

Opas väkivaltaa kokeneen läheiselle

**Naisten puolella.
Väkivaltaa vastaan.
Nyt ja aina.**



NAISTEN LINJA

Sisällys

Johdanto	3
Mitä parisuhdeväkivalta on?	4
Kuinka tunnistan, mikä on väkivaltaa?	5
Miksi lähteminen on niin vaikeaa?	6
Pitäisikö minun puuttua asiaan?	7
Kuinka ottaisin asian puheeksi?	8
Miten voin auttaa?	8
Mitä ei kannata tehdä?	10
Miten läheisen turvallisuutta voi parantaa?	10
Pidä huolta itsestäsi!	12
Naisten moninaisuus	12
Väkivaltaa kokeneen oikeudet	15
Auttavia tahoja	16

Johdanto

Tämä opas on toinen painos alkuperäisestä ”Onko joku tuntemasi nainen väkivallan kohteena” -julkaisusta ja se on rahoitettu Oikeusministeriön myöntämällä valtionavustuksella rikoksen uhrien tukipalveluihin vuonna 2017.

EU:n uhridirektiivi (direktiivi 2012/29/EU) säätelee rikoksen uhrien oikeuksista koskien heille annettavaa tietoa, tukea ja suojelua sekä heidän osallistumistaan rikosoikeudellisiin menettelyihin¹. Uhridirektiivi toi muutoksia Suomen lainsäädäntöön vuonna 2016. Muutokset koskevat erityisesti velvollisuutta ilmoittaa uhrin oikeuksista, henkilökohtaista arviointia ja tukipalveluihin ohjaamista. Näitä käsitellään tässä oppaassa luvussa ”Väkivaltaa kokeneen oikeudet”.

Parisuhdeväkivallalla tarkoitamme tässä intiimissä suhteessa tapahtuvaa väkivaltaa, jonka tekijänä on naisen puoliso, entinen puoliso, seurustelukumppani tai entinen seurustelukumppani. Vaikka keskitymmekin väkivaltaa kokeneiden naisten tukemiseen, toivomme, että myös parisuhdeväkivallan kohteeksi joutuneiden miesten läheiset saavat tästä oppaasta kaipaamaansa tietoa. Tässä oppaassa pyrimme vastaamaan kysymyksiin, joita väkivaltaa kokeneiden naisten läheiset ovat esittäneet ottaessaan yhteyttä Naisten Linjaan. Naisten Linjan yhteydenotoista noin 10 prosenttia tulee parisuhdeväkivaltaa kokeneiden naisten läheisiltä.

¹ Euroopan unionin virallinen lehti 2012.
<http://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012L0029&from=EN>

Mitä parisuhdeväkivalta on?

Parisuhdeväkivalta on Suomessa melko yleistä, ja useimmiten se on naisiin kohdistuvaa väkivaltaa naisen kumppanin tekemänä. Sen vuoksi viittamme teki-jään sanalla kumppani. Vuonna 2014 julkaistun tutkimuksen mukaan yli puolet suomalaisista naisista on kokenut henkistä väkivaltaa entisen tai nykyisen kumppaninsa taholta.² Lapset altistuvat väkivallalle aina, kun toinen vanhemmista käyttää väkivaltaa toista kohtaan.

Kumppanin naiseen parisuhteessa kohdistama väkivalta on usein vallankäyttöä, jonka avulla kumppani pyrkii hallitsemaan ja kontrolloimaan naista. Parisuhdeväkivalta voi ilmetä monenlaisina tekoina. Se voi olla mm.

- henkistä väkivaltaa, kuten nimittelyä, mitätöintiä, alistamista, uhkailua, muista ihmissuhteista eristämistä ja kontrollointia
- taloudellista väkivaltaa, kuten naisen rahojen käytön kontrollointia ja työsäkännin estämistä
- fyysistä väkivaltaa, kuten liikkumisen estämistä, läimäyttelyä, lyömistä, potkimista, pään hakkaamista ja aseella tehtyä väkivaltaa
- seksuaalisuutta loukkaavaa väkivaltaa, kuten seksiin pakottamista, raiskaamista, seksuaalista häpäisemistä ja naisten kohtelemista seksiohjektina
- nettiväkivaltaa, kuten naisen some-kanavien kontrolloimista, puhelimen ja sähköpostiviestien lukemista tai naisen nimissä esiintymistä sekä

- vainoa, jolloin entinen kumppani seuraa, vakoilee, häiritsee tai uhkaillee naista vielä suhteen päättymisen jälkeen.

Parisuhdeväkivalta on harvoin yksi erillinen teko, vaan yleensä naiseen kohdistuu toistuvasti monenlaisia erilaisia tekoja. Jotkut väkivallasta selviytyneet naiset ovatkin kuvanneet eläneensä väkivallan verkossa, josta on vaikea pyrkiä irti.

Väkivalta voi alkaa pikkuhiljaa. Se voi olla naisen tapojen, ystävien tai esimerkiksi työn arvostelusta, suuttumista pienistä asioista, mykkäkoulua tai sitä, ettei nainen saa esimerkiksi nukkua tarpeeksi. Ajan myötä väkivallalla on tapana lisääntyä ja raa'istua. Parisuhdeväkivallasta hyvin haavoittavaa tekee se, että tekijä on naiselle rakas, läheinen ihminen, jolle nainen on uskoutunut ja johon hän luottaa tai on luottanut.

Parisuhdeväkivalta ei ole koskaan hyväksyttävää eikä se ole koskaan väkivallan kohteeksi joutuneen syy. Väkivalta parisuhteessa ei yleensä lopu väkivallan kokijan muuttaessa käytöstään tai taipuessa väkivaltaisen kumppanin vaatimuksiin. **Vastuu väkivallasta ja käyttäytymisen muutoksesta on aina sen tekijällä.** Väkivalta on rikos.

Jokaisessa parisuhteessa on erimielisyyksiä ja riitoja. **Riitely ja väkivalta ovat kuitenkin eri asioita.** Tasa-arvoisessa ja kunnioittavassa parisuhteessa molemmilla osapuolilla on oikeus vapaasti ilmaista mielipiteitään, tehdä omat päätöksensä, olla oma itsensä ja kieltäytyä seksuaalisesta kanssakäymisestä. Nämä asiat eivät yleensä toteudu toisen käyttäessä väkivaltaa.

Kuinka tunnistan, mikä on väkivaltaa?

Olet ehkä huolestunut jonkun tuntemasi naisen tilanteesta, ja epäilet hänen kokevan väkivaltaa lähisuhteessaan. Sinulla saattaa olla tunne, ettei hänen parisuhteessaan ole kaikki kunnossa.

Seuraavat asiat viittaavat siihen, että nainen voi olla väkivallan kohteena:

- Hän vaikuttaa pelkäävän kumppaniaan tai on aina hyvin halukas miellyttämään tätä.
- Hän on lakannut tapaamasta ystäviään ja sukulaisiaan tai välttää puhelimesta puhumista kumppaninsa läsnä ollessa.
- Hänen kumppaninsa arvostelee tai nöyryyttää häntä muiden läsnä ollessa. Joskus nöyryyttäminen voi verhoutua ”huumoriksi”.
- Hän kertoo, että kumppani painostaa tai pakottaa seksiin.
- Kumppani määräilee ja kontrolloi hänen tekemisiään, kuten ketä hän saa tavata, kuinka kauan hän saa viipyä kodin ulkopuolella ja mihin hän saa käyttää rahaa.
- Hän puhuu usein kumppaninsa mustasukkaisuudesta, äkkipikaisuudesta tai omistushaluisuudesta.
- Hän on ahdistunut ja masentunut. Hänen itsetuntonsa on huonontunut tai hän on epätavallisen hiljainen.
- Hänellä on fyysisiä vammoja (mustelmia, haavoja, nyrjähdysiä, luunmurtumia yms.), mutta hänen kertomuksena vammojen synty-

”Perheeni tiesi, että mieheni oli väkivaltainen minua kohtaan, mutta sain tietää sen vasta eromme jälkeen. Asiasta ei koskaan puhuttu. Minä häpesin omaa tilannettani, ja pelkäsin että tuotan surua äidilleni. Pelkäsin myös, että äiti sanoo: ”Itse olet osasi valinnut.” ”

misestä ei tunnu vastaavan niiden laatua, tai erilaisia onnettomuuksia tuntuu tapahtuvan hämmästyttävän usein.

- Lapset pelkäävät väkivallan tekijää tai he ovat hyvin sulkeutuneita tai pelokkaita. Nainen ei halua jättää lapsia tämän hoidettavaksi.
- Eron jälkeen entinen kumppani häiritsee jatkuvasti: soittelee, seuraa naista tai tunkeutuu naisen kotiin.

² European Union Agency for Fundamental Rights – FRA 2014
<http://fra.europa.eu/en/vaw-survey-results>

Miksi lähteminen on niin vaikeaa?

Ulkopuolisten voi olla vaikea ymmärtää, miksi nainen pysyy väkivaltaisessa suhteessa. Suhteesta lähteminen voi vaikuttaa yksinkertaiselta ratkaisulta. Jos nainen ei jätä väkivaltaista kumppaniaan, saatetaan tilanteen jatkumista pitää naisen syynä. Jos ei ole itse kohdannut väkivaltaa läheisessä suhteessaan, voi olla vaikeaa ymmärtää väkivallan aiheuttamia seurauksia.

On olemassa monia syitä sille, miksi väkivaltaisesta suhteesta irrottautuminen on vaikeaa.

- **Nainen pelkää, mitä kumppani tekee naisen lähdettyä.** Kumppani on voinut uhata väkivallalla naista, sukulaisia, lapsia, lemmikkejä tai omaisuutta. Kumppani on voinut uhata myös itsemurhalla.
- **Nainen häpeää väkivallan kohteeksi joutumista, kumppaninsa väkivaltaista käyttäytymistä, ihmissuhteessa epäonnistumista ja myös suhteessa pysymistä.**
- **Nainen rakastaa edelleen kumppaniaan,** sillä tämä ei ole koko ajan väkivaltainen.
- **Nainen toivoo kumppaninsa muuttuvan.** Väkivallan tekijä saattaa myös itse luvata muuttuvansa ja lopettavansa väkivallan käyttäytymisen. Molemmat voivat pitää väkivallan aiheuttajana jotain ulkopuolista tekijää, kuten alkoholia tai työpaineita, joiden poistumisen myötä he uskovat myös väkivallan loppuvan.

- **Nainen on sitoutunut suhteeseen** tai ajatukseen avioliiton elinikäisyydestä – ”myötä ja vastoinkäymisissä”.
- **Nainen uskoo, että suhteessa pysyminen on lasten edun mukaista.** Väkivalta vaikuttaa kuitenkin aina myös lapsiin.
- **Nainen uskoo, että väkivalta on hänen syytään.** Naisen syyllistäminen tapahtuneesta on yksi yleisimmistä keinoista, jolla väkivaltaiset kumppanit siirtävät vastuun teoitetaan naiselle ja pyrkivät oikeuttamaan väkivallan käytön: ”Jos sinä et olisi sanonut/tehnyt/mennyt, tätä ei olisi tapahtunut.”
- **Väkivallan seurauksena** nainen voi tuntea itsensä voimattomaksi ja kykenemättömäksi päätöksenteeseen. Henkinen väkivalta murentaa naisen luottamusta omaan itseensä ja omaan ajattelukykyynsä.
- **Eristyneisyys ja yksinäisyys.** Kumppani on voinut rajoittaa naisen ystävyys- ja sukulaisuussuhteita, ja siten eristää hänet muista ihmissuhteista. Tilanne on naisen kannalta erityisen vaikea, jos hänen kielitaitonsa on puutteellinen. Maahanmuuttajanaisten tilannetta voi vaikeuttaa myös se, että he eivät välttämättä tunne suomalaista auttamisjärjestelmää ja omia oikeuksiaan.
- **Perheen, sukulaisten, ystäväpiirin tai uskonnollisen yhteisön painostus jäädä suhteeseen.** Nainen saattaa pelätä perheen tai yhteisön hylkäämäksi tuleamista.

- **Nainen saattaa ajatella, ettei hän kuitenkaan pääse kumppanistaan eroon,** koska he asuvat pienellä paikkakunnalla, heillä on yhteinen tuttavapiiri tai koska he kuuluvat samaan etniseen tai uskonnolliseen yhteisöön.
- **Epävarma tulevaisuus.** Naisella ei ehkä ole muuta paikkaa, minne mennä. Yksinäisyys ja yksin selviytyminen voi tuntua pelottavalta. Nainen saattaa myös olla riippuvainen kumppaninsa tuloista. Jos kysymyksessä on vammainen tai ikääntynyt nainen, hän saattaa myös olla riippuvainen väkivallan tekijän antamasta avusta.

Jos läheisesi kertoo pelkäävänsä entistä tai nykyistä kumppaniaan, on hänen sanomansa otettava vakavasti. **Väkivallan parisuhteen vaarallisimpia aikoja ovat konkreettiset erotilanteet,** kuten eron puheeksi ottaminen, erilleen muuttaminen tai avioeron hakeminen. Jos naisen päättää jättää väkivallan tekijän, kerro hänelle oppaan lopussa olevista auttavista tahoista, joista hän voi saada neuvoja erotilanteeseen liittyvissä kysymyksissä.

Pitäisikö minun puuttua asiaan?

Älä sulje silmiäsi väkivallalta, vaan ota väkivalta puheeksi. Sillä voi olla suuri merkitys väkivallan loppumisen kannalta. Suurin osa ihmisistä arvostaa sitä, että heidän hyvinvoinnistaan ollaan kiinnostuneita, vaikka he eivät sillä hetkellä haluaisikaan kertoa tilanteestaan tarkemmin tai vaikka huoli olisi aiheeton. On epätodennäköistä, että asiat muuttuvat huonompaan suuntaan sen vuoksi, että sinä ilmaiset huolesi läheisesi hyvinvoinnista. Monet ihmiset ovat huolissaan siitä, että puuttuessaan väkivaltaan he sekaantuvat toisten ihmisten asioihin. Kotona tapahtuvaa väkivaltaa saatetaan edelleen pitää yksityisasiana, joka ei kuulu muille. Muista kuitenkin, että on tilanteita, joihin puuttuminen ja väliintulo kuuluvat viranomaisille (ks. kohta ”Mitä voin tehdä, jos joudun väkivallan silminnäkijäksi”).



Kuinka ottaisın asian puheeksi?

Ota väkivalta puheeksi, kun olet naisen kanssa kahden kesken. Voit esimerkiksi aloittaa sanomalla: ”Olen huolissani sinusta, koska olet näyttänyt onnettomalta viime aikoina.” Kerro hänelle syyt huoleesi. **Kysy väkivallasta suoraan, mutta myötätuntoisella tavalla.** Näin osoitat hänelle, että väkivaltaa ei tarvitse salata, vaan siitä saa puhua. Älä painosta naista puhumaan, jos hän ei halua. Kerro kuitenkin, että hän voi aina halutessaan keskustella kanssasi.

On mahdollista, että nainen kieltää väkivallan tai alkaa puolustella miestänsä. Hän ei välttämättä vielä ole valmis myöntämään, että hän elää väkivaltaisessa parisuhteessa tai hän voi olla häpeissään tilanteensa vuoksi. On myös mahdollista, että hän ei uskalla puhua asiasta, koska pelkää puhumisen seurauksia. Voi myös olla, että hän ei halua huolestuttaa sinua enempää. Jos väkivallan kohteena on mies, asiasta puhumisen kynnystä voi nostaa hänen pelkonsa siitä, miten muut tilanteen näkevät – että hän on ”heikko” tai ei ole ”miehinen mies”.

”Paras ystäväni todella auttoi minua. Hän ei koskaan tuominnut eikä syyllistänyt minua.”

Miten voin auttaa?

- **Kuuntele.**
- **Usko, mitä nainen kertoo ja osoita ymmärrystä.** Useimmiten väkivaltaa pikemminkin salataan ja vähätellään kuin liioitellaan. Jos satut tuntemaan väkivallan tekijän, sinun voi olla vaikea uskoa, että hän on väkivaltainen kumppaniaan kohtaan. Väkivallan tekijä voi toimia muiden seurassa täysin eri tavoin kuin ollessaan kahden naisen kanssa.
- **Anna hänelle tunnustusta siitä, että hän on uskaltanut kertoa sinulle väkivallasta.** Väkivallasta puhuminen vaatii paljon rohkeutta.
- **Huomioi, että väkivallasta voi aiheutua monenlaisia seurauksia.** Esimerkiksi erilaiset ja nopeasti vaihtelevat tunnetilat – häpeä, syyllisyys, viha, avuttomuus ja pelko – ovat normaaleja reaktioita epänormaaliin tilanteeseen. Myös mm. eristyneisyyden ja erilaisuuden tunteet, keskittymisvaikeudet, univaikeudet, painajaisunet, lisääntynyt päihteen käyttö ja vaikeudet ihmissuhteissa voivat olla väkivallan seurauksia.
- **Suhtaudu väkivaltaan vakavasti ja ota selkeä kanta: väkivalta on aina väärin.** Älä aliarvioi naiseen kohdistuvaa vaaraa. Väkivalta on vahingollista sekä fyysiselle että psyykkiselle terveydelle.
- **Kerro, ettei väkivalta ole hänen syytään ja ettei mikään oikeuta väkivaltaa.** Voit esimerkiksi sanoa: ”Mielestäni kumppanisi kohtelee sinua väärin” tai ”Väkivallan käyttö ei ole ikinä hyväksyttävää, ei myöskään puolison taholta”.

- **Auta häntä rakentamaan itseluottamustaan.** Anna hänelle myönteistä palautetta siitä, että hän on selviytynyt ja jaksanut huolehtia monista arjen asioista väkivallasta huolimatta.
- **Kunnioita hänen oikeuttaan tehdä omat päätöksensä,** vaikka olisitkin eri mieltä. Kunnioita myös hänen kulttuurisia tai uskonnollisia arvojaan. Kerro hänelle kuitenkin, ettei kulttuuri tai uskonto oikeuta väkivaltaa.
- **Tarjoa käytännön apua** esimerkiksi lasten hoitamisessa ja ruoanlaitossa. Arkisten asioiden ja rutiinien hoitaminen on tärkeää. Voit tarvittaessa lähteä mukaan lääkäriin tai poliisilaitokselle.
- **Kerro hänelle palveluista,** joita on mainittu tämän oppaan lopussa ja kannusta häntä ottamaan yhteyttä viranomaisiin, jos tilanteen ratkaiseminen sitä mielestäsi vaatii. Muistuta, että hän voi myös soittaa näihin palveluihin ja kysyä neuvoja. Myös väkivaltaa käyttäville henkilöille on olemassa palveluja, mutta avun hakeminen on väkivallan tekijän itsensä vastuulla.
- **Pidä häneen yhteyttä, ja pysy ystävänä.** Säännöllinen keskustelu läheisen ihmisen kanssa voi olla hänelle hyvin tärkeää.
- **Tue häntä myös silloin, jos väkivallan tekijä hakee apua väkivaltaiseen käyttäytymiseensä.** Tilanne herättää usein toiveita väkivallan loppumisesta, mutta avun hakeminen ei ole tae kumppanin käyttämän väkivallan loppumiselle.
- **Jatka hänen tukemistaan myös silloin, jos hän jättää väkivaltaisen kumppaninsa.** Läheisesi saattaa tarvita monenlaista tukea ja rohkaisua rakentaessaan uutta elämää ja toipuessaan väkivallasta. Hän voi myös tarvita ammattiapua tai hyötyä vertaistukiryhmään osallistumisesta.

Asioita, joita voit sanoa:

- Miten voin auttaa sinua?
- Uskon, että osaat itse sanoa, mikä olisi paras ratkaisu tässä vaiheessa.
- Miten kumppanisi käyttäytyminen on vaikuttanut sinuun?
- Miten lapset reagoivat kumppanisi käytökseen?
- Olen huolissani, mitä hän saattaa tehdä sinulle ja lapsillesi.
- Mikä sinun mielestäsi voi ratkaista tilanteen?
- Mikä sinua pelottaa lähtemisessä?
- Mikä sinua pelottaa, jos jäät?
- Sinä olet ihana ja rakastettava ihminen ja ansaitset tulla kohdelluksi hyvin.

”Ei tarvitse ymmärtää täydellisesti voidakseen olla avuksi.”

Mitä ei kannata tehdä?

Kun keskusteleet väkivallan kohteena olevan naisen kanssa, on hyvä olla tietoinen asioista, jotka eivät yleensä auta tai jotka saattavat jopa rikkoa välillänne vallitsevan luottamuksen.

- **Älä syytä tai syyllistä naista väkivallan kohteeksi joutumisesta**
- **Älä yritä selvittää väkivallan ”syytä”,** vaan keskity väkivaltaa kokeneen tukemiseen.
- **Älä arvostele naista,** vaikka hän sanoisi edelleen rakastavansa kumppaniaan tai jos hän palaa takaisin väkivallan tekijän luo. Väki-vallasta irrottautuminen on usein pitkä prosessi. Älä painosta häntä lähtemään suhteesta.
- **Älä kritisoi hänen kumppaniaan.** Kerro hänelle, ettei kenelläkään ole oikeutta kohdella häntä väkivaltaisesti.
- **Älä anna suoria neuvoja** tai kerro, mitä sinä tekisit hänen asemassaan. Jos nainen päättäisi olla noudattamatta neuvojesi, hän ei välttämättä enää uskaltaisi kertoa sinulle tilanteestaan rehellisesti jatkossa.

”Eron jälkeen olin hyvin uupunut. Lapset tarvitsivat minua, mutta elämä oli kaoottista. Ystävien huolenpito ja konkreettinen apu kodin hoidossa auttoivat minua jaksamaan päivästä toiseen.”

Miten läheisen turvallisuutta voi parantaa?

Kaikkein tärkeintä on miettiä, miten nainen voi jatkossa välttää väkivallalta. Turvallisuuteen liittyvät kysymykset on hyvä huomioida myös silloin, kun nainen on jättänyt väkivallan tekijän.

- **Yleinen hätänumero on 112,** josta saa yhteyden myös poliisiin.
- Rohkaise naista ottamaan yhteyttä auttaviin tahoihin.
- Jos nainen on joutunut väkivallan kohteeksi, **kannusta häntä hakeutumaan lääkäriin** mahdollisimman pian tapahtuman jälkeen. Vammojen hoidon lisäksi on tärkeää, että tapaus ja vammat dokumentoidaan mahdollista oikeusprosessia varten, vaikka nainen ei sillä hetkellä suunnittelisikaan esim. rikosilmoituksen tekemistä. Lääkärintodistusta voidaan käyttää myös perusteluna lähestymiskieltohakemuksessa.

- **Rikosilmoituksen tekeminen** on ainoa laillinen tapa saattaa tekijä vastuuseen. Se viestii väkivallan tekijälle, että väkivalta ei ole hyväksyttävää ja että sen on loputtava. Myös rikosilmoitusta voidaan käyttää lähestymiskieltohakemuksen perusteluna. Kerro naiselle, että voit tarvittaessa lähteä hänen mukaansa tekemään rikosilmoitusta, mutta älä painosta häntä, jos hän ei ole itse valmis kääntymään poliisin puoleen.
- Kerro naiselle **lähestymiskielto-**ta. Lähestymiskieltoon määrätty henkilö ei saa tavata, yrittää ottaa yhteyttä tai seurata kiellolla suojatua naista. Myös perheen sisäinen lähestymiskielto on mahdollinen vaihtoehto, jolloin väkivallan tekijä edellä mainittujen rajoitusten lisäksi määrätään poistumaan yhteisestä kodista. Lisätietoja lähestymiskiellostaa saa esimerkiksi poliisilta³. Jos nainen haluaa hakea lähestymiskieltoa tai tehdä rikosilmoituksen häneen kohdistuneesta teosta, voit niin halutessasi tarjoutua todistajaksi. Siinä tapauksessa sinun on hyvä kirjata tekemiäsi väkivaltaan liittyviä huomioita (tapahtuma-ajat, päivämäärät jne.).
- Auta naista miettimään, **miten hän tarvittaessa pääsee nopeasti ulos asunnosta ja minne hän voi mennä hätätilanteessa.** Hän voi esimerkiksi kehittää jonkun rutiinin, jonka takia hän käy säännöllisesti ulkona (roskien vieminen, koiran ulkoiluttaminen jne.). Kerro hänelle **turvakodeista.**
- Auta naista kokoamaan **turvalaukku,** jota hän voi säilyttää helposti saatavilla olevassa ja turvalisessa paikassa. Laukussa on hyvä pitää rahaa esim. taksia varten, varavaatteita kotiin ja autoon, hygieniavälineitä, lääkkeet sekä tärkeät asiakirjat ja henkilöpaperit (tai niiden kopiot).
- Voitte myös sopia jonkin **tunnus-sanan tai merkin,** jolla nainen voi viestiä sinulle tarvitsevansa apua.

Mitä voin tehdä, jos joudun väkivallan todistajaksi tai kuulen väkivallan ääniä tai uhkailuja?

Soita välittömästi yleiseen hätänumeroon 112. Ammattitaitoiset hätäkeskuspäivystäjät arvioivat tilanteen ja hälyttävät tarvittaessa apua paikalle.

Jos sinulla on mahdollisuus keskustella naisen kanssa silloin, kun välitöntä vaaraa ei ole, kysy haluaako hän sinun soittavan poliisille. Nainen saattaa pelätä, että poliisille soittaminen vain pahentaa tilannetta hänen kannaltaan. Jos naisella on aikaisempia huonoja kokemuksia viranomaisista, yhteyden ottaminen poliisiin voi olla pelottavaa. Esimerkiksi maahanmuuttajanaisten tilanne voi olla tällainen, jos heidän lähtömaassaan naisten oikeudet eivät ole toteutuneet, eivätkä he siksi luota viranomaisiin.

Pidä huolta itsestäsi!

Huoli väkivallan kohteena olevasta läheisestä voi olla stressaavaa ja aiheuttaa myös sinulle samanlaisia reaktioita kuin väkivaltaa kokevalle naiselle. Pelon, turhautumisen, voimattomuuden ja vihan tunteet ovat yleisiä ja normaaleja reaktioita. Myös sinä tarvitset aikaa käsitellä omia ajatuksiasi ja tunteitasi. On tärkeää, että huolehdit itsestäsi ja haet tarvittaessa itsellesi tukea

Turhautumisen tunteet

Turhautumisen tai pettymyksen tunteet ovat luonnollisia. Pysy kuitenkin naisen rinnalla, vaikka et ymmärtäisi hänen valintojaan. Väkivallasta irrottautuminen on yleensä pitkä prosessi ja suuri elämänmuutos, joka ei tapahdu hetkessä. Voit kertoa, että pelkääät hänen puolestaan, mutta siitä huolimatta olet hänen tukenaan. Muistuta itseäsi siitä, että tukeksi on tärkeää ja että sillä on myönteiset vaikutukset, vaikka väkivallan kohteena oleva nainen ei juuri nyt osaisikaan ilmaista sitä.

Jaksaminen

Ole realistinen sen suhteen, kuinka paljon ja millaista tukea voit antaa. Tunnista omat rajasi. Voit tukea läheistäsi ainoastaan silloin, kun pidät myös itsestäsi huolta. Muista, että sinä et ole vastuussa tapahtuvasta väkivallasta etkä sen loppumisesta! Nainen voi hakea tukea myös tämän oppaan lopussa mainituista palveluista. Myös sinulla on oikeus olla turvassa ja saada tilanteeseen tukea. Puhu jonkun luotettavan henkilön kanssa tai ota yhteyttä auttaviin tahoihin (ks. kohta ”Auttavia tahoja”).

Naisten moninaisuus

Naisten moninaisuudella tarkoitetaan tässä oppaassa erityis- ja vähemmistöryhmiin kuuluvia naisia. Häpeä ja pelko ovat läsnä kaikessa parisuhdeväkivallassa. Vähemmistönaisten kohdalla ne monikertaistuvat.

Ikääntyvät naiset

Väkivalta parisuhteessa on voinut jatkua vuosikymmeniä tai se on alkanut kumppanin sairastuessa ja toimintakyvyn heikentyessä. Ikääntyvien naisten tilanne on usein hyvin vaikea johtuen pitkäaikaisesta väkivallan aiheuttamasta traumatisoitumisesta ja kärsimyksestä, omien voimavarojen ja sosiaalisen tukiverkoston vähenemisestä, ikääntyville uhreille suunnattujen palvelujen puuttumisesta tai huonosta taloudellisesta tilanteesta. Myös ikääntyviin naisiin kohdistuvasta väkivallasta valtaosa on parisuhdeväkivaltaa⁴. Lisäksi kärsimystä lisää, jos väkivallan tekijä on oma lapsi tai lapsenlapsi. Mikäli ystävänä tai sukulaisena huomaat ikääntyvän ihmisen kaltoinkohtelua, ota se lempeästi puheeksi. Ikä ei ole este mennä turvakotiin.

Rikoksia tehneet naiset

Rikoksia tehneet naiset voivat samanaikaisesti olla väkivallan uhreja, tekijöitä ja todistajia. Se, että on syyllistynyt rikokseen, ei vähennä naisen oikeutta saada apua ja toipua omista kokemuksistaan parisuhdeväkivallan uhrina.

⁴ AVOW-tutkimus ikääntyvien naisten kaltoinkohtelusta 2010. thl.fi/documents/10531/104655/AVOW_netiversio_suomi.pdf



Maahanmuuttajanaiset

Eri kulttuurista Suomeen tullut nainen ei usein tiedä mitä oikeuksia hänellä Suomessa on. Suomessa naisella on oikeus määrätä omasta kehostaan, ehkäisystä, abortista jne. Ammattiauttajat ovat avainasemassa naisten oikeuksista kertomisessa, kun he työskentelevät maahanmuuttajan naisten kanssa. Ystävä tai naapuri voi auttaa naista löytämään ammattilaisen. Monika Naiset - liitto on järjestö, joka auttaa parisuhdeväkivaltaa kohdanneita naisia. Heillä on myös salainen turvakoti Turva Mona, jonne voi hakeutua kaikkialta Suomesta.

Romaninaiset

Romaniyhteisö sitoo romaninaisen perinteiden mukaiseen naisrooliin, josta voi olla vaikea irtautua. Tämän vuoksi romaninaisten kokemaa väkivaltaa jää helposti piiloon. Romaninaiset elävät jännitteisessä asemassa miehen, romaniyhteisön sekä ympäröivän yhteiskunnan vaatimusten keskellä.

Yhteisön ulkopuolinen apu on romaninaisille erittäin tärkeää, sillä romaninaisen omat toimintamahdollisuudet ja mahdollisuudet tukeutua läheisiinsä ovat väkivaltatilanteissa rajoitetut. Turvakotien ja muiden tukipalvelujen merkitys romaninaisille on suuri.

Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöt

Samaa sukupuolta olevien parisuh-teissa perhe- ja lähisuhdeväkivalta on pitkälti samaa kuin väkivalta heteroseksuaalisissa suhteissa. Perheväkivalta, jonka tavoitteena on kontrolloida toista osapuolta, on samankaltaista. Väkivaltaisissa suhteissa väkivallasta kärsivät myös perheen lapset. Väkivalta samaa sukupuolta olevien pari- ja lähisuhteessa on ehkä vielä vaikeampaa kuin yleensä. Heteronormatiivisessa yhteiskunnassa eläminen luo jo itsessään jännitteitä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen parisuhteisiin. Tarve salata väkivalta voi olla muita pareja suurempi, sillä aina löytyy ihmisiä, esimerkiksi sukulaisia, joiden mielestä pariskunnan ei ylipäätään ole soveliasta elää yhdessä. Sateenkaari-perheessä elävä voi jo muutenkin kokea joutuvansa jatkuvasti todistamaan perheensä ”kunnollisuutta”, joten väkivallan kokija ei halua puhua perheväkivallasta. Lisäksi väkivaltaa kohdanneen yksinjäämisen pelko on suuri, jos oma yhteisö on tiivis ja ystäväpiiri pieni. Puheeksi ottaminen on kuitenkin tärkeää, että tilanne purkautuu ja toipuminen voi alkaa.

Vammaiset naiset

Vammaista tyttöä kasvatetaan ja vammaista naista kannustetaan yhä edelleen elämään ilman parisuhdetta. Parisuhdeväkivaltatilanteissa vammaisen nainen voi avun sijasta joutua syyllistetyksi. Miksi menit tähän, miksi et pysynyt lestissäsi! Ympäristön paineet ja toisinaan pahansuovat odotukset, että suhde päättyisi aiheuttavat sen, että vammaisen nainen katsoo läpi sormiensa aivan liian rankkoja asioita. Lisäksi puoliso voi olla tärkein tai tärkeä apu arjessa. Puoliso voi pelotella laitokseen joutumisella tai lapsien viemisellä, jos nainen ei ”tottele” häntä. Ulospäin puoliso saattaa vaikuttaa suorastaan sankarilta. Läheisten tulisi suhtautua vammaisen naisen parisuhteeseen myönteisesti. Jos huomaa väkivallan tai alistamisen merkkejä, on todella ystävän teko ottaa asia naisen kanssa puheeksi. Vammaispalvelulain mukaisen palvelusuunnitelman avulla nainen voi saada elämänsä muitakin auttajia kuin sen välivaltaisen puolison. Suunnitelman teko käynnistyy ottamalla yhteyttä oman alueen vammaispalvelun sosiaaliohjaajalle. Ystävänä voit tarjoutua tukihenkilöksi palvelusuunnitelmaa tehtäessä. Neuvoja palvelusuunnitelmasta ja vammaispalvelulaista saa vammaisjärjestöistä ja netistä Vammaispalvelujen käsikirjasta⁵. Rikosuhridirektiivi huomioi erityisesti vammaiset uhrin (mm. kohdat 15 ja 57)⁶.

Väkivaltaa kokeneen oikeudet

Väkivaltaa kokeneella henkilöllä on oikeus tehdä kokemastaan rikosilmoitus ja saada siihen kuuluvaa tukea poliisista ja tarvittaessa oikeusaputoimistosta. Rikosilmoituksen tekemiseen rohkaisee ja sitä helpottaa, kun uhrin saatavilla on luotettavia tukipalveluja. Viranomaisten tulee myös vastata uhrin ilmoitukseen kunnioittavasti, hienotunteisesti, ammattitaitoisesti ja ilman minkäänlaista syrjintää. Nämä antavat uhrille mahdollisuuden vapautua toistuvasta uhriksi joutumisen kehästä. Uhrilla on oikeus saada tekemästään rikosilmoituksesta kirjallinen vahvistus.

Rikoksen uhrilla on oikeus saada lääkärin apua tai muita sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita, kuten sosiaalipäivystystä, sairaalahoitoa sekä fyysistä ja psyykkistä kuntoutusta väkivallan seurauksena aiheutuneisiin fyysisiin ja henkisiin vammoihin samoilla edellytyksillä kuin muut asiakkaat.

Uhrilla on oikeus saada tietoa olemassa olevista tukipalveluista. Jos uhri antaa luvan, poliisi tai muu esitutkintaviranomainen voi välittää hänen yhteystietonsa tukipalveluun, josta otetaan häneen yhteyttä. Uhri voi käyttää tukihenkilöä rikosasian käsittelyn eri vaiheissa. Uhri voi pyytää tukihenkilöksi haluamansa henkilön. Uhrilla

on myös oikeus käyttää oikeudellista avustajaa rikosilmoituksen tekemisessä, kuulustelussa ja oikeudenkäynnissä. Avustajana saa toimia asianajaja, julkinen oikeusavustaja tai luvan saanut oikeudenkäyntiavustaja. Pieni- ja keskituloisilla voi olla mahdollisuus saada valtion oikeusapua.

Erityisen haavoittuvassa asemassa tai tilanteessa olisi annettava erityistukea ja oikeudellista suojelua. Tällaisiin erityistukipalveluihin voivat kuulua mm. suoja ja turvallinen majoitus. Uhreilla, jotka ovat erityisen suuressa vaarassa joutua rikoksentekijän toimesta toissijaisesti tai toistuvasti uhriksi taikka pelottelun tai kostotoimien kohteeksi on oikeus henkilökohtaiseen arviointiin koskien uhrin tarvitsemia erityisiä suojelutarpeita.

Lisätietoa väkivaltaa kokeneen oikeuksista saat mm. näiltä internetsivuilta:

Oikeusministeriö:

Tietoa rikoksen uhrin oikeuksista.
riku.fi/binary/file/-/id/117/fid/1716

Poliisi:

poliisi.fi/rikokset/rikoksen_uhrit

Oikeusministeriö 2015.

Lainsäädännöstä hyviin käytäntöihin esitys rikoksen uhrin aseman kehittämiseksi Uhripoliittisen toimikunnan loppuraportti.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/76583/om_13_2015_valmis.pdf?sequence=1

⁵ Ojala Matti 2011. Vammaispalvelujen käsikirja. <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja> ja <http://thl32-kk.lib.helsinki.fi/handle/10024/80408>

⁶ Euroopan unionin virallinen lehti 2012. <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/PDF/?uri=CELEX:32012L0029&from=EN>

Auttavia tahoja

Naisten Linja

www.naistenlinja.fi

Maksutonta neuvontaa ja tukea väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille naisille ja tytöille sekä heidän läheisilleen. Naisten Linjalta saa tietoa myös muista auttavista tahoista.

Raiskauskriisikeskus Tukinainen

www.tukinainen.fi

Raiskauskriisikeskus Tukinainen antaa tukea, apua ja neuvontaa seksuaalirikosten uhreille, heidän läheisilleen ja uhrien parissa työskenteleville.

Turvakodit

www.nettiturvakoti.fi

Eri puolella Suomea on Ensi- ja turvakotien liittoon kuuluvia sekä kuntien tai muiden tahojen ylläpitämiä turvakoteja. Eri paikkakuntien yhteystiedot löytyvät internetsivulta.

Monika-Naiset Liitto ry

www.monikanaiset.fi

Turvakoti Mona puhelin 24h
045 639 6274

Tukea väkivaltaa kokeneille maahanmuuttajanaيسille.

Varjo-hanke

www.varjohanke.fi

Eron jälkeisen väkivaltaisen vainon kohteena elävien perheiden turvallisuuden lisääminen ja vainoamisen ennaltaehkäisy.

Oikeusaputoimistot

www.oikeus.fi

Oikeusapu tarkoittaa sitä, että kansalainen voi saada itselleen oikeudellisen asian hoitamista varten avustajan kokonaan tai osittain valtion varoilla. Oikeusapu kattaa kaikki oikeudelliset asiat. Vakavien väkivaltarikosten ja seksuaalirikosten uhri voi tuloistaan riippumatta saada valtion varoin kustannettavan oikeudenkäyntiavustajan.

Oikeusavustaja voi olla joko julkinen oikeusavustaja, asianajaja (asianajajaliitto.fi) tai muu juristi. Oikeusapu voi saada myös avioeroon ja lasten huoltajuus- ja tapaamisasioihin liittyen. Eri paikkakuntien yhteystiedot ja lisätieto Internet-sivulta.

Rikosuhripäivystys

www.riku.fi

Rikosuhripäivystyksen (RIKU) tehtävä on parantaa rikoksen uhrin, hänen läheisensä ja rikosasian todistajan asemaa vaikuttamalla ja tuottamalla tukipalveluita

Lyömätön Linja Espoossa

www.lyomatonlinja.fi

Lyömätön Linja on tarkoitettu henkilöille, jotka ovat käyttäneet tai pelkäävät käyttävänsä väkivaltaa perheessään tai muussa läheisessä suhteessa.

Nollalinja

080 005 005 24h puhelin

Nollalinja lähisuhdeväkivallalle ja naiseen kohdistuvalle väkivallalle.

