

Lähisuhdeväkivalta

Kohtaamisen ja palveluiden opas

Etelä-Savon alueelle



Lähisuhdeväkivalta

Kohtaamisen ja palveluiden opas

Etelä-Savon alueelle

Tekstit Tiina Göy

Kuvitus & taitto Oona Honkanen

2022

Sisältö

Lukijalle.....	s. 4
1 LÄHISUHDEVÄKIVALTA	s. 5
Mitä on lähisuhdeväkivalta – väkivallan muotoja ja kohteita	s. 6
Lähisuhdeväkivalta on rikos	s. 19
Miksi lähteminen on niin vaikeaa?	s. 21
2 TUNNISTAMINEN JA TUKI	s. 25
Kuinka ottaa väkivalta puheeksi?	s. 26
Mitä puheeksioton jälkeen?	s. 29
Työvälineitä ja toimintamalleja	s. 33
Etelä-Savon palvelut	s. 35
Valtakunnallisia palveluita	s. 39
3 APUA AUTTAJALLE	s. 43
Työntekijän jaksaminen	s. 43

Lukijalle

Tämä opas on tarkoitettu sinulle, joka työssäsi voit kohdata lähisuhdeväkivaltaa kokevia tai sitä käyttäviä aikuisia asiakkaita. Voit hyötyä oppaasta myös, jos opiskelet sosiaali- tai terveysalaa tai olet perehtymässä uuteen työhösi. Oppaasta löytyy tietoa myös läheisestään tai omasta tilanteestaan huolestuneelle.

Lähisuhdeväkivalta on väkivaltaa, jonka tekijä ja ko-
kija ovat toisilleen läheisiä. Tavallisinta lähisuhdevä-
kivalta on parisuhteessa, mutta myös muut läheiset
ihmissuhteet voivat sisältää toista tai molempia osa-
puolia vahingoittavaa väkivaltaa. Jos lähisuhdeväki-
valtaan ei puututa, se usein raaistuu ja pahimmillaan
johtaa toisen tai molempien osapuolten kuolemaan.

Oppaan on tarkoitus helpottaa väkivallan tunnistamista ja avun löytymistä. Siihen on koottu Etelä-Savon alueella käytetyt lähisuhdeväkivaltatyön käytännöt ja palvelut sekä valtakunnallisia palveluita. Opas painottuu väkivallan kokijan kohtaamiseen ja palveluihin, mutta myös tekijän tunnistaminen ja palvelut on huomioitu.

Opas on tehty yhteistyössä eteläsavolaisten väkivaltatyön ammattilaisten kanssa. Valmista opasta ovat kommentoineet paikalliset peruspalveluiden ammattilaiset sekä lähisuhdeväkivallan kokemusasiantuntijat.



Tämä opas käsittelee aikuisten välistä väkivaltaa. Lapsiin kohdistuvasta väkivallasta saat tietoa THL:n sivustolta: <https://thl.fi/fi/web/vakivalta/eri-ryhmat-ja-vakivalta/lapsiin-kohdistuva-vakivalta>. Jos epäilet lapseen kohdistuvaa väkivaltaa, ilmoita asiasta lastensuojeluun ja poliisille.

1 Lähisuhdeväkivalta

Mitä on lähisuhdeväkivalta

- Väkivallan muotoja ja kohteita

Lähisuhdeväkivallalla on monia muotoja. Usein väkivaltaisessa ihmissuhteessa on läsnä monenlaista väkivaltaa. Tyypillistä on hyvien ja huonojen aikojen vuorottelu. Suhteessa on myös voinut olla eri aikoina erilaisia väkivallan muotoja.

Väkivalta alkaa usein vähitellen ja väkivaltaiseen suhteeseen tottuu. On tavallista, että väkivaltaa kokeva ei tunnista itse elävänsä väkivaltaisessa ihmissuhteessa. Tavallista on myös, että kaikkia väkivallan muotoja ei ymmärretä väkivallaksi. Usein väkivallan kokija myös syyttää itseään.

On tilanteita, joissa riski joutua väkivallan kohteeksi on tavallista suurempi. Eri tilanteissa väkivallalla on myös erilaisia erityispiirteitä. Nämä tilanteet on hyvä tietää. Kuitenkin kuka vain voi joutua lähisuhdeväkivallan kohteeksi. Yhtälailla kuka vain voi olla väkivallan tekijä. Kumpaakaan ei voi päätellä iästä, sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautumisesta, etnisestä taustasta, varallisuudesta, sosiaalisesta asemasta tai mistään muustakaan ulkoisesta seikasta.

Väkivallan muotoja

Fyysinen väkivalta

- On toisen koskemattomuuden loukkaamista tahallisesti.
- Voi olla esimerkiksi tönimistä, lyömistä, raapimista, hiuksista repimistä, esineiden heittelyä, teräaseella lyömistä, unen riistämistä, kiinni pitämistä, puremistä, sylkemistä, kuristamista, hukuttamista jne.
- Aiheuttaa mm. mustelmia, murtumia, raapimajälkiä, vammoja, toiminnallisia häiriöitä, pitkäkestoisia vaikutuksia fyysiseen ja henkiseen hyvinvointiin, terveyteen ja toimintakykyyn.

Henkinen väkivalta

- On toisen ihminen psyykkisen hyvinvoinnin tahallista vahingoittamista.
- Voi olla esimerkiksi haukkumista, mitätöintiä, julkista nöyryyttämistä, uhkailua (esim. väkivallalla, itsemurhalla tai lapsen tapaamisiin liittyen), valehtelua, perätöntä syyttelyä, manipulointia, alistamista, eristämistä, kontrollointia.
- Aiheuttaa mm. arvottomuuden kokemusta, pelkoa, masennusta, ahdistusta, jatkuvaa stressiä, ylivoimaisuutta tai lamaantumista, pitkään jatkuessaan oman mielenterveyden epäilyä ja todellisuudentajun hämärtymistä.

Seksuaalinen väkivalta

- On toisen ihmisen seksuaalisen koskemattomuuden ja itsemääräämisoikeuden tahallista loukkaamista. Ei ole kokijalle myönteisessä mielessä seksuaalinen kokemus, vaan väkivaltainen, nöyryyttävä kokemus.
- Voi olla esimerkiksi toisen kehon arvostelemaa kommentointia, seksuaalista koskettelua vastoin toisen tahtoa, nöyryyttämistä, seksiobjektina kohtelua, puolison pakottamista tai painostamista seksiin tai seksuaalisiin tekoihin, seksuaalisten kuvien tai videoiden levittämistä tai julkaisua ilman toisen lupaa, raiskaus. Myös päihtyneen tai muuten puolustuskyvyttömän tilan hyväksikäyttäminen on seksuaalista väkivaltaa.
- Aiheuttaa mm. gynekologisia komplikaatioita, sukupuolitauteja, masennusta, univaikeuksia ym. vakavia ja pitkäkestoisia vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin.



Väkivallan muotoja

Välineellinen väkivalta

- On toisen läheisten tai omaisuuden vahingoittamista, jonka tarkoituksena on tuottaa kärsimystä, kontrolloida toisen toimintaa tai toimintamahdollisuuksia.
- Voi olla esimerkiksi tavaroiden rikkomista, lemmikkien vahingoittamista.
- Vammaisen ihmisen apuvälineiden rikkominen tai opaskoiran vahingoittaminen on välineellistä väkivaltaa.

Taloudellinen väkivalta

- On taloudellisen itsemääräämisoikeuden loukkamista ja rajoittamista.
- Voi olla esimerkiksi työssä käymisen rajoittamista ja häiriköintiä, rahaan liittyvää kontrollointia, taloudellista hyväksikäyttöä, parisuhteessa päätäntävällän viemistä yhteisestä rahankäytöstä, toisen rahojen käyttämistä luvatta, epätasa-arvoisuutta rahankäytössä tai omien rahojen käyttämisen estämistä.
- Taloudellinen hyväksikäyttö voi liittyä parisuhteeseen, ystävyysuhteeseen tai sukulaissuhteeseen. Rakkaushuijauksen kohteeksi joutuminen muistuttaa lähisuhdeväkivaltaa kokemuksena ja vaikutuksiltaan, vaikkei sen takana olisikaan todellista ihmistä.
- Riski taloudelliselle hyväksikäytön uhriksi joutumiselle on suurempi henkilöillä, jotka eivät kykene hoitamaan raha-asioitaan itsenäisesti. Taloudellinen väkivalta voi liittyä myös tekijän tai kokijan päihdeongelmaan.

Laiminlyönti

- On toisen jättämistä ilman hoitoa, huolenpitoa ja apua, josta hän on riippuvainen. Voi olla tahatonta tai tarkoituksena voi olla kärsimyksen ja hädän tuottaminen.
- Voi olla esimerkiksi hoidon ja huolenpidon laiminlyöntiä, auttamisesta kieltäytymistä tai väkivaltaisesti tai huolimattomasti auttamista.
- Esimerkiksi ikääntyneet sekä liikunta- ja kehitysvammaiset ovat erityisen alttiita laiminlyönnille.

Kunniaan liittyvä väkivalta

- On uhrin painostamista henkisellä tai fyysisellä väkivallalla, kun hänen epäillään rikkoneen yhteisön normeja.
- Voi olla esimerkiksi uhkailua, pukeutumisen, liikumisen tai ystäväpiirin rajoittamista, äärimmillään kunnian nimissä tehty murha.
- Eroaa parisuhdeväkivallasta siinä, että yhteisö voi hyväksyä väkivallan ja uhka voi tulla koko yhteisön taholta
- Väkivalta kohdistuu usein naiseen, mutta mies saattaa olla pakotettu tekoon
- Kohdistuu myös seksuaalivähemmistöihin kuuluiin miehiin.

Väkivallan muotoja



Kulttuuriin liittyvä väkivalta

- On toisen koskemattomuuden tai itsemääräämisoikeuden loukkaamista kulttuuriin liittyvällä haitallisella tavalla.
- Esimerkkeinä naisten sukuelinten silpominen ja yhteisön ulkopuolelle jättäminen.
- Miesvaltainen kulttuuri ja väkivallan hyväksyvät perinteet voivat altistaa etenkin naisia väkivallalle, kuten eristämislle ja sosiaalisten suhteiden rajoittamiselle.
- Esimerkiksi perinteiseen romanikulttuuriin liittyy piirteitä, jotka voivat altistaa väkivallalle ja tehdä siitä kertomisen tavallistakin vaikeammaksi. Lisäksi yhteisö ei aina tue väkivaltaisesta suhteesta irtautumista.
- Kulttuuriin liittyvistä syistä asiakas saattaa vaikuttaa yhteistyöhaluttomalta, mutta voi silti olla korostuneesti ammattilaisen tuen tarpeessa.

Uskontoon liittyvä väkivalta

- On koskemattomuuden ja itsemääräämisoikeuden loukkaamista uskontoon liittyvällä käytännöllä.
- Voi olla esimerkiksi väkivallan sallimista tai avun hakemisen kieltämistä uskonnollisiin syihin vedoten, yhteisön sisällä tapahtuneen väkivallan piilottelua, avioeron kieltämistä, yhteisön ulkopuolelle sulkemista tai sillä uhkaamista.

Pakkoavioliitto

- On kunniaan ja kulttuuriin liittyvää väkivaltaa, joka voidaan nähdä myös seksuaalisena väkivaltana.
- Esimerkiksi liitto, josta vanhemmat ovat sopineet jo lasten ollessa hyvin nuoria, tai liitto, jossa vanhemmat ovat antaneet alaikäisen tyttärensä vanhemman miehen puolisoksi. Myös liitto, jonka solmiminen on ollut vapaaehtoista, mutta josta eroaminen ei ole mahdollista muistuttaa pakkoavioliittoa.
- On eri asia, kuin osapuolten omasta toivomuksesta järjestetty liitto.
- Järjestämisen motiivina paitsi kontrollointi, myös esimerkiksi taloudelliset syyt.
- Sisältää usein fyysistä ja henkistä väkivaltaa, kontrollia ja eristämistä. Liitosta lähtemisestä voi seurata yhteisöstä eristämistä, jopa hengenvaara.

Huomaa:

Väkivaltaa ei tee hyväksyttäväksi se, että sen sanotaan kuuluvan kulttuuriin.

Kaikki etnisiin vähemmistöihin kuuluvien ihmisten kokema väkivalta ei liity kulttuuriin.

Pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden riskiä käyttää väkivaltaa voivat lisätä mm. traumaattiset kokemukset lähtömaassa, epävarmuus ja stressi uudessa maassa sekä sosiaalisten tukiverkoston puute.

On tapauksia, joissa suomalaisen ja ulkomaalaisen henkilön parisuhde ei ole tasaveroinen ihmissuhde, vaan siihen liittyy toisen hyväksikäyttöä ja väkivaltaa. Tällöin suhteeseen usein liittyy puolison eristämistä niin, että hänen kielitaitonsa ei pääse kehittymään eikä hän saa tietoa suomalaisesta yhteiskunnasta.

Väkivallan muotoja

Vaino

- On henkistä väkivaltaa, jossa kohdetta tarkkaillaan, seurataan ja uhkaillaan niin, että siitä aiheutuu pelkoa ja ahdistusta. Siihen voi liittyä kaikenlaisia väkivallan muotoja.
- On tavallista väkivaltaisen suhteen jälkeen, mutta myös suhteen aikaisessa väkivallassa voi olla vainon piirteitä. Voi kohdistua myös kohteen läheisiin ihmisiin, kuten lapsiin, vanhempiin, ystäviin ja työtovereihin.
- Vainoaja voi käyttää erilaisia teknologisia apuvälineitä. Kun vaino tapahtuu parisuhteen jälkeen, vainoaja voi hyödyntää suhteen aikana saamiaan tietoja.
- Rajoittaa kohteen elämää monin tavoin ja on kokonaisvaltainen, traumatisoiva kokemus. Todettu yhteys perhesurmiin.

Huomaa:

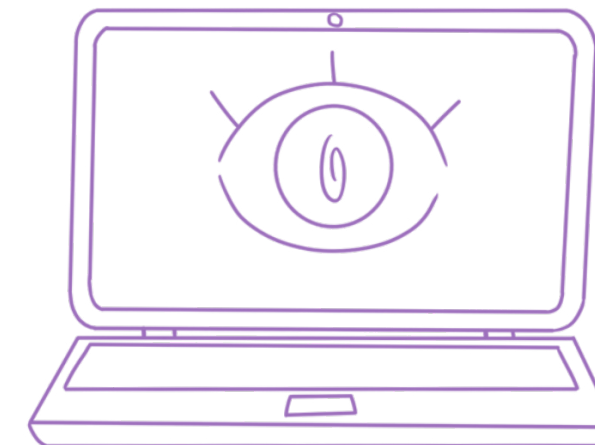
Vainoa voi olla vaikea tunnistaa, koska siihen kuuluvat yksittäiset teot voivat ulkopuolisesta vaikuttaa viattomilta. Myös vainon kohteen voi olla vaikea selittää, miksi kukkien lähettäminen, puhelinsoitto tai kodin ohi ajaminen olisi vainoajalta uhkaava ja pelottava teko. Usein vain vainon kohde ja vainoaja tuntevat tekojen merkityksen. Yksittäisten tekojen sijaan vaino tulisikin nähdä kokonaisuutena, joka aiheuttaa kohteessaan pelkoa ja kaventaa hänen elinpiiriään.

Tunnistamista voi vaikeuttaa sekin, että vainoajan teot voivat kuulostaa niin vierailta ja uskottomilta, että niitä ei tahtoisi uskoa todeksi.

Joskus vainoaja käyttää hyväkseen oikeuttaan tavata omia lapsiaan voidakseen pitää yhteyttä entiseen puolisoonsa.

Digitaalinen väkivalta

- On teknologian hyödyntämistä toisen kontrollonnissa, vakoilemisessa, uhkailussa tai häiritsevässä yhteydenpidossa.
- Voi olla esimerkiksi teknologian käytön rajoittamista, sosiaalisen median käytön kontrollointia, painostamista viestien näyttämiseen tai salasanojen kertomiseen, vakoilu- ja haittaohjelmien asentamista toisen laitteisiin, tilien ja laitteiden luvaton käyttöä, intiimin kuvamateriaalin lähettämiseen painostamista tai sen levittämistä tai levittämisellä uhkailua, salakatselua tai -kuvaamista, häiritseviä puheluita tai viestejä.
- Aiheuttaa ahdistusta, pelkoa, turvattomuutta, häpeää, traumareaktioita, elinpiirin ja sosiaalisten suhteiden kaventumista. Voi olla yhteydessä kokijan vakavaan turvallisuussuhkaan.



Väkivallan muotoja

Parisuhdeväkivalta

- On nykyiseen tai entiseen puolisoon tai seurustelukumppaniin kohdistuvaa väkivaltaa.
- Voi sisältää kaikkia väkivallan muotoja.
- Ei usein ala heti suhteen alussa, vaan vasta, kun suhteeseen on sitouduttu. Suhde voi alussa tuntua ihanneelliselta.
- Pitkittyessään usein raaistuu ja monimuotoistuu.
- Tyypillistä on hyvien ja huonojen kausien vuorottelu: väkivaltaa seuraa anteeksipyyntöjä, lepyttelyjä ja hyvää yhdessäoloa, kunnes tunnelma alkaa taas kiristyä.
- Aiheuttaa mm. masennusta, ahdistusta, kroonisia kipuja ym. vakavia ja pitkäkestoisia vaikutuksia terveyteen, hyvinvointiin ja ihmissuhteisiin.

Parisuhdeväkivalta voidaan jakaa neljään eri tyyppiin:

Parisuhdeterrori

On vakavin parisuhdeväkivallan muoto. On kokonaisvaltaista, systemaattista kontrollointia, väkivaltaa ja pelottelua. Voi jatkua eron jälkeen vainona.

Tilanneväkivalta

On yleisin parisuhdeväkivallan muoto. Väkivaltaa käytetään konfliktin yhteydessä ja se voi jäädä myös yksittäiseksi tapahtumaksi.

Väkivaltainen vastarinta

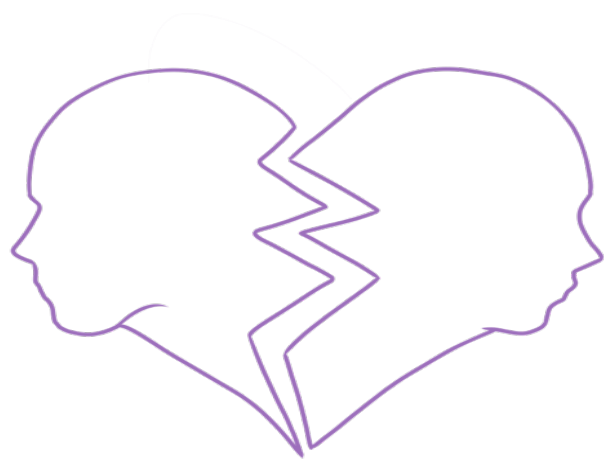
On väkivallan käyttämistä tilanteessa, jossa toinen osapuoli käyttäytyy väkivaltaisesti. Voi olla itsepuolustusta.

Eron käynnistämä väkivalta

Ilmenee vain erotilanteessa eikä yleensä uusiudu.



Väkivallan muotoja



Seurusteluväkivalta

- On nuorten seurusteluun liittyvää väkivaltaa.
- Sisältää samoja piirteitä, kuin aikuisten välinen parisuhdeväkivalta. Pidetään kuitenkin eri asiana, sillä nuorilla ei ole vielä kaikkia samoja valmiuksia parisuhteeseen, kuin aikuisilla.
- Tytöt tekijöinä useammin kuin aikuisten parisuhdeväkivallassa.
- Voi olla esimerkiksi läimäisyjä, lyömistä, liikkumisen estämistä, henkistä ja seksuaalista väkivaltaa.
- Aiheuttaa mm. ahdistuneisuutta, masennusta, turvallisuuden tunteen heikkenemistä, syömishäiriöiden ja itsemurhayritysten riskin kasvamista

Vammaisiin henkilöihin kohdistuva väkivalta

- On väkivaltaa, joka kohdistuu henkilöihin, jotka erityistarpeidensa vuoksi ovat alttiita väkivallalle ja laiminlyönneille.
- Voi olla kaikkia väkivallan muotoja. Tekijä voi olla esimerkiksi kumppani tai entinen kumppani, perheenjäsen, hoitaja, tulkki, taksinkuljettaja tai asuin- ja asumisyksiköstä.
- Jos vammaisen henkilö tarvitsee toisten apua, auttajien suuri määrä ja avustustoimien vaatima fyysinen läheisyys nostaa seksuaalisen väkivallan riskiä. Avun tarve rahankäytössä ja taloudellisten asioiden hoitamisessa lisää taloudellisen väkivallan riskiä. Vammaisen kokema taloudellinen väkivalta voi olla esimerkiksi hänen saamiensa etuuksien hyväksi käyttämistä. Riippuvuus apuvälineistä voi altistaa välineelliselle väkivallalle.
- Kommunikoinnin ja ymmärtämisen ongelmat ja riippuvuus väkivallan tekijästä voivat vaikeuttaa väkivallasta kertomista.

Huomaa: myös sekä tekijän että kokijan mielenterveys- ja päihdeongelmat voivat altistaa väkivallalle ja vaikeuttaa sen tunnistamista.

Ikääntyneisiin kohdistuva lähisuhdeväkivalta

- On ikääntyneeseen kohdistuvaa väkivaltaa, joka uhkaa hänen terveyttään, turvallisuuttaan tai hyvinvointiaan tai voi aiheuttaa fyysisen vamman.
- Jää usein tunnistamatta.
- Voi sisältää kaikkia väkivallan muotoja. Laiminlyönti on niistä tavallisista ja taloudellinen hyväksikäyttö toiseksi tavallisista. Tekijänä useimmin puoliso tai omat aikuiset lapset.
- Riskiä lisää ikääntyneen oma ja hänen läheisensä päihteidenkäyttö ja mielenterveysongelmat, puolison aggressiivista käytöstä aiheuttava muistisairaus sekä tilanteet, joissa ikääntynyt hoivaa toista ikääntynyttä ilman hoito- ja hoiva-alan koulutusta. Parisuhteessa väkivalta voi olla pitkään jatkunutta tai se voi alkaa ikääntymisen myötä. Joskus väkivallan kokijasta tulee väkivallan tekijä, kun aiemmin väkivaltaa käyttäneestä tulee hoivaa tarvitseva.
- Aiheuttaa mm. perussairauksien pahenemista ja hoidon tarpeen lisääntymistä. On merkittävä riski kokijan terveydelle ja hyvinvoinnille.

Lähisuhdeväkivalta on rikos

-
- Lähisuhteessa lieväkin fyysinen väkivalta on virallisen syytteen alainen rikos. Se tarkoittaa, että syyttäjä voi nostaa syytteen, vaikkei asianomistaja sitä vaatisikaan. Vakavan rikoksen uhasta on ilmoitettava poliisille.
 - Pelkoa ja ahdistusta aiheuttava seuraaminen, tarkkailu ja yhteydenotto eli vaino on rikos.
 - Uhkailu, joka aiheuttaa todellista pelkoa oman turvallisuuden tai omaisuuden puolesta eli laiton uhkaus on rikos.
 - Raiskaus on rikos myös silloin, kun tekijä ja kokija ovat parisuhteessa.
 - Lähisuhdeväkivallan kokija voi hakea turvakseen lähestymiskieltoa. Lähestymiskielto voidaan määrätä myös silloin, kun väkivallan tekijä ja kokija asuvat samassa asunnossa.
 - Kaikki todisteet väkivallasta ja uhkailusta on hyvä säilyttää, vaikka ei vielä olisikaan päättänyt tehdä rikosilmoitusta.
 - Kaikkiin rikosasiaan liittyviin vaiheisiin, kuten rikosilmoituksen tekoon, lähestymiskiellon hakemiseen ja rikosprosessiin, on saatavissa apua ja tukea. Lähisuhdeväkivallan uhrilla on oikeus ilmaiseen oikeudelliseen avustajaan tuloistaan riippumatta.
-

Miksi lähteminen on vaikeaa?

Väkivaltaisesta ihmissuhteesta kertominen on usein vaikeaa ja suhteesta lähteminen on yleensä pitkä prosessi. Prosessiin voi kuulua useita avunpyyntöjä ja useita lähtöjä. Ammattilaisen tehtävänä on tukea tässä prosessissa.

Jokainen tilanne ja jokainen tarina on omanlaisensa. Tässä kuitenkin joitain syitä sille, miksi väkivallasta kertominen voi olla vaikeaa ja miksi suhteesta lähteminen ei ole välttämättä helppoa silloinkaan, kun se muiden mielestä olisi viisainta mitä voi tehdä.

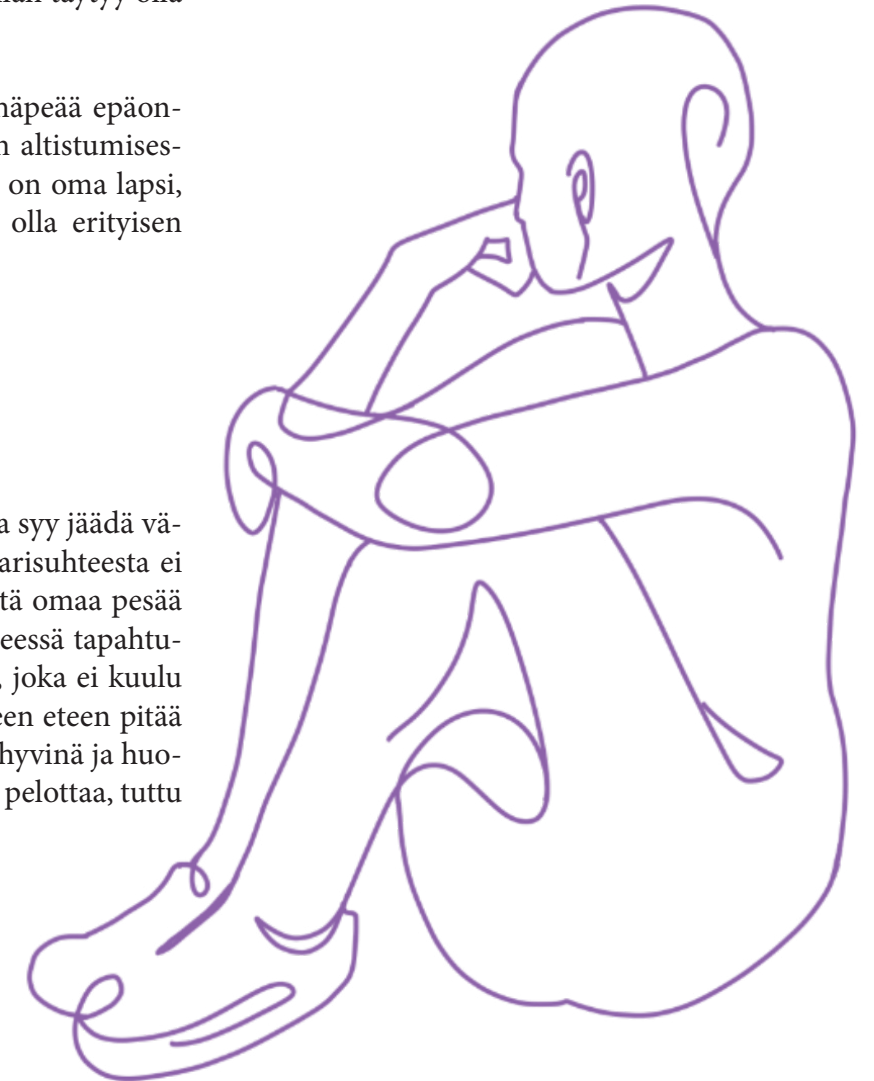
Häpeä ja syyllisyys

Vaikkei olisi syytä, moni lähisuhdeväkivallan kokija kokee häpeää ja syyllisyyttä. Hänen voi olla vaikea uskoa, että läheinen ihminen tahtoisi hänelle mitään pahaa ja siksi hän järkeilee, että väkivallan täytyy olla hänen omaa syytään.

Parisuhdeväkivallan kokija voi kokea häpeää epäonnistuneesta liitosta ja syyllisyyttä lasten altistumisesta väkivallalle. Jos taas väkivallantekijä on oma lapsi, voivat häpeän ja syyllisyyden tunteet olla erityisen musertavia.

”Kaiken se kestää, kaiken se kärsii”

Usko perinteisiin perhearvoihin voi olla syy jäädä väkivaltaiseen liittoon. Väkivaltaisesta parisuhteesta ei ehkä haluta kertoa, koska on opittu, että omaa pesää ei saa liata. Saatetaan ajatella, että perheessä tapahtunut väkivalta on perheen sisäinen asia, joka ei kuulu muille. Tavallinen ajatus on, että suhteen eteen pitää tehdä töitä. Avioliittoon on sitouduttu hyvinä ja huonoina päivinä. Myös yksinjäätminen voi pelottaa, tuttu on turvallista.



Rakkaus ja riippuvuus

Tavallinen vahingoittavassa suhteessa pitävä voima on rakkaus. Rakkaus saa antamaan anteeksi ja toivomaan parempia päiviä. Väkivaltaisessa parisuhteessa alku on tyypillisesti kaunis. Moni väkivaltaisen suhteen kokenut kertookin, että alussa kaikki oli kuin satua, liian hyvää ollakseen totta. Pienet merkit väkivallasta ohitetaan mustasukkaisuutena. Kun väkivalta vähitellen tulee osaksi elämää, siihen tottuu. Suhteessa hyvät ja pahat ajat vuorottelevat ja hyvät hetket saavat uskomaa, että alun hyvä palaisi. Toive onnellisesta lopusta voi kantaa turhankin kauas.

Väkivallantekijä saa kohteensa kokemaan pelkoa ja ahdistusta, jota seuraa valtava helpotus, kun väkivallan kehällä päästään anteeksipyyntöjen vaiheeseen. Näin väkivallantekijä voi hallita kohteensa mielialoja ja saa aikaan aidon riippuvuuden.

Riippuvuus voi olla myös taloudellista. Epävarmuus siitä, miten selviäisi taloudellisesti, voi nostaa kynnystä eroamiseen. Jos eroaminen merkitsee oman kodin ja jopa ystävien menettämistä, ei siihen välttämättä ole vielä voimia.

”Lasten takia”

On tavallista, että väkivaltaiseen suhteeseen jäädään lasten takia. Usein ajatellaan, että väkivaltainenkin perhe on lapselle parempi kuin ero ja että väkivaltainen puoliso on kaikesta huolimatta hyvä vanhempi. Monesti uskotaan, että lapsi ei näe väkivaltaa, ei tiedä mitä tapahtuu. Saatetaan vedota myös siihen, että väkivalta ei koskaan kohdistu lapseen. Lapsi huomaa ja tietää kuitenkin enemmän kuin aikuiset uskovat ja kärsii aina vanhempiensa väkivallasta. Hyvää vanhemmuutta on myös se, ettei vahingoita lapsen toista vanhempaa.

Joskus vanhempi ei kerro väkivallasta, koska pelkää, että lapset huostaanotetaan tai ei halua erota, koska pelkää, ettei eron jälkeen saisi tavata lapsiaan.

Tiedon puute ja epäluottamus

Lähisuhdeväkivallan kohde ei välttämättä tiedä, että tilanteeseen voisi saada apua, tai ei tiedä, mistä apua saa. Jos väkivallan kokija on kertonut viralliselle taholle väkivallasta, mutta ei ole saanut apua, pienentää se todennäköisyyttä avun hakemiseen myöhemmin. Erityisen vaikea tilanne on niiden maahanmuuttajien kohdalla, jotka eivät osaa kieltä eivätkä tunne Suomen palvelujärjestelmää.

Naiset voivat pelätä syyllistävää suhtautumista, etenkin, jos perheessä on lapsia. Miehillä taas on pelkoja siitä, ettei heidän avuntarvettaan oteta vakavasti tai että he itse joutuvat väkivallasta syytetyksi apua hakiessaan. Miehen kanssa suhteessa olevista miehistä osa ei usko, että heille suunnattuja palveluja on ja että he voivat saada apua lähisuhdeväkivallan kohteina.

Huomaa:

Väkivallan kokija ei välttämättä nyt tai koskaan halua lopettaa ihmissuhdetta, jossa hän kokee väkivaltaa. Silti hän on oikeutettu apuun, tukeen ja palveluihin. Tällöin tarjottu tuki voi olla turvallisuutta lisäävien tekijöiden pohtimista ja lisäämistä.



2 Tunnistaminen ja tuki

Kuinka ottaa väkivaltasta puheeksi?

Keneltä väkivallasta kysytään ja miksi

- Kuka vain voi olla väkivallan kokija tai tekijä, siksi siitä tulee kysyä kaikilta. Kun kysytään kaikilta, ei toimita omien ennakoasenteiden varassa eikä leimata ketään.
- Kysyminen saattaa herättää asiakkaan ensimmäisen kerran pohtimaan omia ihmissuhteitaan ja niiden turvallisuutta.
- Kun väkivallasta kysytään usein ja monessa paikassa, siitä puhumisesta tulee luonnollisempaa ja kertomisen kynnys madaltuu.
- Kysyminen ja asiasta puhuminen lisää myös ammattilaisen asiantuntemusta, kun ilmiö tulee tutuksi.



Miten kysyn väkivallan kokemisesta?

- Voit käyttää THL:n nettisivuilta löytyvää lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomaketta, joka on tarkoitettu lähisuhdeväkivallan kokemisesta kysymiseen: https://thl.fi/documents/732587/741077/THL_suodatin_kartoituslomake_A4.pdf

- Taloudellisen väkivallan kokemista voit selvittää esimerkiksi kysymyksillä: ”Miten perheessänne on järjestetty raha-asiat?”, ”Onko sinua koskaan painostettu lainaamaan rahaa?”

- Ennen kysymistä kannattaa valmistautua ottamaan vastaan asiakkaan vastaus, olipa se mikä vain. Väkivaltaa kokeneet ovat usein kehittyneet hyvin herkiksi aistimaan toisten tunteita. Siksi he voivat herkästi huomata, jos kysyjä ei voi ottaa vastausta vastaan. On tärkeää, että tilanne tuntuu kiireettömältä. Kannattaa myös palauttaa mieleen perustietoa väkivaltailmiöstä ja miettiä valmiiksi, kuinka toimii ja kuinka kohtaa asiakkaan, jos tämä kertoo väkivallasta. Voit harjoitella kysymistä ennakkoon ja muokata kysymykset omaan suuhusi sopiviksi. Niitä ei tarvitse lukea suoraan paperista. Näin kohtaamisesta tulee luontevampi.

- Älä ikinä anna lomaketta asiakkaalle kotiin täytettäväksi, vaan täytä se aina yhdessä hänen kanssaan.

- Kysy väkivallasta aina kahden kesken asiakkaan kanssa. Tilanteen turvallisuutta kannattaa miettiä asiakkaan asemaan asettuen. Jos asiakas kertoo kokemastaan väkivallasta ensimmäistä kertaa, voi se näkyä hänen olemuksessaan niin, että se vaikuttaa kodin ilmapiiriin. Asiakkaan kannalta turvallisesti mahdollinen ei siis välttämättä ole tilanne, jossa hän joutuu kohtaamaan väkivallan tekijän pian kertomisen jälkeen.

Miten kysyn väkivallan käyttämisestä?

- Väkivallan käyttämisestä kannattaa kysyä, että myös väkivallan tekijä saisi apua mahdollisimman pian.

- Voit esimerkiksi kysyä, onko asiakkaan toiminnassa jotain sellaista, mikä aiheuttaa toisissa pelkoa tai turvattomuutta, tai onko hänen toiminnassaan sellaista, mihin hän toivoisi apua.

- Voit kysyä myös suoraan, onko asiakas käyttänyt väkivaltaa ihmissuhteissaan ja jos on, ovatko hänen läheisensä saaneet tukea. Entä onko hän itse saanut tukea ja millaista tukea hän toivoisi.

Huomaa:

- *Kun kysyt väkivallan kokemisesta tai tekemisestä, älä yritä päätellä etukäteen mitään. Kysy tasapuolisesti sukupuolesta ja muista tekijöistä riippumatta.*

- *Parisuhdeväkivallassa ei aina ole selkeää tekijää ja kokijaa, vaan väkivalta voi olla molemminpuolista. Tällöinkin molemmat tarvitsevat apua ja tukea.*

- *Tutkitusti on hyvin tärkeää, kuinka ammattilainen reagoi kuullessaan väkivallasta. Väkivaltaa kokeneet toivovat syyllistämätöntä ja tuomitsematonta kohtaamista ja väkivaltailmiön monimutkaisuuden ymmärtämistä. Tärkeää on myös kuunnella väkivallan kokijan omia toiveita. Ne on väkivaltaisessa suhteessa usein sivuutettu, eikä ammattilaisten tulisi syyllistyä samaan, vaan pyrkiä tukemaan kokijan omaa voimaantumista.*

- *Jos ajattelet, että tapaamisella saattaa tulla esiin väkivaltaa, voi olla hyvä ajatus varata tapaamiseen tavallista enemmän aikaa. Kokijalle on ikävää, jos aika loppuu kesken, koska seuraava asiakas on tulossa.*

- *Väkivaltaan kannattaa ottaa selkeän kielteinen kanta, mutta tekijää tulee varoa tuomitsemasta – hän voi kaikesta huolimatta olla kokijalle rakas.*

Mitä puheeksioton jälkeen?

Jos vastaus on ei

- Jos asiakas ei ole kokenut lähisuhdeväkivaltaa, voit mainita, että asiaan on saatavissa apua, jos se joskus tulee ajankohtaiseksi. Toisinaan kuitenkin asiakkaan tilanteesta jää huoli, vaikka vain epämääräinen tunne, josta ei saa kiinni. Voi olla, että asiakas on kokenut väkivaltaa, mutta ei vielä tunnista sitä väkivallaksi tai ole valmis puhumaan siitä.
- **Tällaisessa tilanteessa voit:**
 - Varata asiakkaalle uuden ajan ja ottaa asian puheeksi uudestaan toisella kertaa.
 - Kertoa tahoista, joilta voi tarvittaessa saada apua ja muistuttaa, että asiaan saa palata milloin vain.
 - Kertoa asiakkaalle, miksi olet hänestä huolissasi
 - Keskustella huolestasi väkivaltatyön ammattilaisen kanssa.

Huoli saattaa herätä esimerkiksi kun

- Asiakkaalla on mustelmia oudoissa paikoissa kehoa.
- Asiakkaan olemus on pelokas ilman selittävää syytä.
- Asiakkaan raha-asiat ovat toistuvasti retuperällä ja tilillä näkyy selittämättömiä menoja tai siirtoja toiselle tilille.
- Asiakkaan kerronta on ristiriitaista tai hajanaista ja siitä puuttuu johdonmukaisuus.
- Asiakkaan käyttäytyminen on levotonta, äkkipikaista ja aggressiivista.
 - Asiakas kieltäytyy avusta.
- Puoliso on aina mukana tapaamisissa, vaikka se ei olisi tarpeen.

Älä kuitenkaan jätä kysymättä väkivallasta, vaikka asiakas vaikuttaisi mielestäsi siltä, ettei ole kokenut väkivaltaa. Älä myöskään oleta, että väkivallasta on jo kysytty muualla.

Huomaa, että vaikka asiakas käyttäisi päihteitä, kärsisi mielenterveyden ongelmista tai käyttäytyisi mielestäsi hankalasti, tarvitsee hän silti apua kokemaansa väkivaltaan.

Mitä puheeksioton jälkeen?

Jos vastaus on kyllä

- Muista että ei ole kiire mihinkään. Toimi ja selvitä tilannetta rauhassa, älä kiirehdi siirtämään asiakasta toiselle ammattilaiselle.
- Anna asiakkaalle myönteistä palautetta rohkeudesta kertoa asiasta.
- Kerro, että väkivalta on rikos ja että rikosilmoituksen tekemiseen voi saada apua ja että koko rikosprosessin ajaksi on mahdollista saada oma tukihenkilö.
- Jos väkivaltaa on ollut aiemmin, eikä se enää vaikuta asiakkaan elämään, voit kertoa, että keskusteluapua on saatavissa, mikäli asiakas nyt tai myöhemmin sel-laista tarvitsee.

**Hätätilanteessa ota yhteys
häätäkeskukseen (112).**

**Muista varmistaa myös
lasten ja muiden kotona
olevien turvallisuus!**

Jos väkivaltaa on asiakkaan elämässä nyt:

- Selvitä, onko asiakkaan kotona lapsia. Jos väkivaltaa käytetään kotona, tulee asiasta tehdä lastensuojeluilmoitus, vaikka väkivalta ei kohdistuisikaan lapseen. Jos asiakas on raskaana, tee ennakollinen lastensuojeluilmoitus. Kerro asiakkaalle, että väkivalta kotona vaikuttaa lapseen ja että lastensuojeluilmoitus on keino saada lapselle apua ja tukea, jota hän tarvitsee. Voitte tehdä ilmoituksen myös asiakkaan kanssa yhdessä.
- Selvitä, onko asiakkaan turvallisuus uhattuna. Jos on, auta asiakasta sopimaan turvakotipaikasta. Voitte soittaa sinne yhdessä ja keskustella asiakkaan tilanteesta turvakodin ammattilaisten kanssa. Jos asiakas ei halua lähteä kotoaan, miettikää millä muilla tavoin hänen turvallisuuttaan voisi parantaa (kts. sivu 33).
- Jos asiakas on hiljattain kokenut fyysistä tai seksuaalista väkivaltaa, ohjaa häntä käymään lääkärissä. Lääkärin tulee dokumentoida väkivallan jäljet. Neuvo säästämään mahdolliset todisteet väkivallasta ja uhkailusta.
- Jos asiakkaan on turvallista mennä kotiin, sopikaa millä tavoin jatkatte asian käsittelyä ja varaa tarvittaessa uusi aika.
- Jos työpaikallasi on avainhenkilö, kysy voitteko yhdessä olla yhteydessä häneen (kts. sivu 34). Voitte myös tutustua asiakkaalle sopiviin palveluihin ja ottaa niihin yhteyttä yhdessä tai voit pyytää asiakkaalta luvan yhteydenottoon hänen puolestaan. Sovi työnjaosta muiden ammattilaisten kanssa.
- Jos asiakas on kokenut vakavaa väkivaltaa tai sen uhkaa, pyydä lupa olla yhteydessä MARAK-ryhmään (kts. sivu 34).
- Kirjaa huolellisesti asiakastapaamisella esiin tulleet ja sovitut asiat. Kirjauksillasi voi olla käyttöä myöhemmin esimerkiksi rikosasian käsittelyssä.
- Jos nämä ohjeet eivät tunnu tilanteessa riittäviltä tai muuten olet epävarma kuinka toimia, soita alueesi sosiaali- ja kriisipäivystykseen (Etelä-Savo, Mikkeli: puhelin 044 7942 394).

Työvälineitä ja toimintamalleja

Turvasuunnitelma

- THL:n nettisivuilta löydätte turvasuunnitelman, jota voitte asiakkaan kanssa käyttää pohjana, kun mietitte, miten hänen turvallisuuttaan voisi lisätä:

<https://thl.fi/documents/605877/1663634/Henkilö-kohtainen+turvasuunnitelma/c0e9cbe0-0732-4196-8709-81bdb1177d9b>

- Jos väkivallan tekijä asuu yhdessä kokijan kanssa, ei suunnitelman säilyttäminen kotona ole välttämättä turvallista. Sopikaa, missä turvasuunnitelmaa säilytetään.

- Suunnitelman olemassa olo voi auttaa väkivallan kokijaa toiminaan rauhallisemmin ja suunnitelmallisemmin väkivaltatilanteessa.

- Jos väkivaltaan kuuluu digitaalista väkivaltaa, huomioikaa se turvasuunnitelmassa.

- Nettiturvakodista löydätte lisää turvasuunnitelmassa huomioitavia asioita: <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/turvasuunnitelmat/#turvasuunnitelma-kokija>

Jos asiakas on kokenut tai epäilee kokevansa digitaalista väkivaltaa:

- Keskustelkaa, mitkä asiat aiheuttavat pelkoa. Vaikuttaako siltä, että väkivallan tekijä tietää asioita, joita hänen ei kuuluisi tietää? Käykää järjestelmällisesti läpi, mitä tietoa tekijällä on ja mistä se voisi olla peräisin.

- Jos väkivallan tekijä on antanut asiakkaalle lahjaksi esimerkiksi puhelimen tai tietokoneen tai auttanut niiden käytössä, on riski, että hänellä on pääsy asiakkaan tietoihin.

- Neuvo asiakasta käyttämään turvallisia laitteita, kuten kirjaston tietokoneita. Turvallisella tietokoneella voi vaihtaa eri palveluidensa salasانات. Joskus laitteiden ja tilien käyttämisen äkillinen lopettaminen on kuitenkin riski väkivallan kokijan turvallisuudelle. Silloin on turvallisempaa jatkaa vanhojen laitteiden ja tilien käyttöä ja ottaa rinnalle uudet.

- Lisää tietoturvaan liittyviä vinkkejä löydätte Naisten linjan verkkosivuilta: <https://naistenlinja.fi/tietoturva-vinkkejä>

Avainhenkilö – väkivaltatyön osaaja työyhteisössä

Avainhenkilöt ovat saaneet koulutuksen perustason väkivaltatyöhön. Jos asiakas antaa luvan, voit ohjata hänet avainhenkilön luo. Avainhenkilö tapaa väkivallan kokijaa 1–5 kertaa ja selvittää, mitä tukea ja apua hän tarvitsee. Tarvittaessa avainhenkilö saattaa asiakkaan sopiviin palveluihin.

MARAK – Moniammatillista yhteistyötä riskien arvioinnissa ja turvallisuuden lisäämisessä

MARAK-työryhmä koostuu monen eri alan ammattilaisista. MARAK-kokouksissa selvitetään asiakkaan riskiä kokea vakavaa väkivaltaa ja suunnitellaan toimenpiteitä hänen turvallisuutensa parantamiseksi. Ammattilaiset sopivat eri palveluiden välisestä työnjaosta. Asiakas saa tukihenkilön omien asioidensa hoitoon ja myös lasten avuntarve huomioidaan.



Etelä-Savon palvelut

”Vuorovaikutuksellisessa työssä lähtökohta on aina se, että mä uskon mitä asiakas mulle kertoo on totta ja se on mulle arvokasta. Tämä on tärkeää, koska ihmiset ovat usein kokeneet, että mua ei kukaan kuuntele eikä sillä mun sanomisella ole merkitystä ja teenpä miten päin tahansa se aina menee väärinpäin. Ensimmäiset kerrat on varmaan juuri sitä, että ihminen tietää tulevansa paikkaan, jossa hän on tervetullut. Siitä se lähtee. Se on ihmisarvotyöskentelyä. Sitä että sulle tulee tunne, että sulla on merkitystä, mikä sä olet ja mitä sä elämässäsi teet. Kukaan muu ei sitä määrittele. Kaikkien pitäisi saada sellaista työskentelyä joskus. Saada kertoa asioista niin kuin itse toivoo ja haluaa.”

~ Jarmo Romo, väkivaltatyön järjestökoordinaattori, VIOLA ry

Hätätilanteessa ota yhteys hätäkeskukseen (112). Muista varmistaa myös lasten ja muiden kotona olevien turvallisuus!

Jos et tiedä kuinka toimia, soita alueesi sosiaali- ja kriisipäivystykseen (Etelä-Savo, Mikkeli 044 7942 394).

Mikkelin turvakoti

KENELLE

- Kaikille väkivaltaa kokeville ja sen pelossa eläville sukupuolesta tms. riippumatta ja sen pelossa eläville sekä heidän lapsilleen
- Neuvontaa ammattilaisille, jotka tietävät tai epäilevät asiakkaansa kokevan lähisuhdeväkivaltaa

MITÄ

- Turvallinen paikka, johon väkivallantekijä ei pääse
- Tukea, neuvoja, keskusteluapua. Tukea ja kriisiapua myös lapsille
- Vapaaehtoisten eläintenhoitoringiltä voi saada lemmikille hoitopaikan turvakotijakson ajaksi.
- Turvakodissa voi viettää niin normaalia elämää, kuin turvallisuus huomioiden on mahdollista.

MITEN

- Turvakotiin voi tulla ja soittaa milloin tahansa, puhelimeen vastataan 24/7. Jos mahdollista, asiakkaan on hyvä soittaa ennen tuloaan. Tällöin turvakodin työntekijä voi kertoa asiakkaalle turvakodista ja antaa neuvoja.
- Turvakoti on asiakkaalle ilmainen eikä sinne tarvita lähetettä tai maksusitoumusta.

YHTEYSTIEDOT:

**puhelin 040 1294 799,
osoite Tuukkalantie 2, 50500 Mikkeli**

VIOLA - väkivallasta vapaaksi ry

KENELLE

- Väkivallan kokijoille, tekijöille, sen uhan alla eläneille ja sitä sivusta seuranneille iästä, sukupuolesta yms. riippumatta
- Lähisuhdeväkivallan kanssa tekemisissä oleville ammattilaisille

MITÄ

- Keskusteluapua, neuvontaa ja vertaistukea kahden kesken ja ryhmissä. Mahdollisuus myös nimettömään asiointiin
- Miehillä oma Miesten asema
- Viola tekee myös kehittämistyötä ja sen nettisivuilla on paljon tietoa.

MITEN

- Puhelimitse, chatissä tai paikan päällä Mikkelissä

LISÄTIETOA JA YHTEYSTIEDOT:
<https://ensijaturvakotienliitto.fi/violary/>

Etelä-Savon palvelut

Tukikeskus Varjo

KENELLE

- Eron jälkeisen vainon ja väkivallan kohteille
- Ammattilaisille, jotka tarvitsevat tukea ja konsultatioapua vainoon liittyvissä kysymyksissä

MITÄ

- Ohjausta ja neuvontaa jonka tavoitteena on vainon ehkäisy ja vainon kohteena olevien turvallisuuden lisääminen
- Yksilötyöskentelyä, ryhmiä ja vertaisohjausta

MITEN

- Yksilötyöskentely verkossa tai paikan päällä Mikkelissä, ryhmät Mikkelissä
- Vertaisohjaus verkossa

LISÄTIETOA JA YHTEYSTIEDOT:

<https://varjosta.fi/tukikeskus-varjo/>

Kriisikeskukset

KENELLE

- Kaikille vaikeassa elämäntilanteessa oleville tukea ja keskusteluapua toivoville yksin tai puolison tai perheen kanssa

MITÄ

- Lyhytaikaista keskusteluapua elämän ongelmatilanteisiin
- Vertaistukiryhmiä

MITEN

- Etäyhteydellä, paikan päällä Savonlinnassa tai Mikkelissä tai puhelimitse
- Erityisissä tilanteissa myös kotikäyntejä

LISÄTIETOA JA YHTEYSTIEDOT:

Savonlinna:

<https://www.mielenterveysseurat.fi/savonlinna/>

Mikkeli:

<https://www.mielenterveysseurat.fi/mikkeli/>

Rikosuhripäivystys (RIKU)

KENELLE

- Rikoksen uhreille ja heidän läheisilleen sekä rikoksen todistajille. Rikosilmoituksen tekemistä ei vaadita.
- Ammattilaisille ja vapaaehtoistyöntekijöille, jotka tarvitsevat neuvontaa rikosasioihin liittyen

MITÄ

- Keskusteluapua, tukea ja neuvontaa turvallisuuteen ja rikosasiaan liittyvissä kysymyksissä. Tukea esimerkiksi rikosilmoituksen tekoon liittyvissä pohdinnoissa ja lähestymiskiellon hakemisessa.
- Mahdollisuus tukihenkilöön koko rikosprosessin ajaksi

MITEN

- Puhelimitse, chatissä tai paikan päällä Savonlinnassa tai Mikkelissä
- Tukihenkilö voi tulla mukaan rikosasiaan liittyviin tapaamisiin, kuulusteluihin, oikeudenkäynteihin jne.

LISÄTIETOA JA YHTEYSTIEDOT:

<https://www.riku.fi/>



Valtakunnallisia palveluita

Hätätilanteessa ota yhteys hätäkeskukseen (112). Muista varmistaa myös lasten ja muiden kotona olevien turvallisuus!

Jos et tiedä kuinka toimia, soita alueesi sosiaali- ja kriisipäivystykseen (Etelä-Savo, Mikkeli: 044 7942 394).

Nollalinja

KENELLE

- Kaikille lähisuhdeväkivaltaa kokeneille
- Väkivaltaa kokeneiden läheisille
- Ammattilaisille, jotka tarvitsevat neuvoja lähisuhdeväkivallan kysymyksiin asiakastyössään

MITÄ

- Keskusteluapua, tukea ja neuvoja

MITEN

- Auttavaan puhelimeen voi soittaa milloin tahansa, se on jatkuvasti auki.
- Puhelimeen voi soittaa nimettömästi eikä puhelu näy puhelinlaskussa.

Chat-palvelu on auki arkisin kello 9–15.

PUHELIN: 080 005 005

CHAT JA LISÄTIETOJA: <https://nollalinja.fi/>

Miessakit ry:n palvelut

KENELLE

- Lyömätön linja miehille, jotka käyttävät tai pelkäävät käyttävänsä väkivaltaa lähisuhteissaan
- Väkivaltaa kokeneet miehet -toiminta miehille, jotka ovat joutuneet väkivallan kohteeksi

MITÄ

- Tukea ja apua omien toimintatapojen ymmärtämiseen ja uusien toimintatapojen löytämiseen
- Tukea ja apua väkivaltakokemusten käsittelyyn

MITEN

- Puhelimitse ja verkon välityksellä
- Yhteydenotot yhteydenottolomakkeella

LISÄTIETOJA JA

YHTEYDENOTTOLOMAKKEET:

<https://www.miessakit.fi>

Maria Akatemia

KENELLE

- Naisille ja nuorille naisille, jotka käyttävät tai pelkäävät käyttävänsä väkivaltaa lähisuhteissaan

MITÄ

- Apua ja tukea vihan ja väkivallan kysymyksiin
- Sivustolla tietoa naisten väkivaltaisuudesta ja vihan tunteista

MITEN

- Puhelimitse, chatin kautta, videopuhelulla ja verkkovertaisryhmissä

LISÄTIETOJA, TEEMASIVUT JA CHAT:

<https://www.mariaakatemia.fi/toiminta/ehkai-seva-vakivaltatyo/>

Valtakunnallisia palveluita

Ensi- ja turvakotien liiton palvelut

KENELLE

- Kaikille väkivallan osapuolille iästä, sukupuolesta tms. riippumatta

MITÄ

- Tukea erilaisiin elämäntilanteisiin
- Nettisivuilla paljon tietoa esim. lähisuhdeväkivallasta, erotilanteesta ja vauvaperheen arjesta ja haasteista

MITEN

- Chatissä ja verkkoryhmissä
- Nimettömästi

LISÄTIETOJA, CHATIT JA TEEMASIVUSTOT:

<https://ensijaturvakotienliitto.fi/apua-sinulle/apua-verkossa/>

Ihmiskaupan uhrien auttamisjärjestelmä

KENELLE

- Ihmiskaupan (kuten pakkoavioliitto tai seksuaaliseen hyväksikäyttöön liittyvä ihmiskauppa) uhreille kansallisuudesta riippumatta
- Myös laittomasti maassa oleskeleville
- Ammattilaisille, jotka tarvitsevat neuvoja ihmiskauppaan liittyvissä kysymyksissä

MITÄ

- Kokonaisvaltaista apua ja tukea ihmiskaupan uhreille
- Turvallinen majoitus tarvittaessa
- Sivustolla tietoa ihmiskaupasta

MITEN

- Yhteydenotot soittamalla, yhteydenottolomakkeella tai sähköpostitse
- Myös nimettömät yhteydenotot

LISÄTIETOA JA YHTEYSTIEDOT:

<https://www.ihmiskauppa.fi/>

Kriisikeskus Monika ja turvakoti Mona

KENELLE

- Maahan muuttaneille naisille, jotka kärsivät lähisuhdeväkivallasta tai sen uhasta. Turvakoti on erikoistunut maahanmuuttajiin, mutta palvelee kaikkia naisia.
- Uhka voi tulla oman perheen tai yhteisön sisältä

MITÄ

- Turvakodissa turvallista kriisiasumista salaisessa osoitteessa sekä tukea ja apua
- Kriisikeskuksessa tukea ja neuvontaa
- Sivustolla tietoa ja esitteitä eri kielillä

MITEN

- Yhteydenotot turvakotiin puhelimitse
- Kriisikeskukseen puhelimella ja chat-palvelulla
- Myös nimettömästi

LISÄTIETOA JA YHTEYSTIEDOT:

<https://monikanaiset.fi/>

THL:n Väkivalta-sivusto

KENELLE

- Väkivaltaa työssään kohtaaville ammattilaisille ja kaikille aiheesta kiinnostuneille

MITÄ

- Monipuolisesti tietoa aiheesta
- Linkkejä palveluihin, hankkeisiin, tutkimustietoon jne.
- Lomakkeita väkivaltatyöhön
- Verkkokoulutuksia

SIVUSTO:

<https://thl.fi/fi/web/vakivalta>

3 Apua auttajalle

Työssä jaksaminen

Väkivaltaa kokeneiden ihmisten kohtaaminen voi olla henkisesti raskasta ja työ voi herättää monenlaisia tunteita. Asiakkaan tilanne voi aiheuttaa huolta ja pelkoa, mutta myös turhautumista, jos asiakas haluaa toimia toisin, kuin mitä ammattilainen pitäisi parhaana. Lisäksi omat ikävät muistot ja käsittelemättömät tunteet voivat nousta pintaan.



Väkivaltatyön ammattilaisten vinkit työssä jaksamiseen:

- Tiimityö ja työparitoiminta sekä tilanteiden purkaminen ja jakaminen työparin tai -tiimin kanssa
- Työyhteisön hyvä henki ja siitä huolehtiminen
- Säännöllinen työnohjaus
- Avun hakeminen, kun huoli itsestä herää
- Koulutus, ammattitaidon ylläpitäminen ja väkivaltailmiön luonteen ymmärtäminen
- Ymmärrys siitä, että asiakas itse tekee omaa elämänsä koskevat valinnat
- Omien tunteiden käsittely ja tarkastelu
- Oman arjen tasapaino, voimaa antavat asiat työn ulkopuolisessa elämässä

Lähisuhdeväkivaltaa työssään kohdanneita auttavat esimerkiksi:

VIOLA – väkivallasta vapaaksi ry:
<https://ensijaturvakotienliitto.fi/violary/>

Kriisikeskus Savonlinnassa:
<https://www.mielenterveysseurat.fi/savonlinna/>

Kriisikeskus Mikkelissä:
<https://www.mielenterveysseurat.fi/mikkeli/>

Lisäksi voit saada keskusteluapua esimerkiksi oman työterveyshuoltosi kautta.

