



**KITILÄN
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 väkivaltaa käyttävä ja väkivaltaa kokenut 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 yritykset.

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. Väkivaltilannetta 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 KOSKETTAÄ 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, sosiaalitoimissa tai poliisilla. Myös digi- ja etäpalveluista voi saada tukea tilanteeseen.

Apua väkivallan kokijalle

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

Tukea myös läheiselle

Väkivalta vaikuttaa aina myös väkivaltaa käyttävän ja kokijan 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 väkivaltaa käyttävälle

Myös väkivaltaa käyttävällä on oikeus saada apua. Väkivaltaa käyttävän kanssa tehtävän työn tarkoituksena on löytää vaihtoehtoisia käyttäytymismalleja väkivallalle, parantaa vuorovaikutustaitoja ja oppia ennakoimaan vaaratilanteita. Tavoitteena on lopettaa väkivaltainen käyttäytyminen. Keskeistä on, että väkivallan käyttäjä ottaa vastuun teoistaan

MISTÄ VOI SAADA APUA?

Akuutissa tilanteessa

Yleinen **häät numero** 112

Kittilän poliisiaseman **rikospäivystystä**

0295 466 990 (klo 8-17)

Sosiaalipäivystyksestä saa apua esim.

väkivaltatilanteisiin, lastensuojeluun, kriiseihin tai päihteisiin liittyvissä kiireellisissä tilanteissa.

040 726 6965

Terveyskeskuksen päivystys

0400 356 498 (klo 8-16) ja muina aikoina 116117

Sairaalantie 2, 99100 Kittilä

Turvakotiin voi mennä, kun kohtaa

lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa.

Turvakoti on auki vuorokauden ympäri ja

sinne voi mennä yksin tai lasten kanssa.

040 584 0021, Lähteentie 5, 96400 Rovaniemi

Seri-tukikeskus

Apua ja tukea seksuaaliväkivallan uhreille

ympäri vuorokauden

p. 040 726 8002

Ounasrinteentie 22, 96400 Rovaniemi

Tukea asian käsittelyyn

Mielenterveystoimisto

040 708 4693 tai 040 708 4692 (ma-pe 12-13)

Kittilän seurakunta, **diakoniatyö** 040 726 8205

Perhesosiaalityö 040 487 8328

Perheneuvola 040 679 6535

(ma ja ke klo 9-10.30)

Lapin ensi- ja turvakodin **Lähisuhde- ja**

väkivaltatyön avopalvelu väkivaltaa

kokeneelle ja käyttävälle 040 631 0122 sekä

Kriisikeskus auttaa ja tukee vaikeissa

elämäntilanteissa ja kriiseissä 040 553 7508.

(ma-pe klo 8-18)

Rikosuhripäivystys

Mahdollisuus keskustella henkilön kanssa,

joka ymmärtää, mitä rikoksen kohteeksi

joutuminen voi merkitä. 116 006

(ma-to klo 9-18 ja pe 9-16)



PERHEKESKUS
Mukana elämässä.

JÄRJESTÖJEN VÄKIVALLAN EHKÄISYN PALVELUT

VÄKIVALLAN KOKIJALLE JA LÄHEISELLE

- Ensi- ja turvakotien liiton - Nettiturvakoti: Apua väkivaltaan chat
- Nollalinja: puhelinpalvelu ja chat
- Raiskauskeskus
- Tukinainen: Kriisipäivystys puhelin, kriisiryhmät ja seksuaalivoukunta
- Naisten Linja: tukipuhelin, chat, tapaamiset ja vertaisryhmät
- Rikosuhripäivystys (RIKU): Rikosuhripäivystys puhelin, chat ja juristin puhelinneuvonta
- Miessakit ry:n Väkivaltaa kokeneet miehet päiväystyspuhelin ja yhteydenottolomake
- Turvasuunnitelma väkivaltatilanteeseen tai sen uhkaan kotona.

NUORELLE

- Ensi- ja turvakotien liiton - Nettiturvakoti auttaa myös väkivallan todistajina tai kokeneita lapsia ja nuoria.
- Ensi- ja turvakotien liitto ry:n Nuoren turvakortti
- Ensi ja turvakodin OnksOK chat auttaa alle 18 - vuotiaita, kun kotona tai läheisissä suhteissa on turvattomuutta tai väkivaltaa.
- Mitä mulle nyt tapahtuu - opas nuorelle, joka on joutunut pahoinpitely- tai seksuaalirikoksen uhriksi.

TUNNISTAMINEN

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

VÄKIVALTA KÄYTTÄVÄLLE

- Ensi- ja turvakotien liiton Jussi työ @ auttaa -esitteessä kerrotaan miten ja mistä voi saada apua väkivaltaisen käyttäytymisen katkaisemiseen.
- Miessakit ry:n Lyömätön linja, tarjoaa apua väkivaltaa läheisiään kohtaan käyttäneille miehille.
- Naisenväkivalta, tarjoaa tukea, toivoa ja tarinoita liittyen naisen väkivallan, aggression ja itsehillinnän aiheisiin.
- Mariakatemia, tarjoaa pariskunnille apua tilanteissa, joissa parisuhteessa ilmenee naisen käyttämää väkivaltaa.
- Keijun varjo, tarjoaa tukea 15-28-vuotiaille nuorille naisille esim. chatissä tunteiden, itsehillinnän ja väkivallan kysymyksiin.
- Mielensterveystalon Aggression omahoito-ohjelma

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 lapseen fyysistä tai henkistä väkivaltaa tai vanhemman väkivaltaisten kasvatuskeinojen käytön riski on kohonnut.
- Lapsilähtöinen väkivaltatyön auttamismalli 7-12-vuotiaille, jotka ovat altistuneet lähisuhde- ja perheväkivalalle ja/tai kiusaamiselle.
- Nuorten auttamismalli 13-17 vuotiaille, jotka kokevat kiusaamista, syrjintää, yksinäisyyttä, koulunkäynnin haasteita ja/tai väkivaltaa elämässään.
- Väkivallan tekijälle matalan kynnyksen keskusteluapua, jossa ohjataan tekijöitä turvallisuutta lisääviin toimintatapoihin
- Vertaisryhmätoimintaa väkivaltaa kokeneille naisille.