



PERHEKESKUS

Mukana elämässä.

**APUA JA TUKEA
LÄHISUHDEVÄKIVALTAAN**

VÄKIVALLAN TUNNISTAMINEN

Usein väkivaltaa voi olla vaikea tunnistaa. Väkivaltaa on monenlaista ja se voi kohdistua sekä lapsiin, aikuisiin että vanhuksiin. Väkivallan tekijä voi olla aikuinen, lapsi tai nuori sukupuolesta riippumatta. Lähisuhdeväkivallasta puhutaan, kun väkivallan tekijä ja uhri ovat tai ovat olleet keskenään läheisessä suhteessa. Se voi kohdistua esimerkiksi entiseen tai nykyiseen kumppaniin, lapseen tai lähisukulaiseen. Väkivaltaisissa ihmissuhteissa saattaa ilmetä useampia väkivallan muotoja.

Fyysinen väkivalta voi olla lyömistä, kuristamista, repimistä, esineillä heittämistä, teräaseilla uhkaamista, liikkumisen rajoittamista tai pakottamista seksuaaliseen kanssakäymiseen.

Henkinen väkivalta voi olla nimittelyä, vähättelyä, nöyryyttämistä, pelottelua, uhkailua, painostusta, kiristämistä, kontrollointia tai muista ihmisistä eristämistä.

Taloudellinen väkivalta voi olla pakottamista taloudelliseen riippuvuuteen, rahan käytön kontrollointia tai toisen rahojen tai omaisuuden luvaton käyttöä.

Seksuaalinen väkivalta voi olla seksuaalisen itsemääräämisoikeuden rajoittamista, seksuaalista halventamista, ehkäisyn kieltämistä, aborttiin pakottamista, seksuaaliseen kanssakäymiseen pakottamista tai painostamista, raiskaus tai sen yritys.

Kulttuurista tai hengellistä väkivaltaa on uskonnolliseen vakaumukseen pakottaminen sekä uskonnollisen vakaumuksen rajoittaminen tai estäminen. Myös väkivallan käytön perusteleminen uskontoon tai kulttuuriin viittaamalla tai uskontoon liittyvillä asioilla uhkailu.

Vainoaminen on jatkuvaa toisen toisen ihmisen lähestymistä, seuraamista tai tarkkailua esimerkiksi kodin tai työpaikan läheisyydessä tai netin tai teknisten laitteiden avulla.

Lapsen kaltoinkohtelua on ikätason tai muun kehitystason mukaisen hoidon ja huolenpidon laiminlyönti. Fyysinen kurittaminen, huutaminen tai eristäminen eivät kuulu turvalliseen lapsuuteen.

Väkivaltaisessa ihmissuhteessa toistuvat usein tietyt vaiheet. Väkivaltatilannetta seuraa usein selittely, syyllisyys, vähättely, anteeksipyytely ja lupauksia paremmasta. Sopimisen ja rauhallisen vaiheen jälkeen tilanne kuitenkin helposti kiristyy uudelleen ja kontrollointi, pelko, ahdistus ja varominen lisääntyvät. Jännityksen kasvua seuraa taas uusi räjähdys. Väkivallan kierteestä on vaikea päästä irti ja usein tilanteen muuttamiseen tarvitaan ulkopuolista apua.

VÄKIVALTA KOSKETTAA KOKO PERHETTÄ

Väkivalta ei ole vain perheen sisäinen tai kahden välinen asia, vaan se koskettaa aina myös läheisiä. Ammattiavun hakeminen on erityisen tärkeää silloin, jos perheessä on lapsia. Perheessä tapahtuva väkivalta vaikuttaa aina haitallisesti lapsiin, vaikka he eivät olisi suoraan väkivallan kohteena. Lapset aistivat kireän tunnelman sekä kuulevat ja näkevät, mitä kotona tapahtuu. Lapsi kantaa usein myös huolta vanhemmastaan.

Väkivaltaan puuttuminen on jokaisen läheisen ja tuttavien tehtävä. Avun hakeminen on vaikeaa väkivaltaisessa perheessä tai suhteessa elävälle. Läheisen, joka havaitsee väkivaltaa, on tärkeää ottaa asia puheeksi ja rohkaista hakemaan apua.

APUA JA TUKEA JOKAISELLE OSAPUOLELLE

Jokaisella väkivallan osapuolella ja väkivaltaa sivusta seuranneella on oikeus saada apua. Omasta tai läheisen tilanteesta kertominen voi tuntua pelottavalta, mutta se kannattaa. Mitä aikaisemmin tilanteeseen haetaan apua, sitä parempi. Väkivallan voi ottaa puheeksi esimerkiksi neuvolassa, työterveyshoitajalla, terveyskeskuksessa, koulukuraattorilla, sosiaalitoimessa tai poliisilla. Myös digi- ja etäpalveluista voi saada tukea tilanteeseen.

Apua väkivallan uhrille

Väkivallasta kertominen voi pelottaa. Tilanne ei kuitenkaan muutu vaikenemalla, joten kannattaa rohkeasti lähteä liikkeelle. Ammattilaisten tehtävänä on koota väkivallan uhrin ympärille turvaverkko, joka selvittää tilannetta ja järjestee tarvittavaa apua. Tarvittaessa voidaan luoda esimerkiksi turvasuunnitelma, joka auttaa ennakoimaan ja toimimaan väkivaltatilanteissa. Ammatilliset eivät koskaan toimi selän takana vaan tilannetta selvittämään uhrin luvalla ja yhdessä.

Tukea myös läheiselle

Väkivalta vaikuttaa aina myös tekijän ja uhrin läheisiin. Väkivallan näkeminen, kuuleminen tai sivusta seuraaminen voivat olla traumaattisia kokemuksia etenkin lapselle. On tärkeää, että näitä kokemuksia pääsee käsittelemään turvallisessa ympäristössä. Jos huoli omasta läheisestä kuormittaa mieltä, kannattaa keskustella asiasta ammattilaisen kanssa. Yhdessä on helpompi pohtia sitä, miten omaa läheistään voisi auttaa.

Apua väkivallan tekijälle

Myös väkivallan tekijällä on oikeus saada apua. Väkivallan tekijän kanssa tehtävän työn tarkoituksena on löytää vaihtoehtoisia käyttäytymismalleja väkivallalle, parantaa vuorovaikutustaitoja ja oppia ennakoimaan vaaratilanteita. Tavoitteena on lopettaa väkivaltainen käyttäytyminen. Keskeistä on, että tekijä ottaa vastuun teoistaan.

MISTÄ VOI SAADA APUA?

Akuutissa tilanteessa

Yleinen hätänumero 112

Inarin ja Utsjoen sosiaalipäivystys
virka-aikana 040 351 4150
virka-ajan ulkopuolella 040 7266965

Terveyskeskus
040 770 9187
Sairaalantie 15, 99800 Ivalo

Turvakoti
040 584 0021
Lähteentie 5, 96400 Rovaniemi

Rikosuhripäivystys
040 669 5383
Ivalontie 10, 99800 Ivalo

Seri-tukipiste seksuaaliväkivallan uhreille
040 770 9187
Sairaalantie 15, 99800 Ivalo

Tukea asian käsittelyyn

Mielenterveystoimisto
040 653 0688
Piiskuntie 2, 99800 Ivalo

Inarin seurakunta, diakoniatyö
040 507 1713
Sairaalantie 5, 99800 Ivalo

Uvjj - UvjÄ - Uvja
Saamelainen psykososiaalisen tuen
yksikkö
040 663 8882

Perhesosiaalityö
040 154 7616
Piiskuntie 2, 99800 Ivalo

Lapin ensi- ja turvakoti
Lähisuhde- ja väkivaltatyön avopalvelu
040 631 0122



PERHEKESKUS
Mukana elämässä.

JÄRJESTÖJEN VÄKIVALLAN EHKÄISYN PALVELUT

UHRILLE JA LÄHEISELLE

- **Ensi- ja turvakotien liiton - Nettiturvakoti** Apua väkivaltaan chat arkipäivisin klo 12-18.
- **Nollalinja** Nollalinjan 24/7 puhelinpalvelu 0800 005 00
- **Raiskauskeskus**
- **Tukinainen** Kriisipäivystys puh. 0800-97899, Ma-to klo 9-15, viikonloppuna ja pyhinä sekä niiden aattona klo 15-21. Ei perjantaina
- **Naisten Linja** tukinumero 0800 02400 (ma-pe 16-20, la-su klo 12-16) ja Chat ti ja to klo 16-20.
- **Rikosuhripäivystys (RIKU)** Chat arkisin klo 9-15 ja lisäksi ma klo 17-19, Rikosuhripäivystys 116 006 ma-pe klo 9-20.
- **Turvasuunnitelma** väkivaltatilanteeseen tai sen uhkaan kotona.
- **Miessakit ry:n Väkivaltaa kokeneet miehet** Päivystyspuhelin 044 751 1340, ma-ke klo 9-12.

NUORELLE

- **Ensi- ja turvakotien liiton - Nettiturvakoti** auttaa myös väkivallan todistajina tai kohteina olleita lapsia ja nuoria.
- Ensi- ja turvakotien liitto ry:n **Nuoren turvakortti**
- Ensi ja turvakodin **Lasten ja nuorten chat** auttaa arkipäivisin klo 15-18, alle 18 vuotiaita, kun kotona tai läheisissä suhteissa on turvattomuutta tai väkivaltaa.
- Nettiturvakodin sivuilta voi ladata **Turvakamu sovelluksen**, lisäämään lapsen tai nuoren turvallisuutta sekä tukemaan väkivallasta selviytymistä.
- **Mitä mulle nyt tapahtuu - opas nuorelle**, joka on joutunut pahoinpitely- tai seksuaalirikoksen uhriksi.

TEKIJÄLLE

- Ensi- ja turvakotien liiton **Jussi työ @ auttaa** -esitteessä kerrotaan miten ja mistä voi saada apua väkivaltaisen käyttäytymisen katkaisemiseen.
- Miessakit ry:n **Lujomätön linja**, tarjoaa apua väkivaltaa lähiseidän kohtaan käyttäneille miehille.
- **Naisenväkivalta** tarjoaa tukea, toivoa ja tarinoita liittyen naisen väkivallan, aggression ja itsehillinnän aiheisiin.
- Mielenterveystalon **Aggression omahoito-ohjelma**

TUNNISTAMINEN

- Lapin ensi- ja turvakodin **Tunnista lähisuhdeväkivalta ajoissa esite**
- Ensi- ja turvakotien liiton **Väkivalta jättää jäljet -esite**
- THL **Väkivallan muodot**

PAIKALLISET LAPIN ENSI- JA TURVAKODIN PALVELUT

- **Turvakodista** apua ympärivuorokauden perhe- tai lähisuhdeväkivaltaan.
- **Lähisuhde ja väkivaltatyön avopalvelu**: tarjoaa apua ja tietoa väkivalta- tai sen uhkatilanteissa sekä niiden ehkäisyssä ja niistä selviytymisessä. Rovaniemellä tai etänä.
- **Kriisikeskus**: auttaa ja tukee vaikeissa elämäntilanteissa ja kriiseissä, Rovaniemellä tai etänä.
- **LKK eli lapsen kaltoinkohtelun katkaisu** auttaa perheitä, joissa vanhempi on kohdistanut lapsen fyysisistä tai henkistä väkivaltaa tai vanhemman väkivaltaisten kasvatustekniikoiden käytön riski on kohonnut.
- **Lapsilähtöinen väkivaltatyön auttamismalli** 7-12-vuotiaille, jotka ovat altistuneet lähisuhde- ja perheväkivallalle ja/tai kiusaamiselle.
- **Nuorten auttamismalli** 13-17 vuotiaalle, jotka kokevat kiusaamista, syrjintää, yksinäisyyttä, koulunkäynnin haasteita ja/tai väkivaltaa elämässään.
- **Väkivallan tekijälle** matalan kynnyksen keskustelupuu. jossa ohjataan tekijöitä turvallisuutta lisääviin toimintatapoihin
- **Vertaisryhmätöimintää**