemaan mahdollisimman objektiivinen tunnistamalla omat esioletukseni tutkimustani ja tutkimuskohdettani kohtaan. Näin pystyn tiedostamaan ja tarpeen tullen avaamaan tai eliminoimaan niiden vaikutukset tutkimukseni kulkuun ja tutkimustuloksiin.

Kunnioitan tutkimuksessani haastateltavien yksityisyyttä. Koska kyseessä on pieni otanta, minun on erityisen tärkeää huomioida anonymiteetin varjeleminen tutkimuksen tekemisessä ja sen esittelyssä. Lisäksi minun tehtäväni tutkijana on kunnioittaa tutkimushenkilöideni lausuntoja. Osoitan kunnioitukseni heidän henkilökohtaisia lausuntojaan kohtaan esittämällä heidän sanansa ja mielipiteensä sellaisinaan. Tämä on mahdollista äänitettyjen ja litteroitujen haastatteluaineistojen ansiosta. Tutkimustuloksissa esitän haastattelemini tutkimushenkilöiden litteroituja kommentteja. Näitä kommentteja esittäessäni otan heidän yksityisyytensä huomioon erittelemällä vain tutkimuksen kannalta oleelliset asiat, kuten sukupuolen. Naiset esitetään N-kirjaimella, miehet taas M-kirjaimella. Kunkin erillisen haastateltavan erittelen sukupuolta osoittavan kirjaimen kanssa esiintyvällä numerolla. Tutkimusjoukon koostuessa viidestä (5) naisesta ja kahdesta (2) miehestä, esiintyvät he tutkimustuloksissa seuraavilla koodeilla: N1, N2, N3, N4, N5, M1 ja M2. Olen

huomioinut tutkimushenkilöideni yksityisyyden myös tutkimuksen liitteissä: Tutkimuslupa-anomuksesta (Liite 1) on korvattu tyhjällä viivalla kohdat, jotka liittyvät oleellisesti heidän henkilöllisyyteensä.

On kai sanomattakin selvää, että lukija ei voi nähdä kaikkea tutkimusaineistoa. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, etteikö aineistoa voitaisi tuoda lähelle lukijaa. Tekstiksi purettu puhe, litterointi, lisää analyysin läpinäkyvyyttä ja mahdollistaa lukijan itsensä tekemät tulkinnat sekä uudelleenanalyysit. Nämä piirteet parantavat laadullisen tutkimuksen validiteettia, viitaten yleisesti siihen, miten hyvin tutkimus tai mittari kuvaa tutkittavaa ilmiötä. Tutkimuksen tavoitteena on esittää haastateltavien omia käsityksiä rakkaudesta ja rakastumisesta, joten haastattelu, sen litterointi ja kommenttien esittäminen osana tutkimustuloksia on siis yksi laadullisen tutkimuksen keinoista tuoda alkuperäinen, totuudenmukainen aineisto lähelle lukijaa, antaen hänelle mahdollisuuden tehdä siitä omat tulkintansa. Yksi tutkimukseni motiiveista on ollut nimenomaan kehitysvammaisten omien käsitysten ja ajatusmaailman julkituominen, ja siksi haastattelu ja sen litterointi palvelevat hyvin omiani ja tutkimuksen tavoitteita, sekä lukijan etua. (Nikander 2010, 433; Ronkainen ym. 2013, 129–130.)

Tutkimuksen validiteetin lisäksi olennaista on reabiliteetti, eli mittauksen luotettavuus. Luotettavuus kuvaa sitä, kuinka yhdenmukaisesti mittaus on suoritettu ja kuinka johdonmukaisesti ja tarkasti mittari toimii. Kaiken kaikkiaan tutkimuksen luotettavuus koostuu yhtenäisyydestä, tarkoittaen mittarin sisäistä johdonmukaisuutta, sekä pysyvyydestä, tarkoittaen tutkimustulosten satunnaisuuksien minimoimista esimerkiksi toistoja käyttämällä. Tutkijana pystyn vaikuttamaan tutkimukseni luotettavuuteen suunnitelmallisella ja huolellisella aineistonkeruulla ja haastattelun johdonmukaisuudella. Toimintatapojen tulee olla perusteltuja ja linjassa tutkimukselle asetettujen tavoitteiden kanssa. (Ronkainen ym. 2013, 131–133.)

7 Tutkimustulokset

7.1 Kumppaninvalinta

Kumppaninvalintaa koskevassa osiossa keskustelimme avoimesti siitä, millaisia piirteitä kumppanissa arvostetaan. Jokainen haastateltava pystyi määrittelemään joitakin ominaisuuksia, joita juuri heidän unelmakumppaninsa omaisi. Tutkimushenkilöistä usea oli parisuhteessa haastatteluhetkellä, koki olevansa suhteessaan onnellinen ja kertoi sen hetkisen kumppaninsa olevan nimenomaan heidän unelmakumppaninsa. Parisuhteessa olevat kuvailivat haastattelussa siis sen hetkistä kumppaniaan unelmakumppanin roolissa.

Neljä seitsemästä (4/7) haastateltavasta mainitsi ulkonäön olevan yksi kumppaninvalinnan kriteeri. Heidän mukaansa oli suositeltavaa että oma kumppani olisi esimerkiksi *hyvännäköinen, kaunis, sievä tai komee*. Kukaan haastateltavista ei kuitenkaan maininnut ulkoisia tekijöitä ainoana kumppaninvalintaa määräävänä tekijänä. Jokainen ulkonäöstä puhuva ja merkittäväksi kokeva mainitsi myös joitakin muita piirteitä joita kumppanissa arvostaa. Vaikka ulkonäkö oli inhimillisesti yksi tekijä, en kuitenkaan sanoisi tutkimushenkilöideni olevan millään tavoin pinnallisia.

Ulkonäön lisäksi tärkeään asemaan nousivat yhdessä tekeminen ja jaetut kiinnostuksen kohteet. Usea haastateltava koki tärkeäksi kumppanin kanssa jaetun ajan ja yhteiset kokemukset. Yksi haastateltavista jopa kertoi löytäneensä nykyisen kumppaninsa yhteisen harrastuksen parista.

No tykätään jalkapallosta ja liikunnasta. --- ja sitte me kumpiki pelataan jalkapallojoukkueessa niin... sieltä mä löysin Matin. (N4.)

No mä haluaisin että se ois joku urheilullinen... ja tykkäis vähän samoista asioista mistä määki... --- että se tykkäis urheilla ja sillä lailla --- käytäis vaikka

salilla yhdessä ja tehtäis jotain muutaki yhdessä, et ei oo koko ajan omat menot vaan... (N2.)

Ulkonäön lisäksi selkeimpiä kumppaninvalinnan kriteerejä on siis samanlaisuusvalinta. Kumppanista etsitään samanlaisia piirteitä kuin mitä itsessä on, tai halutaan hänellä olevan samankaltaisia mielenkiinnon kohteita kuin itsellä. Kumppanin kanssa halutaan siis jakaa asioita. Asioiden jakaminen suhteessa koettiin myös tärkeäksi ja luonnolliseksi, jopa suhdetta rakentavaksi piirteeksi.

Kolmas erottuva piirre oli läheisyys jota kumppanilta saadaan tai odotetaan. Unelmakumppanin kuvattiin muun muassa olevan *hellä, romanttinen ja lempeä*. Yleisen läheisyyden lisäksi yksi haastateltavista mainitsi myös läheisyyteen liittyviä tekoja ja taitoja joita toivoisi unelmakumppaninsa omaavan.

*No mä haluaisin semmosen unelmien kumppanin... se ois... no, hyvä hieroon. ---
Mmm... se vaan, se tekee mulle paljon ruokaa ja hemmottelis. (N1.)*

Ulkonäön ja yhteisten mielenkiinnon kohteiden lisäksi nähtiin tärkeinä siis läheisyys ja siihen liittyvät teot. Tekoja kuvattiin, kuten edellä, konkreettisina arkipäivän toimintoina. Nämä arkipäivän toiminnot olivat yksinkertaisia, suoraan toisen huomioimiseen tai miellyttämiseen tähtäviä.

7.2 Rakastuminen

7.2.1 Miten tapahtuu?

Rakastumiselle koettiin vaikeaksi määritellä mitään tarkkaa tilannetta tai ajankohtaa. Yksikään haastateltavista ei pystynyt kertomaan milloin tai missä tilanteessa on huomannut rakastuneensa, mutta viisi seitsemästä (5/7) pyrki määrittelemään rakastumista omana, henkilökohtaisena tunteenaan.

*No en mä oikeen osaa sitä sulle selittää *ujo hymy*. Hyvälle se tuntuu. (N2.)*

No mulla oli vaan semmonen tunne että mä rakastan tota. Mulla on vaan semmonen tunne että rakastan, enemmän ja enemmän rakastan... (M1.)

Mä tunsin sen. (N1.)

Rakastumisen tunnetta kuvaillessaan muutama heistä toi esille ihmisen fysiologisia, tunteisiin liittyviä reaktioita kuten punastumista ja sydämen tykytystä. Kun esimerkiksi jännitämme tai innostumme jostakin näkemästämme tai kokemastamme, adrenaliini alkaa virrata veressämme, mikä puolestaan taas saattaa tuntua sydämen lyöntitiheyden vilkastumisena. He eivät osanneet yhdistää kyseistä kehon toimintaa tunnetilan aiheuttamaksi, vaan näkivät sen osana tunnetta. Toisaalta, onko tämä mainittu sydämen tykytys aidosti tunnettua, vai esimerkiksi median kautta saatua mielikuvaa siitä mitä kuuluisi tapahtua (vrt. sarjakuvat, tv-sarjat).

No siis, tulee niin hyvä olo siitä (rakastumisesta)... ja tuntuu hyvälle. --- Niin ja sitte sydän voi pumpata. (N5.)

*Tuntuu ainaki täällä *asettaa käden sydämen päälle*. (N3.)*

7.2.2 Miltä tuntuu?

Kaikki haastateltavat kuvailivat yksimielisesti rakastumisen tunnetta *hyväksi* ja *positiiviseksi*. Pienestä kalastelusta huolimatta yksikään ei keksinyt rakastumisen tunteesta negatiivista puolta kerrottavaksi. Hyvän lisäksi rakastumisen tunnetta kuvattiin pääasiassa *ihanaksi* ja *mukavaksi*.

Mukavalta... ja vähän erilaiselta. --- On se eri asia ku et on vaan kaveri. (N2.)

Rakastumisen tunne vois olla semmonen ehkä että vois esimerkiks olla ilonen tai ihastunu. (M2.)

Usea kuvaili rakastumisen tunnetta jollakin tapaa poikkeavaksi ja jopa sekavaksi. Tapahtuman sekavuuden vuoksi he eivät kyenneet kuvailemaan suoraan omaa tai toisen

osapuolen käytöstä, mutta käyttivät kielikuvia tunteen sanallistamisessa. Toinen tunteeseen liittyvä kielikuva oli nimenomaan mainittu sydämen tykytys.

*No aluks oli melkeen että sukat pyöri jalassa *nauraa*. --- Siis alussa. Mut on se nyt niinku laantunu, mutta kyllä se tunne siinä on koko aika. (N4.)*

7.2.3 Miten näkyy?

Rakastumisen näkyminen herätti paljon toisistaan poikkeavia mielipiteitä. Joku koki rakastumisen vaikuttavan tunteisiin ja siten näkyvän ulospäin esimerkiksi iloisuutena, joku ei kokenut sen näkyvän mitenkään, joku taas toki oman olemuksen tai käytöksen muita kohtaan muuttuvan. Näkökulmat siis vaihtelivat laidasta laitaan ja toivat esille erilaisia tapoja tarkastella rakastumisen ilmentymistä arjessa. Huomioon on tietenkin otettava sosiaalipsykologinen näkökulma, jonka mukaan yksilön tunteet saattavat ilmentyä ja näyttäytyä muille eri tavoin kuin hänelle itselleen: yksilö voi ajatella että rakastuminen ei näy hänen omassa käytöksessään mitenkään, mutta ulospäin todellisuus on eri ja muut ovat kykeneviä huomaamaan muutoksia käytöksessä tai toiminnassa.

Omassa olemuksessa näkyvät muutokset rakastuessa olivat positiivisiksi koettuja. Ne liittyivät hyvään oloon ja tasapainon saavuttamiseen. Toisen läsnäolo koettiin tärkeäksi oman hyvinvoinnin kannalta.

No semmonen niinku rauhallinen olo tulee... --- Ja ikävä on vaikka se tuolla lähellä. (N5.)

Me oltiin vierekkäin, ja se tuntu ihanalle. (N1.)

No ainakin käyttäydyn kunnolla (kun on rakastunut). (N3.)

Yksi haastateltavista toi esille käytöksen muuttumisen muita kohtaan. Käyttäytymisen muutos oli hänen mukaansa lähinnä seurausta parisuhdestatuksen tiedostamisesta ja suhteeseen sitoutumisesta. Oma suhde, sen tärkeys ja siihen sitoutuminen oli tärkeää tehdä selväksi myös muille, jotta muun muassa väärinkäsityksiä ei tulisi.

*Mun piti valita yksi tyttö kenen kaa mä niinku oon, ketä mä rakastan nytte.
 --- No jos toinen tyttö rakastuu minuun, niin mä sitte niinku kerron sille että
 mulla on jo valittu, että mulla on valittu nainen. (M1.)*

7.2.4 Miten vaikuttaa elämään?

Kaikki haastatteluun osallistuneet kokivat rakastumisen epäilemättä vaikuttavan omaan elämään. Mielenkiintoista oli huomata, kuinka rakastumisen vaikuttavuutta ei kyseenalaistettu millään tavoin, oltiin täysin varmoja siitä että sillä on vaikutusta, mutta ei kuitenkaan täysin kyetty erittelemään tai nimeämään vaikutuksia käytännössä. Osa haastateltavista koki ylivoimaiseksi edes yrittää kuvailla vaikutuksia ja myöntyi kertomaan vain rakastumisen olevan voimakas vaikuttaja. Osa kuitenkin pyrki parhaansa mukaan kuvailemaan miten rakastuminen juuri heihin ja heidän elämäänsä on vaikuttanut tai vaikuttaa. Rakastumisen vaikutuksia kuvailevat henkilöt toivat selkeästi esille yhdessäoloa ja yhdessä tekemistä. Rakastuminen nähtiin ikään kuin rajapyykkinä yksin ja yhdessä olemisen välillä – kun on rakastunut, ei tarvitse enää olla yksin.

*Ehkä elämä vähän muuttuu erilaiseks... no jos niinku kummatki tykkää
 (toisistaan) niin on se vähän erilaista mun mielestä. --- No sitte tekee enemmän
 asioita sen toisen kanssa ku et yksin tekee... (N2.)*

*No esimerkiks kävin sen tyttöystävän kaa vaikka lounaalla, kynttilällisellä tai
 jossain. --- Oltais koko ajan yhdessä. (M2.)*

Kaikki tutkimushenkilöt kokivat rakastumisen vaikutusten olevan positiivisia. Rakastumisen vaikutuksista puhuttiin lämpimästi ja jopa haikailten. Sen koettiin vaikuttavan positiivisesti omaan henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Oman elämän koettiin olevan parempaa rakastuneena ja/tai rakastumisen kohteena. Yksi haastateltavista koki rakastumisen jopa tasoittaneen hänen omaa elämäänsä ja oloansa huomattavasti verraten tilanteeseen ennen rakkauden kohteen löytymistä.

Ainakin se rakastuminen tuntuu hyvältä! (N3.)

Elämä on tasaantunu. --- Oon rauhottunu... Sanotaan nyt vaikka oikeen niin että vaikka se (poikaystävä) on ensimmäinen enkä mä oo ollu kenenkään muun kaa, niin kyllä sen tietää jos joku oikeesti välittää, niinku se. (N4.)

Kaiken kaikkiaan rakastumisella koettiin olevan vain ja ainoastaan positiivisia vaikutuksia elämään yksilönä. Rakastumisesta puhuttiin ihailevasti, ikään kuin se olisi avain onneen. Haastateltavien kommentteista paistoi läpi ajatus, jonka mukaan yksin oleminen ja kurjaa verrattuna yhdessä olemiseen, johon puolestaan rakastuminenkin usein liitettiin. Oli selvää, että rakastumisen kohteen kanssa vietetään aikaa mahdollisimman paljon ja usein.

7.3 Rakkaus

7.3.1 Tunteina

Tunteet koettiin luonnolliseksi ja olennaiseksi osaksi rakkautta: haastateltavista viisi seitsemästä mainitsi tunteita osana rakkautta. Mielenkiintoista oli heidän kyvyttömyytensä kunnolla eritellä, millaisia tunteita rakastumiseen liittyy. Sen sijaan he keskittyivät puhumaan rakkaudesta itsessään aistittavana tunteena.

No tuntemus siitä että mä rakastan niitä. (N1.)

No et sen tuntee, et millon rakastuu. Mä ainaki sen niinku tunnen, että oikeesti joku ihminen välittää. Kyllä sen oikeesti tietää senki jossei ihminen välitä, kyllä sen aistii jotenki. (N4.)

Tunnetta pidettiin kaiken kaikkiaan myös tärkeänä keinona tunnistaa rakkaus. Tunteiden avulla koettiin helpommaksi jäsentää omia käsityksiä ja ajatuksia toista ihmistä kohtaan, samoin kuin jonkun toisen vastaavia kokemuksia itseä kohtaan. Kysyttäessä rakkautta koskevista tiedoista ja siitä saadusta infosta, yksi haastateltavista toi esille myös rakkauden tunteen merkityksen jopa muita rakkauteen liittyviä osatekijöitä

tärkeämpänä. Hän ei kokenut rakkautta koskevia tietoja tarpeellisiksi, eikä halunnut keskustella niistä sen enempää.

No tota... ootappa nyt... no rakkauden tunne on mulle ehkä vähän tärkeempi asia. (M2.)

Rakkauden koettiin myös vaikuttavan tunteisiin. Rakkaus ja sen olemassaolo tuotiin esille vain positiivisena tekijänä ihmisen elämässä. Haastateltavat kertoivat kokemastaan rakkaudesta lämpimästi ja hymyssä suin, heistä huokui rakkautta kohtaan koettu ilo ja onni. He myös kokivat rakkautta ja läheisyyttä saavan olevan keskimääräistä onnellisempi.

No onhan sitte kaikki ilosempiäki ku on niitä kavereita, et ei niinku tartte yksin olla... (N2.)

7.3.2 Tekoina

Teot osana rakkautta tuntuivat olevan selkeimmin tunnistettavissa oleva osa-alue. Haastateltavat pystyivät kuvailemaan omia kokemuksiaan ja listaamaan asioita joita toivovat ja kuvittelevat rakkauteen liittyvien tekojen olevan. Kysyttäessä, miten itse on osoittanut tai osoittaisi rakkautta, suurin osa kuvailluista teoista oli hyvinkin konkreettisia.

Mä kerron sille sen (että rakastaa). --- Jos toinen tyttö rakastuu minuun, niin mää sitte niinku kerron sille että mulla on jo valittu nainen. (M1.)

No ainaki tervehdin. Ainaki annan pussailua. Katson silmiin. (N3.)

Hellyydellä, välittämällä... koskettamisella. Niitä perusasioita. (N4.)

Konkreettisuus pelasi merkittävää osaa myös puhuttaessa itseä kohtaan osoitetusta rakkaudesta tai toiveista ja odotuksista joita rakkauden tekoihin liittyy. Suora ja välitön kommunikointi, kuten puhuminen ja tunteista kertominen tekoina tuntuivat olevan tärkeitä monelle haastateltavista. Kokemukset, odotukset ja toiveet olivat hyvinkin

realistisia ja niin sanotusti arkisia, jokapäiväisiä toimintoja. Teoissa tuotiin esille läheisyys ja välittämisen osoittaminen sen kautta.

No ne on ollu paljon kiltimpiä mulle ku muille tytöille... (N2.)

No kuuntelee, eikä valehtele. --- Rehellisyys on se isoin asia. (N4.)

No tämmösestä halauksesta (tietää että toinen rakastaa). --- Varmaan toinen on myös punastunu. (Haastateltava, N3.)

No se kertoo sen mulle (että rakastaa). --- Välillä se haluaa olla mun kaa... (N5.)

Joku laittais aamupalat sänkyyn ja mä tekisin kotitöitä ja se hemmottelis. (N1.)

Ku sillä (poikaystävä) on ollu paha olo niin mä oon niinku sitä silleen sylissä pitänyt, ja jos mulla on ollu niin mä oon menny itkeen sen syliin. (N4.)

Arjen läheisyyden lisäksi tuotiin esille myös niin sanottuja romanttisia eleitä. Romanttisilla eleillä tässä kontekstissa tarkoitetaan tekoja, jotka eivät lukeudu normien mukaan jokapäiväiseen, arkiseen vuorovaikutukseen.

Nooo, kerran yks poika anto mulle suklaarasian. Se oli vielä semmonen missä oli niinku sydänsuklaita! --- Sitte mä oon saanu yheltä pojalta vielä kukkiaki. (N2.)

Hmmm... no vois mennä esimerkiks polvilleen. Tai vois antaa esimerkiks sormuksen tai ruusun tai jotain. (M2.)

7.3.3 Tietoina ja taitoina

Lähestulkoon kaikki haastateltavat kertoivat saaneensa rakkaudesta tietoa jostakin ulkopuolisesta lähteestä. Suurimalle osalle tällaisia tiedonlähteitä olivat perheenjäsenet ja ystävät. Myös koulu, opettajat ja koulukaverit mainittiin. Huomioitavaa oli, että kukaan näistä tietoja läheisiltään saaneista ei pystynyt kuitenkaan kuvailemaan

saamiensa tietoja. Haastateltavat siis kokivat saaneensa tietoja rakkaudesta, mutta eivät jostain syystä osanneet kuvailla tai sanallistaa saamaansa informaatiota.

Mä yhen koulukaverin kanssa puhuin... --- Vähän romantiikasta ollaan puhuttu... (M1.)

Varmaan mummo kyllä (on kertonut rakkaudesta). --- Mummo on kertonu mitä rakkaus on. --- No että on poikaystävä. (N3.)

Vaikka läheiset ja lähipiiri olivat merkittävin tiedonlähde rakkauden suhteen, saatiin tietoa myös muualta. Yksi haastateltavista nosti esille median roolin tiedonjakajana. Hän kertoi saaneensa tietoa television välityksellä.

Televisiosta! --- Nooo... otetaan kädestä kiinni ja pussaillaan ja halaillaan... (N5.)

Hän kuitenkin mainitsi, että hänen saamansa tieto oli osaltaan sidoksissa hänen omiin päätelmiinsä. Televisiosta saadun tiedon ei siis ollut sanottu suoraan liittyvän nimenomaan rakkauteen, vaan nähty toiminta oli omien kognitiivisten prosessien perusteella liitetty kuuluvaksi rakkauteen.

Kaiken kaikkiaan tieto rakkaudesta ei synny vain yhden kanavan kautta. Jo tästä otannaltaan suppeasta tutkimuksesta selviää, että tietoa saadaan monista eri lähteistä, jotka yhdistettynä yksilöllisiin kokemuksiin muodostavat jokaiselle omanlaisen käsityksen rakkaudesta. Nämä käsitykset taas muokkaavat tapaamme sisäistää myöhemmin saamaamme tietoa aiheesta kuin aiheesta.

Vaikka rakkauden kohteita esiintyi haastatteluissa monipuolisesti, lähes poikkeuksetta kaikki haastateltavat oma-aloitteisesti pohtivat rakkauden taitoja liittyen romanttiseen rakkauteen. Rakkauteen liittyvistä taidoista tulivat selkeimmin esille vaikeuksien ja ristiriitojen sietäminen ja selvittäminen, vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisutaidot sekä kyky jakaa arjen käytänteet ja muutokset. Erityisen tärkeäksi koettiin vuorovaikutus, siihen liittyen läsnäolo ja huomioiminen: *romanttisuus, hellyys, puhuminen* ja *kuunteleminen* olivat useimmin mainittuja taitoja.

*Se (poikaystävä) on niin rauhallinen, sitte se kuuntelee... --- Ja sille voi puhua.
(N5.)*

*--- Me juteltais ja sitte seurusteltais niin se ois niinku semmonen
rakkaudenosoitus mitä mä tarvin, ja sitte myös sitä lempeyttä lisää... (M2.)*

Läsnäolo nähtiin merkittävänä myös tuen ja turvan tunteen kannalta. Toisen ihmisen tuen tarpeen huomaaminen ja huomioiminen osana vuorovaikutustaitoja näyttäisi liittyvän rakkauden taitoihin vahvasti. Vaikeiden tilanteiden tullen rakastetut ihmiset haluttiin pitää lähellä ja samoin myös olla paikalla heitä varten. Läheisen ihmisen läsnäolo tuntui olevan monelle myös henkistä hyvinvointia edistävä tekijä.

*Mä en oo ikinä ollu parisuhteessa mutta mä tykkään, ja tunnen, että joku on
siinä lähellä...--- (tärkeää) Näkeminen, tunteminen, tai ku joku koskettaa mun
olkapäätä. (N1.)*

*No jos heillä (rakastetuilla) on hätä niin meen auttamaan. Se on rakkautta kans.
(N5.)*

Arjen jakaminen ja yhteiset kokemukset nousivat puheenaiheeksi lähes jokaisessa haastattelussa. Yhdessä tekeminen ja oleminen nähtiin tärkeänä. Suhteelle annettun ajan ja panostuksen nähtiin olevan suoraan yhteyksissä sen laatuun ja keston. Yksi haastateltavista naisista kertoi kysyttäessä keinoja suhteen kestämisen takaamiseksi, että ratkaisu voisi olla muuttaminen pois kotitalosta uuteen kaupunkiin, ja yhdessä poikaystävän kanssa. Esille tuli kuitenkin myös oman identiteetin merkitys ja säilyminen osana parisuhdetta.

*Voitais käyä salilla yhdessä ja tehdä jotain muutaki yhdessä. --- Mä oon ehkä
kuitenki sitä mieltä että ei niinku koko aikaa oltais yhdessä, että kumpiki pääsis
välillä muitten kavereitten kaa... --- Kyllähän kumpiki halua vähän vapaa-aikaa.
(N2.)*

7.3.4 Rakkauden muodot

Kysyttäessä haastateltavilta keitä he rakastavat, tuli esille viisi (5) Määtän ja Uusiautin (2014) määrittelemistä rakkauden muodoista: romanttinen rakkaus, ystävyys, lähimmäisen rakkaus, pedagoginen rakkaus sekä eläin- ja luonnonrakkaus. Yleisimmin mainittiin romanttinen rakkaus, sen mainitsivat kaikki haastateltavat. Lähimmäisenrakkauden toi kommentteissaan esille kuusi seitsemästä, ystävyys kolme seitsemästä ja pedagogisen sekä eläin- ja luonnonrakkauden yksi seitsemästä. Vaikka kyseessä on vain pieni otanta haastateltavia, voimme jo päätellä että rakkaus koetaan selkeimmin romanttisena ja lähimmäisenrakkauteena.

Romanttisesta rakkaudesta puhuttaessa jokainen haastateltavista mainitsi olleensa ainakin kerran rakastunut. Jakaessaan kokemuksiaan, he puhuivat rakkaudesta vastakkaisen sukupuolen edustajan ja itsensä välillä. Viisi seitsemästä oli tällä hetkellä rakastunut tyttö- tai poikaystävänsä, yksi oli aiemmin rakastunut ja tällä hetkellä ihastunut ja yksi oli kerran aiemmin kokenut olleensa rakastunut.

Lähimmäisenrakkauden suhteen koettiin merkittäväksi ydinperhe. Haastateltavat mainitsivat lähes poikkeuksetta rakastavansa perheenjäseniään, kuten äitiä, isää ja sisaruksia. Ydinperheen lisäksi mainituksi tulivat joidenkin osalta mummo, serkukset ja muut läheiset, kuten kummilapsi.

Eniten rakastan mun vanhempia. Ja mun siskooni, ja mummuuni. (N1.)

Ystäviä mainittiin olevan useita. Useiden ystävien omaamisen ja rakastamisen lisäksi merkittäväksi mainittiin ystävyysuhteen laatu: haastateltavat painottivat pitkäaikaisia ystävyysuhteita. Rakastettujen ystävien kanssa vietetty yhteinen aika koettiin tärkeäksi.

No on aika paljon semmosia kavereita jotka on mukavia... on semmosia kavereita joiden kaa tulee tehtyä aika paljon ja on silleen pienestä asti tehny... (N2.)

Pedagogiseksi rakkaudeksi luin tutkimustuloksissa yhden haastateltavan mainitseman, terapeuttia kohtaan koetun rakkauden. Kyse oli pidemmällä aikavälillä luodusta luottamussuhteesta, jossa haastateltava oli kiintynyt pedagogisena, turvallisena ja

tukevana aikuisena kokemaansa ihmiseen. On ehkä syytä miettiä myös sitä, luetaanko tämä luultavasti pedagogisena rakkautena alkanut suhde muuttunut ajan myötä lähimmäisenrakkaudeksi suhteen syventyessä?

Eläin- ja luonnonrakkauteen liittyen yksi haastateltavista mainitsi rakkauden kohteekseen oman lemmikkinsä. Lemmikki koettiin tärkeäksi siinä missä muutkin haastateltavan rakastamat, muiden mainittujen ollessa ihmisiä.

7.3.5 Miten vaikuttaa elämään?

Rakkauden vaikutus elämään koettiin positiiviseksi. Kaikki haastateltavat innostuivat puhumaan aiheesta ja heistä oli aistittavissa rakkautta kohtaan koettu into sekä halu tuntea ja jakaa rakkautta. Ympärillä olevien läheisten läsnäolo koettiin tärkeäksi ja rakkauden koettiin olevan jopa hyvän elämän elinehto.

Se helpottaa elämää. --- No se on ihanaa... ja sit mä tykkään paljon ihmisistä.
(N1.)

No on se kivempaa ku yksin oleminen. Kaikilla pitäis olla jotain kavereita ettei tarttis olla yksin. (N2.)

Tärkeintä mun rakkauselämässä on se tunne. Jos mä rakastaisin tässä joku päivä niin ite aattelisin että se rakkauden tunne olis vähän niinku elämä... (M2.)

No ilman niitä ei voi elää (keitä rakastaa). (N4.)

Kaiken kaikkiaan rakkauden elämässä koettiin olevan yksi elämän tärkeimpiä, ehkä jopa tärkein, asia. Sen koettiin hyvin vahvasti määrittelevän omaa oloa ja siten myös elämän laatua. Vain yksi haastateltavista toi sille rakkauden vaikuttavan elämään vaihtelevasti. Hän koki rakkauden tekevän elämästä toisinaan helppoa, toisinaan vaikeaa. Rakkaus toi arkeen hänen mukaansa muun muassa riitatilanteita kumppanin kanssa. Nämä riitatilanteet hän näki kuitenkin asiaan kuuluvina ja rakkauden itsessään tärkeänä.

7.4 Rakkauden tarve ja tulevaisuus

Keskusteltaessa rakkauden tarpeellisuudesta osana elämää, haastateltavien yksimielisyys ja varmuus tuli nostatti hymyn myös haastattelijan kasvoille. Vastauksen antamiseen ei tarvittu aikaa tai harkintaa, se oli selvä alusta asti – rakkaus on erittäin tarpeellinen osa elämää. Sen lisäksi että rakkaus koettiin tärkeäksi osaksi elämää, sen koettiin olevan jokaisen ihmisen oikeus.

Kyllä mun mielestä kaikki tarvii rakkautta. Eihän kukaan halua olla ettei ois mitään kavereita tai perhettä tai poikakaveria, et kaikillahan pitäis olla joku.
(N2.)

Rakkaus nähtiin myös ikään kuin ihmistä voimaannuttamana kokemuksena ja elämää ylläpitämänä voimana. Kaikki kokivat jaksavansa paremmin ja olevansa vahvempia ihmisinä rakkauden ollessa osa heidän elämäänsä. Toisen ihmisen läsnäolo, häneltä saatu tuki, turva ja huomio tuntuivat saavan kaikki tutkimushenkilöt kokemaan itsensä tärkeämmäksi yksilönä. Itse elämäkin koettiin merkityksellisemmäksi, kun sen voitiin jakaa toisen kanssa.

No sanotaan näin niinku mun näkökulma, että ihminen pysyy paremmin kasassa (rakkauden avulla). (N4.)

Sitä tarvitaan siihen että siellä kynttiläillallisella vois niinku nauttia sitte elämästä ja silleen. (M2.)

Rakkauden tarve nähtiin myös osittain tilannesidonnaisena. Yleisesti ottaen jokainen tarvitsee rakkautta, mutta se keneltä, kuinka paljon ja missä tilanteessa oli merkittävä osa rakkauden tarvetta. Osa haastateltavista ajatteli rakkauden tarvetta yleisesti ihmisen elämässä, pohtien jokaisen jaksamista ja hyvinvointia. Osa taas keskittyi ajattelemaan enemmänkin yksilökohtaista rakkauden tarvetta. Pohdittiin sitä, keneltä itse tarvitsee rakkautta ja missä määrin. Huomio keskittyi suurimmaksi osaksi parisuhteessa esiintyvään rakkauteen: rakkauden tarve oli kasvava ja siihen liitettiin erinäisiä arvoja, kuten kunnioitus ja välittäminen.

Kyllä rakkautta tarvii. Että joku silittää mua... ja tämmöstä. --- Jos menee naimisiin niin sitte mä tarviin enemmän rakkautta. (N1.)

Rakkauden osallisuutta tulevaisuudessa keskusteltiin auki yksilökohtaisesti esittämäni kysymyksen ”*Näetkö omassa tulevaisuudessa rakkautta?*” pohjalta. Jokainen haastateltava koki rakkauden roolin tulevaisuudessa samoin kuin nykytilanteessa: se koettiin tärkeäksi ja tarpeelliseksi.

Tulee ehkä lisääkin tulevaisuudessa. (N4.)

Hmm... no ainaki ku sitä käy vaikka jonku (ystävät) luona tai jotain vastaavaa niin se vois olla sitä. --- No itse asiassa on (rakkautta tulevaisuudessa), mulla ois sitä lempeyttä niinku yhen tytön kans. (M2.)

Rakkauden perheen ja muiden läheisten kanssa koettiin säilyvän. Parisuhteessa olevat tutkimushenkilöt kokivat myös oman parisuhteensa olevan vakaalla pohjalla ja siinä esiintyvän rakkauden säilyvän tai jopa kasvavan. Käytännössä jo luodut lähimmäissuhteet nähtiin varmoina ja pysyvinä rakkauden lähteinä, niihin luotettiin ja niistä saatiin turvaa myös tulevaisuutta ajatellen.

Vaikka kaikki toivoivat ja näkivät rakkautta myös tulevaisuudessaan, merkille pantavaa oli osan heistä jopa pessimistinen asenne rakkauden rooliin tulevaisuudessa. Rakkautta epäilemättä toivottiin ja haluttiin jatkossakin saada, mutta sen esiintymistä kohtaan oltiin hiukan epäileväisiä omalta osalta. Erityisesti nämä epäilyt koskivat romanttista rakkautta, sitä koskien parisuhteen luomista ja sen kautta rakkauden saamista ja antamista. Kysyttäessä rakkauden näkemistä omassa tulevaisuudessa, muutamat tutkimushenkilöistä vastasivat seuraavasti:

Hmm... hyvin vähän... tai en määhän noin sanoisi... kyllä määhän sen tunnen, että sitä vois ehkä olla. (N1.)

Ehkä... ehkä jotain poikaa kohtaan, vähäsen. (N2.)

8 Yhteenveto

Sain tutkimuksessani monipuolisia ja hyvinkin konkreettisia vastauksia tutkimuskysymyksiini. Kehitysvammaisilla nuorilla aikuisilla oli runsaasti ajatuksia, käsityksiä ja kokemuksia rakastumisesta ja rakkaudesta. Onnekseni he olivat myös valmiita ja avoimia jakamaan niitä kanssani.

Kumppania kohtaan osoitettua arvostusta käsitelimme ”unelmakumppanin” kautta. Haastateltavat kuvailivat omaa joko olemassa olevaa tai visioitua unelmakumppaniaan monipuolisesti. Esille nousi kuitenkin kolme selkeää kumppaninvalinnan kriteeriä: ulkonäkö, yhteinen aika ja mielenkiinnon kohteet sekä läheisyys ja huomiointi suhteessa. Kumppanin koettiin tai haluttiin olevan ulkonäöltään puoleensavetävä, kuten komea, sievä tai kaunis. Ulkonäköä arvostettiin siis osana kumppania, varsinkin kumppaninvalinnan vaiheessa. Määtä ja Uusiautin (2013) listaamista kumppaninvalinnan prosesseista nousi ulkonäön lisäksi esille samanlaisuusvalinta: arvostettiin sitä, että kumppania on kiinnostunut samoista asioista ja hänen kanssaan voidaan tehdä ja toimia yhdessä. Samanlaisuus nähtiin ajanvieton lisäksi tärkeänä myös kommunikoinnissa: samanlainen kumppani ymmärtää paremmin. Erityisen tärkeäksi haastateltavat kokivat läheisyyden ja huomioinnin. Jokainen haastateltava toi esille kumppanin heitä kohtaan osoittaman positiivisen huomioinnin arvostettavana piirteenä. Kumppanin haluttiin olevan esimerkiksi hellä, romanttinen ja lempeä. Esille nousi myös konkreettinen ja toiminnallinen huomioiminen arjessa, kuten ruoanlaitto ja hierominen.

Kaiken kaikkiaan kumppanin haluttiin olevan sopivan sekavaa yhtälö sisältäen piirteitä kaikista kolmesta kategoriasta. Äkkiseltään voisi ajatella että kumppanilta vaaditaan paljon tai jopa liikaa, koska hänen tulisi täyttää kaikki nämä kriteerit, mutta se edes liikaa pyydetty? Kehitysvammaiset nuoret aikuiset eivät maininneet yhtäkään täysin yksilöllistä, toiset vaihtoehdot poissulkevaa piirrettä. Siinä missä keskimääräinen, stereotypisesta ajateltu suomalainen nainen voisi kertoa unelmakumppanin olevan ”pitkä, mielellään yli 180cm, tummahiuksinen, vihreäsilmäinen ja atleettinen, kehitysvammainen nuori nainen haluaa kumppaninsa olevan lempeä ja huomioivan häntä kokkaamalla silloin tällöin. Näiden nuorten aikuisten ajatukset

kumppanivalinnasta ja sitä ohjaavista arvoista pistävät miettimään mikä todella on tärkeintä. Olisiko meillä jotain opittavaa heidän kumppanivalintaansa ohjaavista arvoista?

Rakastumisen merkitys nähtiin moniulotteisena, ennen kaikkea positiivisena osana elämää. Yksikään haastateltavista ei maininnut rakastumiseen liittyvän mitään negatiivista tai kyseenalaista. Yllätyksekseni rakastumista ei kuvattu myöskään lukuisin korusanojin tai kliseisesti. Tosin konkreettisuus senkin kuvailussa ja käsitteellistämässä korostui.

Käsitellessämme rakastumista reaaliaikaisena tapahtumana, ilmassa leijui monta kysymysmerkkiä. Haastateltavat eivät tarkkaan muistaneet tai eivät pystyneet määrittelemään miten rakastuminen tapahtui. ”Niin vain kävi” voisi olla sopiva lausahdus kokoamaan ja kuvaamaan useimman ajatuksia. Muutama heistä yritti kuitenkin jotenkin sanallistaa tuoda tapahtumaa ja sitä mitä he siitä muistavat. Näissä kertomuksissa korostui yksilön henkilökohtaisten tunnetilojen merkitys osana rakastumista: rakastumisen koettiin tuntevan sisällä ja tämä tunne taas oli pelkkää hyvää. Käsitelysten konkreettisuus korostui muutaman haastateltavan tavassa ilmaista rakastumisen hetkellä vallinneita tunteuksia, kuten sydämen pumppaamista. Uskon että sydämen pumppaamisessa ja tunteuksen osoittamisella oman sydämen kohdalle pyrittiin kuvaamaan esimerkiksi jännitystä, iloa ja intoa jota rakastumiseen liittyy. Tutkimushenkilöille oli kuitenkin loogisempaa liittää rakastumisen hetkeä konkreettisen fysiologisen tunteuksen kautta.

Rakastuminen tunteena oli tutkimushenkilöille merkittävä osa elämää. Rakastumisen koettiin tuovan elämään paljon positiivista, vain ja ainoastaan positiivista. Sen koettiin tuntevan muun muassa ihanalta ja mukavalta. Eräs haastateltavista toi esille myös rakastumisen tunteen moniulotteisuuden ja merkityksen osana hyvinvointia: rakastumisen koettiin tasapainottavan sekä rauhoittavan oloa ja elämää. Voisiko olla kyse turvallisuuden tarpeen täyttymisestä sekä itsetunnon kehittymisestä, jotka saavat voimaa toisen läsnäolosta ja tuesta? Maslowin tarvehierarkian (1954; Noltemeyer, Bush, Patton, Bergen 2012, 1862) mukaan: jotta ihminen voisi olla sosiaalisesti ja emotionaalisesti tasapainoinen sekä toteuttaa itseään, täytyy hänellä olla perustarpeiden alimmat tasot, eli fysiologiset ja turvallisuuden tarpeet, täytyttyinä. Hyvä itsetunto taas

liittyy positiivivoittoiseen minäkäsitykseen joka muodostuu muun muassa ympäristön hyväksynnän ja sosiaalisen vastavuoroisuuden vaikutuksena. Rakastumisella voi siis todella olla ihmisen hyvinvointia tukevia, merkittävän laajoja vaikutuksia.

Siinä, miten rakastuminen näkyy, koettiin paljon eriäviä mielipiteitä. Osa ei kokenut rakastumisen näkyvän heissä ulkoisesti mitenkään, osa taas osasi heti nimetä heidän käyttäytymisensä muutokset vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Yksi haastateltavista toi esille rakastumisen näkymisen parisuhteeseen panostamisena: muiden haluttiin tietävän oman parisuhdestatuksen tila ja parisuhteeseen sitouduttiin ”kaikki peliin” – asenteella. Rakastumisen koettiin näkyvän myös yksilön kokonaisvaltaisena hyvinvointina. Yksilöllisesti koettiin olevan ulkoisesti aiempaan verrattuna rauhallisempia ja tasapainoisempia. Muutama haastateltavista ei joko osannut nimetä miten rakastuminen voisi näkyä, tai oli vakaasti sitä mieltä, ettei se näy. Tämä on tietenkin mahdollista, mutta hiukan kyseenalaistettavaa. Ottaisin tässä tapauksessa huomioon sosiaalipsykologian tunteisiin liittyvän näkökulman osana vuorovaikutusta: tunteisiin liittyy tunnekokemuksen lisäksi niiden ilmentyminen ja näyttäytyminen muille. Aina kokemamme tuntemukset eivät ilmenny ja näyttäyty muille sellaisina kuin me itse ne koemme. Vaihtoehtoisesti tunnekokemuksemme voi tajuamattamme näyttäytyä ulkoisesti samoin kuin sisäisesti: luulemme piilottavamme esimerkiksi ihastuksemme jotakin henkilöä kohtaan hyvin, mutta ulkoisesti muut lukevat meitä kuin avointa kirjaa.

Rakastumisen vaikutus elämään sidottiin hyvin pitkälti rajapyykiksi yksinäisyyden ja yhdessäolon välillä. Ilman rakkauden kohdetta olo koettiin yksinäiseksi ja rakastuminen taas toimi suorana jatkumona seuralliseen elämään ja yhdessäoloon. Rakastumisen koettiin tuovan elämään turvaa ja läheisyyttä sekä rauhaa ja tasapainoa. Rakastumisen vaikutukset nähtiin yksilötasolla merkittävinä onnellisuutta ja hyvää oloa edistävinä tekijöinä.

Rakkauden tunteeseen nähtiin liittyvän monia Määtän ja Uusiautin (2014) listaamia myönteisiä tunteita, kuten yhteenkuuluvuutta, onnellisuutta ja luottamusta. Yhtään kielteistä tunnetta ei mainittu liittyvän rakkauteen tunteena. Mielenkiintoista tässä osassa tutkimustuloksia oli rakkauden liittäminen tunteisiin eri näkökulmista: rakkaus itsessään koettiin omaksi tunteekseen, sekä se nähtiin tunteita aiheuttavana ja niihin

vaikuttavana tekijänä. Rakkauden omaksi tunteekseen kuvasivat rakkauden vain tuntuva sisällä. Kuvattiin vain rakkauden tunnetta joka aiheuttaa hyvää oloa. Lisäksi verrattuna rakkauden muihin osa-alueisiin (teot, tiedot ja taidot) rakkauden tunteen nähtiin olevan se kaikista tärkein. Rakkaus tunteita aiheuttavana ja niihin vaikuttavana tekijänä nähtiin hiukan selkeämpänä. Rakkaus liitettiin osaksi yhdessäoloa ja parisuhdetta, joka puolestaan tarkoitti että ei tarvitse olla yksin. Tämän koettiin johtavan onnellisuuden, ilon ja hyvänolon tunteisiin.

Rakkaus tekoina kuvattiin jälleen hyvin konkreettisella tasolla. Haastattelutilanteessa samoin kuin aineiston käsittelyssä nousi esille aiheen käsittelyn, määrittelyn ja käsitteellistämisen helppous suhteessa muihin puheenaiheisiin. Tämän uskon johtuvan suoraan siitä, kuinka teot ja niiden pohtiminen oli helppo sitoa johonkin tiettyyn, koettuun käytännön tilanteeseen. Suurin osa rakkauteen liittyvistä teoista nähtiin arkipäiväisenä vuorovaikutuksena ja toisen huomioimisena. Tällaisia tekoja olivat tutkimushenkilöiden mukaan tunteista kertominen, hyvät käytöstavat, rehellisyys, kuunteleminen ja läheisyys, kuten halaaminen. Muita arkisia, mutta tärkeitä tekoja olivat läsnäolo ja tukeminen erityisesti vaikeissa tilanteissa. Arkipäiväisen huomioinnin lisäksi tuotiin esille konkreettisia, toiminnallisia esimerkkejä joissa myös oli keskiössä toisen ihmisen huomioiminen. Näitä olivat esimerkiksi ruoanlaitto, kotitöiden tekeminen ja lahjojen antaminen.

Rakkaus tietoina ja taitoina oli tutkimushenkilöille hieman vaikeasti käsiteltävä aihe. Lähes jokainen heistä koki saaneensa tietoa rakkaudesta jotakin informaatiokanavaa pitkin, joka oli usein perhe, ystävät tai kouluyhteisö. Tätä saatua tietoa ei kuitenkaan osattua rakentavasti kuvailla. Haastatteluissa kerrottiin esimerkiksi että keskustelun aiheena on kaverin kanssa ollut *rakkaus* tai *romantiikka*, mutta keskustelun sisältöjä ei osattu eritellä sen kummemmin. Yksi tutkimushenkilöistä kertoi saaneensa rakkautta koskevaa tietoa television kautta: televisiossa pussailtiin, halailtiin ja pidettiin kädestä kiinni. Kävi kuitenkin, että televisiossa ei ole suoraan sanottu tämän liittyvän rakkauteen, vaan näiden tekojen ja taitojen liittäminen rakkauteen tapahtui tutkimushenkilön omien päätelmien nojalla. Jo näistä esimerkeistä huomaamme ja voimme päätellä kuinka suuri merkitys ympäristöllä on rakkauteen liittyvien tietojen ja taitojen muodostumisessa. Se mitä näemme ympäristössämme säännöllisesti, muodostaa

meidän käsityksemme siitä, mikä on ”asiaan kuuluvaa” ja ”normaalia”. Otamme näitä vaikutteita läheistemme vuorovaikutussuhteiden lisäksi myös lähiympäristöstämme. Koska jokaisen lähipiiri ja – ympäristö on omalla tavallaan yksilöllinen, myös tietomme ja taitomme, myös rakkauteen liittyen, poikkeavat toisistaan. Mikään ei kuitenkaan estä meitä kertomasta tai opettamasta toisillemme näitä omaamiamme tietoja ja taitoja. Rakkauden taidoista tulivat haastatteluissa vahvimmin esille vaikeuksien ja ristiriitojen selvittäminen, vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisutaidot sekä kyky jakaa arjen käytänteet ja muutokset. Näistä erityisen tärkeitä ja eniten käsiteltyjä olivat vuorovaikutus ja arjen jakaminen. Vuorovaikutuksen kannalta tärkeinä taitoina nähtiin romanttisuus, hellyys, puhuminen, kuunteleminen, läsnäolo ja huomioiminen. Arjen jakamisessa mielenkiintoista oli huomata, kuinka suhteelle annetun ajan ja panostuksen nähtiin olevan suoraan yhteyksissä suhteen laatuun ja keston. Sitoutuminen nähtiin siis tärkeänä rakkauden taitona.

Rakkauden vaikutukset elämään herättivät tutkimushenkilöissä suuria tunteita ja selkeitä mielipiteitä. Rakkautta ja sen merkitystä osana elämää ei millään tavoin kyseenalaistettu, vaan sen koettiin epäilyksettä olevan tärkeää. Tutkijana minut yllätti mielipiteiden varmuus ja ehdottomuus: ilman rakkautta ei vain millään voisi elää. Rakkauden koettiin olevan elämän tärkeimpiä, ehkä jopa tärkein asia. Rakkaus nähtiin ikään kuin elinehtona. Yksilötasolla rakkauden läsnäolon koettiin tekevän elämisestä ja elämästä helpompaa.

Rakkaus koettiin yksimielisesti kaikille tarpeelliseksi. Rakkauden ajateltiin olevan kaikkien ihmisten yhtäläinen oikeus. Yksilötasolla rakkaus koettiin voimaannuttavana tekijänä: läsnäolo, läheisyys, tuki, turva ja huomio saavat ihmisen kokemaan itsensä tärkeäksi ja merkitykselliseksi. Rakkauden tarvetta kyettiin myös erittelemään tilannesidonnaisesti: esimerkiksi parisuhteessa ollessaan yksilö tarvitsee kumppaniltaan enemmän rakkautta kuin muilta. Tulevaisuuden ja rakkauden suhteen oltiin lähes poikkeuksetta optimistisia. Tällä hetkellä koetun rakkauden ja luotujen rakkaussuhteiden luotettiin säilyvän sellaisenaan. Jokainen tutkimushenkilöistä myös toivoi tulevaisuudessaan lisää rakkautta osakseen.

9 Pohdinta

Jo tutkimusaihetta pohtiessani, minulla oli suuri huoli kehitysvammaisten yhteiskunnallisesta asemasta ja sen laadusta. Otetaanko heidät ihmisarvonsa mukaisesti huomioon? Toteutuvatko heillä samat oikeudet kuin niin sanotulla valtaväestöllä? Ajaako yhteiskunta arvoja, joiden avulla heille mahdollistetaan mahdollisimman itsenäinen, ”normaali” elämä? Normaali on käsitteenä hyvinkin ristiriitainen ja kiistanalainen. Tässä asiayhteydessä tarkoitan sillä omaehtoista ja itsenäistä elämää, joka pystytään rakentamaan omien intressien motivoimana, sekä niiden arvojen ja oikeuksien siivittämänä joita yhteiskunta ajaa. Onko kehitysvammaisilla siis mahdollisuus elämään ja elämiseen omilla ehdoilla, omien intressien mukaan, toteuttaen kaikkia niitä oikeuksia joita yhteiskunta jäsenilleen suo? Minulla on jo vuosia ollut vahva epäily tätä asiaa kohtaan. Halusin tutkia sellaista osa-aluetta, jonka avulla pääsen käsiksi heidän omaan elämismaailmaansa ja käsitteisiinsä, niihin joita kukaan muu ei ohjaile heidän puolestaan. Rakkaus ja rakastuminen ovat mielestäni juuri tällaisia mielen itsenäisyyttä kuvaavia tekijöitä: kehitysvammaisen voi tarvita arjessaan apua siivoamiseen ja asiointiin, mutta tunteissaan hän on itsenäinen.

Liittyen kehitysvammaisiin, heidän yhteiskunnalliseen asemaansa sekä rakkauteen ja rakastumiseen, minua kiinnostaa myös yhteiskunnan asenne: otetaanko kehitysvammaiset tuntevina yksilöinä vakavasti? Kun kognitiiviselta kehitykseltään normaaleiksi luettavat yksilöt puolen vuoden yhdessäolon jälkeen päättävät sitoutua kihlautumalla, asiaa kummastellaan hetki mutta todetaan sen sitten olleen ”rakkautta ensisilmäyksillä” ja toivotaan kaikkea hyvää jatkossa. Kun kehitysvammaisen pari löytää toisensa ja lyhyen yhdessäolon jälkeen haluaa samoin tavoin edetä suhteessaan, pidetään sitä usein liian hätiköitynä. ”Mutta ymmärtääkö ne ees mitä ne tekee?” saattaa joku kysyä. Yhteiskunnassa esiintyy paljon erilaisia epäilyksiä kehitysvammaisten päätöksentekoa koskevaa kykenevyyttä kohtaan – heidän ei uskota kykenevän itsenäiseen, vakavaan päätöksentekoon. Ohjaamalla ja opettamalla haluamme auttaa heitä asioissa, joissa uskomme heidän tarvitsevan tukea, mutta autammeko

todellisuudessa? Onko ohjauksemme ja tukemme auttavaa vai tukahduttammeko sillä heidän oman tahtonsa ja itsenäisyytensä? Tätä haluaisin joskus tutkia lisää.

Tutkimusaihe oli helppo lyödä lukkoon. Minulla oli vahva henkilökohtainen mielenkiinto sitä kohtaan. Myös tutkimuskysymykset olivat suhteellisen helppoja rakentaa vastaavaksi tutkimusaiheeseen. Haastavaksi koin haastattelukysymysten rakentamisen. Kysymysten luomisessa tuli ottaa huomioon monta eri asiaa: kuinka ne vastaavat asettamiini tutkimuskysymyksiin ja ovatko ne sopivia suhteessa tutkimushenkilöideni valmiuksiin? Halusin haastattelutilanteen olevan kaikille siihen osallistuville antoisa ja mukava kokemus. Näiden ajatusten siivittämänä päädyin puolistrukturoituun teemahaastatteluun, joka mahdollisti tilanteen mukaan toimimisen: minulla oli haastattelulle niin sanotut raamit valmiina, mutta minulla oli mahdollisuus soveltaa niitä tilanteen mukaan. Haastattelut itsessään olivat minulle yksiä elämäni muistettavimpia hetkiä. Onnekseni ne toteutuivat juuri kuin olin toivonut – jokainen haastateltavista lähti haastattelutilanteesta kuten minäkin, hymy kasvoillaan ja tyytyväisenä. Sen lisäksi että sain tutkimuskysymyksiini vastauksia, lähdin tilanteesta kokemusta rikkaampana. Olin aliarvioinut haastateltaviani, mikä oli positiivinen virhe. He olivat ajatuksiltaan itsenäisiä, mieleltään positiivisia ja kommunikoinnissaan lämpimiä. Olisin tehnyt suuren virheen, mikäli olisin kerännyt aineistoni jollakin toisella tapaa, vain haastattelun avulla sain realistisen kuvan haastateltavistani arvokkaina yksilöinä.

Sana kehitysvammaisen tuntuu olevan yhteiskunnassamme yläluokka sellaiselle henkilölle, joka ei pärjää tai pysty mihinkään ilman apua. Käsitykset heidän kyvyistään ovat usein kapeakatseisia ja yksinkertaisia – niiden takana paistaa tietämättömyys. Haastatteluja tehdessäni ja aineistoa litteroidessani käytin paljon aikaa pohtiessani, kuinka väärin heitä leimataan. Moni heistä on ajatuksiltaan ja kyvyiltään erittäinkin itsenäinen ja osaava. He eivät ehkä toteuta kaikkia yhteiskunnan määrittelemiä normeja ominaisuuksiensa taikka toimintansa osalta, mutta sana aito saa heidän kanssaan uuden merkityksen. He näkevät ja tekevät asiat omalla tavallaan häpeilemättä, peittelemättä tai tuomitsematta toisin ajattelevia ja toimivia. He eivät koe loputonta tarvetta kategorisoida ihmisiä tai asioita, minkä koen olevan yksi yhteiskunnan ongelmakohdista. Sillä tietämyksellä ja kokemuksella mikä minulla on

tutkimushenkilöideni kanssa työskentelystä, voisin kehottaa monia ottamaan heidän asenteestaan mallia – arvostetaan omaa itseä ja eletään omaa elämää arvostelematta muita toisin toimimisesta.

Tutkimukseni toi hyvin esille itselleni, ja toivon mukaan myös lukijoille, kehitysvammaisten itsenäisyyden ajatuksissaan. Näitä ajatuksia olisi tärkeää tuoda jatkossakin esille. Suomessa on arviolta noin 40 000 henkilöä, joilla on jonkin asteinen kehitysvamma (Kehitysvammaisten tukiliitto). He ovat merkittävä osa yhteiskuntaamme ja heidän äänensä pitäisi saada paremmin esille. Heidän osallistamisensa lisäksi meidän tulisi miettiä, kuinka voisimme tukea heidän itsenäisyyttään jatkossa. Yksi hyvä esimerkki itsenäisyyden tukemisesta on Puuppolan ja Huttusen (1996) Selviydytään elämässä – projektin lomassa laadittu opas jossa löytyy selkokieliä ohjeita ja tehtäviä muun muassa kumppanin löytämiseen ja parisuhteessa olemiseen. Kehittyvässä, teknologistuvassa yhteiskunnassa erilaista apua ja tukea on tietenkin koko ajan tarjolla enemmän ja enemmän, mutta meidän olisi huomioitava yksilöllisemmin millaista tukea missäkin olosuhteissa tarvitaan. Linna (2001, 81–81) tuo hyvin esille teknologian problematiikan suhteessa kehitysvammaisiin sen käyttäjinä: teknologian kehittyminen saattaa edesauttaa heidän selviytymistään, mutta monissa tapauksissa se saattaa olla omiaan kasvattamaan kuilua niin sanotun normaaliin elämismaailmaan ja lisäämään syrjäytymistä, koska ei tahdota pysyä tahdissa mukana.

Lähteet

Ahvenainen, O., Ikonen, O., Koro, J. 2001. Johdatus erityiskasvatuksen käytäntöön. Helsinki: WSOY.

Ainsworth, P., Baker, P.C. 2004. Understanding mental retardation. Mississippi: University Press of Mississippi.

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Carney, T. 2013. Participation and service access rights for people with intellectual disability: A role for law? *Journal of Intellectual & Developmental Disability*. 38 (1). 59–69.

Eskola, J. Suoranta, J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ferguson, D.L. 2008. International trends in inclusive education: the continuing challenge to teach each one and everyone. *European Journal of Special Needs Education*. Lontoo: Routledge. 23 (2). 109–120.

Gale, N.K., Heath, G., Cameron, E., Rashid, S., Redwood, S. 2013. Using the framework method for the analysis of qualitative data in multi-disciplinary health research. *BMC Medical Research Methodology*. 13. 1–8.

Grace, S. Gravestock, P. 2009. Inclusion and diversity. Meeting the needs of all students. Lontoo: Routledge.

Hautamäki, J. Lahtinen, U. Moberg, S. Tuunainen, K. 1996. Erityispedagogiikka 1. Erityispedagogiikka tieteenä. Juva: WSOY.

Hautamäki, J. Lahtinen, U. Moberg, S. Tuunainen, K. 2003. Erityispedagogiikan perusteet. Helsinki: WSOY.

Hirsjärvi, S. Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Jahoda, A., Pownall, J. 2014. Sexual understanding, sources of information and social networks; the reports of young people with intellectual disabilities and their non-disabled peers. *Journal of Intellectual Disability Research*. 58 (5). 430–441.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Suomen Yliopistopaino Oy.

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. Saatavana [www-muodossa: http://www.kvtl.fi/fi/kehitysvamma-](http://www.kvtl.fi/fi/kehitysvamma-) . (Luettu 9.11.2015.)

Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Helsinki: WSOY.

- Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat, vihasuttavat tunteet. Opi tunteiden säätelyn taito. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Korkalainen, A., Kokko, K. 2008. Psykologinen näkökulma aikuisiän hyvinvointiin ja siihen kytkeytyviin tekijöihin. *Psykologia*. 4 (3). 261–276.
- Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 1977. 23.6.1977/519. Saatavana [www-muodossa: https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1977/19770519](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1977/19770519) . (Luettu 22.1.2015.)
- Linna, T. 1998. Aikuisten kehitysvammaisten ajatuksia rakkaudesta ja parisuhteesta. Rovaniemi, Lapin yliopisto: Laudaturtyö.
- Linna, T. 2001. Vammaisen oppijan kengissä. *Futura*. 2. 81–84.
- Lumley, V.A., Scotti, J.R. 2001. Supporting the sexuality of adults with mental retardation: Current status and future directions. *Journal of Positive Behavior Interventions*. 3 (2). 109–119.
- Maksimainen, J. 2006. Anna meille meidän jokapäiväinen parisuhteemme - vai päästä meidät pahasta? *Sosiologia*. 1 (9). 53–54.
- Marttinen, E., Salmela-Aro, K. 2010. Nuorten henkilökohtaisten projektien proliifit ja subjektiivinen hyvinvointi. *Psykologia*. 05–06 (5). 412–423.
- Mehtäläinen, H., Taipale, T. 2006. Aikuisuus ja autonomia. Teoksessa: *Erityispedagogiikka ja aikuisuus*. Helsinki: Yliopistopaino. 109–122.
- Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa: *Laadullisen tutkimuksen käsikirja*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 81–150.
- Mäkinen, M. Nikander, E. Pantzar, T. Saari, A. 2009. Inklusiivinen erilaisuus kasvatuksessa. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Määttä, K. 1997. Miten rakkaussuhde kehittyy ja säilyy. Teoreettista tarkastelua osa 3. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.
- Määttä, K. 1999. Rakastumisen lumous. Juva: WSOY.
- Määttä, K. 2006. Rakkaus on demokratian radikaalein muoto. *Tieteessä tapahtuu*. 6. 73–76.
- Määttä, K. 2007. Rakastuminen lumoa ja satuttaa nuoruusiässä. Teoksessa: *Helposti särkyvää. Nuoren kasvun turvaaminen*. Helsinki: Kirjapaja. 88–103.
- Määttä, K. 2015. Luennot: Rakkauspsykologia. Lapin yliopisto. Kevät 2015.
- Määttä, K. Uusiautti, S. 2013. *Many faces of love*. Rotterdam: Sense Publishers.
- Määttä, K. Uusiautti, S. 2014. *Rakkaus – tunteita, taitoja, tekoja*. Helsinki: Kirjapaja.
- Niemelä, M. Brandt, K. 2007. Kehitysvammaisten yksilöllinen asuminen : pitkäaikaisesta laitosasumisesta kohti yksilöllisempiä asumisratkaisuja. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Saatavana [www-muodossa:](http://www.muodossa)

http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4061.pdf&title=Kehitysvammaisten_yksilöllinen_asuminen_Pitkaaikaisesta_laitosasumisesta_kohti_yksilöllisempia_asumisratkaisuja_fi.pdf . (Luettu 22.1.2015).

Nikander, P. 2010. Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Teoksessa: Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino. 432–445.

Noltemeyer, A., Bush, K., Patton, J., Bergen, D. 2012. The relationship among deficiency needs and growth needs: An empirical investigation of Maslow's theory. Children and Youth Services Review. 34 (9). 1862–1867.

Nuorisolaki 2006. 27.1.2006/72. Saatavana www-muodossa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072> . (Luettu 10.11.2015.)

Owen, F., Griffiths, D., Endicott, O. 2008. Challenges to the human rights of people with intellectual disabilities. Jessica Kingsley Publishers.

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. POPS. 2016. Saatavana www-muodossa: http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf . (Luettu 9.11.2015.)

Puranen, T. 2011. Vaikka se kestäisi sata vuotta. Tampere: Kehitysvammaisten tukiliitto ry.

Puupponen, H., Huttunen, R-L. 1996. Rakastaa, ei rakasta. Ryhmäläisen opas, osa 6. Selviydytään elämässä –projekti. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus.

Raunio, K. 1998. Laadullisen tutkimuskäytännön perusteet. Sosiologia. 2 (9). 152–154.

Ronkainen, T., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S., Paavilainen, E. 2013. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Rushbrooke, E., Murray, C., Townsend, S. 2014. The experiences of intimate relationships by people with intellectual disabilities: A qualitative study. Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities. 27 (6). 531–541.

Ruusuvuori, J. 2007. Tunteet vuorovaikutuksessa. Psykologia. 2 (6). 126–133.

Ruusuvuosi, J. Nikander, P. Hyvärinen, M. 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa: Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino. 9–38.

Ruusuvuori, J. Tiittula L. (toim.) 2005. Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Solares, E., Liebkind, K. 2012. Ryhmienväliset ennakkoluulot ja niihin vaikuttaminen. Psykologia. 05–06 (4). 357–365.

Suomen perustuslaki 1999. 11.6.1999/731. Saatavana www-muodossa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#L2P6> . (Luettu 10.11.2015.)

Suomen YK-liitto. Saatavana www-muodossa: <http://www.ykliitto.fi/node/1696> . (Luettu 12.11.2015.)

- Takala, E. 1997. Haastattelun laadullisuus ja laadukkuus. *Kasvatus*. 2 (8). 197–200.
- Tuomi, J., Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Tampere: Kirjayhtymä Oy.
- Vaughnan, S.C. 2004. Feeling strong: The achievement of authentic power. *The American Journal of Psychiatry*. 161. 937–938.
- Vehmas, S. 2010. Vammaisuuden kokeminen ja kokemisen vammaisuus: Suomen vammaistutkimuksen seuran 2. vuosikirja. Helsinki: Kehitysvammaliitto. Saatavana www-muodossa: http://www.kehitysvammaliitto.fi/wp-content/uploads/kehitysvammaliiton_selvityksia_7.pdf. (Luettu 18.10.2015.)
- Väestörekisterikeskus. Saatavana www-muodossa: <http://vrk.fi/default.aspx?docid=169>. (Luettu 9.11.2015.)
- Wahlström, R. 1996. Suvaitsevaisuuteen. Erilaisuus on rikkautta. Helsinki: WSOY
- Yrjänheikki, V. 2002. Rakkaudessaan itsenäisiä, arjessaan riippuvaisia. Kuvaus kehitysvammaisten parisuhteesta. Rovaniemi: Lapin yliopisto, Pro gradu –tutkielma.

Liitteet

Liite 1

Tutkimuslupa-anomus

26.4.2015

Hei päivätoimintakeskuksen työntekijä!

Minun nimeni on Jenni Mattila, siskoni _____ on työkaverisi päivätoimintakeskuksessa. Olen _____ kotoisin oleva 4. vuoden luokanopettajaopiskelija Lapin yliopistosta. Luokanopettajakoulutukseni lisäksi minut on juuri hyväksytty opiskelemaan erityisopettajan pätevyyttä Oulun yliopistoon syksystä 2015 alkaen.

Työstän tällä hetkellä pro gradu – tutkielmaani, jonka aiheeksi olen valinnut kehitysvammaisten rakkauskäsitysten tutkimisen. Tutkimukseni avulla pyrin saamaan vastauksen siihen ”Mitä kehitysvammaiset nuoret aikuiset puhuvat rakkaudesta ja rakastumisesta?”. Tavoitteenani on tutkimuksen avulla perehtyä kehitysvammaisten nuorten elämys- ja ajatusmaailmaan, joka mielestäni tuodaan liian harvoin julki heidän omasta näkökulmastaan.

Kerään aineiston tutkimukseeni suorittamalla lyhyitä yksilöhaastatteluja, joiden teemoina toimivat rakastuminen ja rakkaus. Esitän kysymyksiä joiden tarkoitus on tuoda esille haastateltavien omia näkemyksiä, käsityksiä ja kokemuksia. Haastateltavana sinun yksityisyytesi ja henkilöllisyytesi pysyy koko ajan suojattuna (tutkimuksessa nimesi muutetaan).

Tutkimukseni tulee valmistuessaan minun, läheisten ja aiheesta kiinnostuneiden käyttöön Suomessa. Lisäksi se julkaistaan yliopiston kokoelmissa. Halutessasi valmis tutkimus voidaan toimittaa myös sinulle sähköpostitse.

Pyrin suorittamaan haastattelut toukokuun 2015 aikana ja toivon sinun osallistuvan tutkimukseeni. Mikäli sinulla jäi kysyttävää koskien tutkimusta, voitte ottaa minuun yhteyttä puhelimitse tai sähköpostitse. Tutkimustani ohjaa Lapin yliopiston kasvatopsykologian professori Kaarina Määttä, johon voitte myös tarpeen mukaan olla yhteyksissä.

Jenni Mattila
Kasvatustieteiden kandidaatti
s.
p.

Kaarina Määttä
Kasvatopsykologian professori_
s.
p.

Pro gradu – tutkielma

Kehitysvammaisten nuorten aikuisten ajatuksia rakastumisesta ja rakkaudesta

Olen lukenut kyseisen pro gradu – tutkielman tutkimuslupa-anomuksen ja olen tietoinen tutkimuksen tavoitteista ja toteutustavoista.

Ymmärrän että henkilöllisyyttäni suojataan koko tutkimuksen ajan ja minulla on tarvittaessa mahdollisuus kysyä tutkimuksen kulusta lisätietoja tutkijalta.

___ Tutkimuslupa hyväksytty

___ Tutkimuslupa hylätty

Päiväys ____:____:_____

Haastateltavan allekirjoitus ja nimenselvennys

Mikäli te itse koette tai perheenne kokee tarpeelliseksi:

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys



Liite 2

Teemahaastattelurunko

Rakastuminen

1. Oletko ikinä rakastunut?
2. Mitä rakastuessa tapahtuu?
3. Miltä rakastuminen tuntuu?
4. Miten rakastuminen näkyy?
Teot, toiminta, käyttäytyminen?
5. Vaikuttaako rakastuminen elämään?
6. Millainen on sinun unelmakumppanisi?
Mitä piirteitä kumppanissa arvostat? /
Millä perusteella valitset kumppanisi?

Rakkaus

7. Onko joku kertonut sinulle rakkaudesta?
Kuka, mitä?
8. Ketä/keitä sinä rakastat?
9. Miten rakkaus vaikuttaa elämään?
Onko rakkaus tärkeää/vaativaa/antaako/ottaako?
10. Tarvitaanko rakkautta?
Mihin, miksi?
11. Miten itse osoitat rakkautta?
12. Miten sinua kohtaan on osoitettu rakkautta?
13. Miten rakkaus saadaan kestämään?
Tekoja, taitoja, tietoja?
14. Näetkö omassa tulevaisuudessasi rakkautta? Miten?