

Ilona Vuori

SISARUSTEN SUPPORTIIVINEN VIESTINTÄ PERHEEN SISÄISESSÄ KRIISISSÄ

Informaatioteknologian ja viestinnän tiedekunta

Pro gradu -tutkielma

Toukokuu 2021

TIIVISTELMÄ

Ilona Vuori: Sisarusten supportiivinen viestintä perheen sisäisessä kriisissä
Pro gradu -tutkielma
Tampereen yliopisto
Viestinnän maisteriohjelma
Toukokuu 2021

Jokainen meistä kohtaa elämänsä aikana kriisejä, ja usein perheellä on osansa kriisistä selviytymisessä. Perheen sisäisillä viestintätavoilla ja -tavoilla on kuitenkin merkitystä siihen, millaista tukea perheeltä saa. Tämän tutkielman tavoitteena oli ymmärtää perheen vuorovaikutussuhteita kriisissä, ja erityisesti sisarusten välistä supportiivista viestintää ja kokemuksia supportiivisesta viestinnästä perheen sisäisessä kriisissä. Tutkielmassa tarkastellaan nuorten aikuisten käsityksiä ja kokemuksia sisaruksilta saadusta ja sisaruksille tarjotusta supportiivisesta viestinnästä sekä jaetun kriisin vaikutuksia sisarussuhteelle. Tutkielman tutkimusongelmaksi muodostui, miten nuoret aikuiset kokevat supportiivisen viestinnän sisarusten kesken perheen sisäisessä kriisitilanteessa.

Tutkielma toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Tutkimusta varten tehtiin 11 puolistrukturoitua teemahaastattelua. Haastatteluun osallistuvien tuli olla iältään 18–29-vuotiaita, ja heillä tuli olla vähintään yksi sisarus. Haastatteluilla kerätty aineisto analysoitiin teemoittelun avulla.

Tutkielman tulokset osoittavat, että sisaruksilta saatu tuki koetaan erittäin tärkeänä silloin, kun kyseessä on juuri perheen sisäinen kriisi. Yhteinen ymmärrys tilanteesta ja vertaisuus voidaan nähdä merkittävänä tekijöinä sen suhteen, keneltä tukea haetaan, ja siksi sisarusten tuki korostuu perheen sisäisessä kriisissä. Yhteisen kriisin myötä vastavuoroisuus tuen tarjoamisessa ja saamisessa korostuu. Kriisin vaikutukset koetaan sisarussuhteelle lähtökohtaisesti hyvin positiivisena, ja kriisin myötä viestintä sisarussuhteessa voi muuttua avoimemmaksi, syvällisemmäksi ja aktiivisemmäksi. Kriisi voidaan kokea jopa käänteentekeväksi asiana sisarussuhteen vuorovaikutukselle.

Sisarusten välisessä tuen tarjoamisessa korostuu emotionaalinen tuki, sillä sisarusten kanssa halutaan erityisesti jakaa tunteita sekä kokemuksia tilanteeseen liittyen. Sisaruksille halutaan tarjota kokemus siitä, että he toimivat haastavassa tilanteessa tiiminä ja koettavat selviytyä tilanteesta yhdessä. Erityisesti vanhemmat sisarukset kokevat tuen tarjoamisen nuoremmille sisaruksille ensisijaisen tärkeänä, ja onnistuneen tuen tarjoamisen koetaan edistävän myös omaa selviytymistä tilanteesta.

Haasteita tuen hakemiselle ja tarjoamiselle sisarusten välillä muodostavat suuret ikäerot ja ikäeroihin liittyvät roolit sekä erilaiset tarpeet ja toimintatavat. Vaikka sisarukselta saatuun tukeen ei oltaisi tyytyväisiä, sen ei haluta vaikuttavan sisarussuhteeseen negatiivisesti.

Avainsanat: Kaksoisprosessoinnin teoria, kriisi, selviytyminen, sisarus, sosiaalinen tuki, supportiivinen viestintä

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin Originality Check -ohjelmalla.

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO	1
2	TEOREETTINEN VIITEKEHYS	3
2.1	Sisaruus ja sisarussuhde	3
2.2	Supportiivinen viestintä	7
2.2.1	Sosiaalisen tuen ja supportiivisen viestinnän käsitteet	7
2.2.1	Tuen hakeminen ja tuen tarjoaminen	10
2.2.2	Supportiivisen vuorovaikutuksen rakentuminen	12
2.2.3	Supportiivinen kuunteleminen	14
2.3	Sisarusten keskinäinen supportiivinen viestintä	15
2.4	Sosiaalisen tuen vaikuttavuus	18
2.4.1	Sosiaalinen tuki ja hyvinvointi	18
2.4.1	Selviytyminen	20
2.4.2	Kaksoisprosessoinnin teoria	21
3	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	24
3.1	Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset	24
3.2	Laadullinen tutkimus	26
3.3	Tutkimushenkilöt	26
3.4	Aineistonkeruu ja haastattelumenetelmä	28
3.5	Aineiston käsittely ja analyysi	29
3.6	Eettiset valinnat	30
4	TULOKSET	32
4.1	Tukeen liittyvä vuorovaikutus	32
4.1.1	Tuen tarjoaminen ja tarpeen ilmaisu sisarusten kesken	32
4.1.2	Erot sisarusten välillä	39
4.2	Sisarusten keskinäisen tuen merkityksellisyys	41
4.2.1	Tukeen liittyvät haasteet kriisitilanteessa	46
4.3	Kriisin vaikutus sisarussuhteeseen	49
5	POHDINTA	54
5.1	Sisarusten välinen tuki	54
5.2	Selviytyminen ja koettu hyvinvointi	57
5.3	Sisarusten välinen suhde ja viestintä suhteessa	60
5.4	Tutkimuksen arviointi	64
5.5	Johtopäätöksiä	67
	KIRJALLISUUS	69
	LIITTEET	80

1 JOHDANTO

Lähes jokainen kokee elämänsä varrella erilaisia kriisejä, jotka vaikuttavat hyvinvointiin pitkällä tai lyhyellä ajanjaksolla. Traumaattisen kriisitilanteen tunnusmerkkejä voivat olla esimerkiksi tilanteen ennustamattomuus ja kontrolloimattomuus sekä ylipäättään tilanteet, jotka koettelevat elämää tai elämänarvoja (Saari 2021). Tässä tutkielmassa kriisiksi määritellään negatiivisena koettu tilanne, jossa yksilö kokee omien voimavarojensa olevan koetuksella, joka koetaan stressaavana ja jonka vuoksi oma hyvinvointi heikkenee. Perheen sisäiseksi kriiseiksi voidaan ymmärtää sellaiset perheeseen liittyvät tapahtumat, jotka horjuttavat arkea ja koettua turvallisuuden tunnetta, kuten perheenjäsenen tai läheisen sairastuminen tai kuolema, onnettomuus tai mikä tahansa negatiivisesti perheen elämään vaikuttava tapahtuma. Kriisi voi tulla vastaan yllättäen tai olla seurausta jostain jo pidempään elämään vaikuttaneesta asiasta. Kriisiä seuraa myös muutos.

Supportiivisella viestinnällä tarkoitetaan verbaalista ja nonverbaalista tuen hakemista sekä tarjoamista. Supportiivinen viestintä on sosiaalisen tuen viestimistä. Sosiaalisen tuen ja supportiivisen viestinnän merkitystä hyvinvoinnille ja haastavista tilanteista selviämiseen on tutkittu paljon, ja sen vaikutukset nähdään merkittävinä sekä hyvinvoinnille että tilanteesta selviytymiselle (esim. Kocot & Goodman 2003; Skok, Harvey & Reddihough 2006).

Sisarussuhde on perheen sisäinen vuorovaikutussuhde, ja perhesuhteiden merkitys nähdään usein keskeisessä roolissa haastavissa elämäntilanteissa ja kriiseissä. Yhteisten lapsuuden kokemusten lisäksi sisarukset jakavat usein geenit sekä perheen sisäisen kulttuurin. Sisarussuhteet voivat kuitenkin olla hyvin erilaisia. Toiset sisarukset ovat läheisiä, kokevat toisensa ystäviksi ja jakavat keskenään monipuolisesti asioita. Toisaalta sisarukset voivat olla hyvin etäisiä ja jopa vieraita toisilleen. Usein sisarussuhteen luonne myös muuttuu elämäntilanteiden vaihtuessa (Carr & Wilder, 2016). Esimerkiksi itsenäistyminen ja muutto omaan kotiin perheen luota voi vaikuttaa merkittävästi sisarusten väliseen viestintään ja suhteeseen. Sisaruutta voidaan kuvata uniikkina ja

usein yhtenä elämän pitkäaikaisimmista ihmissuhteista, ja siksi se on myös tutkimuskohteena mielenkiintoinen.

Vuonna 2018 Suomessa asuvista lapsiperheistä 57,4 prosentilla lapsia oli kaksi tai useampia (Suomen virallinen tilasto), ja tilaston mukaan yli puolella lapsiperheistä on ollut useampia lapsia 1950-luvulta lähtien. Suomessa sisaruus siis kuuluu valtaosan väestöstä elämään. Suomessa sisaruutta viestinnällisestä näkökulmasta tarkastelevaa tutkimusta ei kuitenkaan ole juurikaan tehty. Kansainvälisestikin tutkimus keskittyy lähinnä lapsiin sekä keski-ikäisiin ja vanhempiin sisaruksiin. Nuorten aikuisten sisarussuhteita on tutkittu selkeästi vähemmän (ks. Goodboy, Myers & Patterson, 2009), vaikka varhaisessa aikuisuudessa tapahtuu paljon muutoksia. Sen vuoksi on tarkoituksenmukaista tutkia nuorten aikuisten sisarusten välistä supportiivista viestintää. Tutkielman tarkoituksena on kuvata kattavasti, kuinka nuoret aikuiset kokevat sisaruksilta saatavan sosiaalisen tuen.

Tutkielma toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Tutkielmaa varten haastateltiin 11 nuorta aikuista, jotka olivat kokeneet lähihistoriassa perheen sisäisen kriisin. Tutkielman aineisto analysoitiin teemoittelemalla.

2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

2.1 Sisaruus ja sisarussuhde

Sisaruus on yksi perhesuhteista. Perheen käsite voi olla hyvinkin erilainen riippuen esimerkiksi kulttuurista ja kunkin yksilöllisistä tavoista määritellä perhe. Suomessa Tilastokeskus määrittelee perheen näin: ”Perheen muodostavat yhdessä asuvat avio- tai avoliitossa olevat tai parisuhteensa rekisteröineet henkilöt ja heidän lapsensa, jompikumpi vanhemmista lapsineen sekä avio- ja avopuolisot ja parisuhteensa rekisteröineet henkilöt, joilla ei ole lapsia. Lapsiperheitä ovat perheet, joissa kotona asuu vähintään yksi alle 18-vuotias lapsi.” (Suomen virallinen tilasto b.)

Tässä tutkielmassa perheen käsitettä tarkastellaan viestinnän näkökulmasta. Perhesuhteet perustuvat perheenjäsenten keskinäiseen vuorovaikutukseen, ja viestinnän avulla luodaan yhteyttä perheenjäsenten välille. Viestinnällä rakennetaan perheen todellisuutta ja ihmissuhteita, ja jokaisen perheen viestintään vaikuttaa osaltaan perheen historia (Segrin & Flora 2004, 17). Landerin, Howsaren ja Byrnen (2013, 194) mukaan perhe onkin edelleen ihmisten ensisijainen kiintymyksen, hoivaamisen ja sosiaalistumisen lähde nykyisessä yhteiskunnassamme, ja viestintä perheenjäsenten välillä luo yhteyttä perheen sisällä. Lisäksi on tutkittu, että perheen jakama yhteinen historia ja kokemukset usein lisäävät perheenjäsenten välistä ymmärrystä verrattaessa satunnaisempiin ihmissuhteisiin (Segrin & Flora 2004, 16). Tätä väitettä puoltaa myös Schrodtin ja Phillipsin (2016, 499–500) tutkimus, jonka mukaan esimerkiksi vanhempien luoma keskustelukulttuuri (conversational orientation) ja ympäristö perheessä näkyy sisarusten välillä vielä silloinkin, kun he eivät enää asu samassa taloudessa. Esimerkiksi perheen sisäiset avoimet keskustelut kannustavat ajatusten ja tunteiden jakamiseen sisarusten kesken vielä aikuisuudessakin, ja perheen sisäinen keskustelukulttuuri voi vahvistaa esimerkiksi kokemusta siitä, kuinka tyytyväisiä sisarukset ovat sisarussuhteeseen. Tutkimuksessa tuodaan esiin, kuinka lapsien osallistaminen sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja kannustaminen jakamaan ajatuksia ja tunteita edesauttaa sisarussuhteen pysyvyyttä pitkälle aikuisuudessakin. Myös Samek ja Rueter (2011, 1082) puoltavat tutkimuksessaan, että perheen viestintätyyli ja tavat

viestiä vaikuttavat siihen, kuinka läheiseksi sisarukset toisensa kokevat ja miten sisarussuhteessa viestitään.

Sisaruus on yksi perheen sisäisistä suhteista, ja se on lähtökohtaisesti yksi elämän pitkäaikaisimmista ihmissuhteista. Sisaruus on käsitteenä tunnettu ja usein selkeä. Lähtökohtaisesti sisaruus käsitetään niin, että henkilöillä on samat biologiset vanhemmat. Vanhempien mahdollisten kumppaneiden myötä sisaruus voidaan käsittää myös esimerkiksi puolisisaruksina. Lisäksi esimerkiksi adoptointi ja sijaisvanhemmuus laajentavat näkemystä siitä, kuinka sisaruus määritellään.

Kuten perheen sisäiset muutkin suhteet, myös sisarussuhde on interpersonaalinen vuorovaikutussuhde. Interpersonaalisessa suhteessa viestinnän merkitys on pelkän informaation jakamista syvempi – viestinnän avulla ihminen voi rakentaa merkityksiä, identiteettiä sekä suhteita (Braithwaite & Baxter 2008, 4). Sisarusten välisillä viestintätavoilla on merkitystä koko suhteen ajan, ja sisarusten välinen viestintätyyli voi muuttua suhteen muuttuessa (Myers & Goodboy 2006, 6–7). Tätä ajatusta tukee myös Goodboyn, Myersin ja Pattersonin (2009, 144–145) tutkimus, jonka mukaan ikä vaikuttaa siihen, mistä suhteessa viestitään. Kyseisen tutkimuksen mukaan yli 65-vuotiaana sisarukset puhuvat mieluummin positiivisista asioista ja osallistuvat esimerkiksi perheen tapahtumiin kuin jakavat neuvoja.

Sisarussuhde on ihmissuhteena uniikki sen pitkän keston vuoksi. Sisarusten välinen suhde usein myös muuttaa muotoaan ja esimerkiksi sisarusten läheisyys muuttuu eri elämänvaiheissa. Usein esimerkiksi elämää mullistavat tapahtumat, kuten vanhempien kuolema tai leskeksi jääminen, tuovat sisarukset tiiviisti yhteen (Volkom 2006, 157). Myös Connidis (1989, 435) tunnistaa vastaavanlaisten merkittävien elämäntapahtumien merkityksen sisarussuhteelle: sisarukset, jotka ovat eronneet tai menettäneet kumppanin, näyttävät luottavan toisiinsa paremmin sekä jakavan enemmän asioita keskenään. Myös esimerkiksi fyysinen etäisyys sisarukseen koetaan merkittäväksi vaikuttavaksi tekijäksi sisarussuhteelle ja sen muuttumiselle. Usein fyysinen etäisyys sisarukseen syntyy itsenäisyyden ja omilleen muuton myötä. Scharfin, Shulmanin ja Avigad-Spitzin (2016, 83–85) tutkimus vahvistaa käsitystä siitä, että

varhaisaikuisuudessa sisarusten fyysinen etäisyys usein kasvaa. Heidän tulostensa mukaan fyysinen etäisyys saattaa vaikuttaa suhteeseen niin, että yhteydenpitoa on vähemmän verrattaessa tilanteeseen, jossa sisarukset asuivat yhdessä. Siitä huolimatta tutkimus osoittaa, että välien koettiin lämmenneen. Suhde muuttuu fyysisen etäisyyden myötä myös itsenäisemmäksi, eikä se ole riippuvainen esimerkiksi vanhemmista. Toisaalta Rittentour, Myers ja Brann (2007, 177–178) osoittavat, että jos sisarussuhteessa pystytään tarjoamaan tukea, pysyvät sisarukset sitoutuneina toisiinsa muuttuneista elämäntilanteista, kuten vanhemmuudesta, avioliitosta tai muuttuneesta maantieteellisestä etäisyydestä huolimatta. Sisarussuhteiden tyyppiä kuvataan tutkimuksessa lojaaliksi, mikä osaltaan vahvistaa ajatusta sisarussuhteiden stabiilista luonteesta. Samalla Rittentour ja kumppanit myös puoltavat ajatusta siitä, että sisarussuhteen stabiilista ja vakaasta luonteesta huolimatta emotionaalisen tuen tarjoaminen ja sisarusten väliset viestinnälliset ulottuvuudet ovat yhteydessä sisarusten väliseen toisiinsa sitoutumiseen. Lopulta tutkimus summaa, että sitoutuminen suhteeseen on merkittävässä roolissa suhteen ylläpidon kannalta, vaikkei suhde olisikaan täysin vapaaehtoinen, ja viestinnällä, kuten esimerkiksi tuen tarjoamisella, on merkittävä vaikutus suhteeseen sitoutumiseen.

Sisarussuhteiden vuorovaikutuksessa on havaittu eroja esimerkiksi sukupuolen mukaan. Myersin ja Knoxin (1998, 401) tutkimus osoittaa, että naispuoliset sisarukset käyttävät todennäköisemmin funktionaalisia (functional) viestintätaitoja. Niillä viitataan taitoihin, joilla voidaan vaikuttaa toisen henkilön tunteiden hallintaan. Tällaisia toimia ovat muun muassa lohduttaminen, konfliktinhallinta sekä tiedon välittäminen. (Myers & Knox 1998, 398.) Tässä tutkielmassa näiden taitojen voidaan katsoa liittyvän myös supportiiviseen viestintään. Knoxin ja Myersin tutkimustuloksiin ja havaintoihin viitataan yhä laajasti, kun käsitellään sisarusten välistä viestintää (ks. Rocca, Martin & Dunleavy 2010; Killoren ym. 2014). Myös Rocca, Martin ja Dunleavy (2010, 214–215) osoittavat, että sisarusten sukupuolien välillä voidaan havaita eroavaisuuksia. Tutkimuksen mukaan esimerkiksi naiset viestivät enemmän kiintymyksestä sisaruksiin, ja siskosten välillä viestinnällä tavoitellaan erityisesti tunnetta osallisuudesta. Sama tutkimus nostaa esille, että myös sisarusten lukumäärällä on merkitystä siihen, miksi ja miten sisarusten kesken

viestitään. Jos sisaruksia on useampia, voidaan viestintä kokea palkitsevampana ja miellyttävämpänä. Tätä perustellaan siten, että henkilöillä on enemmän valinnanvaraa sen suhteen, kenen sisaruksen puoleen kääntyy eri tilanteissa. Jos sisaruksia on vain yksi, korostuu esimerkiksi informaation jakaminen sisarussuhteessa. Tutkimuksen mukaan myös sisarusten syntymäjärjestyksellä on vaikutusta siihen, miksi viestitään – nuoremmat sisarukset viestivät enemmän mielihyvän ja rentoutumisen vuoksi, kun taas vanhemmat sisarukset kokevat tarvetta esimerkiksi nuorempien valvomiselle.

Sisarussuhteen ominaisuuksilla on tutkimusten mukaan vaikutusta siihen, millaisia keskusteluja sisarukset käyvät keskenään. Esimerkiksi solidaarisuus, läheisyys sekä luottamus vaikuttavat siihen, kuinka laajasti ja syvästi eri asioita sisarukset keskenään käsittelevät. Tyytyväisyys sisarussuhteeseen vaikuttaa myös siihen, kuinka paljon sisaruksen kanssa haluaa olla yhteydessä (Rocca & Martin 1998, 87). Tämä on otettava huomioon myös tässä tutkielmassa, sillä aikuisuuden myötä sisarussuhde muuttuu aiempaa vapaaehtoisemmaksi esimerkiksi omilleen muuton myötä, ja se voi vaikuttaa sisarusten välisen yhteydenpidon aktiivisuuteen merkittävästikin. Sisarusten väliseen yhteydenpitoon liittyen Lindell, Campione-Barr ja Killoren (2015, 572–573) ovat havainneet, että teknologia on merkittävässä roolissa sisarussuhteen ylläpidossa ja sisarusten välisessä viestinnässä erityisesti siitä eteenpäin, kun joku sisaruksista on muuttanut pois lapsuudenkodista. Tutkimuksessa kuitenkin tuodaan esiin, että suuri osa vastaajista koki viestinnän olevan melko vähäistä varhaisaikuisuudessa sisarusten kesken, sillä murrosiän aikana ihmisen sosiaaliset piirit laajenevat usein merkittävästi perheen ulkopuolelle. Vähäisestä viestinnästä huolimatta sisarussuhde koettiin vakaana. Lindellin ja kumppaneiden tutkimuksen havainnot kuitenkin osoittavat myös, että viestinnällä on suuri merkitys suhteen ylläpidon kannalta.

Mahdollisen fyysisen etäisyyden lisäksi varhaisaikuisuudessa sisarusten välisissä suhteissa tapahtuu muitakin muutoksia. Hamwey ym. (2018, 2502) nostavat esiin, että esimerkiksi sisarusten tapa viestiä keskenään muuttuu usein vanhenemisen myötä riidanhakuisesta keskustelevimerkiksi, ja aiheita myös osataan käsitellä sisarusten kesken laajemmin esimerkiksi moraalisisista tai poliittisista näkökulmista. Kuten Roccan ja

Martinin (1998) myös Hamweyn ja kumppaneiden tutkimuksessa tuodaan esiin, että sisarussuhde muuttuu aiempaa vapaaehtoisemmaksi aikuisuuden myötä. Sisarussuhdetta ei aikuistuesssa haluttu enää pelkästään ylläpitää, vaan suhde syveni ja muuttui vähemmän ristiriitaiseksi.

Sisarussuhteen voidaan siis todeta olevan uniikki vuorovaikutussuhde, joka muuttuu elämäntilanteiden myötä, ja erityisesti varhaisaikuisuuden ja siihen liittyvien muutoksien myötä tavat viestiä ja aiheet keskusteluille muuttuvat. Ystävyyssuhteisiin verrattuna sisarussuhteen voidaan todeta olevan vähemmän vapaaehtoinen ja sisarusten yhteisten lapsuudenkokemusten jakamisen lisäävän turvallisuuden tunnetta suhteessa. Sisarusten välisiä suhteita tarkasteltaessa on myös huomioitava laajemmin erilaiset perhetaustat ja vuorovaikutuskulttuuri perheen sisällä sekä esimerkiksi sisarusten lukumäärä. Tämän tutkielman kannalta on merkittävää huomioida juuri elämäntilanteiden ja esimerkiksi itsenäistymisen tuomat muutokset sisarussuhteeseen, sillä tutkielmassa keskitytään erityisesti nuorten aikuisten kokemuksiin supportiivisesta viestinnästä sisarusten kesken.

2.2 Supportiivinen viestintä

2.2.1 Sosiaalisen tuen ja supportiivisen viestinnän käsitteet

Termillä sosiaalinen tuki tarkoitetaan viestintäkäyttäytymistä, jonka tavoitteena on auttaa ahdistunutta tai haastavaa elämäntilannetta läpikäyvää henkilöä selviytymään tilanteesta. Supportiivisessa viestinnässä vuorovaikutuksen avulla on tarkoitus vähentää epävarmuutta ja edistää kokemusta haastavan tilanteen hallinnasta. Termiin voidaan yhdistää esimerkiksi ajatuksien ja kokemusten vaihtaminen tilanteeseen liittyen. Käsitteeseen liitetään kiinteästi emotionaalisesta hyvinvoinnista huolehtiminen ja tuen saaminen tilanteissa, joissa se koetaan tarpeelliseksi. (Albrecht & Adelman 1987, 14.) Käsitteeseen yhdistetään myös kokemukset esimerkiksi välittämisestä ja rakastetuksi tulemisesta ja tuen saamiseen voidaan liittää lisääntynyt hallinnan tunne ympäristöstä tai meneillään olevasta tilanteesta. Sosiaalisen tuen myötä yksilö ikään kuin kiinnittyy sosiaaliseen ympäristöönsä, ja se voi auttaa suhtautumaan vallitsevaan ympäristöön positiivisemmin. Sosiaalinen tuki tarjoaa mahdollisuuden tuulettaa ajatuksia, vähentää

epävarmuutta haastavina aikoina ja edistää henkistä sekä fyysistä palautumista. (Albrecht & Adleman 1984, 3–7.) Näiden sosiaaliseen tukeen liitettyjen positiivisten vaikutuksien vuoksi se on yksi tutkituimpia sosiaalisia prosesseja (Goldsmith 2004, 10). Sosiaalista tukea voidaan pitää jopa oletuksena läheisessä vuorovaikutussuhteessa, ja se yhdistetään esimerkiksi terveyteen ja hyvinvointiin sekä stressinhallintaan ja ihmissuhteen tyydyttävyyteen (Goldsmith 2004, 10). Sosiaalisen tuen määritelmään sisältyy myös tunne ja luotto siihen, että tukea on tarvittaessa saatavilla, vaikka juuri kyseisellä hetkellä tuelle ei olisi tarvetta (Canavan, Pinkerton & Dolan 2016, 15).

Sosiaalinen tuki on niin laaja käsite, ettei sitä voida kuvata yksittäisenä mallina tai teoriana, vaan sen nähdään olevan kattotermi käsitteille, teorioille ja tavoille, joilla kuvataan sitoutuneisuuden vaikutusta hyvinvointiin sosiaalisissa suhteissa (Goldsmith 2004, 12). Cobbin (1976, 300–301) mukaan sosiaaliseen tukeen liittyy kolme erilaista ulottuvuutta, jotka ovat

- 1) tunne siitä, että tuen hakijasta välitetään. Tällaista tukea tarjotaan erityisesti läheisissä suhteissa, joissa henkilöt kokevat luottamusta toisiaan kohtaan.
- 2) tunne siitä, että tuen hakijaa arvostetaan. Tällainen tuki edistää tuen hakijan uskoa omaan arvoonsa.
- 3) kokemus siitä, että tuen hakija kuuluu osaksi jotain yhteisöä. Tähän ulottuvuuteen liittyy ajatus siitä, että muutkin ovat tietoisia tilanteesta ja ymmärtävät sen. Yhteisö esimerkiksi tietää, mitä on tapahtunut, mistä tilanne on alkanut ja mitä välineitä ja palveluja voidaan hyödyntää tilanteen selvittämiseksi.

Sosiaalisen tuen käsite voidaan jakaa myös havaittuun tukeen (*perceived*) ja toteutuneeseen tukeen (*enacted*). Erityisesti havaitulla tuella on huomattu olevan positiivisia vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen. Havaitulla tuella tarkoitetaan ihmisen kokemusta ja uskoa siitä, että tukea on saatavilla, jos sitä tarvitaan. Kokemus siis heijastaa käsitystä ihmissuhteesta. Toteutunut tuki puolestaan tarkoittaa konkreettisia tekoja, joilla tukea tarjotaan. (Uchino 2009, 54.)

Toteutunut tuki voidaan luokitella edelleen erilaisiin tyypeihin, joita ovat emotionaalinen tuki (*emotional support*), tietopohjainen tuki (*informational support*) sekä aineellinen tuki (*tangible support*). Emotionaalisella tuella tarkoitetaan esimerkiksi empatiaa ja huolehtimista. Tietopohjaiseen tukeen liitetään tiedon, neuvojen ja uusien näkökulmien tarjoaminen tilanteeseen. Aineellinen tuki voi puolestaan olla esimerkiksi palveluiden ja tavaroiden tarjoamista tukea tarvitsevalle. (Goldsmith 2004, 13.) Tietopohjainen tuki voidaan jakaa edelleen ongelmakeskeiseen ja ratkaisukeskeiseen tukeen. Ongelmakeskeisessä tavassa tuen antaja voi tarjota uutta tietoa aiheeseen liittyen, mutta analysointi ja ongelman järjestely uudelleen ovat kyseisen tuen tyyppien ydintä. Ratkaisukeskeinen tuki puolestaan keskittyy tapoihin ja tekoihin, joilla voidaan suoraan vaikuttaa tilanteeseen, ja tällöin analysointi jää vähemmälle huomiolle. Ratkaisu ei välttämättä kohdistu suoraan ongelmaan, vaan se voi pyrkiä vaikuttamaan esimerkiksi ajattelutapaan. (Mikkola 2020, 153.)

Canavan ym. (2016, 16) mukaan suhteen läheisyys, vastavuoroisuus ja kestävyys ovat ominaisuuksia, joilla sosiaalisen tuen laatua ja kokemuksia sosiaaliseen tukeen liittyen voidaan arvioida. Suhteen läheisyydellä on vaikutusta siihen, miten paljon tukea voidaan antaa ja olettaa saatavan kyseisessä vuorovaikutussuhteessa. Sosiaalisen tuen käsitteeseen voidaan myös liittää ajatus siitä, että molemmat osapuolet antavat ja saavat tukea tasapuolisesti. Tätä kutsutaan vastavuoroisuudeksi. Vastavuoroisuuden määritelmään liittyy, että molemmat osapuolet kokevat, että tukea on tarvittaessa saatavilla. Suhteen kestävyydellä puolestaan tarkoitetaan ihmissuhteen kestoa. Näkemyksen mukaan parhaimpia sosiaalisen tuen antajia ovat henkilöt, jotka tukea tarvitseva on tuntenut pitkään.

Kun sosiaalista tukea lähestytään erityisesti viestinnän ja sen prosessien kautta, käytetään usein termiä supportiivinen viestintä. Tässä tutkielmassa tuesta puhuttaessa käytetään termiä supportiivinen viestintä juuri viestinnällisen näkökulman takia. Sosiaalinen tuki ja supportiivinen viestintä ovat käsitteinä hyvin läheisiä, lähes rinnasteisia. Supportiivisen viestinnän tutkimuksessa viestintä on keskeisessä roolissa, ja siihen liitetään sekä verbaalisen että nonverbaalisen avun tarjoaminen ja hakeminen

(MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 323). Viestinnällisestä näkökulmasta tarkasteltuna supportiivinen viestintä tarkoittaa niiden viestien tutkimista, joiden avulla ihmiset sekä hakevat että tarjoavat tukea. Myös supportiivisten viestien tuottaminen ja tulkitseminen vuorovaikutussuhteissa liittyy supportiiviseen viestintään (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 327).

Usein supportiivista viestintää tarkasteltaessa keskitytään käyttäytymiseen, jonka tarkoituksena on vähentää tuettavan henkilön ahdistusta ja edistää tilannetta helpottavan ratkaisun syntymistä (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 323). Supportiivisen viestinnän keskiössä voidaan siis sanoa olevaan se, miten viestit vaikuttavat vastaanottajaan ja tämän kokemuksiin haastavasta tilanteesta. Supportiivisen viestinnän voidaan nähdä edistävän terveyttä tarjoamalla tietoa, motivoimalla parempiin toimintatapoihin, vahvistamalla itsetuntoa ja vähentämällä kokemusta ahdistuksesta. (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 323.)

Koska supportiivinen viestintä tarkoittaa sosiaalisen tuen viestimistä, myös supportiivinen viestintä voidaan jakaa erilaisiin tuen tyypeihin. Tuen tyyppin valitsemiseen vaikuttavat erityisesti tuettavan henkilön tarpeet ja tuen tarpeen aiheuttanut tilanne. On siis tärkeää, että tarjottava tuki on relevanttia tuen saajan kokeman stressitekijän kannalta. Usein hyvinvointia ja selviytymistä edistävien viestien vaikuttavuutta kuitenkin vähentää se, että kohdatut kriisit ja stressitekijät voivat olla hyvin moniulotteisia, jolloin myös tarjotun tuen tulisi olla hyvin monipuolista. Lisäksi viestintä ja vuorovaikutus tilanteessa on usein tulkittavissa monin eri tavoin, ja se lisää haastetta onnistuneen tuen tarjoamiseen. (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 332.)

2.2.1 Tuen hakeminen ja tuen tarjoaminen

Tukeen liittyen keskusteluista on usein mahdollista erottaa tuen hakija ja tuen tarjoaja, ja supportiivista viestintää voidaankin tarkastella sekä tuen hakijan että tarjoajan näkökulmasta. Tuen tarjoamisen keinoja ovat esimerkiksi hyväksynnän ilmaiseminen tai turhautumisen purkamisen mahdollistaminen tuen hakijalle. Tällaiset teot voivat sekä lisätä tuen hakijan varmuutta haastavassa tilanteessa että kehittää viestintätaitoja,

joiden avulla kriisitilanteista on mahdollista selvitä jatkossa (Albrecht & Adeleman 1984, 9). Tuen tarjoaja voi olla kuka tahansa ammattilaisesta perhe- ja ystäväpiiriin. Myös täysin tuntemattomien auttajien merkitys on korostunut internetin myötä. Kuitenkin perheenjäsenten, ystävien ja kumppaneiden voidaan todeta olevan suosituimpia ja tavallisimpia tuen tarjoajia. Tuen hakemisella puolestaan tarkoitetaan viestinnällistä toimintaa, jonka tarkoituksena on saada tukea toiselta ihmiseltä. Tuen hakeminen voidaan jakaa verbaaliseen ja nonverbaaliseen sekä suoraan ja epäsuoraan strategiaan. Strategian valitsemiseen vaikuttaa esimerkiksi se, millaisia riskejä tuen hakemiseen liitetään. (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 330.) Tuen hakemiseen vaikuttavat monet eri tekijät, kuten sukupuoli, henkilön selviytymisstrategia, kiintymyssuhde sekä vallitseva tuen hakemisen kulttuuri. Kognitiiviset valmiudet sekä käyttäytymismallit vaikuttavat puolestaan siihen, kuinka hyvin tukea tarvitseva henkilö kykenee vastaanottamaan ja hyödyntämään tarjolla olevaa tukea (Vélez ym. 2016, 1131).

Tuen hakijan ja saajan väliset roolit voivat kuitenkin hämärtyä, jos haaste on molemmille yhteinen. Silloin voidaan puhua yhteisestä selviytymisestä (communal coping) (Goldsmith 2004, 122). Tällöin molempien keskustelijoiden voidaan katsoa olevan osa ratkaisun etsimistä ja tuen tarjoajia sekä saajia. Esimerkiksi puolison sairastuessa vakavasti, voi suhteen terve osapuoli kokea yhtä paljon tai jopa enemmän stressiä kuin sairastunut osapuoli. Usein tällaisessa tilanteessa pari muodostaa ilmapiirin, jossa molemmat sekä tarjoavat että saavat tukea. Heidän voidaan nähdä koettavan selviytyä tilanteesta yhdessä. (Goldsmith 2004, 133.) Yhteisen selviytymisen käsitettä vahvistaa Richardsonin ja Maningerin tutkimus (2016, 111–114). Heidän mukaansa yhteisen selviytymisen käsitteeseen liittyy ymmärrys ja kokemus siitä, että muutkin käyvät läpi samoja tunteita ja haasteita. Richardson ja Maninger osoittavat, että viestintä on merkittävässä roolissa yhteisessä selviytymisessä, sillä tilanteessa ongelma tulee jakaa muiden kanssa. Ajatukseen ongelman jakamisesta liittyy sekä muiden huolien kuunteleminen että omien ajatuksien ja tunteiden avaaminen muille.

Tuen hakijan ja tuen tarjoajan välinen suhde ja se, miten tukea on aiemmin annettu ja saatu tietyssä suhteessa vaikuttavat tuen hakemiseen kyseisessä suhteessa (Brock &

Lawrence 2010, 6). Albrecht ja Adelman (1984, 7–8) tuovat esiin, että tuen antaja voi olla täysin ulkopuolinen, jopa vieras henkilö, jolle asiayhteys ei ole lainkaan tuttu. Tällaisia ulkopuolisia tuen antajia (urban agents) voivat olla esimerkiksi kampaajat ja baarityöntekijät tai jo aiemmin mainitut internetistä löydetyt tukijat. He kuitenkin osoittavat myös, että tuki voi olla vaikuttavampaa henkilöltä, joka tuntee asiayhteyden ja on osa mahdollista yhteisöä. Esimerkiksi työasioihin liittyen kollega on kumppania vaikuttavampi tuen antaja. Tulosta perustellaan sillä, että tällöin tuen antaja jakaa yhteisen merkityksen tuen saajan kanssa ja tuntee tilanteen kokonaisvaltaisemmin ulkopuoliseen tukijaan verrattaessa. Samaa tulosta tukee myös Mikkola (2009, 39). Nämä havainnot liittyvät kiinteästi myös tähän tutkielmaan, sillä supportiivista viestintää tarkastellaan perheen sisäiseen kriisiin liittyen, joten jaettujen merkityksien ja kokemusten roolia on mahdollista tarkastella.

Tuen hakemiseen ja tarjoamiseen liittyen Goldsmith (2004, 135–136) erottaa toisistaan rutiinikeskustelut sekä selvemmin ongelmasta ja vakavista aiheista keskustelemisen. Rutiinikeskustelut voivat olla esimerkiksi juoruaamista, arkisista toimista puhumista ja suunnitelmien tekemistä. Arkinen keskustelu voi kuitenkin olla myös johdatus vakavampiin aiheisiin ja tarjota mahdollisuuden siirtyä keskustelemaan esimerkiksi ongelmista. Sekä rutiinikeskustelut että ongelmista keskusteleminen ovat osa tyydyttävää ihmissuhdetta ja voivat tarjota kokemuksen sosiaalisesta tuesta. Aina tuen tarjoaminen ei siis ole tarkoituksellista, ja pelkkä läsnäolo ja arkisista asioista keskusteleminen voi tarjota kokemuksen tuesta.

2.2.2 Supportiivisen vuorovaikutuksen rakentuminen

Supportiiviseen viestintään liittyen voidaan tarkastella sitä, kuinka tukea tarjotaan, millaista vuorovaikutusta tukeen liittyy ja mitkä vuorovaikutusteot ohjaavat tukeen liittyvää keskustelua. Myös viestinnän tarkoituksenmukaisuus ja kohdentaminen juuri kyseessä olevaan tilanteeseen ovat osa supportiivisen viestinnän tarkastelua. (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 324.) Barbee ja Cunningham (1995) ovat MacGeorgen, Fengin ja Burlesonin (2011, 328) mukaan tunnistaneetkin neljä vaihetta, joista supportiivinen episodi rakentuu.

- 1) Havainto tuen tarpeesta. Havainto voi syntyä tarkoituksellisesti tai tahattomasti. Tarkoituksellisella tuen hakemisella tarkoitetaan sitä, kun apua tai tukea pyydetään suoraan. Tahaton tuen hakeminen puolestaan tarkoittaa tilannetta, jossa tuen tarjoaja huomaa, että toinen henkilö tarvitsee apua tai tukea.
- 2) Tuen antaminen. Tällä tarkoitetaan tuen tarjoajan viestejä tuen saajalle.
- 3) Kohteen reaktio. Reaktio tarkoittaa sitä, miten supportiiviset viestit vastaanotetaan.
- 4) Auttajan reaktio. Tällä tarkoitetaan sitä, miten auttaja reagoi autettavan vastaukseen. Auttajan reaktiosta riippuen keskustelu aiheeseen liittyen voi päättyä tai jatkua ja syventyä.

Supportiiviseen episodiin ja sen vaiheisiin liittyen on kuitenkin huomioitava, että keskustelu voi sisältää keskeytyksiä, aiheen vaihtumista tai muita tapahtumia, jotka voivat vaikuttaa prosessiin tai jopa keskeyttää sen.

Supportiivisen viestinnän antamiseen liittyy myös haasteita, eikä lopputulos ole aina tarkoituksenmukainen (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 329). Toisinaan tuen antajan taidot eivät riitä oikeanlaisen tuen antamiseen. Esimerkiksi motivaation tai herkkyyden puute voi johtaa siihen, ettei tuki tunnu aidolta tai tarkoituksenmukaiselta. Pahimmillaan tuen tarjoaminen voi johtaa vastaanottajan negatiiviseen reaktioon, jolloin koettu stressi ja ahdistus voivat jopa lisääntyä (Vangelisti 2009, 44). Tällaisen reaktion voi aiheuttaa esimerkiksi negatiivisesta lähtökohdasta tarjottu tuki: ”En voi uskoa, että toimit niin tyhmästi”. Myös Goldsmithin ja Albrechtin tutkimus (1993, 155–157) tukee ajatusta siitä, että tuki ei ole aina yksiselitteisesti positiivisesti vaikuttava tekijä, vaan lopputulokseen vaikuttavat sekä keinot tuen tarjoamiselle että tuen antaja. Goldsmith (2004, 78–79) tuo myös esiin haasteet, jotka liittyvät erityisesti tietopohjaisen tuen tarjoamiseen – tuen hakija ei aina kaipaa neuvoja, vaan esimerkiksi kuuntelijaa. Toisaalta neuvot ja ratkaisuehdotukset voivat kuitenkin olla myös asioita, joita tuen hakija kaipaa, joten tilannetta tulisi aina tulkita ja toimia sen mukaan. Samaa ajatusta vahvistavat MacGeorge, Feng ja Burleson (2011, 332) korostamalla, että tarjottavan tuen ja viestien on oltava relevantteja juuri kyseisen kriisin kontekstissa ja kriisin

hakijalle. Voidaan siis todeta, että tuen hakemista ja saamista tarkasteltaessa tulisi huomioida tukeen liittyvän viestinnän ja kriisin aiheuttaneiden tekijöiden moninaisuus. Oikeanlaisen tuen tarjoamisella voidaan kuitenkin vaikuttaa koettuun ahdistukseen ja tilanteesta selviämiseen.

2.2.3 Supporttiivinen kuunteleminen

Tukeminen haastavassa tilanteessa on muutakin, kuin sanoja, tekoja ja ratkaisuehdotuksia, sillä myös kuunteleminen on osa supporttiivista viestintää. Jonesin (2011, 85) mukaan supporttiivisen kuuntelun erottaa muista kuuntelemisen muodoista se, että supporttiivinen kuunteleminen vaatii emotionaalista osallistumista sekä tuen hakijan tunteiden tulkitsemista ja tunteisiin reagointia. Keaton, Bodie ja Keteyian (2015, 489–490) puolestaan tiivistävät, että supporttiivisen kuuntelun tulisi keskittyä aktiivisesti tukea hakevan huolenaiheisiin. Bodie, Vickery ja Gearhart (2013, 46–47) määrittelevät supporttiivisen kuuntelun joukoksi erilaisia käyttäytymisvasteita. Heidän mukaansa ”hyvän” kuuntelijan piirteitä ovat esimerkiksi tarkkaavaisuus, reagoiminen kuulemaan, ystävällisyys sekä keskusteluvirran edistäminen. Supporttiivisen kuuntelun toteuttamisessa on tärkeää, että kuuntelija aidosti elää tilanteessa mukana, eikä vain valitse esitetyistä asioista yksityiskohtia tai yksittäisiä tunnereaktioita. Esimerkiksi niin kutsutut satunnaiset kuuntelijat kommentoivat niitä asioita, joita haluavat ja joihin on helppo tarttua, mutta näillä toimilla ei useinkaan ole kognitiivista vaikutusta tuen hakijalle (Jones 2011, 98–99).

Supporttiiviseen kuunteluun liittyen kuuntelijat voivat itse kokea paineita siitä, että heiltä odotetaan muutakin kuin kuuntelua. Se ei välttämättä ole kuitenkaan tuen hakijan kokemus tai toive (Jones 2011, 90). Vaikka kuuntelu itsessään voi riittää tuen kokemisen tarjoamiseen, supporttiiviseen kuunteluun ja sen piirteisiin voidaan kuitenkin yhdistää muutakin toimintaa kuin pelkkä kuuntelu. Esimerkiksi tukevat ja rohkaisevat sanat voivat olla osa supporttiivista kuuntelua. Supporttiivisen kuuntelemisen tavaksi luokitellaan myös niin sanottu aktiivinen kuuntelu, johon kuuluu esimerkiksi pyrkimys ongelman ratkaisemiseen.

Supportiivisen kuuntelun piirteisiin ja ominaisuuksiin siis yhdistetään vahvasti ajatus siitä, että tuettavan huolenaiheiden täytyy olla keskustelun ja toiminnan keskiössä ja tuettavan tunteisiin ja kokemuksiin tulisi reagoida. Jonesin (2011, 98) mukaan kuunteleminen itsessään on merkittävässä roolissa emotionaalisen tuen tarjoamista. Bodie, Vickery ja Gearhart (2013, 46–47) esittävät lisäksi, että kuunteleminen on myös merkittävässä roolissa ylipäättään läheisten suhteiden muodostamisessa ja ylläpitämisessä.

2.3 Sisarusten keskinäinen supportiivinen viestintä

Sisarusten välistä sosiaalista tukea on tutkittu lapsuudessa sekä myöhäisessä aikuisuudessa, mutta nuorten aikuisten välillä tutkimus on jäänyt melko vähäiseksi (ks. Stocker ym. 2020; Portner & Riggs 2016). Esimerkiksi Volkomin (2006, 157–158) artikkelista ilmenee, että sosiaalisen tuen merkitys on voimakasta keski-ikäisten ja sitä vanhempien sisarusten välillä, sillä silloin sisarukset ovat usein merkittävä osa henkilön koko sosiaalista verkostoa. Milevskyn (2005, 753) tutkimuksen mukaan sisarusten välisen sosiaalisen tuen merkitys on kuitenkin huomattava myös nuorille aikuisille. Tutkimus osoittaa, että sisarusten välisellä tuella voidaan kompensoida ystävien tai vanhempien tarjoamaa vähäistä tukea. Rittentour, Myers ja Brann (2007, 176) puolestaan havaitsivat, että tuen jakaminen sisarussuhteessa vaikuttaa positiivisesti suhteen kestoon ja jatkuvuuteen, sillä sisarukset, jotka tarjoavat tukea toisilleen, ovat myös sitoutuneempia suhteeseen. Sisarusten tarjoaman tuen ja sen vaikutuksia sisarussuhteelle ovat tutkineet myös Conger, Stocker ja McGuire (2009, 53–55). He ovat luoneet mallin, joka havainnollistaa, kuinka positiivisena koettu sisarussuhde edistää tuen tarjoamista, jos perhe kohtaa haasteen. Kyseisen mallin mukaan ”laadukkaina” koetut sisarussuhteet voivat vähentää ja puskuroida negatiivisten tapahtumien negatiivisia vaikutuksia sisarussuhteelle. Vastaavasti negatiiviset kokemukset sisarussuhteista voivat vahvistua sisarusten välisistä negatiivisena koetuista vuorovaikutustilanteista, ja nämä negatiiviset kokemukset voivat näyttäytyä suhteessa negatiivisesti myöhemminkin. Samassa tutkimuksessa tuodaan esiin ylipäättään sisarusten merkitys tuen tarjoajina stressaavissa tilanteissa.

Canavan ym. (2016, 16) mukaan suhteen kesto on yksi ominaisuuksista, jotka vaikuttavat merkittävästi sosiaalisen tuen antamiseen ja saamiseen. Kyseisen tutkimuksen mukaan parhaiten sosiaalista tukea pystyvät tarjoamaan henkilöt, jotka ovat olleet tukea tarvitsevan henkilön elämässä jo pidemmän aikaa. Perheenjäsenten, esimerkiksi sisarusten, merkitystä sosiaalisen tuen tarjoajina tukee myös se, että perhesuhteet eivät ole täysin vapaaehtoisia. Näin ollen tukea tarvitsevan henkilön on helpompi luottaa siihen, että tukea haettaessa ei tule hylätyksi. Samasta syystä sisaruksilta tuen hakeminen on erilaista verrattaessa esimerkiksi ystäviin ja puolisoon, sillä kyseiset suhteet ovat niin sanottuja vapaaehtoisia suhteita. (Carr & Wilder 2016, 2.) On kuitenkin huomioitava, että lapsuudesta aikuisuuteen siirryttäessä sisarussuhteen luonne muuttuu vahvemmin vapaaehtoiseksi, ja sisarusten välit voivat sen myötä myös muuttua (Carr & Wilder 2016, 6). Toisaalta suhteen luonteen muuttuminen vapaaehtoisemmaksi voi motivoida sosiaalisen tuen tarjoamiseen, sillä Myersin ym. (2011, 154) tutkimuksen mukaan sosiaalisen tuen tarjoaminen voi olla strateginen ratkaisu suhteen ylläpitämisen edistämiseksi. Tutkimustulosta selitettiin niin, että sisaruksilla voi olla tarve vähentää heidän suhteessaan vallitsevaa epävarmuutta tai että he haluavat muistuttaa sisarussuhteen tärkeydestä ja merkityksestä. Toisaalta taas Whiten (2001, 563) tutkimuksen mukaan sisarusten välinen supportiivinen viestintä vähenee juuri varhaisaikuisuudessa sisarusten kesken.

Dorrance Hall ja Shebib (2020, 621–623) osoittavat, että jos sisaruksia on useampia, voidaan heidän välillään havaita erilaisia suhteita ja esimerkiksi yksi sisaruksista voi tuntua läheisemmältä toisiin sisaruksiin verrattaessa. Tutkimuksen mukaan sisarukselta, jonka henkilö kokee läheisimmäksi, saa myös eniten sosiaalista tukea sen kaikissa muodoissa. Tutkimuksessaan Dorrance Hall ja Shebib osoittavat, että tuen saaminen myös vaikuttaa entisestään sisarussuhteessa koettavaan tyytyväisyyteen niin, että mitä enemmän sisarukselta saa tukea, sitä tyytyväisempiä suhteeseen ollaan. Tuen kokeminen lisää tyytyväisyyttä myös niiden sisarusten välillä, jotka eivät koe toisiaan lähimmäisiksi sisarusparvessa. Kyseisen tutkimuksen mukaan sisarussuhteen luonne kuitenkin vaikutti toiveisiin saatavasta tuesta. Vähemmän läheisiltä sisaruksilta ei haluttu saada esimerkiksi neuvoja tai ratkaisuja, vaan liian ratkaisukeskeinen tuki

sellaisessa suhteessa heikensi tyytyväisyyttä suhteeseen. Tutkimus myös osoittaa, että sosiaalisen tuen havainnointi ja kokemukset voivat olla hyvinkin erilaisia perheen sisällä. Esimerkiksi samankaltaisia viestejä, jotka tulevat eri sisaruksilta, voidaan tulkita positiivisesti tai negatiivisesti riippuen sisarusten läheisyydestä. Myös Mikkelson, Floyd ja Pauley (2011, 232–233) ovat tarkastelleet sisarusten läheisyyden ja tuen yhteyttä, ja heidän tutkimuksensa mukaan sisarussuhteessa koetulla henkisellä läheisyydellä voi olla vaikutusta tuen saamiseen sisarussuhteessa. Samassa tutkimuksessa todettiin, että geneettinen läheisyys voi lisätä tunnetta samankaltaisuudesta, joka taas voi osaltaan vaikuttaa kokemukseen suhteen läheisyydestä, mutta näiden tekijöiden suhde kaipaa kuitenkin vielä lisätutkimusta. Killoren ja Roach (2014, 240) tutkivat puolestaan erityisesti siskojen välistä viestintää ja tukea. Tutkimuksen mukaan sisko voi näyttäytyä uskottuna, tuen lähteenä sekä mentorina. Siskokset esimerkiksi voivat vahvistaa toistensa ajatuksia ja mielipiteitä ja keskustella eri ihmissuhteissa ilmenevistä haasteista. Tutkimus osoittaa, että ikäjärjestyksestä huolimatta siskokset pystyvät tukemaan toisiaan ja vahvistamaan toistensa ajatuksia. Vanhemmat siskot kuitenkin antoivat useammin neuvoja nuoremmille, kun taas nuoremman rooliin kuului vahvemmin oppiminen vanhempien siskojen kokemuksista (Killoren & Roach 2014, 240).

Vaikka sisaruutta pidetään usein elämänpituisena ihmissuhteena, ei kuitenkaan voida olettaa, että sisarukset ovat aina valmiina aktivoitumaan tuen tarjoajiksi. Voorpostelin ja Van Der Lippen (2007, 1276–1280) mukaan sisarussuhdetta täytyy ylläpitää säännöllisellä vuorovaikutuksella, jotta tuen saaminen olisi mahdollista tarvittaessa. Tutkimus osoittaa, että tiiviimmin tekemisissä olevat sisarukset tarjoavat myös enemmän emotionaalista tukea toisilleen. Lisäksi Voorpostel ja Van Der Lippe tuovat esiin, että fyysinen etäisyys voi kuitenkin myös lisätä emotionaalisen tuen saamista sisarussuhteessa. Tätä perustellaan sillä, että kasvaneen maantieteellisen etäisyyden myötä vuorovaikutuksessa lisääntyy henkilökohtaisista asioista puhuminen esimerkiksi tapahtumiin osallistumisen sijasta. Näin ollen voidaan nähdä, että sekä sisarussuhteen yhteydenpidon aktiivisuudella että tyylillä on merkitystä siihen, millaista tukea sisaruksilta saadaan tarpeen vaatiessa. Toisaalta taas Jensenin ym. (2018, 395–396)

tutkimuksessa havaitaan, että kauempana asuville sisaruksille tarjotaan todennäköisesti vähemmän tukea kuin lähellä asuville. Myersin (2011, 56) mukaan tuen saaminen sisarukselta voi olla myös yksi keskeinen syy ja motiivi ylipäättään suhteen ylläpidolle. Kyseisessä tutkimuksessa sisarusten väliseksi tueksi kuvailtiin esimerkiksi kokemusta siitä, että sisarus on ollut aina tarvittaessa paikalla ja läsnä, sisarusten keskinäistä toisiensa kannustamista sekä läpi elämän kestänyttä huolenpitoa.

Sisarussuhteen voidaan siis nähdä olevan merkittävä tuen lähde suhteen pitkän keston vuoksi, sillä se tuo turvaa ja vakautta ihmissuhteeseen. Tuen tarjoaminen sisarusten kesken voi myös lisätä tyytyväisyyttä suhteeseen, mutta tuen saamista sisaruksilta tai sen positiivisia vaikutuksia ei tulisi pitää itsestäänselvyytenä – saatu tuki voidaan tulkita myös negatiivisena ja sisarusten väliseen tukeen vaikuttaa se, millaisena suhde koetaan. Tämän tutkielman kannalta itsenäistyminen ja omilleen muutto varhaisaikuisuudessa on huomioitava asia, sillä sisarusten välinen fyysinen etäisyys kasvaa itsenäistymisen myötä, eikä viestintä ole enää samalla tavalla itsestäänselvyyttä kuin perheen yhteisessä kodissa asuessa. Se voi vaikuttaa yhteydenpitoon ja vuorovaikutukseen sisarussuhteessa. Myös havainnot liittyen sisarussuhteeseen liitettävään turvallisuuden tunteeseen ja sosiaalisen tuen tarjoamisen ja saamisen vaikutukset sisarussuhteelle liittyvät kiinteästi tähän tutkielmaan.

2.4 Sosiaalisen tuen vaikuttavuus

2.4.1 Sosiaalinen tuki ja hyvinvointi

Sekä sosiaalisella tuella että supportiivisella viestinnällä on havaittu yhteys ihmisen hyvinvointiin: supportiivisen viestinnän ensisijainen tarkoitus on lisätä viestien vastaanottajan hyvinvointia. Supportiivisella viestinnällä voidaan vaikuttaa sekä psyykkiseen että fyysiseen terveyteen. (MacGeorge, Feng & Burleson 2011, 323.) Sosiaalisen tuen ja supportiivisen viestinnän merkitys hyvinvoinnille on tunnettu jo pitkään ja sosiaalinen tuki vaikuttaa tutkitusti monipuolisesti ihmisen hyvinvointiin. Esimerkiksi perheen sisällä vanhempien tarjoaman tuen on havaittu kehittävä muun muassa sosiaalisia taitoja ja itsevarmuutta (Uchino 2009, 236). Perheen sisällä tarjottu sosiaalinen tuki ja perheestä saatava sosiaalinen pääoma voivat olla myös merkittävässä

roolissa sekä mielenterveyden edistämiseksi että esimerkiksi opinnoissa etenemiselle ja menestymiselle (Rothon, Goodwin & Stansfeld 2012, 708). Tutkimus korostaa esimerkiksi perheen kesken vietettyä yhteistä aikaa, joka vahvistaa sosiaalisen tuen kokemusta, ja sen myötä myös sosiaalinen pääoma kasvaa.

Sosiaalisella tuella on löydetty negatiivinen yhteys esimerkiksi kuolleisuuteen (Krause 2006 145; Uchino 2004, 59), ja Uchinon (2004) katsauksessa nostetaan esiin myös sosiaalisen tuen saamisen ja kokemisen positiiviset vaikutukset elämään ja mielenterveyteen. Skok, Harvey ja Reddihough (2006, 56–57) puolestaan osoittavat, että sosiaalinen tuki edistää tuoreiden äitien hyvinvointia ja vähentää koetun stressin vaikutuksia koettuun hyvinvointiin. Myös esimerkiksi yksinäisyyden kokeminen on yhdistetty vähäiseen sosiaalisen tuen saamiseen ja muiden tarjoama sosiaalinen tuki voi osaltaan vähentää yksinäisyyden tunnetta ja sen myötä vähentää myös yksinäisyyteen yhdistettyjä terveysongelmia (Segrin & Passalacqua 2010, 319–320). Sosiaalisen tuen on myös havaittu vaikuttavan sairauden etenemiseen liittyvään elämänlaadun heikkenemiseen ja vähentävän sairauden aiheuttamaa stressiä (Tian, Solomon & Smith 2020, 752–753). Sama tutkimus osoittaa, että saman sairauden kokeneiden kesken keskustelu ja tuki voi lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta ja vähentää sairaudesta johtuvaa tunnetta sosiaalisesta leimaantumisesta. Zeidnerin, Matthews ja Shemeshin (2016, 2495) tutkimus vahvistaa puolestaan käsitystä siitä, että sosiaalinen tuki lisää kykyä itsesäätelylle ja vahvistaa sosiaalista identiteettiä.

Sosiaalisen tuen saamisen lisäksi myös sosiaalisen tuen tarjoamisella on havaittu yhteys ihmisen hyvinvointiin, sillä tuen tarjoamisen myötä luotto suhteeseen, tyytyväisyys suhteeseen, läheisyys sekä yhteys ihmisten välillä kehittyvät (Feeney & Collins 2015, 130–133). Näiden ominaisuuksien kehittyminen puolestaan hyödyttää molempia vuorovaikutussuhteen osapuolia – eivät vain tuen saajaa. Voidaan puhua jopa positiivisesta kierteestä, joka koskettaa sekä tuen vastaanottajaa että tarjoajaa. Positiiviset vaikutukset kuitenkin vaativat kokemuksen onnistuneesta tuen tarjoamisesta, joten tilanteen laiminlyönti, epäjohdonmukainen reagointi tai esimerkiksi tilanteen halventaminen tai liiallinen vitsailu aiheesta voivat olla esteenä tällaiselle

vastavuoroiselle positiiviselle kokemukselle tuen tarjoamiseen liittyen. Tuen tarjoamisen positiiviset seuraukset perustelevat sitä, miksi tuen vastaanottamisen lisäksi tässä tutkielmassa tarkastellaan myös tuen tarjoamisen merkitystä sisarussuhteelle.

2.4.1 Selviytyminen

Selviytyminen (coping) voidaan määritellä tietoiseksi ja vapaaehtoiseksi pyrkimykseksi säädellä tunteita, kognitioita, käyttäytymistä ja ympäristöä stressaavissa olosuhteissa. Tällaisen sääntelyn mahdollisuuksiin ja olemassa oleviin resursseihin vaikuttavat sosiaalinen, emotionaalinen, kognitiivinen ja biologinen kehitys. (Compas ym. 2001, 89.) Selviytymiskeinot voidaan jakaa kahteen erilaiseen malliin: tunnekeskeiseen (emotion-focused) ja ongelmakeskeiseen (problem-focused) selviytymiseen. Tunnekeskeinen selviytyminen keskittyy tunteiden, kuten hädän ja ahdistuksen, hallitsemiseen. Ongelmakeskeinen selviytyminen keskittyy itse ongelmaan ja sen hallintaan. (Kocot & Goodman 2003; Cheng ym. 2020, 490–491.)

Selviytymisellä haastavista tilanteista ja sosiaalisella tuella on havaittu yhteys. Tutkimuksessaan Kocot ja Goodman (2003, 341) tuovat esiin, että selviytymiseen voi olla paremmat valmiudet, jos samalla havaitaan tukea toisilta. Vastaavasti tuen puute voi heikentää esimerkiksi hallinnan tunnetta tilanteessa. Tästä esimerkkinä kyseinen tutkimus osoittaa, että väkivaltaa kohdanneet naiset kokivat vähemmän masennuksen oireita, jos he saivat emotionaalista tai aineellista tukea verrattuna vähemmän sosiaalista tukea saaneisiin henkilöihin. Myös tietopohjaisen tuen havaittiin korreloivan negatiivisesti masennusoireisiin. Zeidnerin, Matthews ja Shemeshin (2016, 2495) mukaan kokemus sosiaalisen tuen saamisesta haastavassa tilanteessa vaikuttaa tilanteesta selviytymiseen enemmän kuin valittu selviytymisstrategia. Pearsonin (1986, 391) kirjallisuuskatsaus vahvistaa sosiaalisen tuen yhteyttä selviytymiseen haastavissa tilanteissa. Hänen mukaansa sosiaalinen tuki muun muassa auttaa arvioimaan haastavana tai stressaavana koettua tilannetta ja eri selviytymisstrategioita. Tilanteen arvioinnin voidaankin nähdä olevan osa selviytymistä. Stressaavissa ja kriisiksi koetuissa tilanteissa ihmiset tarkastelevat tilannetta kognitiivisesti, ja tätä kutsutaan

merkitysarvioksi (appraisal). Nämä merkitysarviot ovat henkilökohtaisia merkityksiä tilanteelle ja arvioita tilanteesta. (Lazarus 1991, ks. Mikkola 2020, 150–151.) Ensisijaisella arviolla tarkoitetaan määritelmää tilanteesta tai tapahtumasta. Toissijainen arvio puolestaan tarkoittaa sitä, että ensisijaiseen arvioon on yhdistetty toimintatapojen vaihtoehdot ja niiden merkitys kyseisessä tilanteessa. Tilanteen prosessointiin voivat lopulta kuulua useat tilanteen uudelleenarvioinnit, jotka muuttavat tulkintaa tilanteen kuormittavuudesta.

2.4.2 Kaksoisprosessoinnin teoria

Kaksoisprosessoinnin teoria (dual-process theory) pyrkii selittämään, miksi ja milloin eri tekijät vaikuttavat supportiivisen vuorovaikutuksen tuloksiin (Holmstrom ym. 2015, 527). Teorian mukaan supportiivisen viestinnän elementtien vaikutukset riippuvat siitä, miten vastaanottajat niitä käsittelevät. Teoria siis selittää, milloin ja miksi supportiivisella vuorovaikutuksella on erityisiä seurauksia kyseisessä tilanteessa henkilöiden kesken (Burlison, 2009, 22). Teorian ydinajatus on, että viestin piirteet saavat aikaan tiettyjä vaikutuksia, ja supportiivisen viestinnän lopputulokseen vaikuttavat tuen vastaanottajan kognitiiviset prosessit (Burlison 2009, 27).

Kaksoisprosessoinnin teoriassa tunnistetaan kolme viestien vaikuttavuuden ja hyvinvoinnin kannalta tärkeää tekijää: 1) kognitiot, eli hyvinvointiin liittyvät uskomukset ja arviot, 2) vaikutukset tunteeseen ja mielialaan ja 3) käyttäytyminen, eli selviytymisstrategia ja käyttäytyminen tilanteessa. Myös tilannetta ympäröivät olosuhteet ja niiden huomioiminen ovat yhteydessä viestien vaikuttavuuteen. Teorian mukaan supportiiviseen viestintään liittyen voidaan havaita saavutettu muutos, muutoksen suuruus ja kuinka kauan muutokseen kului aikaa. (Burlison 2009, 28.)

Teoria selittää myös vuorovaikutuksen elementtien, kuten nonverbaalisen viestinnän ja ylipäättään viestin sisällön merkitystä. Nämä vaikuttavat osaltaan kognitioihin, tunteisiin ja käyttäytymiseen. Esimerkiksi huomion kiinnittäminen muihin asioihin kuin itse kriisiin voi vaikuttaa nopeastikin tuen saajaan. Tällaisiin keinoihin saavutetut tulokset ovat kuitenkin vain harvoin pitkävaikutteisia, sillä huomion kohdentaminen muualle ei muuta

emotionaalisen ahdistuksen perussyitä. Sen sijaan uudelleenarviointimekanismin avulla voidaan saavuttaa kestävämpiä tuloksia. Uudelleenarviointimekanismin keinoja voivat olla esimerkiksi uskomusten tai tavoitteiden muuttaminen. Pitkävaikutteisten tulosten saavuttaminen on kognitiivisesti vaativampaa. (Burleson 2009, 30–31.)

Kaksoisprosessoinnin teoria pyrkii lopputulosta tarkasteltaessa huomioimaan muutkin asiat kuin viestin sisällön. Esimerkiksi nonverbaalinen viestintä, ympäristö ja auttajan ominaisuudet voivat vaikuttaa saavutettuun muutokseen. Myös yksilön kyky käsitellä tietoa sekä motivaatio vaikuttavat osaltaan tuen onnistumiseen, samoin kuin viestin herkkyys. (Burleson 2009, 32.) Lisäksi esimerkiksi kiintymystyyli, kohdatun haasteen merkittävyys tuettavalle sekä se, keneltä tukea saadaan, vaikuttavat viestien arvioimiseen tilanteessa ja tilanteen kokemiseen (Bodie ym. 2011, 237–238). Myös emotionaalisella tunnetilalla on vaikutusta siihen, kuinka viesti pystytään vastaanottamaan. Esimerkiksi Bodien ym. (2011b, 369) tutkimuksen mukaan voi olla järkevää koettaa ensin rauhoittaa viestin vastaanottajaa ilmaisemalla myötätuntoa, ja vasta tunnekuohun hieman rauhoituttua käyttää muita supportiivisen viestinnän keinoja. Muuten näiden viestien prosessointi voi olla hankalaa, eikä lopputulos ole toivottu. Tunnekuohun suuruus ja haastavan tilanteen merkitys vaikuttavat laajemminkin siihen, kuinka saatuja viestejä prosessoidaan. Tätä perustelee Bodien (2013, 548–549) tutkimus, jonka mukaan haastavan stressitilanteen kohdannut henkilö on motivoituneempi käsittelemään saatuja viestejä. Lisäksi henkilöt, jotka ovat motivoituneempia käsittelemään supportiivisia viestejä, myös käsittelevät niitä syvällisemmin. Bodien ja Burlesonin (2008, 357) kirjallisuuskatsaus vahvistaa kaksoisprosessoinnin teorian käsityksiä siitä, että monet persoonan ominaisuudet, kuten kiintymystyyli, ikä ja sukupuoli vaikuttavat siihen, kuinka saatu supportiivinen viestintä vaikuttaa lopulta hyvinvointiin. Tiivistetysti teoriassa siis tarkastellaan, onko autettava motivoitunut prosessoimaan auttajan viestiä, kykeneekö auttaja prosessoimaan autettavan viestejä, onko viestit laadukkaita ja tilanteeseen sopivia ja otetaanko ympäristön vaikutukset viestinnässä huomioon. Näiden yhteisvaikutuksesta lopputulos voi olla kestävä positiivinen muutos, lyhytaikainen muutos tai vähäinen/negatiivinen muutos.

Aiempien tutkimuksien valossa voidaan siis todeta, että sosiaalisella tuella ja supportiivisella viestinnällä on hyvin moninaiset vaikutukset hyvinvointiin ja selviytymiseen haastavista tilanteista, ja toisaalta hyvinvoinnin kokemus voi olla seurausta myös tuen tarjoamisesta. Aiempi tutkimuskirjallisuus osoittaa lisäksi, että perheen sisäisellä supportiivisen viestinnän kulttuurilla on monipuolisia vaikutuksia hyvinvointiin, ja se lisää tämän tutkielman tarkoituksenmukaisuutta. Supportiivista viestintää tarkasteltaessa on kuitenkin huomioitava monet muuttajat, jotka lopulta vaikuttavat aikaansaatuun muutokseen – viestin ja kontekstin sopivuudella, viestien laadulla ja vastaanottajan motivaatiolla on suuri merkitys siihen, millainen muutos supportiivisella viestinnällä saavutetaan.

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

3.1 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset

Tämä tutkielma tarkastelee sitä, miten sisarusten välinen supportiivinen viestintä koetaan perheen sisäisessä kriisissä. Perheen sisäisellä kriisillä tarkoitetaan tässä tutkielmassa esimerkiksi läheisen sairastumista, kuolemaa, haasteita perheen sisäisissä suhteissa tai muuta negatiivisena koettua tapahtumaa, joka vaikuttaa perheeseen ja tämän tutkielman kontekstissa erityisesti kaikkiin sisaruksiin. Tutkielma keskittyy nuoriin aikuisiin, ja tutkimukseen osallistuvien henkilöiden iäksi on rajattu 18–29-vuotiaat.

Supportiivisen viestinnän ja sosiaalisen tuen nähdään olevan merkittävä tekijä haastavissa elämäntilanteissa ja erilaisista kriiseistä selviytymisessä (ks. Tian, Solomon & Smith 2020; Knapp & Daly 2011). Aiemmissa tutkimuksissa suomalainen viestinnällinen sisarussuhteita käsittelevä näkökulma on kuitenkin jäänyt suppeaksi. Lisäksi aiemmat tutkimukset keskittyvät lähtökohtaisesti sisarusten väliseen tukeen joko lapsuudessa, keski-iässä tai vanhemmalla iällä. Nuorten aikuisten sisarusten väliset suhteet ovat jääneet tutkimuksissa melko huomiotta, vaikka silloin elämässä tapahtuu usein merkittäviä muutoksia. Siksi on tärkeää tutkia juuri nuorten aikuisten kokemuksia supportiiviseen viestintään liittyen. Näiden syiden vuoksi tutkimusongelmaksi muodostui, *miten nuoret aikuiset kokevat supportiivisen viestinnän sisarusten kesken perheen sisäisessä kriisitilanteessa*.

Tutkimusongelmaa lähestytään neljän tutkimuskysymyksen avulla. Perhesuhteet nähdään merkittävänä tuen lähteenä, ja sisarussuhteet ovat osa näitä suhteita. Sisaruus on kuitenkin perhesuhteenakin uniikki, usein elämänpitäinen ihmissuhde, jonka luonne muuttuu vaihtuvien elämäntilanteiden myötä. Tämän vuoksi on tarkoituksenmukaista tutkia, millaista sisaruksilta saatava tuki on ja millaisin keinoin tukea tarjotaan ja ilmennetään:

K1: Miten sisarukset ilmaisevat tukea toisiaan kohtaan?

Supportiivista viestintää ja sosiaalista tukea voidaan sekä tarjota että hakea monin eri keinoin. Ihmissuhteen luonne, ihmisten yksilölliset piirteet ja vuorovaikutuksen konteksti voivat kuitenkin vaikuttaa siihen, kuinka tuen tarvetta ilmaistaan ja millaisista merkeistä sisaruksen tuen tarve tunnistetaan. Tässä tutkimuksessa sama kriisi koskettaa kaikkia sisaruksia, joten tuen hakeminen ja sen tarjoaminen voivat tapahtua myös samanaikaisesti. Näiden edellä mainittujen syiden vuoksi toinen tutkimuskysymys on:

K2: Miten tuen tarve ilmaistaan ja tunnistetaan?

Tutkimus nuorten aikuisten sisarusten välisestä supportiivisesta viestinnästä on melko vähäistä, mutta yleisesti supportiivisen viestinnän hyödyt tunnistetaan. Sen vuoksi on syytä selvittää, millainen merkitys supportiivisella viestinnällä on kriisitilanteessa juuri kyseiselle ryhmälle. Milevsky (2005) tuo myös tutkimuksessaan ilmi, että ystävien tai vanhempien tarjoamaa vähäistä tukea voidaan kompensoida sisarusten välisellä tuella. Tämän vuoksi on tarkoituksenmukaista tutkia tarkemmin ja yksityiskohtaisemmin sisarusten tarjoaman tuen merkitystä:

K3: Miten merkityksellisenä sisaruksilta saatava tuki koetaan hyvinvoinnille?

Neljännän tutkimuskysymyksen avulla tarkastellaan, millainen vaikutus kokemuksella jaetusta kriisistä on siihen, millaisena sisarussuhde koetaan, millaista viestintää sisarusten kesken ilmenee ja miten sisarusten välit ovat muuttuneet verrattaessa aikaan ennen kokemusta yhteisestä kriisistä:

K4: Miten kriisi on vaikuttanut sisarussuhteeseen?

Tutkimuskysymyksiä avulla varmistetaan, että sisarusten välisestä supportiivisesta viestinnästä saadaan kattava ja kokonaisvaltainen käsitys. Näihin tutkimuskysymyksiin, ja lopulta myös tutkimusongelmaan, vastataan teemahaastattelujen avulla kerätyn aineiston pohjalta.

3.2 Laadullinen tutkimus

Tämän tutkielman tarkoituksena on tuottaa tietoa käsityksistä ja kokemuksista sisaruksilta saatuun supportiiviseen viestintään liittyen ja erityisesti kuvata tätä ilmiötä tarkemmin, joten tutkielman voidaan katsoa olevan realistinen. Tutkielma kytkeytyy sosiopsykologiseen traditioon, sillä kyseiseen traditioon liitetään psykologiset prosessit, kuten esimerkiksi saadun tiedon prosessointi ja ylipäättään se, että ihmiset voivat vaikuttaa vuorovaikutuksella toisiinsa (Craig 1999, 142–144). Kyseiseen traditioon voidaan yhdistää esimerkiksi kysymykset siitä, miten viestintä vaikuttaa sen vastaanottajaan, mikä motivoi viestin lähettäjä ja miten viestit muotoillaan (Merkl-Davies & Brennan 2017, 442–443).

Tutkielman menetelmäsuuntaukseksi valittiin laadullinen tutkimus, koska aineistosta haluttiin saada monipuolisia ja yksityiskohtaisia tietoja. Kvalitatiiviseen tutkimukseen sisältyy ajatus siitä, että tutkittavaa kohdetta tarkastellaan kokonaisvaltaisesti. Usein tarkoituksena on löytää uusia näkökulmia ja mahdollisia esiolettamuksia tietystä aiheesta. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2015, 161; Valli & Aarnos 2018, 22.) Laadullisen tutkimuksen tarkoituksena tai tavoitteena ei ole saada aikaan tilastollisia yleistyksiä vaan kuvata ja tulkita valittua ilmiötä syvemmin ja laajentaa ymmärrystä aiheesta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98).

3.3 Tutkimushenkilöt

Tässä tutkielmassa perehdytään nuorten aikuisten kokemuksiin sisaruudesta, sillä usein sisaruuteen liittyvä tutkimus on keskittynyt joko lapsiin, keski-ikäisiin tai sitä vanhempiin henkilöihin. Lisäksi varhaisaikuisuudessa tapahtuu usein suuria muutoksia, jotka voivat näyttäytyä myös sisarussuhteen muutoksina. Esimerkiksi itsenäistymisen ja kotoa pois muuttamisen myötä sisarussuhde usein muuttuu luonteeltaan vapaaehtoisemmaksi, ja se myös vaikuttaa osaltaan siihen, kuinka sisarukset keskenään viestivät (ks. Lindell, Campione-Barr & Killoren 2015, 572). Muitakin elämän merkittäviä muutoksia yhdistetään juuri varhaiseen aikuisuuteen, kuten sosiaalisten suhteiden muuttuminen, vakiintuminen parisuhteeseen ja oman identiteetin löytäminen, ja myös siksi juuri nuoret aikuiset rajautuivat tutkimuksen kohderyhmäksi. Näiden syiden perusteella

tämän tutkielman tutkimushenkilöiden yhdeksi kriteeriksi valittiin ikä. Haastateltavien iäksi rajattiin 18–29-vuotiaat.

Perheenjäsenten voidaan usein ajatella olevan merkittävässä roolissa tuen tarjoamiseen liittyen (esim. Canavan ym. 2016). Tämä tutkimus keskittyy erityisesti sisarusten väliseen supportiiviseen viestintään, sillä sisarussuhteen voidaan sanoa olevan uniikki ja usein lähes koko elämän mittainen ihmissuhde, joka kuitenkin muuttuu elämäntilanteiden muuttuessa. Sen vuoksi toinen kriteeri tutkimushenkilöille oli luonnollisesti se, että heillä on vähintään yksi sisarus. Tutkimukseen haastateltavat henkilöt eivät ole kuitenkaan keskenään sisaruksia. Sisaruus on yleisesti käsitteenä tunnettu ja usein selkeä. Lähtökohtaisesti sisaruus käsitetään niin, että henkilöillä on samat biologiset vanhemmat. Vanhempien mahdollisten kumppaneiden myötä sisaruus voidaan käsittää myös esimerkiksi puolisisaruksina ja esimerkiksi adoptointi ja sijaisvanhemmuus laajentavat näkökulmaa sisaruuden määritelmästä. Tässä tutkimuksessa sisaruksilla ajatellaan olevan ainakin yksi yhteinen biologinen vanhempi. Jotta tutkimuksessa voidaan tarkastella sisarusten välistä viestintää juuri tuen tarjoamiseen ja saamiseen liittyen, valittiin kolmanneksi kriteeriksi, että sisarukset ovat kohdanneet lähihistoriassa perheeseen liittyvän kriisin. Kriisin haluttiin olevan suhteellisen tuore, jotta haastateltavat muistavat ja pystyvät kertomaan ja kuvailemaan tarkasti kokemuksiaan ja havaintojaan tilanteeseen liittyen.

Näiden kriteerien perusteella tutkimukseen valittiin 11 vapaaehtoista haastateltavaa. Tutkielmaan haastateltavat ovat iältään 19–26-vuotiaita, ja heillä on sisaruksia yhdestä neljään. Haastateltavien ikä suhteessa muihin sisaruksiin vaihtelee vanhimmasta nuorimpaan, ja tutkimushenkilöiden sisarusten ikäskala on laaja. Haastateltavien kohtamia kriisejä olivat läheisen kuolema, vanhempien avioero, läheisen vakava sairastuminen sekä alkoholismi ja muut mielenterveyden haasteet perhepiirissä.

3.4 Aineistonkeruu ja haastattelumenetelmä

Tutkimushenkilöiden etsintä toteutettiin sosiaalisen median kanavissa. Haastateltavia etsittiin Twitterissä sekä Instagramissa ilmoituksella, jossa kerrottiin kriteerit haastateltaville ja perustiedot haastattelusta ja tutkielman tarkoituksesta.

Tutkielman aineistonkeruu toteutettiin haastatteluilla, tarkemmin puolistrukturoiduilla haastatteluilla eli teemahaastatteluilla. Puolistrukturoidulla haastattelulla tarkoitetaan, että haastattelun näkökulma on lyöty lukkoon, mutta se jättää tilaa joustoille ja pienille muutoksille haastattelun aikana (Hirsjärvi & Hurme, 2011, 47). Tämä mahdollistaa esimerkiksi tarkentavien kysymyksen esittämisen haastateltavalle. Teemahaastattelut etenevät tyyppillisesti tiettyjen teemojen kautta, mutta kysymysten asettelu voi vaihdella pienesti haastateltavien välillä (Hirsjärvi & Hurme 2011, 48). Näin varmistetaan, että samat teemat käydään läpi kaikkien haastateltavien kanssa. Puolistrukturoidun teemahaastattelun eduksi voidaan tätä tutkielmaa tarkasteltaessa katsoa esimerkiksi joustavuus – kysymyksiä voi toistaa ja tarkentaa ja väärinymmärryksiä selvittää haastattelun aikana. Teemahaastattelu myös antaa vapauden siirtyä luontevasti aiheesta toiseen haastateltavaa kuunnellen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 84.) Teemahaastattelu sopi tämän tutkielman toteuttamiseen myös siksi, että ihmisten omat tulkinnat ja se, millaisen merkityksen haastateltavat sisarusten väliselle supportiiviselle viestinnälle antavat, on keskeistä tutkielman tutkimusongelman kannalta. Näihin merkityksiin on mahdollista syventyä teemahaastattelun avulla (Hirsjärvi & Hurme 2011, 48).

Haastattelurunko muodostettiin kuuden teeman ympärille. Nämä teemat olivat 1) aiheeseen johdattelevat taustakysymykset sisaruuteen ja perheeseen liittyen, 2) kriisitilanne ja kriisin konteksti, 3) sosiaalisen tuen hakeminen kriisitilanteessa, 4) sosiaalisen tuen tarpeen havaitseminen ja tarjoaminen kriisitilanteessa, 5) sisarussuhde kriisitilanteessa ja 6) kriisin jälkeinen tilanne. Koko haastattelurunko on nähtävillä liitteessä 1.

Haastattelut toteutettiin niin, että suunniteltua haastattelurunkoa mukailtiin, mutta haastateltaville annettiin tilaa poiketa rungosta tarpeen vaatiessa, joten kysymysten järjestys saattoi vaihdella. Haastattelujen aikana esitettiin myös lisäkysymyksiä, jos asiat vaativat tarkennusta tai jos lisäkysymyksiä oli luonteva esittää ja niille koettiin tarvetta. Haastattelut kestivät puolesta tunnista tuntiin. Yksitoista haastattelua kestivät yhteensä 398 minuuttia, ja nauhoituksista kertyi litteroitua aineisto 108 sivua fonttina Arial, fonttikokona 12 ja rivivälinä 1,5.

Tässä tutkielmassa osa haastatteluista toteutettiin kasvotusten ja osa videopuheluiden avulla Microsoft Teamsin välityksellä kuitenkin niin, että sekä haastateltavalla että haastattelijalla oli videokuva käytössään koko haastattelun ajan. Haastattelutavalla ei kuitenkaan tuntunut olevan vaikutusta siihen, kuinka avoimesti haastateltavat kertoivat kokemuksistaan. Haastateltavien esiin tuomat haastavat tilanteet ja myöskin koetut vaikeudet ja epäkohdat sisarusten välillä tarjottuun tukeen tilanteessa antavat olettaa, että haastattelutilanteeseen onnistuttiin luomaan avoin ja turvallinen ympäristö keskustelulle. Vaikka sisarusten koettiin olevan lähtökohtaisesti merkittävä ja erittäin suuri tuki kriisitilanteessa, vahvistaa ajatusta haastattelujen onnistumisesta se, että myös negatiivisia kokemuksia ja haasteita sisarusten väliseen supportiiviseen viestintään liittyen kuvattiin haastattelujen aikana. Tämä osoittaa luottamusta haastattelutilanteessa.

3.5 Aineiston käsittely ja analyysi

Tutkielman aineisto koostuu teemahaastatteluista. Aineiston analyysimenetelmäksi valittiin teemoittelu. Teemoittelu tarkoittaa laadullisen aineiston ryhmittelyä eri aiheiden mukaan. Olennaista on se, mitä eri aiheista on sanottu, ja esiin nousevien piirteiden tulisi esiintyä useammassa haastattelussa. Näiden piirteiden avulla pyritään löytämään keskeiset ja tärkeät huomiot aineistosta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 105; Hirsjärvi & Hurme 2011, 173.) Teemat eivät ole valmiina tekstissä, vaan ne ovat aina osittain tutkijan omaa aktiivista tulkintaa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 142).

Aineisto muodostettiin litteroimalla haastattelujen nauhoitukset sanatarkasti. Aineiston litteroinnin jälkeen aineisto luettiin läpi, ja siitä pyrittiin löytämään toistuvia huomioita ja kokemuksia, jotka ovat liitettävissä tutkimusongelmaan. Näistä muodostettiin muistiinpanojen avulla alustavia kokonaisuuksia. Tekstistä muodostuneista kokonaisuuksista muodostettiin lopulta yhdeksän teemaa, joihin liittyvät kommentit ja huomiot etsittiin litteroidusta aineistosta. Teemoja muodostettaessa aineistosta eroteltiin kaikki tiettyyn teemaan liittyvät kommentit ja huomiot. Litteroitu aineisto luettiin läpi useaan kertaan, jotta mikään valittuihin teemoihin liittyvä kommentti ei jäänyt huomaamatta.

Tässä tutkimuksessa aineistosta esiin nousevat merkittävät teemat ovat

- 1) sisarussuhteen kuvaus
- 2) tuen kuvaus kriisitilanteessa
- 3) keinot tuen hakemiseen
- 4) tuen merkitys ja kokemukset tuesta ja sen tarjoamisesta
- 5) sisaruksilta saadun tuen uniikit piirteet
- 6) tukemiseen liittyvät haasteet
- 7) toimintatapojen eroavaisuudet sisarusten välillä
- 8) sisarusten roolit
- 9) kriisin vaikutus sisarussuhteeseen.

Kun teemat ja näihin liittyvät sisällöt haastatteluista löydettiin, jatkui aineiston työstäminen teemojen tulkinnalla. Aineistosta etsittiin yhtymäkohtia sekä eroavaisuuksia aiempiin tutkimustuloksiin liittyen. Tässä tutkimuksessa käytettiin teoriasidonnaista analyysia. Tällä tarkoitetaan, että analyysissa on kytkentöjä teoriaan, mutta se ei suoranaisesti pohjautu teoriaan (Eskola 2010, 183).

3.6 Eettiset valinnat

Haastateltavia etsittiin sosiaalisen median välityksellä ilmoituksella, jossa kerrottiin kriteerit haastateltaville ja haastattelun pääpiirteet. Hakuilmoituksessa kerrottiin, että haastattelu keskittyy sisarusten välisiin suhteisiin, ei niinkään itse kriisitilanteeseen.

Ilmoituksesta kuitenkin ilmeni, että kriisin konteksti ja sen ymmärtäminen ovat osa haastattelua.

Ennen haastattelua haastateltaviksi ilmoittautuneille lähetettiin tiedote haastattelusta, tietosuojalomake sekä suostumus haastatteluun, ja näiden vastaanottamisesta sekä hyväksymisestä pyydettiin kiittäus. Näin voitiin varmistaa, että hyvän tutkimusetiikan mukaisesti haastateltavilla on tarvittava tieto siitä, mistä tutkimuksessa on kysymys. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeen (2019) mukaan haastattelutilanteen alkaessa haastateltavilta pyydettiin lupa haastattelun nauhoittamiseen ja muistutettiin, että haastattelun voi keskeyttää koska tahansa ja myös yksittäisiin haastattelukysymyksiin voi halutessaan kieltäytyä vastaamasta.

Tutkimuksen kontekstina kriisi loi haastatteluihin omat herkkyytensä, ja sen vuoksi oli tärkeää luoda haastatteluille turvallinen ympäristö. Tämä varmistettiin muun muassa niin, että haastateltaville luvattiin anonymiteetti ja kerrottiin, että nauhoituksiin pääsee käsiksi vain tutkija itse. Haastateltavien henkilöiden yksityisyydensuojan varmistamiseksi haastatteluaineistoa käytetään tutkielmassa pseudonymisoituna eli niin, ettei yksittäistä vastaajaa voida tunnistaa tutkielmasta ilman lisätietoja. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että esimerkiksi haastatteluissa esiin tulleet nimet ja paikkatiedot muutettiin aineistossa niin, ettei haastateltavaa voida henkilöidä niiden pohjalta. Esimerkiksi tulososiossa esitetyissä lainauksissa esiin tulevat nimet ovat muutettu, jotta henkilöitä ei voida tunnistaa.

Haastattelujen materiaaleja säilytettiin salasanojen takana, eikä tietoja luovutettu ulkopuolisille. Vain tutkimuksen toteuttaja pääsi nauhoituksiin ja litteroituun aineistoon käsiksi. Aineistot tuhottiin tutkielman valmistuttua, eikä saatua aineistoa ole käytetty muuhun kuin kyseisen tutkielman edistämiseen.

4 TULOKSET

Kappaleessa esitellään tulokset, jotka on saatu esiin aineistonkeruun ja aineiston analyysin myötä. Tutkimusongelmaan haettiin vastausta neljän tutkimuskysymyksen avulla, jotka käsittelivät tuen ilmaisu, tuen hakemista, kriisin vaikutuksia sisarussuhteeseen ja sisaruksilta saadun tuen merkitystä hyvinvoinnille ja selviytymiselle. Tulokset on jaettu teemoiltaan tukeen liittyvään vuorovaikutukseen, sisarusten välisen tuen merkityksellisyyteen ja kriisin vaikutuksiin sisarussuhteelle. Tuloksien tueksi esitetään suoria sitaatteja haastatteluista. Sitaattien henkilötiedot on pseudonymisoitu haastateltavien yksityisyydensuojan varmistamiseksi.

4.1 Tukeen liittyvä vuorovaikutus

4.1.1 Tuen tarjoaminen ja tarpeen ilmaisu sisarusten kesken

Lähtökohtaisesti strategiaa tuen hakemiselle sisaruksilta kuvattiin hyvin suorana, ja tuen hakeminen tapahtui usein verbaalisesti. Haastateltavat kuvailivat kriisitilannetta sellaiseksi, jossa tuen tarve tiedettiin ja ymmärrettiin jokaisen osapuolen kohdalla myös varsinaisesti ilmaisematta asiaa, ja siksi aiheeseen liittyen oli helppo aloittaa keskustelu. Tuen tarjoamiseen ja saamiseen liittyivät vahvasti asioiden jauhaminen, läsnäolo, vastavuoroisuus sekä läheisyyden viestiminen. Yhteydenpidon välineenä korostuivat teknologian tarjoamat mahdollisuudet johtuen maantieteellisistä etäisyyksistä sisarusten välillä.

Jauhaminen. Sisarusten kesken tapahtumia haluttiin järkeistää, konkretisoida ja käydä läpi, niin sanotusti ”jauhaa” sekä ylipäättään jakaa tunteita ja ajatuksia kriisitilanteeseen ja tapahtumiin liittyen. Usein keskusteluissa käytiin läpi myös sitä, mitä voisi tapahtua, jos tilanne olisi erilainen tai muuttuisi. Sisarusten kesken keskustelut tavallisesti aloitettiin kertomalla halusta puhua, kertomalla omista ajatuksista aiheeseen liittyen ja kysymällä toisen ajatuksia, mielipiteitä, tarkentavia kysymyksiä tilanteeseen liittyen tai esimerkiksi toisen vointia.

Kaikkien haastateltavien kohdalla kriisitilanteessa tarve keskustella aiheesta ja aiheen perusteellinen läpikäynti koettiin tärkeimmäksi tuen muodoksi sisarusten välillä. Haastateltavien mukaan tuntui erityisen tärkeältä, että samaa asiaa pystyi käymään läpi monta kertaa ja puhumista jatkaa, vaikkei aiheeseen liittyen olisi edes ilmennyt mitään uutta tietoa. Tällaiset ajatukset ja kokemukset tuesta voidaan yhdistää emotionaalisen tuen tarpeeseen ja tarjoamiseen.

Ihan se juttelu oli se meidän ja mulleki se tärkein ja se, että oikeesti pysty sanomaa kaikki tuntemukset ja tietää et se toinen ei tuomitse tai vähättele. Se puhuminen on ollu isoin tuki nii et pysty sillee tosi avoimesti puhumaa et siin ei tarvi salailla mitää ja näin ku kaikki ties mikä on se tilanne. H8

Sisarusten välisissä keskusteluissa ilmeni myös valmistautuminen tilanteen pahenemiseen – mitä tehdään, jos tilanne vielä muuttuu radikaalisti. Näiden keskustelujen avulla ikään kuin valmistauduttiin pahimpaan tai mahdollisesti pahenevaan tilanteeseen ja mietittiin, kuinka tilanteessa tulisi mahdollisten muutosten myötä toimia. Aineistossa tällaisia keskusteluja kuvattiin muun muassa tilanteen ”järkeistämisenä” ja ”konkretisoimisena”. Sisarusten välisissä keskusteluissa käytiin läpi myös sitä, mikä tai mitkä asiat kyseiseen kriisiin olivat mahdollisesti ajaneet. Myös informaation jakaminen, eli tietopohjainen tuki, koettiin osana kriisiin liittyvää viestintää, samoin kuin käytännön asioiden järjestelyt ja ratkaisujen etsiminen. Tietopohjaista tukea jaettiin erityisesti silloin, kun kriisitilanne jollain tapaa muuttui. Tietopohjainen tuki koettiin myös mahdollisena keskustelunavauksena sisarusten välillä, ja sen jälkeen saatettiin siirtyä esimerkiksi emotionaalisen tuen jakamiseen.

Me tavallaan yritettiin järkeistää sitä jotenkin ja puhuttiin keskenämme paljon et miks näin on tapahtunu. Me siis yritettiin keskenämme analysoida sitä tosi paljon et ehkä se on kaikista suurin sellainen konkreettinen asia. Tosi paljon me puhuttiin puhelimesta silloin ja muistan molempien itkeneen. H3

Yhteydenpito. Osa haastateltavista kuvasi, että kriisitilanteen ollessa akuutti aihetta käytiin läpi päivittäin tai jopa useasti päivässä. Sisarusten välisen viestinnän kuvailtiin olevan intensiivistä ja tavalliseen viestintään verrattaessa poikkeuksellisen aktiivista kriisin aikana. Haastateltavat kertoivat ilmaisseensa, että ovat halukkaita tarjoamaan tukea aina, kun sisarus sitä tarvitsee. Usein kriisin alettua haastateltavat kertoivat

käyneensä sisarusten välisissä keskusteluissa yhteisesti läpi sen, että he ovat aina valmiita antamaan tukea puolin ja toisin.

Molemmat sanottiin toisillemme et jos täs on jotai mistä haluaa puhua nii ei muutaku puhutaa vaan. Ja vaik hän (veli) ei ollutkaan fyysisesti läsnä nii hän toi esille et jos haluu puhua nii voi puhua et hän on aina siinä puhelimen päässä jos tulee jotai aiheeseen liittyvää mut et silleen tavallaan jäi kiitollinen olo et vaik hän tuntee mut ja tietää et mä pärjään ja tietää mun oman tavan käydä läpi asiat nii silti hän toi esille et on tarvittaessa apuna. H2

Kriisin aikana se meni siihe et me oltiin tosi paljon kasvokkain yhteydessä. Me oltii joku pari viikkoo ihan kaksytneljäseitsemän putkeen yhdessä ja nukuttiin samassa sängyssä ja syötiin samoja ruokia et oltiin niinku todella tiiviisti se aika siinä. Siitä se sit meni siihen et oltii monesti päivän aikana yhteydessä ihan no käytännön syistä mut myös siks et halus vaa jutella jonkun kaa. H4

Kaikissa haastatteluissa mainittiin teknologiavälitteinen vuorovaikutus osana sisarusten välisiä keskusteluja kriisitilanteessa ja tuen tarjoaminen ja vastaanottaminen teknologiavälitteisesti. Teknologiavälitteisinä vaihtoehtoina tuen tarjoamiselle käytettiin videopuheluita, äänipuheluita, WhatsAppia sekä yksityisviesteinä että ryhmäviesteinä koko sisaruskatraan kesken, Snapchattia ja Instagramia. Teknologiaavusteista yhteydenpitoa kriisitilanteessa perusteltiin muun muassa sillä, ettei fyysinen tapaaminen ollut kyseisessä tilanteessa mahdollista. Vuorovaikutus teknologian avulla koettiin haastateltavien mukaan tärkeänä ja yhteydenpitoa helpottavana, jopa sen mahdollistajana. Samalla haastateltavat kertoivat kuitenkin toiveesta nähdä sisaruksia enemmän, jolloin myös esimerkiksi fyysinen läheisyys ja sen avulla tuen osoittaminen olisi ollut mahdollista. Kriisitilanteessa haastateltavat myös kertoivat pitäneensä puhelinta enemmän silmällä sen varalta, että sisarus tarvitsisi apua, tukea tai kuuntelijaa. Kriisin yhteydessä sisaruksille tavoitettavissa oleminen koettiin ensisijaisen tärkeäksi asiaksi.

Me ei voitu silloin fyysisesti nähdä nii se et voi vaikka soittaa ettei tarvi olla yksin nii sillee et meil oli joku kolme tuntia linja auki ja jompikumpi saattaa välillä puhua jotain niin sellanen läsnäolo. H9

Mun on just tosi helppo laittaa sinne (sisarusten yhteiseen) ryhmää viestii et se on mulle sellanen tosi luonteva. Sitte mun veljelle on tosi luontevaa vaa soittaa et hei miten menee ja sit tällanen juttu. H7

Me oltiin paljo enemmän yhteyksissä ku normaalina arkena. Se (yhteydenpito) oli paljon intensiivisempää, et puhelimitse ja viestitse oli tavallaan koko ajan saatavilla omille sisaruksille ja sisarukset oli saatavilla mulle. H1

Läsnäolo ja ymmärrys. Haastatteluissa tuli ilmi, ettei sisaruksilta tavallisesti kaivattu vastauksia tai ratkaisuja, vaan kuuntelua ja ymmärrystä ja nimenomaan kokemusta siitä, että tulee kuulluksi ja ymmärretyksi eikä ole tilanteessa yksin. Sisaruksilta tuen hakemista kuvattiin esimerkiksi niin, ettei keskustelusta varsinaisesti haettu apua tai ratkaisuja vaan sellaista kuulijaa, joka oikeasti ymmärtää tilanteen ja kriisin aiheuttamat tunteet mahdollisimman hyvin. Muita tuen muotoja, joita aineistosta ilmeni, olivat läsnäolo – aina ei tarvitse edes jutella aiheesta, vaan olla vain yhdessä – sekä sisaruksen tärkeyden ilmaiseminen. Nämä tuen tarpeet ja muodot voidaan yhdistää käsityksiin supportiivisesta kuuntelemisesta sekä emotionaalisesta tuesta.

Pysty antaa sellasta kuuntelevaa tukea tai vähä sellasta et niihi sellasii asioihin ei oo ratkaisuja eikä oo välttämättä tarvekaan saada vaan enemmän sellaista et avaudutaan et nyt joku tuntuu tältä ja miksi taas tai sellasta yleistä sitä sanoittamista ja sitä et toinen voi kompata ja jakaa se sama kokemus ja tunne et ”niinpä”. H9

Monet haastateltavista myös toivat ilmi, että he pitivät tärkeänä sisarusten tietävän, että heihin voi luottaa ja he ovat kuulolla ja valmiina auttamaan aina tarvittaessa. Haastateltavat halusivat sisarusten tietävän ja muistavan, etteivät he ole tilanteessa yksin, vaan tilanteessa ollaan yhdessä sisarusten kesken. Haastateltavat halusivat heidän sisarustensa tietävän, että he ovat tärkeitä ja rakkaita sisarukselle. Sisaruksia kuvailtiin muun muassa ”tiiminä”, joka yhdessä kohtasi kriisitilanteen. Kriisitilanteessa siis haluttiin luoda ilmapiiri, jossa sisarukset tietävät, että heillä on aina joku, kehen tukeutua ja kenelle voi avautua ja kertoa, jos asiat ahdistavat tai mietityttävät. Sisarukset halusivat, että heille voi näyttää kaikki tunteet ja että heidän edessään on lupa ja mahdollisuus näyttää omat heikkoudet ja suru.

Tarjosin keskustelutukea ja halusin viestiä et mulle voi puhua mitä vaan enkä mä vaikka todellakaa sano mun äidille mitää ja ihan sellasta vertaistukea ja yritin viestiä jotenki sitä että me ollaa kaikki täs yhdessä ja sellasta kosketusta ja läheisyyden näyttämistä. H5

Se auttoi tosi paljon et oli siskot auttamassa nii ei ihan joutunu ytimee vaa pysty olee sivussa ja oltii sellanen yhteinen tiimi tavallaa. H11

Kyl mä omasta mielestäni tein kaikkeni et se keskusteluilmapiiri on sellanen et siin voi sanoa kaiken ja sanoa ne kaikki tuntemukset ja yritin olla läsnä ja kuuntelin ja lohdutin ja kerroin omista tuntemuksista myös et se oli sellanen ilmapiiri mis voi sanoa kaiken, mitä mielen päällä on. Sit myös itekin ehdotin erityisesti Viiville et pitäiskö nähä ja silloin ku se asu vielä porukoilla nii pyysin monesti et tuu mun luo viikonlopuks. H8

Tuen tarjoamiseksi kuvailtiin myös toimintaa, jossa sisarukselle soitetaan ”muuten vaan” ja kysellään kuulumisia ja varmistetaan, että sisaruksella on kaikki hyvin, vaikka itse kriisiä ei varsinaisesti otettaisi puheeksi. Ylipäättään yhteisen ajan viettäminen ja läsnäolo koettiin asioina, jotka edistivät tuen hakemista ja saamista ja tuen tarpeen ilmaisemista. Tuen tarpeen ilmetessä haastateltavat kertoivat esimerkiksi ehdottaneensa näkemistä ja vasta kasvokkain aloittaneensa keskustelun kriisiin liittyen. Yhteinen ajanvietto koettiin luontevaksi keinoksi aloittaa keskustelu haastavampiinkin aiheisiin liittyen. Yhdessäolon, tapaamisten ja niissä esiintyvien rutiinikeskustelujen avulla haluttiin aineiston mukaan tarjota sisarukselle mahdollisuus kertoa, jos joku aihe huolettaa tai mietityttää. Tilanteet tarjosivat myös haastateltaville mahdollisuuden keskustella kriisistä. Haastatteluista ilmeni, että yhteistä tekemistä saatettiin ehdottaa senkin vuoksi, ettei haluttu olla yksin tai haastateltava ajatteli, ettei sisarus halua olla yksin tai tarvitsee muuta ajateltavaa. Tällaisissa tilanteissa myös tavallisen, arkisen tekemisen ja läsnäolon voidaan katsoa olevan osa tuen tarjoamista ja saamista sisarusten välillä.

Itse asiassa läsnäololla varmaa (hain tukea) et sillä et aloin viettää enemmän aikaa siskojen kaa. H11

Soittelin ihan vaik ei ois mitään asiaa et ”halusin nyt vaa soittaa et moikka” ja ton tyyliisesti et toi on sellai konkreettinen. Ja muistetaan aina sanoo et aina voi kertoa jos tulee jotain ja muistetaan kertoo, että välittää toisesta ja et ei oo yksin siin tilanteessa ja jos toisella on huonompi hetki ku toisella nii muistaa kertoo et vaik itellä ei painais mieltä nii paljo et ymmärtää ja et ne kaikki tunteet on ihan ok. H4

Myös huomion vieminen muihin, mukaviin tai niin sanottuihin tavallisempiin aiheisiin, koettiin tuen muotona, mutta sen merkitystä ei pidetty niin suuressa roolissa kuin aiheesta keskustelemista. Yhteinen tekeminen, iloisemmat puheenaiheet ja ajatuksien tuulettaminen kriisistä tulivat aineistosta esiin, vaikka samalla haastateltavat kertoivat, että silloinkin keskustelunaiheet helposti ainakin sivusivat kriisiä. Toisaalta myös koettiin, ettei yhteinen tekeminen tarkoittanut aina tukemista, vaan se oli ikään kuin tavallista arkea ja tekemistä, jota sisarusten välillä tapahtuisi ilman kriisiäkin. Osa kuitenkin koki, että kriisin aikana sekä arkisemman yhteisen tekemisen että rutiinikeskustelujen tapaisien keskustelujen määrä kasvoi.

Vastavuoroisuus. Haastateltavat kokivat ja kuvasivat, että tarjotessa tukea sisarukselle sai usein samalla myös itse tukea ja helpotusta omaan tilanteeseen ja kokemuksiin kriisitilanteessa. Aineistosta ilmenee, että tuen tarjoaminen koettiin hyvin vastavuoroisena, eikä tuen tarjoamista sen vuoksi koettu erityisen raskaana tai kuormittavana. Haastateltavat ilmaisivat, että tuen tarjoaminen koettiin yhtä lailla tärkeäksi kuin tuen saaminenkin, sillä sisaruksia aidosti haluttiin tukea ja auttaa selviämään tilanteesta. Usein tuen antamiseen ja tarjoamiseen liittyi kuitenkin myös kokemus tuen saamisesta, sillä kriisiin liittyvät keskustelut koettiin hyödylliseksi myös itselle. Tuen tarjoamisen kuvailtiin johtavan usein yhteiseen tilanteen läpikäymiseen, joka johti tunteeseen oman haastavan tilanteen helpottumisesta ja ylipäättään tunteiden ja tilanteen läpikäymiseen. Haastateltavat kuvasivat tuen tarjoamista niin, että se oli myös itselle hedelmällistä ja se edisti omaa selviytymistä tilanteesta, vaikka tarkoituksena oli auttaa ensisijaisesti sisarusta. Yhteinen kriisi siis tarjosi aineiston mukaan pohjan asian yhteiselle ja vastavuoroiselle läpikäymiselle ja lopulta myös yhteiselle selviytymiselle.

Mä en jotenki koe ainakaa tos tilantees hirveen kuormittavana vaa mä ajattelin, et mä pystyn näin auttaa mun sisaruksia ja ne pystyy auttaa mua nii en mä jotenkaan ajatellu sitä silleen et nyt mun pitää auttaa mun sisaruksia vaa nyt on vaa pakko vetää yhtä köyttä ja tehä hommia tiiminä. Tavallaan vastavuoroisesti annettiin tukea ja oltiin se tuettava riippuen omista tilanteista mikä sattui olemaa. H6

Se tuen tarjoaminen ei tunnu raskaalta, se itse aihekokonaisuus joo mut ei se tuki siinä. Et se ei ollu vaa sillee et minä annan nyt tukea vaa siit sai ite niin paljon takasin. H8

Jos miettii et jos jollain kaverilla on vaikka vaikeeta nii se saattaa olla tosi kuormittavaa itelleki tavallaa jos pitää tosi paljon tukee mut jotenki mä koen et täs tilantees ja mun siskon kaa mä en koe sitä millää tavalla kuormittavana tarjoo sitä apuu vaa se tekee aina tosi hyvää niinku itelleki et kun se asia on kuitenkin tai et ku se koskettaa tasapuolisesti kumpaakin nii siit on silloin aika paljon hyötyy ku niit käydää yhdessä vaikka ite ei silloin nii paljon tarviskaa sitä ja halua ihan vilpittömästi olla tukena kun sitä sisko tarvii nii se tulee sillain vilpittömästi et ei tarvi yhtään yrittää. H4

Aiheen esiin nostaminen. Jos sisarukset pitivät välejäan erityisen läheisinä, niin tukea ei tarvinnut aina edes erityisesti hakea, vaan sisarus tiesi, että juuri nyt sille on tarvetta. Samasta syystä osa sisaruksista kertoi tietävänsä, milloin sisko tai veli ei halunnut tukea, vaan omaa rauhaa sekä aikaa ja korkeintaan läsnäoloa.

Sen verran hyvin tunnetaan toisemme et suurin piirtein pelkästä olemuksesta näkee et mikä sen toisen mielentila on ja sitä kautta pystyy kiertää sitä et okei nyt ei ehkä tarvii tukea ja nyt sitä tarvii. H2

Haastateltavat myös kuvailivat, että keskustelu saatettiin aloittaa kertomalla omista ajatuksista ja tunteista ja siihen odotettiin vastareaktiota. Usein myös kriisiin liittyvät uudet käänneet ja tilanteiden muuttuminen tai esimerkiksi saadut lisätiedot saivat aikaan tarpeen keskustella aiheesta. Tällöin keskustelut aloitettiin usein informaation jakamisella tai kysymällä toisen ajatuksia liittyen uusiin tietoihin tapahtumista. Aiheen lähestymistä kuvattiin ylipäättään aineistossa niin, ettei kriisistä puhuminen vaatinut pehmentelyä, vaan aiheesta keskustelun sisarusten kesken pystyi aloittamaan hyvin suoraan.

Jos vaik mul oli tosi paha olla ja vaikka itkin tai olin paniikissa nii silloinkin saatoin soittaa mun isosiskolle ja se rauhoitteli et tosi suoraan hain tukea, ei tarvinnut olla mitenkää et voinko soittaa vaa ain pysty puhuu. H5

Vaikka suurimmilta osin tukea sisarusten kesken kuvailtiin haettavan hyvin suoraan, kuvailtiin erityisesti nuorempien sisarusten ilmaisevan tarpeita myös epäsuoremmin keinoin. Erityisesti nuorempien sisarusten kerrottiin ilmaisevan tuen tarvetta esimerkiksi itkun ja ärtyneisyyden kautta, ei niinkään suoraan asiasta puhumalla. Esimerkiksi itkuisuuden kuitenkin koettiin kriisitilanteessa olevan selvä merkki siitä, että on aika tarjota tukea. Ärtyneisyys tunnistettiin myös tuen hakemiseksi kriisin ollessa päällä iästä riippumatta, ja sen myötä osattiin kysyä sisaruksen tarpeita ja vointia ja ylipäättään avata keskustelu kriisitilanteeseen liittyen. Haastateltavat kokivat kuitenkin, ettei se ollut varsinaisesti epäsuoraa vihjailua aiheesta ja tarpeista, vaan johtui siitä, ettei tunteita ja tarpeita osattu sanoittaa oikealla tavalla. Vaikka omien tunteiden sanoittaminen ja tuen tarpeen ilmaiseminen saattoi tuntua haastavalta, koettiin sisarusten pystyvän tarjoamaan tarkoituksenmukaista tukea.

Keinot tuen tarjoamiselle siis vaihtelivat kasvokkaisesta näkemisestä teknologiavälitteiseen viestintään ja yhteiseen vapaa-ajan tekemiseen. Viestinnän keinoista riippumatta sisarusten välillä korostui keskustelun ja ajatuksien vaihdon sekä tunteiden sanoittamisen merkitys. Tuen tarjoajana sisarukset halusivat erityisesti tarjota turvallisen tilanteen ja mahdollisuuden puhua monipuolisesti kriisiin liittyvistä aiheista.

Sisaruksille haluttiin saada aikaan kokemus siitä, etteivät he ole tilanteessa yksin. Tuen hakeminen koettiin sisarusten kesken hyvin suorana. Keskustelut voitiin aloittaa ilman pehmentelyjä tai vihjailuja. Sisarusten välisessä tuen tarjoamisessa korostui vastavuoroisuus. Tämä tarkoittaa, että sisarusten kesken kriisistä keskusteltaessa tuen tarjoaja koki saavansa helpotusta kriisiin ja sen aiheuttamiin tunteisiin myös itse, vaikka olisi ollut tilanteessa tuen tarjoajan roolissa.

4.1.2 Erot sisarusten välillä

Perheissä, joissa sisaruksia oli useampia, tunnistettiin eroja sisarusten välisissä viestintätyleisissä. Eri sisaruksilta saatiin ja heille tarjottiin erilaista tukea johtuen esimerkiksi ikäerosta, elämäntilanteista, sisarusten välisestä suhteesta ja yksilöllisistä eroista viestintätyleisissä ja toimintatavoissa. Sisarusten välisten erojen ei ajateltu automaattisesti johtavan ”parempaan” tai ”huonompaan” tukeen, vaan tuen toteuttamisen muodot saattoivat vaihdella, ja eri sisaruksilta saatettiin hakea tai odottaa erilaista tukea.

Ikäero. Erityisesti iältään vanhemmat sisarukset kokivat, että heidän on pystyttävä tarjoamaan tukea nuoremmille sisaruksille ja tuen tarjoaminen koettiin niin tärkeäksi, että sen takia oltiin valmiita siirtämään omia tuntemuksia ja haasteita tilanteeseen liittyen syrjään. Haastateltavat myös kokivat, että ikä saattoi jakaa sisarukset erilaisiin ”tiimeihin” niin, että vanhemmat sisarukset pystyivät keskustelemaan keskenään haastavammista aiheista ja asioita myös käytiin suuremmin läpi, ja vanhemmat sisarukset yhdessä tarjosivat tukea nuoremmille sisaruksille. Aineistosta ilmenee, ettei huomattavasti nuorempien sisarusten kanssa haluttu käydä läpi kaikista vaikeimpia asioita kriisiin liittyen. Eräs haastateltava esimerkiksi kertoi puhuneensa lähes saman ikäisen veljensä kanssa hautajaisista ja muista ”pahimmista skenaarioista”, mutta nuorempien siskojen kanssa kyseisistä aiheista puhuminen ei tuntunut luonteelta tai sopivalta. Yhdessä vanhemmat sisarukset taas pyrkivät tarjoamaan tukea sekä toisilleen että nuoremmille sisaruksille. Vanhemmat sisarukset eivät useinkaan odottaneet nuorempien sisarusten tarjoavan tukea heille. Kuitenkin jos sisaruksia oli kaksi, molemmat heistä tarjosivat ja vastaanottivat tukea ikäerosta huolimatta.

Minä ja mun isosisko tuettiin toisiamme ja sit me yhdessä pyrittiin antaa tukea pienemmille ja tarjoomaan sitä. Ei ehkä niinku pienempien suunnalta tarjottu niinku sitä tukea meidän suuntaa, mikä on ihan ymmärrettävää koska me ollaan isosiskoja ja ne on niitä pikkusisaruksia. H5

No ku mä oon tää vanhin nii ehkä se oli mun rooliki tarjota sitä tukea et oon sillee tottunut et oon aina se, kehen voi turvautua paniikissa nii mä pystyin olee sellai et nyt ihan rauhassa vaan et katoaan yks asia kerrallaan. Sit taas veljelle nii just se et se pysty avautuu kaikesta nii se oli mulle tärkeätä et se pysty puhuu mulle mist se haluu ja sai myös ottaa sellasen roolin ku se ite halus siin asiassa. H6

Henkilöiden yksilölliset erot. Eri sisaruksilta myös ajateltiin saatavan erilaista tukea, esimerkiksi toiselta pohtimista tilanteen ratkaisusta ja mahdollisista erilaisista toimintavaihtoehdoista, ja toiselta taas huolenpitoa yleisestä voinnista ja jaksamisesta. Myös sisarusten erilaisten elämäntilanteiden kuvattiin vaikuttavan siihen, miten tukea tarjotaan ja saadaan sisarussuhteessa. Tällaisia tuen tarjoamiseen vaikuttavia erilaisia elämäntilanteita oli esimerkiksi se, että haastateltavan sisaruksella oli puoliso ja lapsia ja haastateltavalla itsellään ei. Tällöin näkökulman ja suhtautumisen kriisiin koettiin olevan erilainen.

Vanhempi veli on tosi sellanen et se koettaa ratkaista mun ongelmat ja sit sillä keskimmaisella menee hetki et se palaa siihen asiaa ja sit se saattaa soittaa ja kysellä et mikä fiilis sulla on ollu ja oothan syöny ja nukkunu ja pystyksä keskittyy kouluu tai mitä et se on enemmän tollanen. H7

Osa haastateltavista koki, että tuen saaminen sisarusten välillä erosi radikaalisti. Haastatteluissa kuvattiin, kuinka tukea tunnuttiin saavan esimerkiksi vain toiselta sisarukselta, kun taas toinen sisarus saattoi olla koko kriisin ajan etäinen ja vetäytyvä. Kun sisarus tuntui etäiseltä ja vetäytyvältä, tuen tarjoaminen ja saaminen tuntuivat mahdottomilta, ja puheenaiheet pysyivät läpi kriisin kevyinä.

Mun siskon kans me puhuttii tosi paljon meidän tuntemuksista ja muitten tuntemuksista siin ympärillä et se oli tosi tunnepohjasta ku sit taas mun veljen kaa ei puhuttu tunteista ollenkaan. H8

Tällaisia eroavaisuuksia perusteltiin erilaisilla suhtautumistavoilla kriisiin ja sillä, että sisarusten toimintatavat eroavat muutenkin toisistaan. Myös sisarussuhteen luonteen ja ominaisuuksien kuvattiin vaikuttavan siihen, kuinka sisarukset viestivät toisilleen kriisitilanteessa.

Suhteen läheisyys. Aiemmin, jo ennen kriisiä muodostettu suhde näkyi myös kriisitilanteen vuorovaikutuksessa. Esimerkiksi se, kuinka syvällisiä keskusteluja sisarusten kanssa käytiin, heijastui monen haastateltavan mielestä siihen, kuinka läheinen oli ollut sisaruksen kanssa ennen kriisiä. Haastatellut kertoivat kääntyneensä usein ensimmäisenä läheisempänä koetun sisaruksen puoleen, ja vasta myöhemmin muiden sisarusten puoleen. Kuitenkin lähtökohtaisesti perheeseen liittyvässä kriisitilanteessa sisarusten välillä tarjottiin tukea, vaikkei suhdetta olisi koettu erityisen läheiseksi ennen kriisiä.

Jos sisarukset olivat jo ennen kriisiä läheisiä, tuntui haastateltavista tuen tarjoaminen ja tunteiden näyttäminen alusta asti luontevalta ja helpolta, ja sisarukselta saatu tuki koettiin näiden kokemusten myötä merkittävänä. Jos taas tunteiden ilmaisemiseen ei oltu sisarussuhteessa tai esimerkiksi ylipäätään perheen kesken totuttu, saattoi se alkuun vaatia enemmän ponnisteluja, mutta tilanteen vaatiessa myös toisilleen ennen asiapitoisemmin viestineet sisarukset alkoivat näyttää tunteitaan syvemmin. Esimerkiksi seuraava lainaus havainnollistaa, kuinka kokemus jaetusta kriisistä ikään kuin pakotti sisarukset pitämään yhteyttä ja turvautumaan toisiinsa ja saatua tukea kuvattiin tärkeänä ja merkittävänä, vaikka vastaava toiminta ei olisi ollut luontevaa ennen kriisitilannetta.

Ku siin oli tollanen ulkoinen tekijä et sanotaanko jos Suomessa ois terrori-isku ja sit vaadittais verenluovuttajia nii mentäis auttaa nii jotenki kriisi tekee siitä luontevaa et ei ajattele sitä kynnystä. H11

Yksilöllisistä eroista ja sisarusten erilaisista väleistä huolimatta aineistosta ilmeni, että vaikka ennen kriisiä sisarusta ei kokenut kovin läheiseksi, tuen saaminen ja tarjoaminen oli mahdollista yhteisessä kriisitilanteessa. Yhteiseksi koettu haastava tilanne sai tuen tarjoamisen ja saamisen tuntumaan luontevalta sisarusten kesken, vaikka ennen kriisiä ajatus sisarukseen tukeutumisesta olisi tuntunut vieraalta ajatukselta.

4.2 Sisarusten keskinäisen tuen merkityksellisyys

Lähes poikkeuksetta perheen sisäisessä kriisissä sisaruksilta saatu tuki koettiin erittäin merkityksellisenä. Tukea kuvattiin ensiapuna ja aitona kohtaamisena, jossa ei ole taka-

ajatuksia ja jossa ymmärrys on eri tasolla verrattuna tilanteen ulkopuolisiin, esimerkiksi ystäviin tai kumppaniin. Moni haastateltavista pohti ääneen, kuinka tilanteesta selviäminen olisi ollut huomattavasti haastavampaa, jopa mahdotonta, ilman sisaruksilta saatua vertaistukea. Haastateltavat kuvailivat sisaruskatrasta tiimiksi, joka yhteisvoimin koettaa selvittää tilanteesta ja auttaa toinen toisiaan. Sisarusten välisten keskustelujen kuvattiin olevan rehellisiä, avoimia ja suodattamattomia, sillä sisarukset tiesivät tilanteesta ja siihen liittyvistä seikoista usein saman verran. Sisaruksilta saatavaa tukea puolestaan kuvattiin vilpittömänä, aitona ja korvaamattomana. Kriisitilannetta tai perhetaustaa ei tarvinnut selitellä sisarusten välisissä keskusteluissa, ja sen vuoksi avoin keskustelu aiheeseen liittyen koettiin mahdolliseksi. Yhteisen ymmärryksen ja vertaisuuden kokemuksen koettiin olevan merkittävässä roolissa tuen saamiseen ja tarjoamiseen liittyen.

Sisaruksilta se tuki oli sellaista ensiapua mitä toivois et jokaisella ois kriisitilanteessa ja niinku mie jo vähä aikaisemmin sanoin et se anto vähä sellasia tai et se tilanne realisoitu ja pääs siitä tunnekuohusta pois ja sit löys sisarusten välillä jotain välineitä käsitellä tunteita mitä tuli. H1

Se (sisaruksilta saatu tuki) tuntui todella merkitykselliseltä, erityisesti se mun isosiskolta saatu et kyl se oli sellainen asia et jos me ei oltaisi voitu keskenämme siitä puhua tai se ei ois ollu luontevaa et jos mä en ois läheinen mun isosiskon kanssa niin en mä oikeestaan tiedä et millä tavalla mä oisin selvinny siitä mitenkään. Vaikka mun poikaystävä tuntee mun perheen ja ties kaiken tosta kriisistä ja on periaattees eläny siinä mukana nii ei hänkään voi, vaik mä jaan elämäni hänen kanssaan, ni ei hän ois voinu millää tavalla samalla lailla tukee mua ku mun isosisko, joka kokee sen kriisin samalla tavalla ku minä. H5

Vertaisuus. Yhteinen ymmärrys sekä aiemmat kokemukset ja historia koettiin perusteena sille, miksi perheeseen liittyvässä kriisissä käännyttiin juuri sisarusten puoleen, kun tukea tarvittiin. Toisinaan kriisitilanne oli myös sellainen, ettei siitä halunnut kertoa ulkopuoliselle, ja kriisiä kuvattiin jopa salaisuutena, jolloin sisarusten toisilleen tarjoaman tuen merkitys korostui. Eräs haastateltavista esimerkiksi kuvasi, että sisko oli ainut, jolta tukea uskalsi pyytää. Kriisitilanteessa sisarusten välillä korostuivat vertaisuus sekä vastavuoroisuus – usein tukea tarjotessa koki saavansa myös itse ymmärrystä ja helpotusta tilanteeseen.

Sisaruksilta tukea haettaessa kuvailtiin, että omia ajatuksia ei tarvinnut suodattaa yhtään, vaan sisarukselle pystyi paljastamaan kaikki kokemukset ja ajatukset ilman

ajatusta siitä, kehtaako asioita sanoa ääneen. Haastateltavat kokivat, että sisarusten välillä ei tarvitse esittää mitään muuta kuin on ja että kaikki tunteet on lupa näyttää ja kertoa ilman pelkoa siitä, että sisarus hylkäisi tai muuttaisi käsitystä haastateltavasta tai heidän välisestä suhteestaan. Ennako-oletuksia tilanteesta ei tarvinnut pelätä, sillä sisaruksen koettiin olevan samassa tilanteessa kriisin suhteen. Sisarusten kanssa uskottiin ja koettiin vahvemmin, että vastapuoli oikeasti ja aidosti ymmärtää tilanteen, kokemuksen ja tunteet tapahtumiin liittyen eikä vain sano ymmärtävänsä, koska niin ”kuuluu tehdä”. Kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen kokemusta kuvailtiin merkittävänä asiana tuen saamiseen ja koko tilanteesta selviytymiseen liittyen.

Sisaruksille mä pystyin oikeesti sanoo niinku ihan kaiken, tai oikeestaa sille mun isosiskolle ihan kaikki mun tunteet vaik mä tiesin et psykologilla on vaitiolovelvollisuus ja näin nii mä en pystynyt ihan kaikkee avaamaa mut mun isosiskolle mä pystyin sanoo ihan kaiken ku se tietää meidän perheen historian ja kaikki perheen väliset tilanteet, minkälainen lapsuus ja nuoruus ja kaikki. H5

Siskolle pysty sanoo kaiken kamalan ja paskan mut myös niit hyvii juttui. H8

Monet haastateltavista mainitsivat, että saivat jonkunlaista tukea tilanteessa myös esimerkiksi ystäviltä tai kumppaneilta. Vastauksissa ilmeni, että ystäviltä tai kumppaneilta saatu tuki ei kuitenkaan ollut verrattavissa sisaruksilta saatuun tukeen perheen sisäisessä kriisissä. Verrattaessa ystävien kanssa käytyihin keskusteluihin koettiin, että sisarusten kanssa uskallettiin sanoittaa omat kokemukset tarkemmin eikä sisarusten kanssa tarvinnut ylläpitää minkäänlaista kulissia. Esimerkiksi kavereille asiaa selittäessä eräs haastateltava kuvasi, että alkoi itse vähätellä ongelmaa, ja se vaikutti suoraan siihen, millaista vastakaikua ystävältä sai. Sisarusten kanssa aineistosta ei ilmennyt samanlaista vähättelyn tarvetta tilanteeseen liittyen, vaan nimenomaan korostui, että kaikki tunteet oli mahdollista sanoa ääneen.

Sisaruksilta saatava tuki ehkä on vähä vapaampaa ja aidompaa et siin ei oo ikinä mitään taka-ajatuksia. Ei tarvi olla mitää pr-pisteitä sisarusten kaa et se on aidompaa. Ei tunnu et kantais mitään säkkiä olalla kun keskustelee tai et varois mitä sanoo. Aidompaa ja ihmisläheisempää. H11

Vaik antais ystävälle tukea nii se ei tunnu samalta, se ei tunnu et se menis yhtä syvälle vaan se oli tosiaan se sama isä siinä nii se oli paljon helpompi jotenki tukea ja myös ties et se tuki tulee tarpeeseen ja se otetaan vastaa eikä oo sellai et noi toi nyt on tossa vaan ja sanoo vaan ties et silloin mua kuunnellaan ja mä kuuntelen heitä ja tarjotaan sitä tukea et siin on tietynlainen ero et sisarusten kans me oltiin yks tiimi ja yks porukka ja se tapahtu

meille ku sit kaverille vaik ois kuin läheinen nii se on sellasta ”aa voi ei miten sä pärjää” eikä sellasta konkreettista apua mitä ehkä siin tilantees tarvis. H6

Aineistosta myös ilmenee, että ystävien tuki jäi usein kauhistelemisen tasolle ja kuvailuihin siitä, ettei voi edes kuvitella, miltä tilanne tuntuu. Kokemusta perusteltiin sillä, ettei perheen ulkopuolisilla henkilöillä voinut mitenkään olla samaa ymmärrystä aiheeseen liittyen, vaikka he olisivat olleet läheisiä vuosien ajan ja tuntisivat perheen ja taustat.

Jotenki sitä aina ku ystäville puhuu siitä nii kaikki on aika usein sellai et en voi kuvitellakaa miltä toi tuntuu ja et tosi vaikee ajatella ja iha hirveetä ja just sellasii asioita mitä itekin aina sanoo. Mut sitku minä ja mun sisko se yhes koettii nii ei tarvi sanoo mitää niitä et ”kuulostaapa hirveeltä en voi kuvitellakaa”, vaa pystyy ihan oikeesti puhumaan vaikka et ”joo ahistiks tää hetki siellä” ja muuta. H4

Sisarusten kanssa tilanteesta keskusteltaessa koettiin, että esimerkiksi syvempi analyysi onnistui helpommin verrattaessa muihin tukijoihin, koska kaikki tiesivät taustat eikä asioita tarvinnut selitellä. Samalla ymmärrys tilanteesta oli syvempää. Se, että tiesi keskustelukumppanin tuntevan taustat, helpotti aiheesta puhumista ja ylipäättään keskustelun aloittamista aiheesta. Erityisen merkittävänä tuen muotona koettiin samojen asioiden läpikäynti moneen kertaan, ja juuri sellaiseen tarpeeseen moni haastateltavista koki sisarusten olevan ainoa vaihtoehto. Tätä perusteltiin niin, että sisarusten ollessa samanlaisessa tilanteessa mielenkiinto riitti toisteiseen keskusteluun. Tällöin ei myöskään tarvinnut pelätä, että aihe tuntuisi raskaalta keskustelukumppanin mielestä.

No jos vertaa vaik kaverii tai poikaystävää nii siit (sisaruksilta saadusta tuesta) välittyi sellanen ymmärrys ja samaistuminen et ku ollaa samas tilanteessa nii niitten tunteiden jakaminen on jotenki, en nyt sanois helpompaa mut tietää et se vastapuoli ymmärtää eikä vaan sano et ymmärtää vaa oikeesti tietää mitä se on. Nii se autto tosi paljon. En mä sillee muuten, kyl ystävätki tuki mut se on enemmän pintapuolista et ne on tukena siin surussa mut ne ei pysty jakaa samoja ajatuksia samal tasolla. H6

Sisaruksia myös kuvailtiin turvallisena vaihtoehtona avautua, sillä koettiin, että he ovat elämässä pysyvämpiä kuin esimerkiksi kumppani tai ystävät, jotka voivat tilanteen kärjistyessä jättää tai ottaa etäisyyttä. Tällaista pelkoa ei ilmennyt aineistosta samalla tavalla sisarusten kanssa keskusteltaessa. Ilmapiirin koettiin siis olevan turvallinen haastavillekin keskusteluille. Ystävien kanssa aiheesta puhuttaessa tuen hakija saattoi

tuntea olonsa ulkopuoliseksi, vaikka olisi nimenomaan hakenut tukea, mutta samaa kokemusta ei esiintynyt sisarusten kesken.

Ehkä se ymmärrys oli tavallaan parempaa tai syvempää et tiedettiin täysin mistä puhutaan ja ehkä helpommin pysty analysoimaan tilannetta sellasen tyyppin kanssa joka on kokenut samat asiat kun minäkin. H3

Perheen sisäisessä kriisissä myös jompikumpi vanhemmista mainittiin monesti merkittäväksi tuen lähteeksi. Samalla kuitenkin koettiin, ettei vanhempienkaan tarjoama tuki ole rinnastettavissa sisaruksilta saatavaan tukeen, sillä vanhemmilta saatua tukea ei koettu vertaiselta saatuna tukena. Vastauksissa myös mainittiin, kuinka sisaruksilta saatu tuki ilmaistiin usein ilman ylimääräistä ”hössötystä”, jolloin tuki oli helpompi ottaa vastaan, ja sitä uskalsi myös hakea helpommin.

Sisarusten välisessä vuorovaikutuksessa kriisitilanteessa korostui siis yhteisen historian, kokemuksien ja kontekstin merkitys. Haastateltavat kuvasivat, että sisaruksilta oli luontevaa hakea apua juuri perheen sisäisessä kriisissä, sillä sellaisessa tilanteessa yhteinen ymmärrys helpotti asian läpikäyntiä ja keskustelua. Sisarukset mahdollistivat avoimen ja rehellisen keskustelun sekä aidon ymmärryksen tilanteesta, ja näiden koettiin olevan merkittäviä tekijöitä tilanteesta selviämisen kannalta.

Vaikka sisaruksilta saatava tuki koettiin perheen sisäisessä kriisissä todella arvokkaaksi, eivät haastateltavat pitäneet sisaruksia ensisijaisena tuen lähteenä perheeseen liittymättömissä kriisitilanteissa. Muihin kriiseihin liittyen kuvailtiin, että on luontevampaa turvautua esimerkiksi ystäviin ja kumppaniin. Tätä perusteltiin erityisesti sillä, että sisaruksilta saadun tuen merkityksellisyys perustui yhteiseen ymmärrykseen tilanteesta ja kontekstista. Vaikka sisarusta kuvailtiin tärkeänä ihmisenä ja välit sisarukseen koettiin lämpiminä, koettiin, että usein perheen ulkopuolisella henkilöllä on parempi ymmärrys kriisistä, joka ei liity perheeseen. Toisaalta, jos sisarus koettiin erityisen läheiseksi tai häntä kuvailtiin parhaana ystävänä, oli sisarus ensisijaisia tuen lähteitä myös kriiseissä, jotka eivät koskettaneetkaan koko perhettä.

4.2.1 Tukeen liittyvät haasteet kriisitilanteessa

Vaikka sisarukset koettiin lähtökohtaisesti merkittävänä tuen lähteenä perheen sisäisessä kriisissä, on aineistosta löydettävissä myös haasteita ja esteitä tuen tarjoamiselle ja saamiselle sisarusten kesken. Ikäerojen ja niihin liittyvien roolien, erilaisten tarpeiden ja toimintatapojen sekä ylipäättään haastavan aiheen koettiin vaikeuttavan hyvinvointia edistävän tuen tarjoamista ja saamista.

Ikäeroihin liittyvät roolit. Haastatteluista nousi esiin esimerkiksi iän merkitys tuen hakemiseen ja tarjoamiseen ja erityisesti ikäeroista johtuvat sisarusten erilaiset roolit. Vaikka juuri yhteinen kontekstin ymmärtäminen mainittiin yhdeksi perimmäisistä syistä tuen hakemiseen sisaruksilta, suuri ikäero saattoi vaikuttaa siihen, mitä asiasta tiedetään, mitä asiasta ajatellaan ja kuinka merkittäväksi se koetaan. Erot edellä mainituissa asioissa heikensivät kokemusta yhteisestä ymmärryksestä. Ikäero nähtiinkin yhdeksi syyksi sille, miksi tuki ei ollut aina juuri sitä, mitä tilanteessa kaipasi. Eräät haastateltavista esimerkiksi kertoivat kokeneensa tarvetta suojella nuorempia sisaruksia ja tämän tarpeen vuoksi omat tunteet ja tuen tarve saatettiin asettaa syrjään.

Eryteisesti vanhemmat sisarukset kokivat haasteena laskea ikään kuin vanhemman sisaruksen rooli ja tähän rooliin mielletyt vaatimukset ja ottaa vastaan tukea nuoremmilta sisaruksilta. Haastetta perusteltiin sillä, että vanhempana sisaruksena oli tottunut olemaan koko suhteen ajan tietyllä tavalla vastuussa ja esimerkkinä nuoremmalle. Nuorempien sisarusten silmissä haluttiin vaikuttaa vahvalta ja heidät haluttiin vakuuttaa siitä, että tilanne tulee päättymään hyvin. Nuoremmilta sisaruksilta avun saaminen koettiin siis alkuun ristiriitaisena, mutta niin tarpeellisena, että siihen haluttiin totuttautua. Tuen tarve nuoremmilta sisaruksilta korostui erityisesti silloin, kun oli itse vanhin sisarus, ja tukea oli mahdollista saada vain nuoremmilta sisaruksilta.

Ku oon muutaman vuoden vanhempi nii aluks mä yritin ottaa sellasen jotenki vastuullisen roolin ja vähä pärjätä ilman mun siskon tukea tavallaa. H4

Mä koen sen haastavana ku se ikäero mun siskoihi on kaheksan vuotta et miten ne näkee ne asiat et siinä ehkä sellai et mitä mä haluun tai uskallan kertoa niille mut oon pyrkinyt ehkä vähä tsemppaamaa jopa et mäki voin näyttää et muaki välil harmittaa ja et mäki oon välil surullinen. H6

Rooleihin sisarussuhteissa liitettiin myös suojelun tarve sisarusta kohtaan. Sisaruksen suojeleminen koettiin yhtenä syynä sille, miksei apua aina haettu sisaruksilta, vaikka sille olisi ollut tarve. Omat tunteet ja tarpeet saatettiin asettaa syrjään, jotta sisarusta voisi suojella haastavalta aiheelta. Aineistosta ilmenee, ettei sisaruksia haluttu vaivata omilla haasteilla ja ongelmilla, sillä heillä ajateltiin olevan tarpeeksi omiakin haasteita kyseisessä tilanteessa. Toisinaan sisarukselle haluttiin myös antaa mahdollisuus nauttia elämästä ja pitää hauskaa haastavina aikoina, jolloin tuen hakemista ja ylipäättään keskustelemista aiheesta siirrettiin. Lisäksi yhteistä aikaa viettäessä ilmaistiin, ettei ”hyvää fiilistä” haluttu pilata ottamalla vaikeita asioita puheeksi. Myös omasta riittämättömydestä koettiin huolta. Haastatteluissa tuli ilmi pelko siitä, etteivät omat kyvyt, taidot ja voimavarat riittäisi vastaamaan odotuksiin, joita tukea hakevalla sisaruksella ajateltiin olevan.

Mä koin et se (tuen tarjoaminen) on nyt mun tehtävä, et vaiks mä koin että muaki sattuu nii mä koin viel enemmän et mun omat tunteet et mä siirrän niiden käsittelyä tai ehkä enemmän mun isosiskon kaa keskustelin niistä et mul tuli sellanen olo et mun tehtävä on tukea niitä muita. Se oli sellanen päällimmäinen. H5

Toisaalta joskus mie muistan et ei laitettukaan viestii ku ties, et se toinen on sanotaa nyt vaik kavereitten kaa ja ei halunnu häiritä tai kuormittaa sitä. Joo itse asiassa toi on siin se juttu et vaik puhu paljon nii välil tuli sellainen et aa se on nyt siellä et enpä laitakaan et antaa sen nyt pitää kivaa tai nauttii elämästä ja näin et ehkä siin oli jonkinasteinen suojelumekanismi. H8

Erilaiset tarpeet ja toimintatavat. Haasteena tuen tarjoamiselle ja saamiselle koettiin myös sisarusten väliset erot toiminta- ja vuorovaikutustavoissa sekä kriisiin ja tukeen liittyvissä tarpeissa. Erilaiset tavat käsitellä haastavia tilanteita, sulkeutuminen sekä vetäytyminen tilanteesta koettiin asioina, jotka olivat esteenä tuen hakemiselle, saamiselle ja tarjoamiselle. Tällaisten erojen kuvattiin aiheuttavan myös pelkoa negatiivisesta suhtautumisesta tuen hakemiseen sekä tuen tarjoamiseen, sillä oman käyttäytymisen ei haluttu vaikuttavan ”tuputtavalta” tai ”tungettelevalta”.

No onha siin totta kai vähä sellanen et ei nyt ehkä voi sanoo epäonnistumisen pelko mut sellanen tungettelemisen pelko et ajattelekse nyt et mä koetan tuputtaa tukea. H2

Mun silmii se vaikutti siltä et se niinku vetäyty pois niinku todella itsekkäästi mun mielestä. H8

Ylipäättään erilaiset toiveet viestintään liittyen vaikuttivat tuen saamiseen ja tarjoamiseen. Osa haastateltavista ilmaisi toiveen siitä, että sisarus olisi näyttänyt vielä suuremmin tunteitaan ja puhunut ajatuksistaan avoimemmin. Toisaalta taas eräs haastateltava ilmaisi, että olisi välillä kaivannut ymmärrystä enemmän kuin sisaruksen omien, eriävien näkökantojen esiin tuomista.

Myös erilaiset etenemiset kriisiin liittyen saattoivat aiheuttaa haasteita tuen hakemiselle ja tarjoamiselle. Jos sisarus tuntui hyväksyvän tilanteen ja etenevän nopeammin kriisin suhteen, saattoi tukea tarvitsevasta tuntua, ettei tukea ollut enää samalla tavalla saatavilla. Kriisitilanteessa tärkeimmäksi tuen muodoksi sisaruksilta koettiin juuri asian jauhaminen ja perusteellinen läpikäyminen. Sisaruksen eteenpäin siirtyminen vaikutti siihen, kuinka paljon asiasta keskusteltiin, ja sen vuoksi erilainen eteneminen koettiin haasteena tuen saamiselle. Haastateltavat kuvasivat, ettei asiassa edenneen sisaruksen kanssa aiheesta keskustelu tuntunut enää yhtä luontevalta tai helpolta. Tällaisessa tilanteessa omien ajatuksien purkamisen ajateltiin olevan taakka sisarukselle tai aiheen olevan liian kuormittava siinä hetkessä eteenpäin menneelle sisarukselle. Ylipäättään kokemus siitä, että tuen tarve erosi sisarusten välillä koettiin haasteena sekä tuen tarjoamiselle että saamiselle.

Mä koen et mä oon meist se, kuka haluaa eniten puhua ja puida, nii mul tuli jossai vaihees sellanen olo et mä en haluu liikaa ku mun isosiko vaik alko menee eteenpäin, et mä en haluu liikaa puida mun oloo ku mä nään et hän tekee edistystä. H5

Haastava aihe. Aina haasteeseen ei löytynyt tai osattu kertoa edes mitään selitystä. Vaikka välejä sisarukseen kuvattiin läheisinä, ei kriisin hetkellä puhuminen sisaruksen kanssa tuntunutkaan luontevalta, eikä keskusteluyhteyttä saatu avattua. Vaihtoehtoisesti asiasta puhuttiin erittäin käytännönläheisesti ja pintapuolisesti esimerkiksi ilman tunteista keskustelemista. Silloin keskustelu ei tuntunut tuelta, jota tilanteessa kaipasi. Keskusteluyhteyden uupumista perusteltiin lähtökohtaisesti sillä, että aihe tuntui liian haastavalta ottaa puheeksi. Toimintatapaa perusteltiin esimerkiksi vanhempien käytännönläheisellä tavalla kohdata haastavat aiheet ja sillä, ettei perheessä ole ollut tapana näyttää tunteita.

Ne asiat oli niin kipeitä et mun sisko ei halunnu jutella niistä tai ei ollu niinku valmis juttelee niistä nii siin tuli ehkä sellaista kielteisempää reaktioo ja sit jotenki se, että aina ku soittaa tollasen puhelun nii tietää et toisel on voinu olla vaik tosi hyvä fiilis ja sit vaik pilaa sen nii on siin sellainen kynnyks soittamiseen. H10

Kyl mie monta kertaa ajattelen et pitäs puhuu Samin kans niist ajatuksista mitä nyt on mut siin on just joku sellanen ettei kuitenkaa tuu tehtyä. Se on vaikee asia, onkse sit sitä et haluu työntää ajatuksii pois tai tuntuu et sellanen tilanne ku kaikki nyt rullaa aika normaalisti nii se et palaa niihi surullisii ajatuksii et millon sille on oikee hetki ja sit sitä ajattelee aika useesti et onks nyt oikee hetki puhuu näistä. Ehkä tollaset siihe liittyy. H1

Vaikka aineistosta on nostettavissa monia haasteita liittyen sisarussuhteesta saatavaan ja sisarussuhteessa tarjottavaan tukeen, koettiin haasteista huolimatta sisarukset merkittävimpänä tuen tarjoajina perheen sisäisessä kriisissä. Keskusteluyhteyden puuttuminen tai vaikeista aiheista puhumisen mahdottomuus koettiin kuitenkin esteinä tuen tarjoamiselle ja saamiselle. Aineistosta ilmenee, että haasteet eivät yleisesti liittyneet kaikkiin sisaruksiin, vaan haasteet vaihtelivat sisarusten kesken.

4.3 Kriisin vaikutus sisarussuhteeseen

Aineistosta on osoitettavissa, että vaikka kriisi itsessään oli negatiivinen kokemus haastateltaville, sen vaikutukset sisarussuhteelle olivat positiivisia. Kriisi lähensi ja kehitti sisarussuhteita monin tavoin. Vastauksissa kuvailtiin, kuinka kriisin myötä sisarusten kanssa vietti enemmän aikaa, ja yhteinen ajanvietto jäi ikään kuin tavaksi kriisin jälkeenkin. Myös sen, kuinka vaikeista tai syvällisistä asioista sisarusten kanssa voi keskustella, koettiin muuttuneen. Ylipäätään haastateltavat kuvasivat, kuinka tunteiden näyttäminen ja haastavista aiheista puhuminen sisarusten kesken muuttui kiusallisesta luontevaksi kriisin ja siihen liittyvien keskustelujen ja kokemuksien myötä. Aineistosta ilmeni, että yhteisen ajanvieton ja asioiden läpikäymisen myötä sisarusta alettiin rinnastaa vahvemmin ystävään. Suhteen kuvailtiin syventyneen ja tasavertaistuneen kriisin myötä.

Kun iski tollanen lähentävä tekijä nii alko just ehkä pitää omaa siskoa niinku kaverina. Oon mä nyt kertonu aikasemminki Annikalle jotain mun asioita mut kyl mä koen et se on helpompaa tai ehkä luontevampaa nyt et sille kuuluu vähän niinku kertoo nää jutut. H3

Suhteen tasavertaistuminen. Kriisin koettiin tasavertaistavan sisarusten välistä suhdetta ja kaventavan ikäeroa sisarusten välillä, sillä haastavan tilanteen ja siihen suhtautumisen ja siinä toimimisen myötä vanhemmat sisarukset näkivät nuoremmat sisarukset uudessa

valossa. Haastateltavat kuvailivat, kuinka yhteinen kriisi pakotti keskustelemaan, ja se muutti suhdetta. Erityisesti haastavien aiheiden läpikäynti vaikutti siihen, kuinka nuoremman sisaruksen näkee. Ilmiön pystyi havaitsemaan myös toisin päin. Nuoremmat sisarukset kuvailivat haastatteluissa, kuinka suhtautuminen heihin tuntui muuttuneen kriisin myötä niin, että heitä pidetään tasavertaisina aikuisina, joilla on voimavaroja ja kykyjä auttaa ja ottaa vastuuta haastavissakin tilanteissa. Kokemukseen suhteen tasavertaistumisesta vaikutti erityisesti se, että myös nuoremmat sisarukset tarjosivat tukea kriisin yhteydessä, ja sellainen asetelma oli ennen yhteistä kriisiä tuntunut vieraalta.

Ehkä se laukas vähä sellasen et mun veljet alko nähä mut aikuisena ja vertaisena eri tavalla et mä en ollu enää teini niiden mielestä. H7

Mä yllätyin miten paljon se suhde tasavertaistu ton myötä et enää mä en oikein huomaa sitä ikäeroa vaik aikasemmin se tuntu ehkä vähä merkittävämmältä. Nyt ku on ite joutunu asettuu siihe roolii et ottaa sen tuen vastaa pikkusiskolta nii ei oo enää sellasta isosisko-pikkusisko-roolitusta. H4

Suhteen syventyminen. Kriisin koettiin opettaneet paljon sisaruksesta ja yhteisen ajanvieton ja vaikeista aiheista keskustelemisien myötä moni haastateltavista koki, että sisaruksen myös tuntee paremmin kuin ennen kriisiä. Kaiken tämän on koettu vaikuttaneen siihen, mistä aiheista sisarukset viestivät, kuinka syvällisiä aiheita sisarukset käyvät keskenään läpi ja millaiseksi suhde ylipäättään muokkautui. Tilannetta ja kriisin vaikutuksia kuvattiin esimerkiksi niin, että kriisi avasi uusia ovia sisarusten väliselle viestinnälle.

Vastauksista ilmeni myös, kuinka kriisi ja siihen liittyvät sisarusten kanssa käydyt keskustelut ja sisaruksilta saatu tuki on voimistanut sisarusten arvoa, ja sen myötä koko sisarussuhde on saanut uudenlaisen merkityksen. Ylipäättään kriisi koettiin jopa mahdollisuutena tutustua sisarukseen uudella tavalla, ja monet ovat kokeneet kriisistä seuranneen sisarussuhteelle paljon hyvää. Joidenkin sisarusten välillä kriisi koettiin jopa alkulaukauksena merkitykselliselle vuorovaikutukselle ja yhteydenpidolle sisarusten välillä. Kriisin myötä kuvailtiin, että sisarusten kesken uskalletaan näyttää haavoittuvuutta ja olla avoimempia omista ajatuksista ja tuntemuksista. Useampi

haastateltavista kuvasi, että ennen kriisiä esimerkiksi itkeminen sisarusten edessä ei ollut lainkaan tavallista, mutta kriisin myötä myös sitä tapahtui.

Se varmaa oliki yks tekijä mikä lähens meitä ku me alettii puhuu avoimemmin meidän tunteista ja muutenki meistä ihmisinä ja näin et kyl se keskustelu syveni ja lisääntyi ja kasvo noiden kriisivuosien aikana mikä ei varmaa pelkästään oo ton kriisin ansiota vaa muutenki kasvu ja näin. Mut ihan varmana se kriisi kyllä on vaikuttanu siihen nyt kun kävin miettimään. Paljon syvemmin alettiin puhumaan ja uskallettii olla haavoittuvaisempii ja avoimempii toistemme eessä. H8

Joo se suhde on syventyny mut en mä tiää tavallaa mitä se konkreettisesti tarkoittaa mut tavallaa se on vaa jotenki sellanen omalaatuinen suhde tietysti ku on sisko nii onha se muutenki mut sit ku jakaa ton kokemuksen nii jotenki se yhdistää niin paljon ku on niin paljon juteltavaa ja tavallaa se niinku vuorovaikutus ja se koko suhde on aika sellanen hedelmällinen kummallekin ja tosi monipuolinen ja just ku siihen tavallaa liittyy kaikkii mahdollisii tunteita ku siihe liittyy suruu, iloo, kaikkee, nii se on niin monipuolinen nii se on jotenki ihan uudenlainen. H4

Erityisesti aktiivisessa kriisitilanteessa vastaajat kokivat, että yhteydenpito sisarusten välillä oli huomattavasti tavallista aktiivisempaa. Yhteyttä pidettiin monia kertoja päivässä, ja kriisin aikana tavattiin sisaruksia enemmän sekä vapaaehtoisesti että esimerkiksi pakollisten hoidettavien asioiden yhteydessä. Kriisin jälkeen yhteydenpidon määrän koettiin tasoittuneen ja vähentyneen verrattuna aktiiviseen kriisitilanteeseen, mutta kasvaneen verrattaessa kriisiä edeltävään aikaan.

Kriisin myötä osa haastateltavista koki, että on helpompaa ja tavallisempaa ottaa yhteyttä sisarukseen asioissa, joista ei ennen olisi ollut millään tavalla luontevaa keskustella sisaruksen kanssa. Yhdessä läpikäydyn kriisin ja siitä seuranneen muutoksen myötä sisarusten kesken on helpompi jakaa syvällisempiä ajatuksia ja tuntemuksia myös asioista, jotka eivät liity yhdessä koettuun kriisiin. Ennen yhteistä kriisiä vakavammat aiheet eivät välttämättä kuuluneet lainkaan sisarusten välisiin keskusteluihin, kun taas kriisin myötä ne ovat tarvittaessa luonteva osa sisarusten välistä viestintää. Aineistosta ilmenee, että vaikka keskustelut muuttuivat kriisin rauhoituttua aiheiltaan kevyemmiksi, jäi sisarusten välille tunne siitä, että tarpeen vaatiessa syviä ja haastaviakin keskusteluja on mahdollista käydä sisarusten kesken. Kriisin myötä koettiin luontevampana tai jopa oletuksena, että omista asioista kerrotaan myös sisaruksille.

No aluks ku me ei oltu niin läheisii nii kyl se tuntu melkeen kiusalliselta et tuli vähä sellanen jotenki outo olo ku vaikka on asunu saman katon alla ja tehny ties mitä yhdessä nii ei ollu

tottunu avaamaa tollasii isoi tunteita niiden kaa ja must siin oli aluks ehkä vähän kynnystäki puhuu niille tai laittaa viestii. Et kyl siin tuli tai jotenki piti hakee sitä viestintätapaa mut sitte mä olin silloin sen verran nuori et se on ehkä ollu luonnollista et mun veljet on varmaa kokenu sen sellasena et nyt lähennyttää ja voidaa kyl puhua kaikesta mikä oli kyllä ihan selkee ero et me ei sitä ennen ehkä puhuttu tollasista vakavemmista aiheista ikinä ja sit sen jälkee tosi paljonki. H7

On se kyl menny tosi paljon syvemmälle tasolle et pystytää kyl puhuu selkeesti esim mistä mä en ois ikinä uskonu mun veljen kans puhuvan jostai parisuhteista ja enemmän niistä tunteista et mun siskotki kertoo mulle niitten tunnepuolen jostai poikaystäväjutuista et on se kyl menny tosi paljon syvemmälle tasolle. Vaik tää kriisi oli negatiivinen nii sen tuomat vaikutukset oli tosi positiivisia. H6

Eräs vastaajista koki, ettei kriisi vaikuttanut sisarussuhteeseen millään tavalla. Toisaalta kriisi saattoi synnyttää myös vahvoja negatiivisia tunteita sisarusta kohtaan. Tämän kuvattiin johtuvan tunteesta, että yksi sisaruksista ei antanut omaa panostaan tilanteessa muiden tukemiseen, vaan enemmänkin vetäytyi tilanteesta kokonaan pois. Haastateltava kuitenkin kertoi, että kriisin rauhoituttua myös negatiivisemmat tunteet sisarusta kohtaan ovat vähitellen hälvenneet, ja suhde koetaan nyt samankaltaiseksi kuin ennen kriisiä.

Tosi pitkälle vitutti se, että kuinka vähän se (veli) oli siinä kenenkään tukena tai kysymässä kenenkään kuulumisia. H8

Erityisesti haastateltavat, jotka eivät kuvanneet välejänsä sisarukseen erityisen läheisinä ennen yhteistä kriisiä kuvailivat, että kynnys ottaa yhteyttä sisaruksiin madaltui kriisin ja siitä seuranneen tiiviimmän vuorovaikutuksen myötä. Yhteydenpidon ja vapaa-ajan viettämisen kuvailtiin tuntuvan kriisin jälkeen luontevammalta osalta sisarussuhdetta. Suhteen syvenemisestä huolimatta moni koki, ettei kuitenkaan ota ensisijaisesti omaan elämään vaikuttavissa tapahtumissa ensimmäisenä yhteyttä sisarukseen, vaan kumppaniin tai ystäviin. Tätä perusteltiin sillä, että tukea halutaan hakea yleisesti ihmisiltä, joilla on juuri kyseiseen aiheeseen liittyen eniten ymmärrystä tai taustatietoa. Poikkeuksena tästä olivat sisarussuhteet, jotka koettiin erittäin läheiseksi jo ennen kriisiä – silloin sisarus koettiin ensisijaisena tukijana tilanteessa kuin tilanteessa. Haastateltavat kuitenkin kokivat, että yhteisen kriisin jälkeen oman elämän haasteista todennäköisesti kertoo sisarukselle sitten, kun ollaan yhteydessä seuraavan kerran, vaikei sisarus olisikaan ensimmäinen tukihenkilö tilanteessa. Tätä perusteltiin sillä, että kriisin jälkeen on luontevampaa keskustella haastavistakin aiheista sisarusten kesken ja heikkouden ja

omien tunteiden näyttäminen sisaruksille on mahdollista yhteisen kriisin käsittelyn myötä.

5 POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata sitä, miten sisarukset kokevat toisiltaan saaman tuen perheen sisäisessä kriisitilanteessa. Tässä luvussa tarkastellaan aineistosta saatuja tuloksia ja liitetään sekä vertaillaan niitä suhteessa aiempaan kirjallisuuteen ja tutkimuksiin. Lisäksi luvussa arvioidaan tutkielman onnistumista ja esitellään tutkielman tuloksista syntyneitä jatkotutkimusehdotuksia.

5.1 Sisarusten välinen tuki

Sisarussuhde on uniikki, usein elämänmittainen ihmissuhde, jossa tukea tarjottaessa korostuu tämän tutkielman mukaan erityisesti vertaisuus sekä vastavuoroisuus. Tutkielmassa sisarusten välillä kaikista merkittävimpänä tuen muotona koettiin keskusteleminen ja toisteinen jauhaminen kriisin aiheesta. Sisaruksia tukiessa haluttiin osoittaa erityisesti emotionaalista tukea esimerkiksi empatian, ymmärryksen ja huolenpidon muodoissa. Kuitenkin myös tietopohjaisen tuen tarjoaminen nousi esiin sisarusten välisenä tuen muotona, mutta sen sijaan aineellista tukea ei esiinny aineistossa ollenkaan. Aineellisesta tuesta ei kysytty haastatelluilta erikseen, mutta se ei noussut spontaanisti esiin sisarusten välistä tukea kuvattaessa. Tutkimustulosten pohjalta voidaan todeta, että sisarusten välisessä supportiivisessa viestinnässä halutaan saada sisarus tuntemaan, ettei tämä ole tilanteessa yksin ja että hänestä pidetään huolta. Nämä tavoitteet voidaan nähdä yhteneväisinä Cobbin (1976) kolmen sosiaalisen tuen ulottuvuuden kanssa. Näistä kolmesta ulottuvuudesta korostuu tässä tutkielmassa erityisesti halu saada sisarukset kokemaan, että he ovat osa yhteisöä eivätkä yksin tilanteessa sekä halu huolehtia sisaruksista ja saada heidät tuntemaan, että heistä välitetään. Nämä havainnot ja tuen tyylit osoittavat, että sisarusten välisessä tuessa korostuu erityisesti emotionaalisen tuen jakaminen, johon liittyy vahvasti esimerkiksi empatian sekä huolenpidon osoittaminen (Goldsmith 2004).

Haastateltavat osasivat kuvata sisarusten erilaisia rooleja ja erotella, kenen sisaruksen puoleen kääntyvät ensimmäisenä haastavassa tilanteessa. Tähän valintaan liittyy sisarusten välit, joihin puolestaan vaikuttaa esimerkiksi ikäero – eniten saman ikäisen

sisaruksen puoleen käännettiin usein ensimmäisenä ja ajatuksia kerrottiin suorimmin ilman tunteiden tai mielipiteiden suodattamista. Aiempi tutkimus vahvistaa tätä havaintoa osoittamalla, että tavallisesti tukea haetaan eniten läheiseksi koetuilta henkilöltä (Canavan ym. 2016). Tämän tutkielman tuloksia täydentää Roccan ym. (2010) esiin tuoma käsitys siitä, että vanhemmilla sisaruksilla voi olla erilaisia motiiveja viestintään verrattaessa nuorempiin sisaruksiin. Tutkielman tuloksien mukaan erityisesti vanhemmat sisarukset kertoivat kantaneensa huolta nuoremmista sisaruksista ja halunneensa olla heille tukena haastavassa tilanteessa jopa niin merkittävästi, että asettivat omat tunteensa syrjään. He eivät myöskään odottaneet nuoremmilta samalla tavalla tukea, kuin vanhemmilta sisaruksilta. Samalla perheen sisaruksista nuorimmat kuvasivat, että heidän oli luonteva ottaa erityisesti tuen vastaanottajan rooli. Myös Goodboy, Myers ja Patterson (2009) ovat havainneet, että iällä on merkitystä siihen, kuinka ja mistä aiheista suhteessa viestintään, joten iällä voidaan katsoa olevan merkitystä sisarusten väliseen suhteeseen ja tuen tarjoamiseen tiettyyn pisteeseen asti. Samalla tämän tutkielman aineistoa ja tuloksia tarkasteltaessa voidaan kuitenkin todeta, että yhteisen kriisin läpikäymisen myötä iän ja ikäerojen merkitys muuttuu vähäisemmäksi. Yhteisen kriisin myötä tukea on mahdollista totutella ottamaan vastaan sisarukselta ikäerosta huolimatta, ja sillä koetaan olevan vaikutusta koko sisarussuhteeseen ja vuorovaikutukseen sisarusten välillä.

Tutkielman kontekstina on perheen sisäinen kriisi, joka koskettaa kaikkia sisarusia. Tutkielman tuloksissa korostuvatkin yhteisen ymmärryksen ja yhteisen kriisin vaikutukset tuen tarjoamiseen ja vastaanottamiseen sisarusten kesken. Jaetun merkityksen ja asiayhteyden ymmärrys korostuu tutkimustuloksien mukaan sisarusten välisessä supportiivisessa viestinnässä. Tällä tutkimustuloksella voidaan perustella myös sitä, miksi sisaruksilta haetaan tukea juuri perheen sisäisissä haastavissa tilanteissa, mutta henkilökohtaisissa kriiseissä sisarusia ei kuitenkaan pidetä ensisijaisena tuen lähteenä. Tätä tulosta tukee Albrechtin ja Adelmanin (1984) tutkimus, jonka mukaan tuki koetaan vaikuttavampana silloin, kun tuen tarjoaja tuntee tilanteen, jonka vuoksi tuelle on tarvetta. Vertaisuuden merkitystä vahvistaa myös Tian, Solomon ja Smithin (2020) ajatus siitä, että jos kriisikokemuksen voi jakaa muiden saman kokeneiden

kanssa, se vähentää pelkoa leimaantumisesta ja lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tämä tutkielma osoittaa, että perheen yhteisessä kriisissä sisaruksilta saatavaa tukea ei kuvattu korvaavana tai vaihtoehtoisena tuen lähteenä, vaan siinä tilanteessa juuri ensisijaisena tuen lähteenä. Ystäviltä tai kumppaneilta tukea ei samalla tapaa perheeseen liittyvässä kriisissä edes haettu. Tämä tulos laajentaa Milevskyn (2005) ajatusta siitä, että sisaruksilta saatavalla tuella voidaan kompensoida esimerkiksi ystäviltä tai vanhemmilta saatua tukea, sillä tämän tutkielman mukaan tukea ei aina edes haettu muualta, vaan tukea haluttiin saada ensisijaisesti juuri sisaruksilta.

Tutkielman tuloksista voidaan myös havaita, ettei aina ole täysin selvää, kuka on tuen tarjoaja ja kuka tuen saaja. Vastavuoroisuuden kokemukset ja tavoitteet yhteisestä selviytymisestä ovat tunnistettavissa aineistosta selvästi. Nämä teemat ovat yhdistettävissä Goldsmithin (2004) tuloksiin siitä, että yhdessä selviytymisen prosessissa ei voida tarkkaan erotella, kuka on tuen saaja ja kuka on tuen tarjoaja. Tutkielman tuloksia tuen tarjoamisen ja saamisen vastavuoroisuudesta, sen kokemisesta ja merkityksellisyydestä vahvistavat myös Canavan ym. (2016) tutkimustulokset, joiden mukaan vastavuoroisuuden kokemuksella on vaikutusta saadun tuen vaikutuksiin ja laatuun. Kun tarkastellaan aineistoa ja tuloksia yhdessä aiemman kirjallisuuden kanssa, voidaan todeta, että vastavuoroisuuden ja jaetun kokemuksen merkitys korostuu, kun sisarukset kohtaavat yhteisen kriisin. Sisarusten puoleen voidaan siis todeta käännettävän erityisesti silloin, kun kriisi koskettaa muitakin sisarusia samalla tavoin kuin itseä. Muissa kriisitilanteissa sisaruksen puoleen käännettiin ensisijaisesti vain silloin, jos sisarussuhdetta oli kuvattu erityisen läheisenä tai sisarusta kuvattiin esimerkiksi parhaana ystävänä. Tämäkin huomio korostaa yhteisen ymmärryksen merkitystä – kun sisarus koetaan erityisen läheisenä, voidaan ajatella, että he jakavat keskenään paljon asioita myös perheeseen liittyvien asioiden ulkopuolelta. Näin ollen tuen hakijalla on varmuus, että sisarus ymmärtää ja tuntee tilanteen, vaikkei se liity perheeseen.

Koska tutkielman tuloksista voidaan päätellä, että vertaisuudella on suuri merkitys siihen, keneltä tukea haetaan, on syytä tarkastella, kuinka suuri vaikutus tuen

hakemiseen ja tarjoamiseen on sisaruudella itsessään, ja kuinka suuri arvo on tilanteen yhteisellä ymmärryksellä ja tilanteen samankaltaisuudella. Vertaisuuden voidaan kuitenkin katsoa olevan ainakin jossain määrin osa sisarussuhteita, mutta haetaanko tukea sisaruksilta sisaruuden vai vertaisuuden vuoksi. Vaikka yhteinen kokemus olisikin merkittävä syy sisarusten puoleen kääntymiseen perheen sisäisessä kriisissä, juuri sisaruksilta saadun tuen merkitystä kuitenkin puoltaa vertaisuuden lisäksi suhteessa koettu turvallisuuden tunne. Turvallisuuden tunne voidaan liittää erityisesti perhesuhteisiin, sillä ne eivät ole täysin vapaaehtoisia ihmissuhteita (Carr & Wilder 2016). Turvallisuuden tunteen merkitys korostui tutkielman tuloksissa niin, että sisaruksille pystyttiin kertomaan kriisitilanteessa kaikki tunteet, ajatukset ja kokemukset pelkäämättä vastaanottajan reaktiota. Suodattamatonta ja rehellistä keskustelua pidettiin merkittävänä tekijänä hyvinvoinnin ja tilanteesta selviytymisen kannalta. Tätä havaintoa vahvistaa Carrin ja Wilderin (2016) osoitus siitä, että täysin vapaaehtoisissa suhteissa pelätään enemmän hylkäämistä, joka puolestaan vaikuttaa tuen hakemiseen. Tämän tutkielman ja aiemman kirjallisuuden pohjalta voidaan siis osoittaa, että sisaruuteen voidaan liittää sekä kokemus vertaisuudesta että turvallisuuden tunteesta, ja nämä ominaisuudet yhdessä muodostavat tilanteen, jossa tuen hakeminen ja saaminen koetaan luontevana ja turvallisena.

5.2 Selviytyminen ja koettu hyvinvointi

Tässä tutkielmassa sisaruksilta saatua tukea kuvattiin välttämättömänä osana selviytymistä kriisitilanteesta. Sisarusten kanssa käytyjä keskusteluja voidaan kuvata sekä ongelmakeskeisinä että tunnekeskeisinä, mutta joista erityisesti jälkimmäisen merkitys selviytymiselle korostuu tutkielman tuloksissa. Tuloksista voidaan havaita, että erityisen merkitykselliseksi selviytymisen kannalta koettiin kriisin perusteellinen läpikäyminen, tunteiden sekä ajatusten avaaminen sisaruksille sekä yhteisöllisyyden kokemus. Merkittäväksi tekijäksi mainittiin myös supportiiviseen kuunteluun liitettävä kuulluksi ja ymmärretyksi tuleminen. Ongelmakeskeistä tuen tarjoamista sisarusten välillä esiintyi puolestaan neuvomisen ja kriisin selvittämisen sekä kriisiin liittyvien velvollisuuksien hoitamisen yhteydessä.

Usein sosiaalisen tuen vaikuttavuutta tarkasteltaessa kiinnitetään huomiota erityisesti tuen vastaanottajan kokemuksiin. Tässä tutkielmassa kuitenkin korostui, että myös tuen tarjoamisella koettiin olevan merkitystä oman hyvinvoinnin ja tilanteesta selviytymisen kannalta. Tuen tarjoamisesta kuvattiin tulevan tärkeä ja arvokas olo, ja sisaruksia haluttiin aidosti auttaa tilanteessa. Havaintoa tukee Feeneyn ja Collinsin (2015) osoitus siitä, että tuen tarjoamisella on monia positiivisia vaikutuksia koettuun hyvinvointiin. He tuovat esiin ”positiivisesta kierteen”, joka syntyy tuen tarjoamisen myötä. Heidän mukaansa tuen tarjoaminen edistää paitsi ihmissuhdetta, myös tuen tarjoajan omia käsityksiä itsestään. Nämä positiivisen kierteen vaikutukset ovat havaittavissa myös tässä tutkielmassa ja erityisesti ihmissuhteen syventyminen korostui. Lisäksi erityisesti vanhemmat sisarukset kokivat tuen tarjoamisen nuoremmille sisaruksille erittäin tärkeänä, luonnollisena ja ensisijaisena tehtävänä, ja tällainen kokemus voidaan yhdistää positiivisen kierteen vaikutuksiin oman minäkuvan kehittämisestä.

Tämän tutkielman aineistossa kuvataan, kuinka perheeseen liittyvässä kriisissä juuri sisarukselle voi paljastaa kaikki tunteet ja ajatukset ilman häpeää tai pelkoa suhteen muuttumisesta, sillä suhde koetaan turvallisena ja vastavuoroisena. Tämä koettiin merkittäväksi asiaksi juuri sisarusten välisessä tuen tarjoamisessa ja saamisessa, sillä rehellisyyden ja avoimuuden myötä kaikki tunteet pystyttiin käsittelemään, ja sillä puolestaan voidaan nähdä olevan merkitystä esimerkiksi kognitiivisiin prosesseihin. Juuri kognitiiviset prosessit nähdään kaksoisprosessoinnin teorian mukaan merkittävänä tekijänä supportiivisen viestinnän lopputuloksen kannalta (Burlison 2009). Sisarusten kesken tärkeimmäksi tuen muodoksi kuvattiin asioiden perusteellista läpikäymistä. Keskusteluihin kuuluivat esimerkiksi eri näkökulmien tarkastelu, kriisin syiden pohtiminen sekä kriisin mahdollisten seurauksien arviointi. Nämä voidaan luokitella teoiksi, jotka edistävät kognitiivisia prosesseja. Teorian mukaan juuri kognitiiviset prosessit vaikuttavat tuen lopputulokseen hyvinvointia edistävästi verrattuna esimerkiksi toimintaan, jossa huomio koetetaan kiinnittää muihin asioihin ja kriisi unohtaa.

Kaksoisprosessoinnin teorian mukaan myös se, keneltä tukea saadaan, vaikuttaa motivaatioon arvioida ja käsitellä viestejä, ja motivaatio on yksi niistä tekijöistä, jotka vaikuttavat lopulta tuen tarjoamisen lopputulokseen (Bodie ym. 2011; Bodie 2013). Perheen sisäisessä kriisissä voidaan ajatella, että juuri sisaruksilta saatu tuki vaikuttaa jo aiemmin mainittujen vertaisuuden ja tilanteen kokonaisvaltaisen ymmärtämisen takia positiivisesti motivaatioon käsitellä viestejä. Aineistosta esimerkiksi ilmenee, että juuri sisaruksilta saatu tuki koetaan perheen kriisitilanteessa aidompana ja vaikuttavampana verrattuna ystäviltä tai muilta tilanteen ulkopuolisilta saatuun tukeen. Tällaisen kokemuksen voidaan puolestaan ajatella lisäävän motivaatiota käsitellä sisaruksilta saatuja viestejä. Myös auttajan viestien laadukkuuden nähdään vaikuttavan seurauksiin saadusta tuesta (Burlison 2009). Sisarukset kuvasivat pitäneensä erittäin tärkeänä sisarusten auttamista, ja sen voidaan ajatella lisäävän viestien laatua. Haastateltavat esimerkiksi kuvasivat, kuinka omat tunteet saatettiin asettaa syrjään, jotta voimavarat riittivät sisarusten tukemiseen. Lisäksi sisaruksille haluttiin saada aikaan tunne, että he voivat aina tukeutua haastateltavaan.

Kaksoisprosessoinnin teorian mukaan tuesta saatavaan muutokseen vaikuttaa siis monien tekijöiden yhteisvaikutus. Tämän tutkielman tuloksista voidaan todeta, että sisarussuhteen uniikkien piirteiden myötä perheen sisäisessä kriisissä juuri sisaruksilta saatuja viestejä on motivaatiota käsitellä, ja syvällisten, toisteisten keskustelujen voidaan ajatella vaikuttavan kognitiivisiin prosesseihin. Lisäksi aineistosta voidaan todeta, että sisaruksilla on vahva halu auttaa muita sisarusia tilanteessa, ja sen voidaan ajatella vaikuttavan positiivisesti viestien laatuun. Nämä havainnot sisarusten välisestä supportiivisesta viestinnästä voidaan liittää kaksoisprosessoinnin teoriaan tuen vaikuttavuudesta ja lopulta siihen, millainen lopputulos ja vaikutus tuella lopulta on koettuun hyvinvointiin ja kriisistä selviytymiseen. Voidaan siis todeta, että sisarussuhteen ominaisuudet mahdollistavat kognitiiviset prosessit, jotka lopulta vaikuttavat koettuun hyvinvointiin ja edistävät selviytymistä.

Kaiken kaikkiaan voidaan päätellä, että sisaruksilta saadun tuen merkitys koetaan tärkeänä, jopa kriittisenä selviytymisen kannalta tilanteissa, jotka koskettavat kaikkia

sisaruksia. Tähän voidaan ajatella vaikuttavan suhteeseen liitetty turvallisuuden tunne, joka puolestaan vaikuttaa käytyihin keskusteluihin, ympäristöön ja kokemukseen tuesta, ja näiden voidaan kaksoisprosessoinnin teoriaa mukaillen ajatella vaikuttavan kognitioihin. Vaikka esimerkiksi Volkom (2006) tuo tutkimuksessaan ilmi, että sisarusten välinen tuki on erityisen merkityksellistä keski-iässä ja siitä eteenpäin, laajentaa tämä tutkielma käsitystä tästä niin, että sisaruksilta saatu tuki on merkittävää myös varhaisaikuisuudessa erityisesti silloin, kun kriisi koskettaa kaikkia sisaruksia. Tätä tutkimustulosta voidaan perustella edelleen esimerkiksi Canavan ym. (2016) esityksellä siitä, että suhteen kesto on merkittävässä roolissa sen suhteen, millaista tukea suhteessa annetaan. Varhaisaikuisuudessakin sisarussuhde on yleisesti siihenastisen elämän pitkäaikaisimpia suhteita.

5.3 Sisarusten välinen suhde ja viestintä suhteessa

Tutkimustuloksia tarkasteltaessa on otettava huomioon, että käsitykset läheisestä sisarussuhteesta olivat hyvin vaihtelevia. Sama haastateltava saattoi kuvata kaikkien sisarusten olevan läheisiä, vaikka yhteydenpito jonkun sisaruksen kanssa tapahtuisi lähinnä esimerkiksi vanhempien välityksellä. Samaan aikaan toista sisarusta saatettiin kuvata parhaaksi ystäväksi, jolle kerrotaan laajasti asioita omasta elämästä. Voidaankin ajatella, että sisarusten välillä koetaan läheisyyttä jo siitä syystä, että heillä on niin laajasti yhteisiä kokemuksia, eikä läheisyyden kokemusta varten välttämättä tarvita esimerkiksi syvällisiä keskusteluja, vaan tavalliset ja arkiset rutiinikeskustelut ja yhteinen historia riittävät. Kuitenkin tutkimusaineiston ja aiemman kirjallisuuden myötä voidaan tehdä johtopäätös, että vaikka sisarussuhdetta kuvattiin läheiseksi jo ennen yhteistä kriisiä, ei se välttämättä ollut ihmissuhde, johon omaa elämää koskevassa kriisissä olisi ensisijaisesti, tai ollenkaan, turvauduttu. Sisarusten välillä korostui yhteinen tekeminen ja yhteinen historia, mutta varhaisessa aikuisuudessa välien ja yhteydenpidon voitiin kuitenkin nähdä olevan melko vähäistä ja kevyttä ja toteutuvan osittain esimerkiksi vanhempien välityksellä. Poikkeuksena tästä toimivat erityisen läheisinä koetut sisarussuhteet.

Tässä tutkielmassa kriisin myötä sosiaalinen tuki nähtiin välttämättömänä ja luontevana osana sisarussuhdetta, sillä kriisi oli osa kaikkien sisarusten elämää. Tutkielman tuloksista ei ilmene, että sosiaalista tukea tarjottaisiin tai pyydettäisiin ajatuksena suhteen ylläpito, vaan nimenomaan välttämätön tuen tarve motivoi hakemaan tukea. Tämä tulos siis laajentaa Myersin ym. (2011) havaintoja siitä, että sosiaalista tukea tarjottaisiin motivaationa sisarussuhteen ylläpito. Myersin ja kumppaneiden mukaan sosiaalisen tuen tarjoaminen voi kuitenkin olla yksi keino ylläpitää suhdetta. Tämänkin tutkielman mukaan yhteisellä kriisin läpikäymisellä on ollut lopulta paljon positiivista vaikutusta sisarusten väliseen suhteeseen ja viestimiseen suhteessa. Tulos on yhtenäinen esimerkiksi Roccan ja Martinin (1998) tuloksiin siitä, että kun sisarussuhteessa viestitään enemmän, on todennäköisempää, että sen myötä viestintä muuttuu yhä aktiivisemmaksi ja suhde tyydyttävämmäksi, joka jälleen lisää viestintää suhteessa. Lisäksi tässä tutkielmassa sisarukset kuvailivat, että välit sisarusten kanssa muuttuivat merkittävästi yhteisen kriisin myötä, ja kriisin jälkeen yhteydenpito on ollut aktiivisempaa ja puheenaiheet ovat laajentuneet myös syvällisempiin aiheisiin. Nämä tulokset vahvistuvat Roccan ja Martinin (1998) tutkimustuloksella, jonka mukaan mitä läheisemmäksi sisarukset tuntevat välinsä, sitä enemmän he pitävät yhteyttä. Sama tutkimus nostaa esiin kasvaneen luottamuksen yhteyden syvempiin ja laajempiin keskustelunaiheisiin, ja myös tämän voidaan ajatella vahvistavan tutkielman tuloksia siitä, että sisarusten syvämpi tunteminen helpottaa myös tunteiden avaamista ja syvällisien keskustelujen käymistä.

On siis huomionarvoista, että yhdessä koettu kriisi vaikuttaa merkittävästi ja moninaisesti siihen, kuinka sisarukset toisilleen viestivät. Tutkielmassa korostuu, kuinka negatiivisella kriisillä on ollut lopulta positiiviset vaikutukset sisarusten väleihin. Aineistosta kuitenkin ilmenee myös, että aina sisarukselta saatuun tukeen ei oltu tyytyväisiä tai se ei vastannut toiveisiin tuesta. Esimerkiksi sisaruksen vetäytyminen tilanteesta ja keskusteluyhteyden uupuminen aiheuttivat negatiivisia tunteita sisarusta kohtaan. Negatiivisella kokemuksella ei kuitenkaan koettu olevan pitkäaikaisia negatiivisia vaikutuksia suhteelle, vaan aineistosta ilmenee armollisuus ja ymmärrys sisaruksia kohtaan. Jos sisarukselta saatu tuki ei vastannut odotuksia, sitä perusteltiin ja

ikään kuin pehmitettiin kuvailemalla erilaisia persoonia ja sisaruksen luonnetta, johon ei vain kuulu esimerkiksi tunteiden ilmaisu. Tuloksissa kuvataan, että vaikka kokemukseen sisarukselta saadusta tuesta liittyi hetkellisesti negatiivisia tunteita, palautui suhde kriisin rauhoituttua vanhaan tilaansa. Voidaankin esittää, että sisaruksia kohtaan halutaan olla ymmärtäväisiä ja armollisia, vaikka he eivät pystyisi vastaamaan omiin tarpeisiin kriisitilanteessa. Tätä havaintoa puoltaa Rittentourin, Myersin ja Brannin (2007) esiin tuoma ajatus siitä, että sisarussuhteeseen kuulu lähtökohtaisesti ajatus lojaaliudesta. Havaintoa voidaan tukea myös sillä, että vaikka sisarussuhde muuttuu aikuisuuden myötä vapaaehtoisemmaksi (Carr & Wilder 2016), se ei kuitenkaan ole täysin vapaaehtoinen suhde. Tämän voidaan ajatella lisäävän ymmärrystä ja halua säilyttää hyvät välit sisarukseen, vaikkei suhdetta kokisi täysin tyydyttävänä. Tämän tutkielman tuloksista siis ilmenee, että sisarusten yksilölliset erot otettiin huomioon negatiivisia tunteita lieventävänä seikkana, ja näillä eroilla perusteltiin ja pehmitettiin omaa pettymyksen tunnetta saadusta tuesta. Aineistosta ilmenevä sisaruksia kohtaan koettu ymmärrys kriisitilanteessa haastaakin Congerin, Stockerin ja McGuiren (2009) mallinnuksen, jonka mukaan negatiiviset kokemukset voivat näyttäytyä sisarussuhteessa pitkään. Tutkielman tuloksista voidaan todeta, että vaikka sisarukselta saatuun tukeen ei oltaisi tyytyväisiä, ei kokemuksen lopulta haluta vaikuttavan suhteeseen negatiivisesti.

Palatessa kriisin positiivisiin vaikutuksiin sisarussuhteelle voidaan tutkielman tuloksien valossa todeta, että kriisitilanne voi lisätä huomattavasti sisarusten välistä viestintää sekä muuttaa melko kokonaisvaltaisesti viestinnän tyyliä ja tapoja syvemmäksi, avoimemmaksi ja henkilökohtaisemmaksi sisarusten kesken. Yhteisen kriisin myötä sisarukset nähdään ikäerosta huolimatta enemmän vertaisena, sisaruksille uskaltaa näyttää omaa haavoittuvuutta ja heikkouksia, haastavatkin keskusteluaiheet ovat mahdollisia ja ylipäätään keskusteluaiheet ovat monipuolistuneet. Yhteydenpito on tiiviimpää ja sisarusten kanssa haluaa olla tekemisissä muutenkin, kuin ”pakollisten” perhetapahtumien yhteydessä. Vaikka suhde olisi kuvattu läheisenä ennen yhteistä kriisiä, aineistosta ilmenee, että kriisin myötä sisarukset lähentyivät entisestään. Nämä kaikki muutokset ovat perusteltavissa aiemman kirjallisuuden avulla. Esimerkiksi

sosiaalisen tuen on havaittu vaikuttavan kokonaisvaltaisesti suhteen tyydyttävyyteen (Goldsmith 2004), ja tämä ilmeni myös tässä tutkielmassa niin, että yllä mainittuja tuen tuomia positiivisia vaikutuksia nostettiin esiin. Myös Volkomin (2006) havainto siitä, että elämää mullistavat tapahtumat saavat sisarukset lähenemään ja olemaan tiiviimmin yhteydessä on yhtenevä tämän tutkielman kanssa. Aineistosta ilmenee, että kriisin seurauksesta koko ihmissuhde tuntuu muuttuneen erityisesti silloin, jos tukea ja keskustelua sisarusten kesken ei havaittu merkittävästi ennen yhteisen kriisin kokemusta. Tässä tutkielmassa kriisin seurauksia kuvattiin sisarussuhteelle käännteentekevänä asiana positiivisella tavalla, ja tätä havaintoa tukee Rittentourin, Myersin ja Brannin (2007) tutkimustulokset siitä, että sisarussuhteessa jaettu tuki lisää yhteydenpitoa sisarusten välillä ja sitoutumista sisarussuhteeseen.

Näiden tuloksien valossa voidaan todeta, että yhteinen kriisi vaikuttaa merkittävästi siihen, kuinka sisarukset toisilleen viestivät ja viestintä puolestaan heijastuu vahvasti nuorten aikuisten sisarussuhteeseen. Haastateltavat, jotka kokivat saaneensa sisarukselta tukea kriisin aikana, toivat esiin, että se on vaikuttanut huomattavasti myös viestintään kriisin rauhoituttua. Haastateltavat kuvasivat, että haastavemmista ja syvemmistä puheenaiheista on nyt mahdollista käydä keskustelua, vaikka aiemmin se ei tuntunut ajatuksena luontevalta. Rocca ja Martin (1998) toivat esiin, että tyytyväisyys sisarussuhteeseen vaikuttaa siihen, kuinka paljon sisarusten kanssa halutaan olla tekemisissä. Tässä tutkielmassa tukea saaneet kuvasivat olleensa lähtökohtaisesti sisaruksilta saatuun tukeen erittäin tyytyväinen ja saatu tuki koettiin tilanteessa erittäin arvokkaaksi. Tämän tutkielman tuloksien ja aiemman kirjallisuuden havaintojen myötä voidaankin ajatella, että saatu tuki lisäsi tyytyväisyyttä sisarussuhteeseen, ja sen myötä se kasvatti myös halua olla yhteyksissä sisarusten kanssa.

Yhteisen kriisin myötä voidaan lopulta todeta, että viestintä ja suhde muuttuvat merkittävästi erityisesti sisarussuhteissa, joita ei kuvailtu erityisen läheisenä ennen kriisiä. Kriisin aiheuttamien muutoksien myötä sisarussuhteen voidaan nähdä olevan aidosti palkitseva ja tyydyttävä ihmissuhde, jossa heikkouksia ja tunteita pystytään näyttämään ja keskustelut voidaan viedä syvemmälle tasolle. Aiempi tutkimus osoittaa,

että murrosiässä nuorten sosiaaliset piirit laajenevat ja perheen merkitys sosiaalisten suhteiden tarjoajana vähenee (Lindell, Campione-Barr & Killoren 2015). Nuoruudessa koetaan paljon, mutta ei useinkaan välttämättä juuri sisarusten kesken. Kun näitä havaintoja ja tämän tutkielman tuloksia tarkastellaan yhdessä, voidaan ajatella, että kun sisarukset kriisin myötä ikään kuin pakotetaan olemaan yhteydessä ja jakamaan ajatuksia ja tunteita, saavat he muodostettua tuoreen yhteisen kokemuksen. Tämän kokemuksen myötä he voivat rakentaa lapsuuden sisarussuhteeseen verrattuna vapaaehtoisempaa ihmissuhdetta, joka koetaan tärkeäksi ja johon halutaan panostaa. Kaikesta tästä voidaan muodostaa ikään kuin ketju, joka toteutuu, kun sisaruksiin uskaltaa turvautua ja sisaruksilta saa tarkoituksenmukaista tukea. Voidaan siis ajatella, että yhteinen kokemus ja ymmärrys tilanteesta ovat ne tekijät, jotka johtavat tuen hakemiseen sisarukselta perheen sisäisessä kriisissä, ei niinkään sisaruus. Sisaruuteen liittyvä yhteinen historia, elämänmittainen yhteinen taival ja syvä ymmärrys tilanteesta sekä vahva vertaisuuden ja vastavuoroisuuden kokemus kuitenkin saavat tukea tarvitsevat kertomaan kattavasti kaikista tunteistaan. Sisarussuhteessa tuen hakemiseen liitetään myös kokemus kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisesta, jolloin kokemus tuesta on aiempaa kirjallisuutta mukaillen vaikuttavampaa. Kokemus tarkoituksenmukaisesta tuesta puolestaan edistää merkittävästi sitä, millaisena sisarussuhde koetaan, miten siinä viestitään, ja näillä tekijöillä on vaikutusta koko sisarussuhteelle ja suhteen vuorovaikutukseen.

5.4 Tutkimuksen arviointi

Tämä tutkimus tukee aiempaa kirjallisuutta liittyen sosiaaliseen tukeen ja sisarusten väliseen viestintään. Tutkimus kuitenkin laajentaa ymmärrystämme juuri nuorten aikuisten välisestä supportiivisesta viestinnästä ja perheen merkityksestä varhaisaikuisuudessa sekä siitä, kuinka erityisesti nuoret aikuiset kokevat sisarussuhteet. Yhtenäiset tulokset aiempaan kirjallisuuteen nähden voidaan myös nähdä lisäävän tulosten uskottavuutta ja paikkansapitävyyttä ja samalla laajentavan ymmärrystä eri ikävaiheisiin liittyvästä supportiivisesta viestinnästä ja vertaisuuden merkityksestä.

Tracy (2010, 849) on laatinut kahdeksan kriteeriä, joiden avulla laadullista tutkimusta on mahdollista arvioida. Tätä tutkielmaa arvioidaan mukailien niistä viittä: tutkielman aiheen merkityksellisyys, kontribuutio, uskottavuus, perusteellisuus ja koherenssi.

Tutkimuksen aiheen merkittävyys, ajankohtaisuus ja yllätyksellisyys määrittelevät Tracyn (2010, 840–841) mukaan tutkielman merkityksellisyyttä. Näitä kriteerejä ja tätä tutkielmaa tarkasteltaessa voidaan todeta, että sisaruus on aiheena universaali ja koskettaa Suomessa valtaosaa väestöstä. Lisäksi sosiaalisen tuen vaikutukset hyvinvointiin taas ovat aiempia tutkimuksia mukailien merkittäviä, joten voidaan todeta, että aihetta on tärkeää tutkia. Lisäksi sosiaalista tukea on tutkittu kattavasti kvantitatiivisella tutkimusotteella, joten kvalitatiivinen tutkimus lisää ymmärrystä aiheeseen liittyen.

Tutkimuksen kontribuution tarkastelulla tarkoitetaan esimerkiksi sitä, kuinka tutkimuksessa saatua tietoa voidaan hyödyntää jatkossa ja miten tutkimus myötävaikuttaa aiempaan tutkimukseen (Tracy 2010, 846). Tämä tutkielma esittelee laajasti kokemuksia sisarusten välisestä supportiivisesta viestinnästä nuorten aikuisten kesken. Jo tutkielman tutkimushenkilöiden rajaus laajentaa ymmärrystä erityisesti nuorten aikuisten kokemuksista supportiiviseen viestintään liittyen, sillä aiempi tutkimus on keskittynyt muihin ikäluokkiin. Lisäksi tutkielman tulokset nostavat esille erityisesti kokemuksen sisarussuhteen vertaisuudesta ja sen merkityksen supportiiviselle viestinnälle ja lopulta kriisitilanteista selviämiseksi. Tämä tulos tarjoaa aiheen, josta on mahdollista ja tarpeenmukaista tehdä laajemminkin tutkimusta sekä sisaruuden ymmärtämisen että hyvinvoinnin edistämisen kannalta.

Tutkimusraportin ja tuloksien luotettavuutta arvioidessa käytetään käsitettä tutkimuksen uskottavuus. Uskottavuuden tarkasteluun liitetään esimerkiksi niin sanotun hiljaisen tiedon huomioiminen ja havaintojen osoittaminen. (Tracy 2010, 842–843.) Tätä tutkielmaa tarkasteltaessa on otettava huomioon, että jokaisen haastateltavan taustat ja kokemukset kriisistä olivat erilaisia, ja esimerkiksi kokemukset sisaruuteen liittyen voivat vaihdella paljolti muun muassa sen mukaan, kuinka paljon sisaruksia on. Lisäksi haastateltavat kokivat ja määrittivät sisarusten läheisyyden hyvin

eri tavoin. Haastateltavien erilaisista taustoista huolimatta aineistosta on erotettavissa toistuvia teemoja ja samankaltaisia ajatuksia ja kokemuksia, ja sen voidaan ajatella myös lisäävän tutkielman uskottavuutta. Lisäksi suorat sitaatit haastatteluista tuloksien tukena vahvistavat tutkielman uskottavuutta. Tutkielman tuloksien yhteneväisyyttä aiempaan kirjallisuuteen sekä tutkimuksen toteuttamisen tarkkaa kuvailua voidaan pitää tutkielman uskottavuutta edistävinä asioina.

Tracyn (2010, 840) mukaan tutkielman perusteellisuus (rich rigor) tarkoittaa, että tutkimuksen on oltava runsas ja monipuolinen niin aineiston kuin taustakirjallisuudenkin osalta. Tutkielman taustakirjallisuus on määrältään runsas, mutta melko keskittynyt yhdysvaltalaiseen tutkimukseen. Valittu kirjallisuus on kuitenkin tutkielman aiheeseen sopivaa ja tukee tutkielman tavoitteita. Osa tutkielmassa hyödynnetyistä aiemmista tutkimuksista on myös verrattain vanhoja (esim. Albrecht & Adelman 1984; Cobb, 1976). Niiden valintaa voidaan kuitenkin perustella sillä, että kyseisiä tutkijoita voidaan pitää edelleen merkittävässä roolissa sosiaalisen tuen tutkimuksen kannalta. Tutkielmaa varten toteutettiin 11 haastattelua. Haastattelujen avulla muodostetusta aineistosta oli mahdollista tehdä riittävästi havaintojen teemojen muodostamista varten. Laadullisen tutkielman tavoitteisiin, eli aiheen syvempään ymmärtämiseen, aineisto oli riittävä. Aineiston koko huomioiden tutkielmasta ei ole kuitenkaan mahdollista tehdä yleistyksiä sisarusten väliseen supportiiviseen viestintään liittyen.

Koherenssin käsitteellä tarkoitetaan sitä, ovatko tutkielman osat kirjallisuuskatsauksesta tuloksiin yhdistettävissä sekä johdonmukaisia ja kuinka asetetut tavoitteet saavutetaan (Tracy 2010, 848). Tutkimuksen tulokset vastaavat tarkoituksenmukaisesti taustakirjallisuudesta muodostuneeseen tutkimusaukkoon sekä muodostettuihin tutkimusongelmaan ja tutkimuskysymyksiin. Tutkimusaineiston keräämisessä onnistuttiin saamaan kattava otanta kriteerien sisällä eri ikäisiä henkilöitä erilaisien kriisitilanteiden kontekstissa. Haastateltavat myös kuvasivat kontekstia ja läpikäytyä kriisiä tavoilla, joista voidaan päätellä, että kriisi on koettu merkittävänä ja tuen tarve on ollut todellinen. Puolistrukturoitu teemahaastattelu tutkimusmetodina vastasi hyvin tutkimuksen tarkoitukseen, jossa haluttiin saada syvempää tietoa

nimenomaan sisarusten kokemuksista supportiivisesta viestinnästä sekä sosiaalisesta tuesta ja erityisesti kuvata sisarusten kokemuksia aiheeseen liittyen. Puolistrukturoitu teemahaastattelu mahdollisti tarkentavien kysymyksien esittämisen ja antoi haastateltaville tilaa ja mahdollisuuden kertoa yksittäisistä aiheista ja teemoista laajemmin ja syvemmin, jos sellaiselle oli tarvetta. Tutkielman tulokset ovat yhdistettävissä aiempaan kirjallisuuteen, ja osa tämän tutkielman tuloksista myös laajentaa aiempia käsityksiä sisarussuhteen supportiiviseen viestintään liittyen.

5.5 Johtopäätöksiä

Tutkielma nosti esiin useampia tutkimusaukkoja jatkotutkimusta varten. Erityisesti vertaisuuden ja tuen vastavuoroisuuden kokemusta sisarussuhteissa ja sen laajempaa vaikutusta vuorovaikutukselle ja hyvinvoinnille olisi tarkoituksenmukaista tutkia lisää. Vaikka tässä tutkimuksessa sisarukset näyttäytyvät erittäin merkittävänä tuen lähteenä perheen sisäisessä kriisissä, moni myös kuvaili suhdetta suhteellisen helpoksi ja tyydyttäväksi jo ennen kriisiä – erityisen haastavia välejä sisaruksiin ei kuvailtu ollenkaan ennen kriisiä. Näin ollen tutkielma tarjoaa tutkimusaukon myös liittyen siihen, kuinka sisarusten mahdolliset tulehtuneet välit vaikuttavat tuen tarjoamiseen, jos sisarukset kuitenkin kohtaisivat perheen sisäisen kriisin. Tällainen tutkimus voisi tarjota myös lisää tietoa vertaisuuden ja vastavuoroisuuden merkityksestä tukeen – onko vertaistuen tarve niin suuri, että keskinäiset kiistat syrjäytetään, jotta tukea olisi mahdollista tarjota ja saada.

Tässä tutkimuksessa kriteereinä oli, että sisaruksilla täytyy olla ainakin yksi yhteinen biologinen vanhempi. Nyky-yhteiskunnassa perheen käsite on kuitenkin tästä huomattavasti laajempi, joten jatkotutkimuksen kannalta voisi olla tarkoituksenmukaista perehtyä esimerkiksi uusioperheiden näkökulmasta tilanteeseen, jossa perheen lapset ovat jakaneet suuren osan lapsuudestaan ja esimerkiksi asuneet yhdessä, mutta heillä ei ole biologisia yhteisiä vanhempia; miten tällainen suhde eroaa sisaruksista, joilla on ainakin yksi yhteinen biologinen vanhempi.

Tuloksissa korostui teknologiavälitteisen viestinnän merkitys, sillä monet sisaruksista eivät asuneet lähekkäin niin, että olisivat voineet käydä kriisitilannetta läpi maantieteellisesti samassa paikassa. Haastateltavat kuitenkin ilmaisivat toiveen siitä, että fyysinen tapaaminen olisi ollut tilanteessa mahdollista. Nykyään on yhä tavallisempaa, että lapset muuttavat pois kotipaikkakunniltaan, jolloin teknologiavälitteisen viestinnän merkitys perhesuhteiden ylläpidossa korostuu. Sosiaalisen tuen tarjoaminen läheisissä suhteissa vain teknologian välityksellä sekä fyysisen kontaktin merkityksellisyys voidaankin nähdä teemoina, joita olisi yhteiskunnallisesti merkittävää sekä ajankohtaista ymmärtää.

Lopulta voidaan todeta, että tutkimus edistää perheen ja erityisesti sisarusten välisen vuorovaikutuksen ymmärrystä. Tutkielmasta on hyötyä erityisesti niille, jotka haluavat laajentaa käsityksiään perheen toimintaan ja vuorovaikutukseen liittyen. Lisäksi tutkimus edistää ymmärrystä supportiivisen viestinnän merkityksestä erityisesti vertaisuuden ja vastavuoroisuuden näkökulmasta sekä tuen tarjoamisen ja saamisen vaikutuksista sisarussuhteelle laajemminkin kuin vain kriisin yhteydessä.

KIRJALLISUUS

Albrecht, T. & Adelman, M. (1984). Social support and life stress. *Human Communication Research* 11(1), 3–32.

Albrecht, T. & Adelman, M. (1987). Rethinking the relationship between communication and social support: An introduction. Teoksessa Albrecht, T. *Communicating Social support*. California: Sage Publications, 13–16.

Bodie, G. (2013). The role of thinking in the comforting process: An empirical test of a dual-process framework. *Communication Research*, 40(4), 533–558.

<https://doi.org/10.1177/0093650211427030>

Bodie, G. & Burleson, B. (2008). Explaining variations in the effects of supportive messages a dual-process framework. *Annals of the International Communication Association*, 32(1), 355–398, DOI: 10.1080/23808985.2008.11679082

Bodie, G., Burleson, B., Rosier, J., McCullough, J., Holmstrom, A., Rack, J., Hanasono, L. & Mincy, J. (2011). Explaining the impact of attachment style on evaluations of supportive messages: A dual-process framework. *Communication Research*, 38(2), 228–247.

Bodie, G., Burleson, B., Holmstrom, A., McCullough, J., Rack, J., Hanasono, L. & Rosier, J. (2011b). Effects of cognitive complexity and emotional upset on processing supportive messages: Two tests of a dual-process theory of supportive communication outcomes. *Human Communication Research*, 37(3), 350–376.

<https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2011.01405.x>

Bodie, G., Vickery, A. & Gearhart, C. (2013). The nature of supportive listening, I: Exploring the relation between supportive listeners and supportive people. *International Journal of Listening*, 27(1), 39–49. <https://doi.org/10.1080/10904018.2013.732408>

Braithwaite, D. & Baxter, L. (2008). *Engaging Theories in Interpersonal Communication*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Brock, R. & Lawrence, E. (2010). Support adequacy in marriage: Observing the platinum rule. Teoksessa Sullivan, K. & Davila, J. *Support Processes in Intimate Relationships*. Oxford: Oxford University Press, 3–25.

Burleson, B. (2009). Understanding the outcomes of supportive communication: A dual-process approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(1), 21–38. <https://doi.org/10.1177/0265407509105519>

Canavan, J., Pinkerton, J. & Dolan, P. (2016). *Understanding Family Support: Policy, Practice and Theory*. Lontoo: Jessica Kingsley Publishers.

Carr, K. & Wilder, S. (2016). Attachment style and the risks of seeking social support: variations between friends and siblings. *The Southern Communication Journal*, 81(5), 316–329. <https://doi.org/10.1080/1041794X.2016.1208266>

Cheng, C., Inder, K., & Chan, S. (2020). Coping with multiple chronic conditions: An integrative review. *Nursing & Health Sciences*, 22(3), 486–497. <https://doi.org/10.1111/nhs.12695>

Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>

Compas, B., Connor-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A. & Wadsworth, M. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127.

Conger, K. J., Stocker, C. & McGuire, S. (2009). Sibling socialization: The effects of stressful life events and experiences. Teoksessa Kramer, L. & Conger, K. Siblings as Agents of Socialization. *New Directions for Child and Adolescent Development*. San Francisco: Jossey-Bass, 45–60.

Connidis, I. (1989). Contact between siblings in later life. *Canadian Journal of Sociology*, 14(4), 429–442. <https://doi.org/10.2307/3340651>

Craig, R. (1999). Communication theory as a field. *Communication Theory*, 9(2), 119–161. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.1999.tb00355.x>

Dorrance Hall, S. & Shebib, S. (2020). Interdependent siblings: Associations between closest and least close sibling social support and sibling relationship satisfaction. *Communication Studies*, 71(4), 612–632. <https://doi.org/10.1080/10510974.2020.1749862>

Eskola, J. (2010). Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat: Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: PS-kustannus, 179–203.

Feeney, B. & Collins, N. (2015). A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and Social Psychology Review*, 19(2), 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>

Goldsmith, D. (2004). *Communicating Social Support*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511606984>

Goldsmith, A. & Albrecht, T. (1993). The impact of supportive communication networks on test anxiety and performance. *Communication Education*, 42(2), 142–158. <https://doi.org/10.1080/03634529309378921>

Goodboy, A., Myers, S. & Patterson, B. (2009). Investigating elderly sibling types, relational maintenance, and lifespan affect, cognition, and behavior. *Atlantic Journal of Communication*, 17(3), 140–148. <https://doi.org/10.1080/15456870903024852>

Hamwey, M., Rolan, E., Jensen, A. & Whiteman, S. (2018). “Absence makes the heart grow fonder”: A qualitative examination of sibling relationships during emerging adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(8), 2487–2506. <https://doi.org/10.1177/0265407518789514>

Hirsjärvi, S., & Hurme, H. (2011). *Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2015). *Tutki ja kirjoita*. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Holmstrom, A., Burleson, B., Bodie, G., McCullough, J., Rack, J., Hanasono, L. & Rosier, J. (2015). Testing a dual-process theory of supportive communication outcomes: How multiple factors influence outcomes in support situations. *Communication Research*, 42(4), 526–546. <https://doi.org/10.1177/0093650213476293>

Jensen, A., Whiteman, S., Fingerman, K. (2018). Can't live with or without them. *Journal of Family Psychology*, 32(3), 385–395. <https://doi: 10.1037/fam0000361>.

Jones, S. (2011). Supportive listening. *International Journal of Listening*, 25(1-2), 85–103. <https://doi.org/10.1080/10904018.2011.536475>

Keaton, S. & Bodie, G. & Keteyian, R. (2015). Relational listening goals influence how people report talking about problems. *Communication Quarterly*, 63(4), 480-494. [10.1080/01463373.2015.1062407](https://doi.org/10.1080/01463373.2015.1062407).

Killoren, S., Alfaro, E., Lindell, A. & Streit, C. (2014). Mexican American college students' communication with their siblings. *Family Relations*, 63(4), 513–525.
<https://doi.org/10.1111/fare.12085>

Killoren, S. & Roach, A. (2014). Sibling conversations about dating and sexuality: Sisters as confidants, sources of support, and mentors. *Family Relations*, 63(2), 232–243.
<https://doi.org/10.1111/fare.12057>

Knapp, M. & Daly, J. (2011). *The Sage Handbook of Interpersonal Communication*. Neljäs uudistettu painos. Thousand Oaks: Sage Publications.

Kocot, T. & Goodman, L. (2003). The roles of coping and social support in battered women's mental health. *Violence Against Women*, 9(3), 323–346.
<https://doi.org/10.1177/1077801202250075>

Krause, N. (2006). Church-based social support and mortality. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 61(3), 140–146.
<https://doi.org/10.1093/geronb/61.3.s140>

Lander, L., Howsare, J. & Byrne, M. (2013). The impact of substance use disorders on families and children: From theory to practice. *Social Work in Public Health*, 28(3-4), 194–205. <https://doi.org/10.1080/19371918.2013.759005>

Lindell, A., Campione-Barr, N. & Killoren, S. (2015). Technology-mediated communication with siblings during the transition to college: Associations with relationship positivity and self-disclosure. *Family Relations*, 64(4), 563–578.

MacGeorge, E. L., Feng, B., & Burleson, B. R. (2011). Supportive communication. Teoksessa Knapp, M. & Daly, J. *The Sage Handbook of Interpersonal Communication*. Neljäs uudistettu painos. Thousand Oaks: Sage Publications, 317-354.

Merkel-Davies, D. & Brennan, N. (2017). A theoretical framework of external accounting communication: Research perspectives, traditions, and theories. *Accounting, Auditing, & Accountability*, 30(2), 433–469. <https://doi.org/10.1108/AAAJ-04-2015-2039>

Mikkelsen, A., Floyd, K. & Pauley, P. (2011). Differential solicitude of social support in different types of adult sibling relationships. *Journal of Family Communication*, 11(4), 220–236. <https://doi.org/10.1080/15267431.2011.554749>

Mikkola, L. (2009). Sosiaalinen tuki työssä: Katsaus 2000-luvun tutkimuskirjallisuuteen. *Prologi: Viestinnän vuosikirja 2009*, 26–47.

Mikkola, L. (2020). Supportive communication in the workplace. Teoksessa Mikkola, L. & Valo, M. *Workplace Communication*. New York: Routledge, 149–162.

Milevsky, A. (2005). Compensatory patterns of sibling support in emerging adulthood: Variations in loneliness, self-esteem, depression and life satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(6), 743–755.
<https://doi.org/10.1177/0265407505056447>

Myers, S. (2011). “I have to love her, even if sometimes I may not like her”: The reasons why adults maintain their sibling relationships. *North American Journal of Psychology*, 13(1), 51–62.

Myers, S., Byrnes, K., Frisby, B. & Mansson, D. (2011). Adult siblings’ use of affectionate communication as a strategic and routine relational maintenance behavior. *Communication Research Reports*, 28(2), 151–158.
<https://doi.org/10.1080/08824096.2011.565276>

Myers, S. & Goodboy, K. (2006). Perceived sibling use of verbally aggressive messages across the lifespan. *Communication Research Reports*, 23(1), 1–11.

<https://doi.org/10.1080/17464090500535798>

Myers, K. & Knox, R. (1998). Perceived sibling use of functional communication skills. *Communication Research Reports*, 15(4), 397–405.

<https://doi.org/10.1080/08824099809362139>

Pearson, J. (1986). The definition and measurement of social support. *Journal of Counseling and Development*, 64(6), 390–395.

<https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1986.tb01144.x>

Portner, L. & Riggs, S. (2016). Sibling relationships in emerging adulthood: Associations with parent–child relationship. *Journal of Child and Family Studies*, 25(6), 1755–1764.

<https://doi.org/10.1007/s10826-015-0358-5>

Richardson, B. & Maninger, L. (2016). “We were all in the same boat”: An exploratory study of communal coping in disaster recovery. *Southern Communication Journal*, 81(2), 107–122.

<https://doi-org.libproxy.tuni.fi/10.1080/1041794X.2015.1111407>

Rittenour, C., Myers, S. & Brann, M. (2007). Commitment and emotional closeness in the sibling relationship. *The Southern Communication Journal*, 72(2), 169–183.

<https://doi.org/10.1080/10417940701316682>

Rocca, M. & Martin, M. (1998). The relationship between willingness to communicate and solidarity with frequency, breadth, and depth of communication in the sibling relationship. *Communication Research Reports*, 15(1), 82–90.

<https://doi.org/10.1080/08824099809362100>

Rocca, M., Martin, M. & Dunleavy, K. (2010). Siblings' motives for talking to each other. *The Journal of Psychology*, 144(2), 205–219.

<https://doi.org/10.1080/00223980903356099>

Rothon, C., Goodwin, L. & Stansfeld, S. (2012). Family social support, community “social capital” and adolescents' mental health and educational outcomes: a longitudinal study in England. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47(5), 697–709.

Saari, S. (2021). *Kuin salama kirkkaalta taivaalta: kriisit ja niistä selviytyminen*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Samek, D. & Rueter, M. (2011). Associations between family communication patterns, sibling Closeness, and adoptive status. *Journal of Marriage and Family*, 73(5), 1015–1031.

Scharf, M., Shulman, S. & Avigad-Spitz, L. (2016). Sibling relationships in emerging adulthood and in adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 20(1), 64–90.

<https://doi.org/10.1177/0743558404271133>

Schrodt, P. & Phillips, K. E. (2016). Self-disclosure and relational uncertainty as mediators of family communication patterns and relational outcomes in sibling relationships. *Communication Monographs*, 83(4), 486–504.

<https://doi-org.libproxy.tuni.fi/10.1080/03637751.2016.1146406>

Segrin, C. & Flora, J. (2004). *Family communication*. Mahwah: Taylor and Francis.

<https://ebookcentral.proquest.com>

Segrin, C. & Passalacqua, S. (2010). Functions of loneliness, social support, health behaviors, and stress in association with poor health. *Health Communication, 25*(4), 312–322. <https://doi-org.libproxy.tuni.fi/10.1080/10410231003773334>

Skok, A., Harvey, D. & Reddihough, D. (2006). Perceived stress, perceived social support, and wellbeing among mothers of school-aged children with cerebral palsy. *Journal of Intellectual & Developmental Disability, 31*(1), 53–57. <https://doi.org/10.1080/13668250600561929>

Stocker, C., Gilligan, M., Klopach, E., Conger, K., Lanthier, R., Neppl, T., O’Neal, C. & Wickrama, K. (2020). Sibling relationships in older adulthood: Links with loneliness and well-being. *Journal of Family Psychology, 34*(2), 175–185. <https://doi.org/10.1037/fam0000586>

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perhe. Helsinki: Tilastokeskus. [viitattu: 2.12.2020]. <http://www.stat.fi/meta/kas/perhe.html>

Suomen virallinen tilasto (SVT): Perheet. Vuosikatsaus 2018, 3. Perheistä 38 prosenttia lapsiperheitä. Helsinki: Tilastokeskus. [viitattu: 24.10.2020]. http://www.stat.fi/til/perh/2018/02/perh_2018_02_2020-01-31_kat_003_fi.html

Tian, X., Solomon, D. H. & Smith, R. A. (2020). A stress buffering perspective on the progression of alpha-1 antitrypsin deficiency. *Health Communication, 35*(6), 747–755. <https://doi-org.libproxy.tuni.fi/10.1080/10410236.2019.1584782>

Tracy, S. (2010). Qualitative quality: Eight “big tent” criteria for excellent qualitative research. *Qualitative Inquiry, 16*(10), 837–851. <https://doi.org/10.1177/1077800410383121>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. [viitattu 25.4.2021]

Uchino, B. (2009). Understanding the links between social support and physical health: A life-span perspective with emphasis on the separability of perceived and received support. *Perspectives on Psychological Science*, 4(3), 236–255.
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01122.x>

Valli, R. & Aarnos, E. (2018). Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Viides uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vangelisti, A. (2009). Challenges in conceptualizing social support. *Journal of Social and Personal Relationships*. *Journal Of Social and Personal Relationships* 26(1), 39-51.
10.1177/0265407509105520.

Vélez, C., Krause, E., McKinnon, A., Brunwasser, S., Freres, D., Abenavoli, R. & Gillham, J. (2016). Social support seeking and early adolescent depression and anxiety symptoms: The moderating role of rumination. *Journal of Early Adolescence* 36(8), 1118–1143. <https://doi.org/10.1177/0272431615594460>

Volkom, M. (2006). Sibling relationships in middle and older adulthood: A review of the literature. *Marriage & Family Review*, 40(2-3), 151–170.
https://doi.org/10.1300/J002v40n02_08

Voorpostel, M. & Van Der Lippe, T. (2007). Support between siblings and between friends: Two worlds apart? *Journal of Marriage and Family*, 69(5), 1271–1282.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00446.x>

White, L. (2001). Sibling relationships over the life course: A panel analysis. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 555–568. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00555.x>

Zeidner, M., Matthews, G., & Shemesh, D. (2016). Cognitive-social sources of well-being: Differentiating the roles of coping style, social support and emotional intelligence. *Journal of Happiness Studies*, 17(6), 2481–2501.
<https://doi.org/10.1007/s10902-015-9703-z>

LIITTEET

Liite 1: Haastattelurunko

1) Sisaruus

Kerro sisaruksistasi
Millaisia olette?
Millaiset suhteet teillä on?
Millainen perhe teillä on?
Monta sisarusta sinulla on?
Minkä ikäisiä olette?
Sinun ja sisaruksiesi sukupuolet
Kuinka usein ja miten pidät yhteyttä sisaruksiesi kanssa?
Miten kuvailisit tarkemmin välejänne?
Millaiset aiheet kuuluvat teidän väliseen viestintään?
Voiko suhdetta verrata kaverisuhteeseen?

2) Kriisitilanne

Mitä tapahtui?
Miten tilanne eteni?
Millaisessa tilanteessa olette nyt?
Kuinka merkittävä/suuri kriisi teille oli?
Oletko ennen kokenut vastaavaa?

3) Sosiaalinen tuen hakeminen kriisitilanteessa

Millaista tukea sait sisaruksiltasi?
Millaista tukea koit tarvitsevasi sisaruksiltasi?
Millaisena koit tuen saamisen sisaruksilta ja miksi?
Kaipasitko enemmän/toisenlaista tukea sisaruksilta? Millaista?
Millä tavoin hait tukea sisaruksilta?
Keneltä hait ensisijaisesti tukea? Miksi?
Millä tavoin sisaruksilta saatu/haettu tuki eroaa muualta saadusta tuesta?

4) Sosiaalisen tuen tarpeen havaitseminen ja tarjoaminen kriisitilanteessa

Millaisin keinoin sisarukset näyttivät tuen tarvetta?
Millaista tukea tarjosit sisaruksillesi?
Millaisena koet tuen tarjoamisen sisaruksille?
Millainen tuen vastaanotto oli?

5) Sisarussuhde kriisitilanteessa

Miten jaettu kokemus kriisistä vaikutti tuen antamiseen ja saamiseen?
Miten viestintänne kriisitilanteessa eroaa verrattaessa ”arkisempaan” viestintäänne?
Millä tavoin tuen hakeminen ja saaminen erosi sisarusten välillä (jos sisaruksia on enemmän kuin yksi)?

6) Kriisin jälkeen

Miten kriisi vaikutti sisarusten keskinäisiin väleihin tilanteen rauhoituttua?

Miten merkityksellistä juuri sisaruksilta saatu tuki oli selviytymisen kannalta?

Miksi koet/et koe sisaruksilta saadun tuen olevan merkityksellistä?

Miten haluaisit muuttaa tuen antamisen kulttuuria sisarusten kesken?

Saatko sisaruksilta tukea muissa, perheeseen liittymättömissä kriisitilanteissa?