

Päänavaus selviytymiseen Väkivaltaa kokeneiden naisten käsikirja

**Sirkka Perttu
Päivi Mononen-Mikkilä
Riikka Rauhala
Päivi Särkkälä**

Kirjan tekemiseen on saatu
STM / Terveysten edistämisen varoja

ISBN 951-97930-1-1

© Copyright ja kirjan myynti:
Naisten Kulttuuriyhdistys ry
Bulevardi 11 A 1
00120 Helsinki

Kirjan internet-versio:
Naisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisyprojekti, Stakes

Kirjan internet-version tulostus:
<http://www.vakivalta.net>

Eläminen väkivaltaisesti käyttäytyvän kanssa on vaarallista fyysiselle ja henkiselle terveydelle.

Kukaan ei ansaitse tulla kohdelluksi väkivaltaisesti.

Kaikki syyt väkivallan käyttämiseen ovat tekosyitä – sitä ei oikeuta humala, stressi, riitely, mustasukkaisuus, menettämisen pelko, avioeron ahdistus, uskottomuus, seksuaalinen torjunta.

Jos väkivalta on alkanut, se ei lopu itsekseen.

Yhdenkään naisen ei pidä sietää väkivaltaa sen varjolla, että perheen koossa pitäminen on tärkeämpää.

Jokaisella naisella ja lapsella on oikeus elää ilman väkivaltaa.

SISÄLTÖ

Lukijalle	4
Millainen on tasa-arvoinen parisuhde?	6
Mitä on naisiin kohdistuva väkivalta?	8
Tiesitkö, miten yleistä väkivalta naisia kohtaan on?	11
Uskomuksia ja tosiasioita naisiin kohdistuvasta väkivallasta	13
Kuinka joku, jota rakastan, voi tehdä minulle tällaista?	17
Miksi on vaikea irrottautua?	19
Väkivalta murentaa omanarvontuntoa	
Väkivallan ja lämmön vaihtelu	
Lapset	
Epävarma tulevaisuus	
Uskonnolliset syyt	
Ympäristön asenteet	
Parisuhdeväkivallan vaikutus lapsiin	
Miten välttyä väkivaltaiselta suhteelta?	27
Avun saaminen	29
Väkivallan aiheuttamat reaktiot	29
Turvallisuuteen liittyviä ohjeita	31
Lääkärin apu	35
Poliisin apu	36
Turvakoti	39
Muut tukimahdollisuudet	41
Muita tärkeitä asioita	43
Lainopillisiä ohjeita naisille	46
Pahoinpitelyrikokset	
Seksuaalirikokset	
Syyttämättä jättäminen	
Lähestymiskielto	
Eroaminen ja lastenhuolto	
Rikos- ja riita-asioiden sovittelu	51
Naisen perusoikeudet	54
Tärkeitä yhteystietoja	55
Kirjallisuutta	56

LUKIJALLE

Käsissäsi on väkivaltaa kokeneille naisille tarkoitettu käsikirja. Teimme sen sinulle, joka olet poikaystäväsi, avo- tai aviomiehesi, aikaisemman kumppanisi tai lapsesi harjoittaman väkivallan kohteena. Kirjoitimme tämän auttaaksemme sinua tunnistamaan väkivaltaa ja sen vaikutuksia elämässäsi. Haluamme antaa sinulle myös keinoja, miten voit päästä ulos väkivallan kierteestä.

Opas on laadittu väkivallasta selviytyneiden naisten ja ammattityöntekijöiden yhteistyönä. Asianajaja, varatuomari Terhi Eriksson on laatinut lainopilliset ohjeet. Kouluttaja, THM Sirkka Perttu on täydentänyt opasta ja huolehtinut sen kokonaisuudesta. Opasta arvioivat ja antoivat palautetta myös monet sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijät. Mallina tälle kirjaselle olemme käyttäneet muissa maissa julkaistuja naisten selviytymisoppaita. Idea kirjoittaa tällainen opas myös suomalaisille naisille on lähtöisin keskusteluilloista, joissa väkivaltaa kokeneet naiset ovat saaneet jakaa kokemuksiaan ja rohkaista toisiaan selviytymiseen. Näistä ”Päänavausilloista” tämä kirjanen sai sitten nimensäkin.

Lähtökohtamme on, että kaikki toista alistava ja kontrolloiva käyttäytyminen täyttää väkivallan tunnusmerkit. Väkiältä ei ole aina fyysistä. Jo se, että toinen osapuoli joutuu jatkuvasti puntaroimaan sanavalintojaan ja miettimään käyttäytymistään, on persoonallisuutta nakertavaa väkivaltaa. Yritämme valottaa mahdollisimman monipuolisesti väkivallan eri puolia sen huomaamattomimpienkin muotojen tunnistamiseksi. Muutos käynnistyy usein juuri oman tilanteen tunnistamisesta.

Meidän kokemuksemme auttamisjärjestelmistä ovat kirjavina. Pahinta on, jos auttaja syyllistää apua hakevan naisen hedelmättömillä pohdintoilla väkivaltaan johtaneen käyttäytymisen syistä. Näkemyksemme mukaan myös pariterapian tarjoaminen liian aikaisessa vaiheessa väkivaltaiselle kumppanille ja väkivallan kohteelle saattaa ainoastaan pahentaa ongelmaa. Usein taustajajatuksena oleva suhteen säilyttäminen ei ole itsetarkoitus. Väkivallan taustalla eivät ole myöskään parisuhteen vuorovaikutusongelmat. Harjoitetusta väkivallasta on aina vastuussa yksin väkivallan tekijä, ei sen kohde. Sekä mies että nainen tarvitsevat erillistä, räätälöityä apua tilanteeseen.

Tämän käsikirjan tarkoitus on antaa naisille tietoa ja toivoa siitä, että muutoksen mahdollisuus on olemassa. Haluamme vaikuttaa siihen, ettei yksikään nainen alistuisi väkivaltaan. Tämä kirjanen ei voi kuitenkaan korvata ymmärtävää ja kärsivällistä ihmistä. Olemme havainneet, että auttajat ja avun tarvitsijat puhuvat usein eri kieltä ja että aikaa ja työtunteja kuluu asioitten pyörittelyyn. Toivomme, että tämä kirjanen auttaa myös auttajia ohjaamaan ja tukemaan naisia ulos väkivallan kierteestä. Jokaisella naisella on oikeus odottaa

saavansa tukea, oikeudenmukaisuutta ja kunnioitusta. Yksikään nainen ei ansaitse väkivaltaa eikä ole siihen syyllinen.

Suomessa on herätty auttamaan miehiä, jotka haluavat irti väkivaltaisesta, alistavasta ja kontrolloivasta käyttäytymisestään. Heille on useita auttamispaikkoja sekä –puhelimia. Arvostamme sitä työtä, sillä monet miehet ovat saaneet apua näiden kautta. Väkivaltaa kokeneita naisia varten ei ole kuitenkaan vielä täsmäapua. Ainoita auttamispaikkoja ovat naisten turvakodit, seksuaalisen väkivallan uhreja auttava raiskauskriisikeskus Tukinainen sekä jotkut yksittäiset tukitoiminnat. Väkivaltaa kokeneet naiset tarvitsevat omia, juuri heidän tarpeisiinsa suunniteltuja puhelinlinjoja ja ”matalan kynnyksen” auttamispisteitä, joissa työskentelee naisten tukemiseen erikoistuneita ammattilaisia ja vapaaehtoisia tukihenkilöitä.

Läheisissä suhteissa tapahtuva väkivalta on rikos. Se ei ole rikos ainoastaan yksittäistä naista vastaan, vaan se vie pohjaa tasa-arvon kehitykseltä ja koko yhteiskunnan demokratialta. Kuitenkaan läheisissä suhteissa tapahtuvaa väkivaltaa ei usein pidetä yhtä vakavana rikoksena kuin uhrille tuntemattoman pahoinpitelijän tai raiskaajan tekemää rikosta. Monet naiset, jotka ovat halunneet väkivaltaa tehneille miehille oikeudellisia seuraamuksia, ovat törmänneet väkivaltaa aliarvioiviin ja jopa uhria syyllistäviin asenteisiin. Toivomme, että yhä useampi nainen voisi saada oikeudenmukaisen kohtelun myös lain edessä.

Haluamme rohkaista jokaista väkivaltaa kokevaa naista. Luotamme neuvokkuuteesi ja selviytymiskykyysi, mutta älä jää yksin tilanteeseesi. Toivomme, että tämä käsikirja olisi yksi väline selviytymisessäsi. Rinnallasi on tuhansia naisia, jotka ovat kokeneet samaa ja ovat selviytyneet turvalliseen elämään. Jokaisella naisella ja heidän lapsellaan on oikeus elää vapaasti ilman pelkoa.

Helsingissä lokakuussa 1999

Sirkka Perttu Päivi Mononen-Mikkilä Riikka Rauhala Päivi Särkkälä

MILLAINEN ON TASA-ARVOINEN PARISUHDE?

Terveet ja myönteiset ihmissuhteet ovat yksi niistä monista asioista, jotka tekevät elämän onnelliseksi ja täydeksi. Ihmiset kaipaavat rakkaudellisia siteitä toisiin ihmisiin. Elämämme varrella meillä on monenlaisia ihmissuhteita, jotka kaikki ovat erilaisia. Joissakin suhteissa olemme tyytyväisiä ja jotkut ihmissuhteet voivat olla epätydyttäviä ja enemmän tai vähemmän huolta aiheuttavia. Parisuhde on elämämme yksi tärkeimmistä ihmissuhteista. Tasa-arvoisuus on yksi terveen ja tasapainoisen parisuhteen piirre.

Tasa-arvoinen kumppanuus ja tasa-arvoiseen suhteeseen kuuluvia piirteitä on usein vaikea määritellä ja tunnistaa, sillä jo perinteisesti naisen rooli on kuormitettu täyteen itsestäänselvyyksiä erilaisten velvollisuuksien ja vastuiden muodossa. Naista pidetään, usein tiedostamattomastikin, ensisijaisesti vastuullisena perheen ja parisuhteen hyvinvoinnista. Sen vuoksi monet naiset joutuvat jättämään omia tarpeitaan taka-alalle, usein oman hyvinvointinsa kustannuksella. Seuraava kuvio (kuvio 1) auttaa sinua arvioimaan omaa parisuhdettasi ja sen tasa-arvoisuuden tilannetta.

Kuvio 1. Perustuuko suhteesi tasa-arvoon?

Lähde: Pence E & Paymar M. Power and Control: Tactics of Men Who Batter. Minnesota Program Development, Duluth, 1986. Suom. S. Perttu.

Neuvotteleminen ja reiluus

- kumpaakin tyydyttävien ratkaisujen etsiminen konflikteihin
- muutosten hyväksyminen
- halukkuus kompromisseihin

Ei-uhkaava käytös

- puhuminen ja käyttäytyminen niin, että nainen tuntee olonsa turvalliseksi ja miellyttäväksi ilmaistessaan itseään ja tehdessään asioita

Taloudellinen kumppanuus

- taloudellisten päätösten tekeminen yhdessä
- molempien osapuolten taloudellinen hyöty

Kunnioitus

- ei-tuomitseva kuunteleminen
- henkinen tuki ja ymmärtäminen
- mielipiteiden arvostaminen

Jaettu vastuu

- yhteisesti sovittu reilu työnjako
- perhettä koskevien päätösten tekeminen yhdessä

Luottamus ja tuki

- naisen päämäärien tukeminen elämässä
- kunnioittaa naisen oikeutta omiin tunteisiin, ystäviin, toimintaan ja mielipiteisiin

Vastuullinen vanhemmuus

- vanhempana olemisen vastuun jakaminen
- positiivisena ja ei-väkivaltaisena roolihahmona oleminen lapsille

Rehellisyys ja luottamus

- vastuun hyväksyminen omasta itsestä
- aiemmin käytetyn väkivallan tiedostaminen
- väärässä olemisen myöntäminen
- avoin ja rehellinen kommunikaatio

MITÄ ON NAISIIN KOHDISTUVA VÄKIVALTA?

Väkivalta on käyttäytymistä, jonka avulla saavutetaan valtaa toisen ihmisen elämässä herättämällä pelkoa ja uhan tunnetta. Se on myös toisen ihmisen käyttäytymisen, ajatusten ja tunteiden kontrollointia. Vallan ja kontrollin saavuttamisen ja ylläpitämisen välineitä ovat esimerkiksi nimittely, halventaminen, syyttely, uhkaileminen, pelottelu sekä fyysisen, seksuaalisen ja taloudellisen väkivallan käyttö, ajatus naisen omistamisesta (mustasukkaisuus) sekä hänen elämänsä rajoittaminen.

Naisiin kohdistuvalla väkivallalla tarkoitetaan sukupuoleen liittyvää väkivaltaa, joka voi ilmetä monella tavalla. Se voi olla fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa. Myös väkivallalla uhkaaminen, pakottaminen ja vapauden riisto ovat väkivaltaa. Väkivallan muotoja ovat myös seksuaalinen ahdistelu, häirintä ja hyväksikäyttö, raiskaus avioliitossa, naisten ja tyttöjen ympärileikkaus sekä naisilla käytävä kauppa ja prostituutioon pakottaminen. Naiset voivat kokea väkivaltaa työpaikoilla, oppilaitoksissa ja kotona. Parisuhdeväkivalta on yleisin läheisissä suhteissa tapahtuvan väkivallan muoto. Tuttuun tai läheiseen ihmiseen kohdistuvaan väkivaltaan syylistyvät ovat useimmiten miehiä. Useimmiten uhrin ovat naisia, kaiken ikäisiä. He voivat olla lapsia, nuoria, keski-ikäisiä tai ikääntyneitä.

Fyysinen väkivalta:

Fyysinen väkivalta voi vaihdella kiinni pitämisestä tukan repimiseen, läimäyttelystä nyrkin iskuihin ja potkimiseen, kuristamisesta ja erilaisten aseiden käytöstä henkirikoksiin. Naisille aiheutuneet fyysinen väkivallan vammat vaihtelevat mustelmista ja ruhjeista pysyviin vaurioihin ja vammautumiseen, kuten kuulon, näön tai liikuntakyvyn menettämiseen. Lisäksi raskaudenaikainen pahoinpitely voi johtaa lapsen menettämiseen.

Seksuaalinen väkivalta:

Usein fyysiseen väkivaltaan liittyy tai se kulminoituu seksiin pakottamiseen ja raiskaukseen. Seksuaalista väkivaltaa on myös kaikenlainen seksuaalinen koskettelu ja huomio, jota nainen ei halua. Kun seksuaalinen väkivalta liittyy parisuhteeseen, se on henkisesti tuhoisimpia ja nöyryyttävimpiä väkivallan muotoja. Suurimman osan raiskauksista ja muusta seksuaalisesta väkivallasta tekevät naisille läheiset tai tuttavapiiriin kuuluvat miehet. Myös lapset voivat olla seksuaalisen väkivallan kohteita.

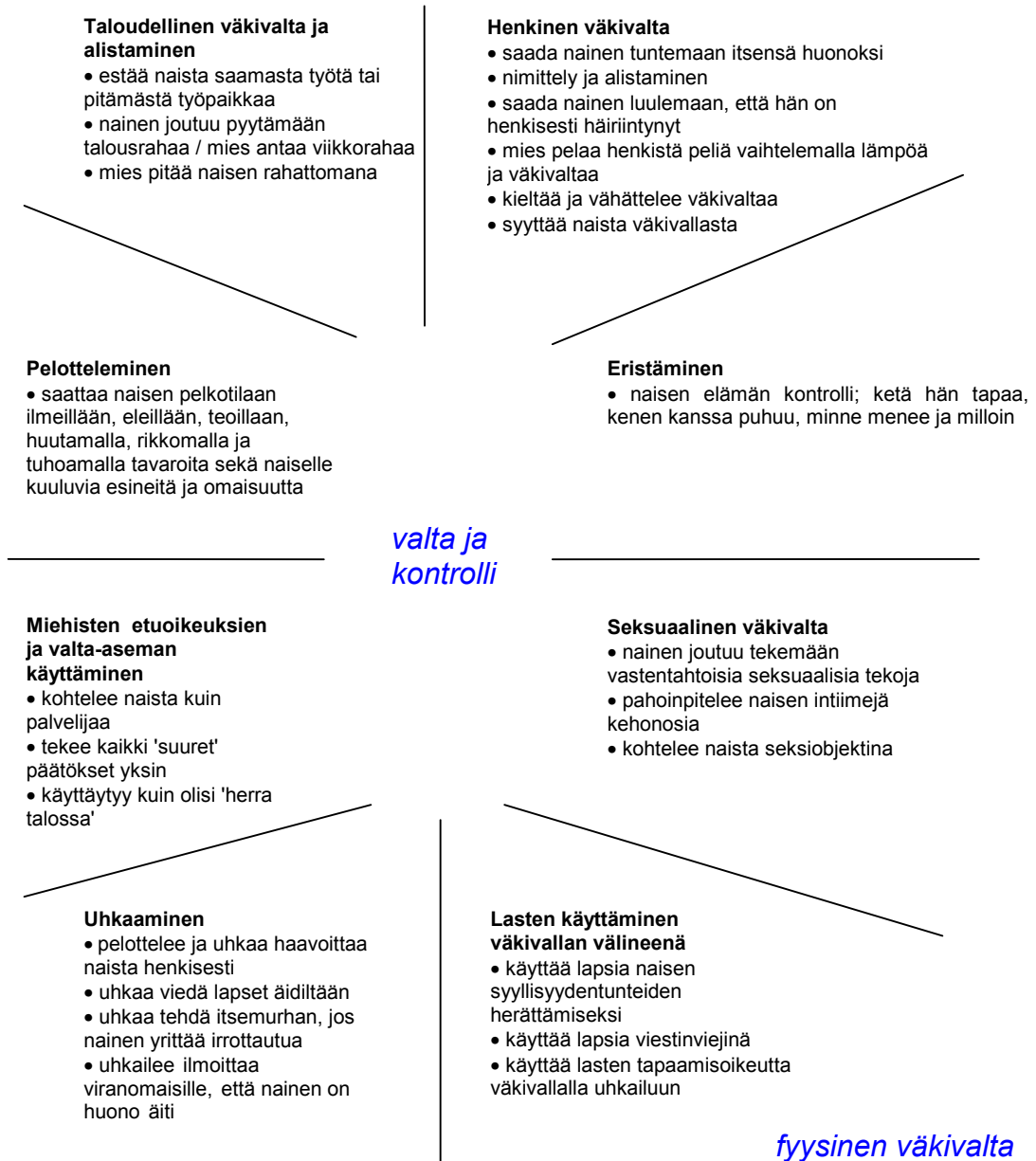
Henkinen väkivalta:

Henkinen väkivalta voi olla jatkuvaa sanallista väkivaltaa, mykkäkoulua, huutamista ja nimittelyä, tai sanatonta uhkaa. Se voi olla myös seurailemista, häirintää ja sanallista uhkailua. Henkisen väkivallan käyttöä on myös naiselle kuuluvien esineiden ja tavaroiden tuhoaminen sekä julmuus hänen lemmikkieläimiään kohtaan. Myös lapsia voidaan käyttää henkisen väkivallan ja kontrolloinnin välineenä. Henkinen väkivalta on paljolti piiloväkivaltaa. Sen tarkoituksena on murentaa uhrin uskoa ja luottamusta omaan itseensä, omaan ajattelu- ja käsityskykyynsä sekä kykyyn tuntea oikein.

Fyysinen ja seksuaalinen väkivalta tai niillä uhkaaminen ovat yleisimpiä parisuhteessa naiseen kohdistuvan väkivallan muotoja. Tyypillistä on, että väkivallan erilaiset muodot esiintyvät yhdessä. Fyysiseen pahoinpitelyyn parisuhteessa liittyy usein seksuaalista väkivaltaa ja raiskauksia. Kaikkiin väkivallan muotoihin sisältyy kuitenkin aina henkistä väkivaltaa. Monia vallan ja kontrollin muotoja on vaikea havaita. Parisuhteessa niiden tunnistaminen saattaa kestää kauan, sillä miehen väkivaltainen käyttäytyminen voi olla aluksi lähes huomaamatonta manipulointia, kontrollointia ja naisen elämän rajoittamista. Usein vasta myöhäisemmässä vaiheessa väkivalta saattaa muuttua fyysiseksi pahoinpitelyksi. ”Valta ja kontrolli” –ympyrä (kuvio 2) auttaa sinua väkivallan tunnistamisessa.

Kuvio 2. Tunnistatko parisuhteesi vallan ja kontrollin muotoja?

Lähde: Pence E & Paymar M. Power and Control: Tactics of Men Who Batter. Minnesota Program Development, Duluth, 1986. Suom. S. Perttu.



TIESITKÖ, MITEN YLEISTÄ VÄKIVALTA NAISIA KOHTAAN ON?

Kuka tahansa nainen riippumatta iästä, kulttuurista, etnisestä alkuperästä, uskonnosta, elämäntyylistä, koulutuksesta tai taloudellisesta ja yhteiskunnallisesta asemasta voi joutua väkivallan kohteeksi. Ei ole olemassa ”tyypillistä” väkivallan uhria. Naisilla on suurin riski joutua väkivallan kohteeksi juuri lähisuhteessa. Tutkimusten mukaan naiset kuitenkin pelkäävät eniten joutuvansa tuntemattoman miehen tekemän väkivallan uhriksi, vaikka useimmat pahoinpitelyt, raiskaukset ja muu väkivalta naista kohtaan tapahtuu tosiasiaa kotona. Naiset saavat myös eniten vammoja läheisissä suhteissa tapahtuvasta väkivallasta. Väkivalta läheisissä suhteissa on vakava yhteiskunnallinen ongelma, jolla on monenlaisia terveydellisiä ja elämän laatua heikentäviä seuraamuksia sekä naisille että heidän lapsilleen.

Tilastokeskuksen tekemän ”Usko, toivo, hakkaus” -tutkimuksen (Heiskanen ja Piispa 1998) mukaan väkivalta naisia kohtaan parisuhteissa ja muissa lähi- ja tuttavuussuhteissa on Suomessa yleistä. Parisuhteissa tapahtuvasta väkivallasta suurin osa on fyysistä pahoinpitelyä. Seuraavista luvuista huomaat, ettet ole yksin, jos olet pahoinpidelty tai muun väkivallan kohteena. Tämä voi auttaa sinua ymmärtämään, ettei väkivalta johdu sinusta tai sinun ominaisuuksistasi.

- 40 % suomalaisista naisista on joskus 15 vuotta täytettyään joutunut miehen tekemän fyysisen tai seksuaalisen väkivallan tai väkivallalla uhkailun kohteeksi.
- 52 % naisista on joutunut sukupuolisen ahdistelun ja häirinnän kohteeksi 15 vuotta täytettyään.
- Alle 15 –vuotiaana naisista 29 % on kokenut väkivaltaa, seksuaalisesti uhkaavaa käyttäytymistä tai seksuaaliseen kanssakäymiseen pakottamista.
- 50 % naisista on joutunut entisen avo- tai aviomiehen väkivallan tai uhkailujen kohteeksi.
- Yhdessä asumisen aikana väkivaltaa käyttäneistä miehistä 36 % jatkoi väkivaltaa vielä eron jälkeenkin.
- Nykyisen avo- tai aviopuolison tekemän fyysisen tai seksuaalisen väkivallan tai väkivallalla uhkailun kohteeksi on joutunut 22 % parisuhteessa olevista naisista. Vuoden aikana 112 000 suomalaista naista kokee parisuhdeväkivaltaa ja heistä 90 000 on fyysisen väkivallan kohteena.
- Suomessa vuoden jokaisena päivänä kaikkiaan 306 naista, iältään 18-74 -vuotiaita, joutuu parisuhteessaan fyysisen ja seksuaalisen väkivallan tai niillä uhkailun kohteeksi
- Heistä 246 joutuu fyysisen pahoinpitelyn kohteeksi parisuhteessaan vuoden jokaisena päivänä
- Suomessa joka 6. minuutti nainen joutuu avo- tai aviopuolisonsa pahoinpitelemäksi
- Suomessa joka toinen viikko yksi nainen kuolee lähisuhteessa tapahtuvan väkivallan seurauksena

USKOMUKSIA JA TOSIASIOITA NAISIIN KOHDISTUVASTA VÄKIVALLASTA

Yhteiskunnassamme esiintyy lukuisia uskomuksia ja jopa myyttejä, joilla selitetään naisiin kohdistuvaa väkivaltaa. Väärä tieto ja uskomukset ylläpitävät väkivaltaa ja antavat usein väkivallan tekijöiden mielestä oikeutuksen sen käytölle. Uskomukset johtavat myös väkivallan sekä sen seurausten ja merkityksen aliarviointiin ja mitätöintiin. Uskomusten taustalla on tiedon puutetta, halua ymmärtää väkivallan tekijöitä sekä negatiivisia asenteita uhreina olevia naisia kohtaan. Seuraavassa käydään läpi kymmenen tavallisinta uskomusta.

1. Väkivalta loppuu, kun ”muutamme yhteen”, ”menemme naimisiin”, ”saamme lapsen”.

Lähes aina, jos suhteessa on ollut väkivaltaa seurustelun aikana, se jatkuu elämänmuutoksista ja ”vakiintumisesta” huolimatta. Väkivalta lisääntyy ja muuttuu säännöllisemmäksi ja vakavammaksi, kun suhde vakiintuu. Yhteen muuttaminen, naimisiin meneminen, raskauden alkaminen tai lapsen syntyminen voivat merkitä pahoinpitelijälle varmuutta naisen omistamisesta. Silloin ei tarvitse pelätä niin paljon naisen menettämistä oman käyttäytymisen vuoksi. Tällöin kontrolli oman väkivaltaisuuden suhteen vähenee. Käytettyään kerran väkivaltaa mies ylittää sen käyttöön liittyvän henkisen rajan. Tämän jälkeen kynnyksensä käyttäen väkivaltaa madaltuu kerta kerralta. Väkivalta parisuhteissa on rikos, jolla on suurin riski uusiutua.

2. Väkivalta on riitelyä ja valtataistelua parisuhteessa

Kaikissa parisuhteissa on erimielisyyksiä ja lähes kaikissa riitoja. On luonnollista ja sallittua, että kahdella ihmisellä on erilaisia mielipiteitä ja käsityksiä. Väkivalta ei kuitenkaan kuulu riitelystä. Väkivallassa ei ole kahden ihmisen välistä neuvotteluprosessia. Väkivalta ei ole myöskään kahden ihmisen tasavertaista riitelyä, vaan se on miehen naiseen kohdistamaa pahoinpitelyä, uhkailua, terrorisointia ja alistamista. Se on vallan käyttöä, jossa toinen sanelee elämisen, olemisen, sanomisen ja tekemisen säännöt käyttäen hyväksi väkivallan ja sen uhan aiheuttamaa pelkoa. Useinkaan väkivaltaa ei edellä riitatilanne. Väkivallan tekijä voi myös tarkoituksellisesti aiheuttaa riitatilanteen voidakseen oikeuttaa väkivallan käytön ja saadakseen uhrin tuntemaan syyllisyyttä ja vastuuta väkivallasta.

3. Nainen aiheuttaa omalla käyttäytymisellään väkivallan puhkeamisen

Tämä on luultavasti tavallisin ja yleisimmin esiintyvä uskomus. Sen mukaan nainen provosoi miehen käyttäytymään väkivaltaisesti esimerkiksi "nalkuttamalla", huomauttelemalla, valittamalla tai vaatimalla. Samanlainen harhaluulo on ajatus, että nainen "houkuttelee" miehen raiskaamaan hänet! Tässä ajattelutavassa nainen nähdään syyllisenä väkivaltaan. Naiselle langetetaan vastuu uhriksi joutumisesta; onhan hän "ansainnut" sen omalla käyttäytymisellään.

Kukaan ei kuitenkaan ansaitse väkivaltaa. Naiset joutuvat pahoinpitelyn kohteeksi sellaisista "syistä" kuin ruokarahan pyytämisestä mieheltä, jos päivällinen ei ole ollut valmiina miehen tullessa työstä, ruoka ei ole ollut miehen mielestä kelvollista tai lapset eivät tottele. Usein myös pelkkä "väärä" kysymys "väärään aikaan" on johtanut väkivaltaan miehen taholta. Tosiasiassa naiset yrittävät muuttaa ja mukauttaa käyttäytymistään väkivallan tekijän mieleiseksi estääkseen väkivallan puhkeamista. Ennen pitkää naiset kuitenkin havaitsivat, etteivät he kykene ehkäisemään ja lopettamaan väkivaltaa yrittämällä täyttää väkivallan tekijän odotuksia tai suostumalla ja alistumalla hänen vaatimuksiinsa. He myös oppivat, etteivät miehen myötäileminen, vastustaminen tai puolustautuminen myöskään johda väkivallan loppumiseen. Väkivalta ei ole riippuvaista uhrin käyttäytymisestä tai sen muuttumisesta.

4. Naiset jäävät vapaaehtoisesti väkivaltaisiin suhteisiin

Väkivalta aiheuttaa uhrissa häpeää, syyllisyyden ja nöyryytyksen tunteita sekä lamaannuttavaa pelkoa. Väkivallan uhan alla eläminen on henkisesti hajottavaa, erityisesti silloin, kun väkivaltaa käyttävä mies myös osoittaa hellyyttä ja rakkautta. Peittely ja vaikeneminen on olennainen osa väkivaltaa. Väkivallan salaisuus antaa miehelle mahdollisuuden jatkaa väkivaltaa ja ylläpitää miellyttävää kuvaa itsestään ulkopuolisten silmissä. Naiset häpeävät miehensä käytöstä ja omaa alistumistaan. Tämä johtaa usein naisen eristymiseen ihmissuhteista ja sosiaalisesta elämästä. Tästä loukusta on vaikea irrottautua.

Suurimpia syitä suhteeseen jäämiseen on pelko: pelko väkivallan tekijää kohtaan, pelko kostosta ja siitä, ettei väkivalta koskaan lopu, pelko omasta selviytymisestä yksin tai lasten kanssa. Väkivallan tekijä

aiheuttaa ja vahvistaa näitä pelkoja käyttäytymisellään. Useinkaan väkivallan tekijät eivät halua erota tai suostua eroon. He myös kieltäytyvät yleensä muuttamasta pois yhteisestä kodista, mikä hankaloittaa naisen ja lasten tilannetta entisestään. Eroaikeissa oleva nainen ja joskus myös lapset ovat monesti hengenvaarassa. Erovaihe on riskialteinta aikaa naiselle, sillä vakavimmat vammat ja murhat tapahtuvat juuri tässä vaiheessa. Lisäksi väkivalta ei useinkaan lopu eroon, vaan saattaa jatkua vuosia vielä senkin jälkeen. Tämän vuoksi nainen ja lapset tarvitsevat tukea ja suojelua myös eron jälkeen. Väkipalvaiseen suhteeseen jääminen ei ole vapaaehtoista, eikä johdu ensisijaisesti rakkaudesta.

5. Väkipalvallen kohteena olevat naiset ovat henkisesti häiriintyneitä

Väkipalvalla kokevat naiset eivät ole häiriintyneitä tai poikkeavia. Sen sijaan naiset kärsivät monin tavoin väkipalvallen seurauksista. Väkipalvalla aiheuttaa uhrille aina henkisen kriisin ja trauman sekä vaikuttaa syvästi naisen itsetuntoon, minäkuvaan ja ihmisarvon tunteeseen. Väkipalvalla aiheuttaa myös paljon henkisiä vaikeuksia perheen lapsille. Usein väkipalvallen tekijä pyrkii osoittamaan naiselle ja ulkopuolisille, että uhri on henkisesti häiriintynyt, salatakseen oman käyttäytymisensä tai saadakseen oikeutusta väkipalvalle. Se on myös yksi tapa alistaa ja mitätöidä uhri.

6. Väkipalvalla johtuu huumeiden ja/tai alkoholin käytöstä

Alkoholia tai huumeita ei voida pitää suoraan väkipalvallen syynä, vaikka joskus väkipalvallinen käyttäytyminen liittyy niiden käyttöön. Alkoholin osuutta väkipalvaltaan yliarvioidaan. Myös täysin raittiit miehet käyttävät väkipalvalla. Kokemus on myös osoittanut, ettei väkipalvalla välttämättä lopu raitistumiseen. Mies saattaa lopettaa fyysisen pahoinpitelyn, mutta henkinen väkipalvalla ja naisen kontrollointi voi jatkua. Väkipalvalla voi saada myös uusia muotoja.

Suomalaisessa kulttuurissa humalakäyttämiseen liittyvää väkipalvalla pidetään hyväksyttävämpänä ja ymmärrettävämpänä. Se antaa helposti sosiaalisesti hyväksytyyn syyn olla väkipalvallinen. Väkipalvallen käytön juuret ovat kuitenkin syvemmillä kuin alkoholissa tai huumeissa. Sen taustalla on tarve osoittaa valtaa ja hallintaa sekä pitää nainen kontrollin alla. Miehellä, jolla on alkoholi- tai huumeongelma ja joka on väkipalvallinen, on kaksi erillistä ongelmaa

selvitettävänä: alkoholi- tai huumeongelma ja väkivaltainen käyttäytyminen.

7. Mies käyttäytyy väkivaltaisesti, koska hänellä on vaikeita lapsuuden kokemuksia

Tilastokeskuksen suorittaman tutkimuksen mukaan (Heiskanen ja Piispa 1998) 40 % miehistä, jotka olivat väkivaltaisia nykyiselle puolisolleen, oli nähnyt saman mallin lapsuuden kodissaan. Lapsille vanhemmat toimivat samaistumisen kohteina ja malleina miehestä ja naisesta. Isän käyttäytymistä katsellessaan pieni poika sisäistää naisen rooliin, arvoon ja asemaan liittyviä käsityksiä. Jos käyttäytymismalli on väkivaltainen, hän oppii, että väkivallalla voi saada suhteessa hallitsevan aseman ja saavuttaa hyötyä. Aikuisena hän kuitenkin voi tiedostaa tämän ja muuttaa käsityksiään ja käyttäytymistään. Aikuisena mies on täysin vastuullinen käyttäytymisestään, valinnoistaan ja elämänsä suunnasta. Lapsuuden vaikeita kokemuksia tai väärää mallia ei voi pitää syynä, joka vähentää vastuullisuutta tai tekisi väkivallan hyväksyttävämmäksi.

Väkivaltaa käyttävillä miehillä on ollut monenlaisia lapsuuksia eikä ongelmallisesta lapsuudesta välttämättä seuraa väkivaltaisesti käyttäytyviä aikuisia. Väkivaltaa tapahtuu kaikissa yhteiskuntaluokissa ja myös ns. ”hyvissä” perheissä. Väkivalta ei ole mielenterveysongelma tai -häiriö. Väkivaltainen käyttäytyminen ei ole myöskään luonnonvoima, jolle ei mahda mitään. Lapsuuden kokemustensa perusteella mies voi myös päättää, ettei ainakaan hänen vaimonsa tarvitse pelätä niin kuin hänen äitinsä pelkäsi tai ettei hänen lastensa tarvitse kokea samaa kuin hän koki. Ottamalla vastuun omasta elämästään ja käyttäytymisestään mies voi muuttua. Usein hän tarvitsee tässä ulkopuolista apua.

8. ”Nyrkki puhuu”, kun mies ei osaa muuten puhua

Ei ole todettu, että väkivaltaa käyttävät miehet olisivat ilmaisukyvyttömämpiä kuin muut miehet. Tämä on vanha myytti, joka viittaa toiseen sitkeään myyttiin, jonka mukaan nainen aina ”voittaa” miehen puheen tasolla ja siksi mies lyö. Tämä uskomus johtaa käsitykseen, että nainen aiheuttaisi väkivallan. Näin miehen ei tarvitse ottaa itse vastuuta omasta käyttäytymisestään, vaan vastuun voi säilyttää naiselle. Äärimuotona tästä on ajatus, että itseasiassa mies on naisen uhri. Tämä kaikki on kuitenkin ainoastaan väkivallan hyväksymistä, aliarviointia ja mitätöintiä. Väkivalta ei ole

kommunikaatio-ongelma, vaan nyrkki puhuu vallasta ja sen kohteen alistamisesta lyöjän tahtoon.

KUINKA JOKU, JOTA RAKASTAN, VOI TEHDÄ MINULLE TÄLLÄISTÄ?

Sitä, miksi osa miehistä käyttää väkivaltaa naista kohtaan, on yritetty selittää monin eri tavoin ja teorioin. Väkivaltaa on selitetty esimerkiksi parisuhteen vuorovaikutusongelmilla, riittämättömillä kommunikaatiotaidoilla, miehen stressillä, miehen vanhenemisella, alkoholin, huumeiden ja lääkeaineiden väärinkäytöllä, mielenterveyden häiriöillä, työttömyydellä ja taloudellisilla ongelmilla. Näitä asioita voi esiintyä yhdessä väkivallan kanssa, mutta ne eivät ole väkivaltaisen käyttäytymisen syitä. Väkivalta ei lopu, vaikka näihin asioihin puututtaisiin ja annettaisiin apua. Väkivaltaisuus ei ole ”kontrollin menettämistä”, vaan se on tehokas keino saavuttaa ja ylläpitää valtaa ja kontrollia. Väkivaltaa käyttävä mies pyrkii hallitsemaan naista pelon avulla.

Parisuhteessa väkivaltaisesti käyttäytyvä mies uskoo, että nainen on hänen hyvän olonsa lähde ja on siten vastuussa siitä. Siksi kumppanin käyttäytymistä, ajatuksia ja tunteita on kontrolloitava kaikin tavoin, etteivät miehen omat ongelmat (riippuvuus naisesta ja väkivalta) nousisi tietoisuuteen. Useat naiset ovat havainneet, että heidän miehensä ovat ”kaksoispersoonallisuuksia”. He voivat olla hyvin viehättäviä, lämpimiä, älykkäitä ja hurmaavia ulkopuolisten silmin. He saattavat antaa itsestään itsevarman ja turvallisen vaikutelman. Heistä on mahdotonta uskoa mitään pahaa. Heidät tunnetaan ”mukavina kavereina”. Kun selitettävää syntyy, he saavat kaikki puolelleen, sillä hänen muilta salatun väkivaltansa kohteena oleva nainen näyttää hänen rinnallaan hysteeriseltä, riippuvaiselta, epävarmalta ja tasapainottomalta. Todellisuus rajoittuu parisuhteeseen ja kodin seinien sisäpuolelle. Mies on kotona kuin täysin eri ihminen. Tämä saa yleensä uhrin epävarmaksi omista tunteistaan ja ajatuksistaan, eikä hän tiedä, mikä on totta ja mikä valhetta, mikä on oikein ja mikä väärin.

Väkivaltaa esiintyy kaikissa yhteiskuntaluokissa. Miehen koulutustasolla ei ole merkitystä. Myös arvostetussa yhteiskunnallisessa asemassa olevat miehet, ihmissuhdetyötä tekevät tai kristityiksi tunnustautuvat miehet voivat käyttäytyä väkivaltaisesti naista kohtaan. Tiukat sukupuoliroolit ja patriarkaalinen näkemys perheestä ja parisuhteesta ovat väkivaltaa suosivia ja peittäviä tekijöitä. Väkivalta voidaan kokea oikeutettuna keinona saavuttaa ja varmistaa johtajuutta.

Väkivaltaisesti käyttäytyvä mies on äärimmäisen riippuvainen naisesta. Nainen on hänelle tarpeiden kohde, jota hän ei kunnioita ihmisenä. Hän näkee naisen omaisuutena ja tarpeiden tyydyttäjänä, joka on häntä varten olemassa. Hän odottaa naiselta tyydytystä, kuuliaisuutta ja palveluja, tarvittaessa myös seksipalveluja. Usein väkivaltaan liittyy mustasukkaisuutta, omistushalua ja itsekeskeisyyttä. Tyypillistä on, ettei mies kykene ottamaan vastuuta teoistaan eikä tunteistaan. Hän ulkoistaa oman väkivaltaisuuksensa syyttämällä olosuhteita, stressiä, naisen käyttäytymistä, "huonoa päivää", alkoholia tai muita itsensä ulkopuolella olevia asioita. Riippuvuus naisesta on pelottavaa. Siksi hän muuntaa riippuvuuden ja menettämisen pelon raivoksi, joka kohdistuu naiseen. Hän yrittää käyttäytymisellään pitää naista kiinni suhteessa, mutta tämä saakin naisen etäännyttämään siitä. Yhtenä keinona mies yrittää saada naisen uskomaan, että oikeastaan nainen onkin riippuvainen miehestä eikä tulisi toimeen ilman häntä.

Nainen ei voi omalla käyttäytymisellään välttää tai lopettaa väkivaltaa. Yleensä väkivallan kohteena olevat naiset ovat tehneet kaikkensa tilanteiden välttämiseksi. Väkivalta ei lopu, ennen kuin mies ottaa vastuun teoistaan, ja lakkaa etsimästä syytä naisesta. Väkivaltaisuus ja vallan- ja kontrollinhalu ovat kuin riippuvuuksia, joista päästäkseen miehen on tehtävä työtä. Paras tapa auttaa miestä on saattaa hänet vastuuseen teoistaan lain ja yhteiskunnan edessä ja kieltäytyä alistumasta väkivaltaan. Yhteiskunnassa voidaan puuttua väkivaltaan, kun sen salailu loppuu ja asia tehdään julkiseksi.

MIKSI ON VAIKEA IRROTTAUTUA?

Liian usein kysymys ”miksi nainen pysyy väkivaltaisessa suhteessa” esitetään uhria syyllistävästi. Taustalla on asenteita ajatuksia, joiden mukaan uhriksi joutunut nainen on ”liian rakastava”, hänellä on ”huono itsetunto” tai hän on ”tottunut” tai on masokisti, joka ”pitää” väkivallasta. Syyt suhteessa pysymiseen ovat monisyisiä. Hyvin usein irrottautuminen on vaarallista, jos väkivallan tekijällä omasta mielestään ei ole enää mitään menetettävää naisen jättäessä hänet. Siksi hän saattaa olla valmis epätoivoisiin tekoihin irrottautumisen estämiseksi. Nainen voi joutua elämään pelossa pitkän aikaa. Lisäksi, jos väkivallan tekijällä on hyvä sosiaalinen asema ja taloudellisia resursseja, irrottautumisen seuraukset naiselle ovat suuret. Hän voi menettää sosiaalisen verkostonsa, taloudellisen turvallisuutensa sekä lastensa huoltajuuden.

1. Väkivalta murentaa omanarvontuntoa

Toistuva väkivalta voi ajan mittaan muuttaa naisen tapaa kokea itsensä sekä tapaa tuntea ja ajatella. Nopea irrottautuminen on vaikeaa, sillä väkivalta aiheuttaa naiselle itsetunnon menetystä, ihmisarvon tunteen menetystä, leimautumisen tunnetta, avuttomuuden ja henkisen halvaantumisen tunteita, epätoivoa ja stressiä. Stressin seurauksena monet naiset kärsivät erilaisista fyysisistä oireista, kuten päänsärystä, nivelkivuista, pahoinvoinnista ja sydämen rytmihäiriöistä. Epätoivo voi ajaa alkoholin väärinkäyttöön ja riippuvuuteen uni- ja rauhoittavista lääkeaineista, joita naisille määrätään väkivallan seurauksena. Itsemurha-ajatukset ja -yritykset saattavat tulla myös kuvaan mukaan. Tämä kaikki aiheuttaa naiselle tunnetta, ettei hän jaksa yrittää ulos tilanteesta, ei ainakaan yksin. Monet asiantuntijat vertaavat väkivaltaa kidutukseen, jossa uhrin tahto ja käsitys itsestä murretaan ja alistetaan kiduttajan tahtoon ja käsitysmaailmaan.

2. Väkivallan ja lämmön vaihtelu

Jatkuva pelko ja varuillaan oleminen sekä miehen väkivaltaisuuden ja hyvittelyjen keinussa oleminen kuluttaa henkisiä voimavaroja. Hyvät ajat suhteessa antavat toivoa väkivallan loppumisesta ja huonot, väkivallan ja uhkan ajat tuovat pettymyksen ja toivottomuuden tunteet. Suhteen alussa nainen rakastuu miehensä hyviin puoliin. Väkivallan alkaessa hän haluaa edelleen uskoa tämän olevan se hellä ja huomaavainen kumppani, jona hän on oppinut tuntemaan miehen.

Nainen haluaa uskoa hyvän voittavan. Hyvien ja huonojen aikojen vaihtelu on hämmentävää ja tuskallista. Luottamus murenee kerta toisensa jälkeen katkeraksi pettymykseksi.

Hyvien aikojen odottaminen ja miehen muuttumisen toive saattaa kestää vuosia. Jos mies on hakenut apua itselleen, nainen saattaa vielä jäädä odottamaan tilanteen muuttumista pitkäksi aikaa. Kuitenkin usein ajan kuluessa hyvä aika käy lyhyemmäksi väkivaltaisen jakson vuorostaan pidetessä. Väkivalta pahenee koko ajan. Yleensä se myös muuttaa muotoaan esimerkiksi sanallisesta väkivallasta fyysiseen väkivaltaan tai väkivaltaan lapsia kohtaan. Seuraava kuvio (kuvio 3) väkivallan kierteestä auttaa sinua hahmottamaan elämäntilanteesi kulkua. Se auttaa sinua jäsentämään myös hämmentyneitä tunteitasi ja ajatuksiasi, sillä ne kiertävät miehen väkivaltaisen käyttäytymisen mukana vaiheesta toiseen.

Kuvio 3. Väkivallan kierre

Lähde: van Lawick J. & Groen M. 1996. Suom. S. Perttu.

Romanttiset odotukset.

Erilaisuuden havaitseminen.

Nainen puhuu havainnoistaan ja tunteistaan suoraan.

Mies pelkää ja alkaa nimitellä. Mies-nais-vastakkainasetelma vahvistuu.

Suhde täysin rikkinäinen ja toimimaton.

Nainen tuntee vastuuta ja 'pelastaa' tilanteen mukautumalla.

Naisen eristyneisyys lisääntyy ja tunteet 'jäätävät'. Nainen vieraantuu yhä enemmän kehostaan ja omista tunteistaan ja ajattelustaan. Suhteen repeytyminen ja hajaannus.

Mies huojentuu. Romanttiset odotukset palaavat.

Nainen on turhautunut ja peitellyllä tavalla vihainen.

Mies pelkää menettävänsä suhteen ja yhteyden. Pettymys ja suru.

Mies on turhautunut ja väkivaltainen.

Nainen on hiljennetty, irrallinen ja eristynyt. Pettymyksen aiheuttama suruprosessi.

3. Lapset

Huoli lasten kohtalosta on useimmiten naisen suurin suru. Hän haluaisi lasten saavan pitää isänsä. Nainen saattaa uskoa, että väkivaltainenkin isä on lapsille parempi kuin isättömyys tai avioerolapsen osa. Lapset ovat joillekin miehille oivallinen kiristyskeino. Mies saattaa uhata puhua lapset puolelleen ja viedä heidät äidiltään. Huoltajuuskiistasta saattaa tulla pitkä ja uuvuttavan hidas. Lapsille se on usein repivää ja hämmentävää. Monet naiset suostuvat lähes kaikkiin miehen vaatimukseen saadakseen tilanteen rauhoittumaan ja päästäkseen rauhaan häirinnältä ja syytöksiltä.

Kun väkivaltaisuus on eroamisen syy, eroon liittyy usein väkivallan tekijän yrityksiä jatkaa vallan käyttöä esimerkiksi painostamalla ja uhkailemalla lasten äitiä erilaisilla lapsiin ja eroon liittyvillä asioilla. Lasten äiti on yleensä tässä vaiheessa hyvin väsynyt ja henkisesti uupunut. Hänellä saattaa olla tunne, että hän haluaisi vain mahdollisimman nopeasti eroon tilanteesta, jossa väkivalta jatkuu kiristyneenä tai sen yrityksinä. Joskus tällaisessa tilanteessa nainen suostuu jopa kohtuuttomiin ehtoihin liittyen esimerkiksi lasten tapaamisiin.

Yhteishuoltajuus on usein osoittautunut vaikeaksi ratkaisuksi näissä tilanteissa, sillä joskus sopimus on tehty pitkälti miehen ehdoilla. Lisäksi väkivalta naista kohtaan saattaa jatkua lasten tapaamisten yhteydessä tai muutoin lasten kautta. Yhteiskuntamme suosima yhteishuoltajuus voi antaa miehelle mahdollisuuden kiusata ja häiritä naista lähes loputtomiin. Hän voi kieltää äidiltä yhteiskunnan tarjoamia tukimuotoja ja tehdä jokaisesta lapsia koskevasta pienestäkin asiasta suuren kiistakysymyksen oikeudenkäynteineen. Siksi on tärkeää, että lasten huoltoa koskeva sopimus on työnjaollinen sopimus, jossa on mahdollisimman tarkasti ja konkreettisesti määritelty lasten huoltoon liittyvät asiat.

4. Epävarma tulevaisuus

Suhde on piinallinen, mutta lähteminen saattaa tuntua naisesta vielä mahdollisemmalta. Asiaa vaikeuttaa myös miehen uhkailu. Koska väkivaltaisesti käyttäytyvä mies on riippuvainen väkivaltansa kohteesta, hänen syvin pelkonsa on, että nainen jättää hänet. Niinpä hän turvautuu yleensä uhkailuun. Hän saattaa vakuuttaa löytävänsä naisen piiloutuipa tämä minne hyvänsä ja tappavansa tämän. Tämä

aiheuttaa naisessa suunnatonta pelkoa ja toivottomuutta tilanteesta selviytymisen suhteen.

Pelkoa aiheuttaa myös taloudellisesti epävarma tulevaisuus erityisesti, jos nainen on kotiäiti eikä hänellä ole omia tuloja, hän on työtön tai matalapalkkaisessa työssä. Ikääntyneen naisen eläke saattaa olla niin pieni, ettei yksin sillä selviäisi. Selviytyminen yksin lasten kanssa ja yksinäisyys pelottaa. Monilla naisilla on tunne, että ”parempi olla tutussa helvetissä kuin tuntemattomassa taivaassa”.

5. Uskonnolliset syyt

Avioero on monille naisille vaikea myös uskonnollisista syistä. Joissakin uskonnollisissa yhteisöissä avioeroon saatetaan suhtautua erittäin kielteisesti tai yhteisöissä on voimakkaita mielipidevaikuttajia, joiden mukaan avioero on ”synti”. Avioero voi langeta naisen vastuulle ja ”synniksi” väkivallasta huolimatta. Hierarkinen näkemys parisuhteesta altistaa naiset väkivaltaiselle kohtelulle. Jos mies nähdään perheessä ylimpänä päätöksen tekijänä, on tähän uskova vaimo loukussa. Häntä saatetaan vaatia olemaan alamainen vaikka huonollekin auktoriteetille.

Myös anteeksi antaminen on raamatullinen hyve, jonka noudattaminen antaa usein väkivallan tekijälle mahdollisuuden jatkaa käyttäytymistään. Pelkkä jatkuva ja loputon anteeksi antaminen edesauttaa väkivallan kierteeseen joutumista. Miehen toistuva ”parannuksen” tekeminen ja anteeksi pyytäminen ilman syvempää oman käyttäytymisen ja asenteiden läpikäyntiä pitkittää tilannetta. Vilpittömimmätkään miehen toistuvat anteeksipyynnöt eivät lopeta väkivaltaa ja saa yksin miestä muuttumaan. Mieheltä on vaadittava ja hänen on etsittävä itselleen apua väkivaltaiseen käyttäytymiseen. Naisen puolelta tämä vaatimus ei ole anteeksiantamattomuutta.

6. Ympäristön asenteet

Nainen on ahdingossaan hyvin yksin. Ystävät, sukulaiset ja viranomaiset eivät aina näe yksityiselämään rajoittunutta helvettiä. Naisen saattaa olla vaikeaa löytää ulkopuolista tukea pyrkimykselleen irrottautua ja erota ”mukavasta kaverista” ja ”lasten hyvästä isästä”. Usein nainen saa apua hakiessaan myös ohjeita, kuten ”yritä keskustella hänen kanssaan”, ”koeta välttää riitelyä”, ”et sinäkään ole täydellinen”, ”rakasta häntä enemmän”, ”yritä ymmärtää, hänellä on paineita”, ”kyllä se siitä” jne. Nämä ohjeet aliarvioivat väkivaltaa ja

asettavat naisen vastuuseen siitä. Näin nainen alistetaan toistamiseen. Nainen kuulee myös kommentteja, kuten ”ota avioero”, ”minä en ainakaan alistuisi”, ”pistä kova kovaa vastaan”, ”miten voit olla tuollaisen hirviön kanssa” jne. Neuvojat odottavat naisen kykenevän pikaratkaisuun, ja kun hän ei siihen kykenekään, ulkopuoliset väsyvät ja kiinnostus tukemiseen loppahtaa. Jotkut naiset saattavat irrottautua nopeasti, joillekin se on vuosia kestävä prosessi.

Nainen voi kokea avioeron myös sosiaalisesti leimaavana ja henkilökohtaisena epäonnistumisena, sillä suomalaisessa yhteiskunnassa vastuu perheen hyvinvoinnista on edelleen naisella. Yleensä avioero tai muu irrottautuminen ja suhteen ratkaisu jää naisen vastuulle. Hänen on lapsineen lähdettävä pois yhteisestä kodista ja aloitettava raskas prosessi, jota usein mies pyrkii vaikeuttamaan kaikin mahdollisin keinoin. Koko tilanteen ratkaisu on yleensä naisen voimavarojen varassa. Naisen irrottautuminen on ponnistus, johon tarvitaan kaikki mahdollinen ympäristön tuki.

PARISUHDEVÄKIVALLAN VAIKUTUS LAPSIIN

Jotkut naiset ajattelevat pysyä suhteessa lasten vuoksi. Heistä tuntuu, että jopa väkivaltainen isä on parempi kuin ei isää ollenkaan. Myös taloudellisen tilanteen turvaaminen ja halu ehkäistä lasten kasvuympäristön muutoksia voi olla syynä pitää perhe yhdessä. Vaikka lapsiin ei kohdistuisi suoraa väkivaltaa, lapset kärsivät väkivallan näkemisestä ja tilanteen tiedostamisesta johtuvista henkisistä seurauksista.

Tilastokeskuksen tutkimuksen (Heiskanen ja Piispa 1998) mukaan väkivaltaa kokeneiden naisten lapsista 40 % oli nähnyt väkivaltaisia tapahtumia. Toisaalta huomattava osa äideistä ei tiennyt, olivatko lapset nähneet väkivaltaa. Lapset kuitenkin aistivat kotona vallitsevan jännittyneen ilmapiirin, vaikka eivät suoraan näkisi väkivaltaa. He kuulevat myös usein väkivaltaisten tapahtumien ääniä ja joutuvat yleensä äidin tavoin käyttäytymään varoen. Lisäksi he näkevät ja kuulevat isän aliarvioivan, alistavan ja nöyryyttävän äitiä. Monet lapset yrittävät suojella äitiään ja yrittävät ottaa vastuuta tilanteesta. He tuntevat syyllisyyttä, ahdistusta ja voimattomuutta, kun väkivalta jatkuu. He saattavat tuntea syyllisyyttä myös siitä, että rakastavat kaikesta huolimatta väkivaltaisesti käyttäytyvää isää.

Tutkimusten mukaan lapset kärsivät samanlaisista väkivallan seurauksista kuin väkivallan kohteena oleva nainen. Heillä voi olla erilaisia kipuja, kuten vatsa- ja pääkipuja. Lapsilla saattaa olla oppimisvaikeuksia, käyttäytymishäiriöitä, masennusta ja aggressiivisuutta. Erityisesti pojat voivat samaistua isän käyttäytymiseen ja alkaa käyttää itse väkivaltaa muita kohtaan. Lapset altistuvat kodissa, jossa isä käyttäytyy väkivaltaisesti, rajoittaville ja negatiivisille roolimalleille.

Monet väkivallan kohteena olevat naiset joutuvat ottamaan kaiken vastuun lapsista yksin. Tämä lisää heidän stressiään väkivallan aiheuttaman stressin lisäksi. Siksi äidin kyky huolehtia lapsista voi vähentyä. Myös sietokynnys lasten käyttäytymisen suhteen saattaa madaltua. Itse koetun pitkäaikaisen väkivallan seurauksena äidit voivat joskus käyttäytyä kärsimättömästi ja väkivaltaisesti lapsiaan kohtaan tai he voivat olla vaativia ja ankaria heille.

Miehen käyttämä väkivalta naista kohtaan voi ajan mittaan alkaa kohdistua myös lapsiin. Tutkimukset ovat osoittaneet, että naisen ollessa väkivallan kohteena parisuhteessa, myös lasten riski joutua

kokemaan fyysistä väkivaltaa isän taholta kasvaa huomattavasti. Jokainen uusi miehen väkivaltainen teko naista kohtaan nostaa 12 % lasten riskiä joutua myös väkivallanteon kohteeksi. Tämä tulisi huomioida lasten huoltajuuskysymyksissä tilanteissa, joissa mies on käyttäytynyt parisuhteessa väkivaltaisesti lasten äitiä kohtaan.

Ellei väkivaltaa käyttävä mies ota vastuuta ja pyri muuttamaan käyttäytymistään, tilanteen ratkaisu jää naisen vastuulle. Päätöksenteko yksin on usein naiselle raskasta. Irrottautuminen väkivallasta on kuitenkin tärkeää jo pelkästään lasten vuoksi.

MITEN VÄLTTYÄ VÄKIVALTAISELTA SUHTEELTA?

Aina ei miehen käyttäytymisessä näy väkivaltaa ennakoivia piirteitä. Yleensä kaikki parisuhteet alkavat rakastumisella, kuten nekin, joissa mies alkaa käyttäytyä väkivaltaisesti myöhemmin. Monet miehet näyttävät naiselle suhteen alkuvaiheessa kaikkein rakastettavimmat puolensa. He saattavat olla jopa täydellisen, naista palvovan ja palvelevan miehen malleja ainakin suhteen vakiintumiseen saakka. Suhteen vakiintumisen virstanpylväitä ovat yleensä sellaiset tapahtumat kuin yhteen muuttaminen, kihlautuminen, avioliiton solmiminen, raskauden alkaminen ja lapsen syntyminen. Silloin väkivalta tulee naiselle täydellisenä yllätyksenä. Usein naiset ovat kuitenkin huomanneet väkivaltaa käyttäneiden miestensä käyttäytymisessä tiettyjä merkkejä, jotka ovat ennakoineet väkivaltaisuutta. He eivät ole osanneet yhdistää näitä väkivaltaan ja ovat siksi jatkaneet suhdetta. Seuraavassa on lueteltu merkkejä, jotka usein ilmenevät ennen kuin suora väkivalta alkaa. Merkit voivat olla vihjeitä mahdollisesta väkivallasta:

- Onko mies mustasukkainen, omistushaluinen ja vaativa? Mustasukkaisuus ei kohdistu vain tuntemiisi miehiin, vaan myös ystävättäriisi ja sukulaisiin.
- Alkoiko suhteenne nopealla tunneperäisellä kiintymyksellä? Tuliko sinusta miehen tunteiden ja odotusten keskipiste, jota ilman hän ei voi elää? Onko hänellä epärealistisia tunneperäisiä odotuksia sinua kohtaan? Vain sinä voit tehdä hänet onnelliseksi.
- Käyttäytyykö hän kontrolloivasti? Hän haluaa tietää, missä liikut, mitä teet ja keitä tapaat tai hän odottaa sinun noudattavan esimerkiksi tarkkoja työstätuloaikoja.
- Odottaako hän sinun noudattavan hänen ohjeitaan ja määräyksiään?
- Saako hän sinut tuntemaan, että sinun on oltava koko ajan pahoillasi jostakin tai pyydeltävä anteeksi koko ajan? Tuleeko sinulle hänen reaktioistaan tunne, ettet tee koskaan mitään oikein?
- Arkailenko tai pelottaako sinua sanoa omia mielipiteitäsi hänen seurassaan?
- Syyttääkö hän aina muita, kun ongelmia ilmenee?

- Onko hänellä seksiin liittyviä vaatimuksia? Käyttääkö hän vaikka voimakeinoja saadakseen seksuaalista nautintoa?
- Onko hänellä tiukat mielipiteet sukupuolirooleista? Onko hänellä vahvat käsitykset siitä, millainen miehen tai naisen pitäisi olla?
- Kohteleeke hän sinua karkeasti? Käyttääkö hän fyysisiä voimakeinoja saadakseen sinut tekemään, mitä hän haluaa? Pelkäätkö häntä, kun hän vihastuu?
- Käyttäytyykö hän täysin eri tavoin ulkopuolisten seurassa?
- Laskeeko hän "leikkiä" kustannuksellasi tai tekeekö huomautuksia sinusta muiden seurassa niin, että nolostut ja tunnet häpeää?
- Osoittaako hän julmuutta kotieläimille tai lemmikeille?
- Onko hän rikkonut esineitä tai tavaroita kodissanne? Onko hän uhannut sinua väkivallalla?
- Onko hän käyttänyt fyysisiä voimakeinoja riidan aikana, esimerkiksi ravistellut sinua olkapäistä?
- Onko hänen lapsuuden perheessään isä käyttäytynyt väkivaltaisesti?
- Onko miehesi käyttäytynyt väkivaltaisesti aikaisemmissa naissuhteissaan?

Avun saaminen

VÄKIVALLAN AIHEUTTAMAT REAKTIOT

Koettu väkivalta aiheuttaa uhreille tiettyjä tunteita, joita yleensä kaikki jonkin kielteisen tapahtuman kohteeksi joutuneet henkilöt kokevat. Tavallisimpia ovat häpeän ja syyllisyyden tunteet. Myös loukatuksi, alistetuksi ja nöyryytetyksi tuleminen tunteet sekä pelko ovat yleisiä. Nämä reaktiot ovat luonnollisia eivätkä mitenkään epänormaaleja. Sinun on hyvä tiedostaa, että nämä tunteet ovat tyypillisiä kaikille ihmisille eivätkä tarkoita sinun olevan syyllinen sinuun kohdistuneeseen väkivallan tekoon. Tuntemukset johtuvat siitä, että ihmisellä on voimakas psyykkinen tarve saada tilanne hallintaan sekä selitys käsittämättömälle tapahtumalle. Kaikki tunteesi, myös viha ja raivo, ovat oikeita ja oikeutettuja tuntemuksia. Väkivalta on aina epäoikeudenmukainen teko, jota kukaan ei ansaitse.

Väkivallan teon kohteeksi joutumisesta seuraa yleensä välittömästi tai muutaman päivän viiveellä **psyykkinen shokkireaktio**, johon kuuluu:

- Epätodellisuuden tunteita
- Tuntemuksia, kuin olisit itsesi ulkopuolella ja eristynyt kaikesta; vierauden tunteita
- Vaikeutta ajatella ja toimia selkeästi
- Vaikeuksia ottaa vastaan ja ymmärtää informaatiota
- Itkun ja vihan sekaisia tunteita
- Hilpeyden tunteita
- Sekavuutta
- Paniikin tunne
- Tyhjyyden tunne, jolloin ei tunnu mitään
- Täydellinen lamaannus

Shokkireaktioon kuuluu usein myös fyysisiä oireita:

- Heikkouden ja voimattomuuden tunteita
- Puristava tunne rinnassa ja hengitysvaikeuksia
- Sydämen tykytystä
- Jos olet saanut vammoja, kivun tunteet saattavat tulla vasta hieman myöhemmin
- Ruokahaluttomuutta
- Vatsa- ym. kipuja
- Unettomuutta

Shokkireaktio voi kestää muutamasta tunnista muutamaan vuorokauteen. Shokin vuoksi ihmisellä on yleensä alentunut kyky antaa ja ottaa vastaan informaatiota sekä muistaa tapahtumia. Tämän vuoksi on hyvä sopia uusi käynti esimerkiksi lääkärille muutaman vuorokauden kuluttua. Väkivaltaisen elämäntilanteen pitkittyessä ja ellet ole saanut tai hakenut apua ja tukea itsellesi, saatat alkaa tuntea syveneviä avuttomuuden ja toivottomuuden tunteita, masennusta, epätoivoa, eristyneisyyttä, pelkoja, häpeää itsestäsi ja tilanteestasi.

Monet naiset alkavat tuntea ajan mittaan myös vihan tunteita lapsiaan kohtaan, koska stressaava elämäntilanne vie lasten kanssa tarvittavat voimavarat. Vihan ja inhon tunteet voivat kohdistua myös väkivallan tekijään. Sinulla voi olla tunne, ettet kelpaa enää mihinkään ja/tai kenellekään ja että väkivallan tekijä on oikeassa kaikessa, mitä hän sanoo sinusta. Kysymys on kuitenkin väkivallan aiheuttamasta traumasta ja uupumuksesta sekä väkivallan tekijän tavoitteesta pitää sinut alistettuna paikallasi. Kuitenkin monet naiset selviytyvät elämäntilanteessaan ulkonaisesti hyvin, he hoitavat kotitalouustyöt ja lapset ja saattavat käydä vielä töissäkin kodin ulkopuolella. Tilanne kuitenkin kuluttaa naisen voimavaroja ja voi johtaa henkiseen loppuun palamiseen ja uupumiseen. Sen vuoksi on tärkeää hakea apua mahdollisimman pian.

TURVALLISUUTEEN LIITTYVIÄ OHJEITA

Luo turvasuunnitelma kriisitilanteen varalle, jos asut väkivallan tekijän kanssa

1. Jos sinun on paettava kotoa nopeasti, mieti jo etukäteen turvallinen tie ulos. Mitä ovia käytät? Onko kodissasi ikkunoita, joita voit käyttää pakotienä hätätilanteessa?
2. Mikä on kotinne turvallisin huone, johon voit siirtyä ennakoidessasi väkivaltilannetta? Vältä huoneita, joista ei ole ulospääsyä (kylpyhuone) tai huoneita, joissa on teräaseita tai muita vahingoittamiseen soveltuvia esineitä (keittiö).
3. Onko olemassa merkkejä, joista voit päätellä kumppanisi ryhtyvän väkivaltaiseksi? Tiheneekö hänen hengityksensä, kalpeneeko tai punehtuuko hän? Puristuvatko hänen sormensa nyrkkiin? Yritä päästä lähtemään ulos ennen kuin väkivalta alkaa!
4. Kuinka pääset lähtemään? Voitko sanoa vieväsi roskat ulos, ulkoiluttavasi koiran tai hakevasi hänelle tupakkaa? Kehittele joku rutiini, jonka takia pistäydyt säännöllisesti ulkona normaalioloissakin.
5. Minne voit mennä ja missä on lähin puhelin?
6. Kirjaa ja säilytä päivämäärineen ja kellonaikoineen kaikki väkivallan teot ja uhkaukset miehesi taholta sekä niihin liittyvät muistikuvat mahdolliseksi todistusaineistoksi, vaikka et sillä hetkellä olisi aikeissa tehdä rikosilmoitusta. Mielesi voi muuttua myöhemmin, varsinkin, jos rikos toistuu.
7. Tee lista hätänumeroista (yleinen ja poliisin hätänumero, turvakodit). Tee lista myös niiden ihmisten puhelinnumeroista, jotka voivat auttaa sinua. Pidä näitä numeroita aina mukanas, sillä paniikissa voit unohtaa jopa tutuimmatkin puhelinnumerot.
8. Yritä säästää itsellesi rahaa kriisiä ja lähtemisen varalle, kuten bussia, junaa tai taksia varten. Pidä aina hiukan rahaa helposti saatavilla olevassa paikassa.
9. Säilytä helposti saatavilla olevassa paikassa myös pakattua laukkua, jossa on kaikki tarvitsemasi tavarat ja tärkeät paperit. Voit

antaa ne myös naapurisi tai ystäväsi säilytettäväksi. Laukussa on hyvä olla

- Rahaa taksia ym. välittömiä menoja varten
- Varavaatteita sinua ja lapsia varten
- Hygieniavälineitä
- Tärkeät puhelinnumerot
- Puhelinkortti
- Vara-avaimet kotiin ja autoon

Tärkeät asiakirjat (tai kopiot):, verotodistukset, palkkatodistukset, pankkiasioita koskevat paperit, vakuutuskirjat, merkinnät aikaisemmista väkivaltaisuuksista ja mahdollisista silminnäkijöistä sekä lääkärintodistukset ym.

10. Selitä lapsille, jos he ovat tarpeeksi vanhoja, että joudut ehkä lähtemään nopeasti kodista ja että otat heidät mukaan tai että järjestät heidät luoksesi myöhemmin. Ota kuitenkin aina lapset mukaasi, jos se on suinkin mahdollista. Keskustele heidän kanssaan väkivallasta ja miten olet ajatellut toimia hätätilanteessa. Valmistele heitä etukäteen.

11. Opetä lapsesi soittamaan joko yleiseen tai poliisin hätänumeroon tarvittaessa.

12. Jos mahdollista, kerro naapurillesi väkivallasta ja pyydä heitä soittamaan poliisille, jos he kuulevat epäilyttäviä ääniä kodistasi. Voit sopia myös tunnussanan, jonka perusteella ystäväsi tai naapurisi tietävät olevan hätätilanne.

Turvallisuus hyökkäystilanteessa

Välittömästi väkivallan uhatessa tai väkivaltatilanteessa soita yleiseen hätänumeroon 112 tai poliisin hätänumeroon 10022. Kaikissa tilanteissa ei ole kuitenkaan aina mahdollista soittaa itse poliisille. Aina ei ole myöskään mahdollista ennakoida väkivaltaista tilannetta ja välttää sitä siten. Olet jo ehkä kehittänytkin erilaisia strategioita suojellaksesi itseäsi. Seuraavassa on ohjeita, joita monet naiset käyttävät:

1. Väkivaltaisen tilanteen tullessa yritä siirtyä kodissasi paikkoihin, joissa väkivallan tekijällä on vähiten mahdollisuuksia käyttää erilaisia aseita (kuten veitsiä) ja joista sinun on helpointa päästä ulko-ovelle.
2. Ollessasi hyökkäyksen kohteena varjele päätä ja vatsaa kumartumalla ja käsillä suojaamalla. Huuda äänekkäästi koko ajan. Sinulla ei ole mitään hävettävää, päinvastoin väkivallan tekijällä on.

Jos sinulla on aikaa varautua kotoa lähtemiseen

- Lähde silloin, kun väkivallan tekijä ei ole paikalla.
- Ota lapset mukaasi, sillä mies voi muuten kiristää sinua heidän avullaan. Asia on tärkeä myös huoltajuuskysymysten tullessa ajankohtaisiksi.
- Ota mukaasi kaikki tärkeät paperit, kuten passi, pankki-, luotto-, sairausvakuutus- ja ajokortti. Varaudu siihen, että miehesi sulkee tai ylittää yhteiset tilinne.
- Ota mukaasi myös kaikki henkilökohtaiset tavarasi, joilla on tunnearvoa, kuten valokuvat ja korut. Ota myös mukaan lasten rakkaimmat lelut. Muista lääkkeet!
- Jos sinun on myöhemmin palattava kotiin hakemaan joitakin henkilökohtaisia tai lasten tavaroita, voit tehdä sen tarvittaessa (tilanteen vaarallisuus huomioiden) poliisin suojelemana.

Jos olet jo muuttanut pois kumppanisi luota, huomioi seuraavat asiat

1. Hanki salainen puhelinnumero ja hanki puhelimeesi numeronäyttö.
2. Sovi mahdolliset tapaamiset paikkoihin, joissa on muita ihmisiä (esimerkiksi kahviloihin).
3. Kirjaa ja säilytä päivämäärineen ja kellonaikoineen kaikki entisen kumppanisi taholta tulleet uhkaukset ja kontaktit kirjeitse, sähköpostin tai puhelimen (nauhoitukset) välityksellä sekä väkivaltaisuudet ja niihin liittyvät muistikuvat mahdolliseksi

todistusaineistoksi, vaikka et sillä hetkellä olisi aikeissa tehdä rikosilmoitusta tai hakea lähestymiskieltoa. Mielesi voi muuttua myöhemmin, varsinkin, jos häirintä ja rikos toistuvat.

4. Jos väkivaltaisilla tapahtumilla on silminnäkijöitä/kuulijoita, pyydä heidän yhteystietonsa heti tapahtuman jälkeen. Ne voivat olla myös tärkeää todistusaineistoa.
5. Vaihda asuntosi lukot, jos epäilet entisen kumppanisi saaneen niihin avaimen.
6. Mieti, miten pääset pakoan, jos entinen kumppanisi tavoittaa sinut.
7. Älä ole yksinäsi. Väkivallan uhka moninkertaistuu lähdettyäsi pois hänen luotaan.
8. Vaihtele päivittäisiä rutiinejasi, matkareittejasi, lähtöaikojasi jne.
9. Kerro vaarasta työpaikalla, päiväkodissa, koulussa jne.

LÄÄKÄRIN APU

- Hakeudu mahdollisimman pian pahoinpitelyn ja seksuaalisen väkivallan jälkeen terveyskeskus- tai yksityislääkärin vastaanotolle.
- Älä peseydy tai pese pois vaatteistasi seksuaalisen väkivallan tai pahoinpitelyn jälkiä ennen lääkärille menemistä.
- Jos olet ehtinyt peseytyä, on kuitenkin hyvä mennä tutkimuksiin, sillä vielä 3 vuorokauden sisällä kehostasi voidaan saada merkittäviä näytteitä. Vaatteissa tahrat säilyvät noin kolme viikkoa, vaikka olisit pesseyt ne tavalliseen tapaan.
- Mene lääkärin vastaanotolle mielestäsi vähäpätöisiltäkin tuntuvien vammojen vuoksi (esimerkiksi punoitus, naarmut, mustelmat), vaikka ne eivät sinänsä vaatisikaan lääkärin hoitoa.
- Lääkärin vastaanotolle hakeutuminen lisää oikeusturvaasi; tarvittavat asiakirjamerkitöjä myöhemmin mahdollisesti tehdessäsi rikosilmoituksen tai hakiessasi lähestymiskieltoa.
- Kerro avoimesti lääkärille pahoinpitelystä ja mahdollisesta seksuaalisesta väkivallasta.
- Huolehdi, että lääkäri näkee kaikki mahdolliset väkivallan merkit ja vammat (myös vaatteiden peitossa olevat).
- Varmista, että hän kirjaa kertomuksesi ja vammasi tarkasti asiakirjoihin. Pyydä vammojen valokuvaamista, jos mahdollista.
- Varaa uusintakäynti, mieluiten samalta lääkäriltä, 1 – 3 päivän kuluttua. Tällöin voidaan havaita ja kirjata mahdolliset uudet näkyviin tulleet vammat, kuten mustelmat.
- Pyydä järjestämään itsellesi jatkohoitona paikka, jossa voit keskustella tapahtumasta. Väkivaltaista tapahtumaa ja elämäntilannettasi on hyvä alkaa käsitellä mahdollisimman pian.
- Sinulla on oikeus saada pyytämäsi lääkärin lausunto itsellesi.
- Jos väkivallan tekijä saattaa sinut lääkärin vastaanotolle ja pyrkii olemaan kanssasi koko ajan, sinulla on oikeus kahdenkeskiseen tutkimustilanteeseen ja keskusteluun lääkärin ja/tai hoitohenkilökunnan kanssa.

POLIISIN APU

- Muista, että pahoinpitely ja seksuaalinen väkivalta sekä niiden yritykset ovat aina rangaistavia rikoksia. Raiskaus ja muu seksuaalinen väkivalta myös avioliitossa on rikos (kriminalisoitu vuonna 1994).
- Tekemällä rikosilmoituksen ja vaatimalla rangaistusta rikoksen tekijälle voit katkaista väkivaltakierteen sekä auttaa tekijää ottamaan vastuun teostaan ja hakemaan apua itselleen. Näin myös autat muita naisia, jotka voivat joutua saman väkivallan tekijän uhreiksi myöhemmin.
- Jos tunnet pahoinpitelyn ja seksuaalisen väkivallan jälkeen häpeää ja itsesyytöksiä, älä anna niiden vaikuttaa rikoksesta ilmoittamiseen. Hyvin monet naiset tuntevat tällaisia tunteita. Ne eivät merkitse sinun olevan syyllinen tapahtuneeseen eivätkä vähennä rikoksen tekijän rikosoikeudellista vastuuta.
- Tee rikosilmoitus lievältäkin tuntuvasta pahoinpitelystä.
- Jos joudut tekemään rikosilmoituksen poliisilaitoksen avoimessa vastaanotossa, voit pyytää mahdollisuutta ilmoituksen tekemiseen jossakin muussa, yksityisyyttä paremmin suojaavassa paikassa. Voit myös varata ajan etukäteen rikosilmoituksen tekemistä varten.
- Jos sinusta tuntuisi helpommalta keskustella rikoksesta esimerkiksi naispuolisen poliisin kanssa, voit pyytää häntä tai muuta tiettyä poliisia ilmoituksen vastaanottajaksi.
- Kerro todistusaineistoinen poliisille myös mahdollisista aikaisemmista, saman tekijän tekemistä pahoinpitelyistä.
- Rikosilmoituksen vastaanottamisen yhteydessä poliisi kysyy sinulta, vaaditko rangaistusta tekijälle sekä vahingonkorvauksia tai syyttäjän ajavan korvausvaatimuksia (selvissä tapauksissa). Jos et ole valmistautunut näihin kysymyksiin, voit pyytää miettimisaikaa ja ilmoittaa asiasta myöhemmin. Se, miten vastaat näihin kysymyksiin, vaikuttaa merkittävästi asiasi etenemiseen, kuten syytteen nostamiseen ja korvausten saamiseen. Jos et ymmärrä poliisin kysymyksiä tai vastauksia, pyydä tarkennuksia.
- Voit täydentää rikosilmoitusta myöhemmin.

- Usein väkivallan tekijä lupaa ”parantaa tapansa”, hakeutua hoitoon ja ettei pahoinpitely toistu koskaan enää ja pyytää/vaatii perumaan rikosilmoituksen ja rangaistusvaatimuksen. Mieti tarkkaan ja huolellisesti: Onko hän pettänyt luottamuksesi aikaisemminkin?
- Jos väkivallan tekijä vaatii ja uhkailee sinua perumaan rikosilmoituksen tai pyytämään syyttämättä jättämistä, keskustele siitä poliisin ja/tai syyttäjän kanssa. Kerro tarkkaan, miten ja millä hän uhkailee sinua. Kerää todistusaineistoa myös tästä.
- Sinulla on oikeus perua asianomistajarikoksesta tehty rikosilmoitus, mutta sen jälkeen et voi enää tehdä enää siitä rikoksesta rikosilmoitusta.
- Rikosta, josta tehty rikosilmoitus on peruttu, ei myöskään huomioida seuraamuksia määrättäessä, vaikka vastaava rikos tapahtuisi saman tekijän toimesta uudelleen myöhemmin. Tästä syystä harkitse vakavasti, ennen kuin perut rikosilmoituksen ja rangaistusvaatimuksen!
- Rikosilmoituksen ja rangaistusvaatimuksen vastaanottamisen jälkeen poliisi suorittaa esitutkinnan, jos rikosilmoituksen perusteella poliisi on todennut olevan syytä epäillä rikoksen tapahtuneen. Esitutkinnassa käydään läpi tapahtuma ja sen todistusaineisto. Poliisi kutsuu sinut, rikoksesta epäillyn ja mahdollisesti muita todistajia erillisiin kuulusteluihin.
- Tutkinnasta tehdään pöytäkirja, jonka tiedot omalta osaltasi joudut vahvistamaan allekirjoituksellasi. Vaadi korjauksia ja lisäyksiä, jos siihen on aihetta. Voit tehdä niitä myöhemminkin, vaikka olisit jo allekirjoittanut pöytäkirjan.
- Tutkintapöytäkirja lähetetään pyydettäessä kummallekin osapuolelle. Pöytäkirjaan tulee automaattisesti yhteystietosi. Jos et halua antaa yhteystietojasi syytetyille, vaadi, ettei niitä merkitä pöytäkirjaan. Tällöin siihen merkitään vain nimesi ja syntymäaikasi.
- Kun sinuun kohdistunut rikos on syyteharkinnassa, voit anoa sen käsittelyä suljetuin ovin. Tämän ratkaisee syyttäjä.
- Jos syyttäjä päätyy syyttämättä jättämiseen, voit nostaa myös itse syytteen. Ota etukäteen selvää, korvaako vakuutuskesi

oikeudenkäynti- ym. kulut. Tämä siksi, että jos häviät jutun, joudut maksamaan kulut itse.

- Rikoksen uhri voi saada taloudellisen tilanteensa perusteella maksuttoman oikeudenkäynnin. Jos syytetyllä on jo oikeusavustaja samasta oikeusaputoimistosta kuin sinulla, sinun on tärkeää tietää, että saman toimiston oikeusavustajat eivät voi edustaa sekä uhria että syytettyä. Tällöin sinulle on osoitettava yksityinen juristi. Älä myöskään missään tapauksessa hyväksy samaa juristia/oikeusavustajaa syytetyn kanssa!
- Sinulla on mahdollisuus saada vapaaehtoinen tukihenkilö (esimerkiksi Rikosuhripäivystyksestä tai raiskauskriisikeskus Tukinaisesta) tuekseen jo esitutkintaan kanssasi. Tästä päättävät tutkija ja tutkinnan johtaja. Myöhemmässä vaiheessa siitä päättää tuomari.
- Jos et ole heti valmis tekemään rikosilmoitusta ja esittämään rangaistusvaatimusta tekijälle, voit myös keskustella tilanteestasi asiantuntijan kanssa ja pyytää neuvoja. Voit ottaa yhteyttä esimerkiksi Rikosuhripäivystyksen juristineuvontaan (puhelin 0203-16117, ma-to klo 17-19), Unioni Naisasioliitto Suomessa ry:n oikeusneuvontaan (puhelin 09-642 461 ke 17-19) tai Raiskauskriisikeskus Tukinaisen juristipäivystykseen (puhelin 0800-97895, ma-to 14-17).

TURVAKOTI

Väkivaltaisen tapahtuman jälkeen tarvitset aikaa miettiä rauhassa omaa ja lastesi elämää. Tätä varten on hyvä saada etäisyyttä väkivallan tekijään. Saatat tarvita myös fyysistä lepoa, sillä monet naiset ovat hyvin väsyneitä ja uupuneita esimerkiksi jännityksen ja unen puutteen vuoksi. Voit hakeutua sukulaistesi tai ystäviesi luo, mutta se ei ole aina riittävän turvallista. Vaarallisissa tilanteissa voivat ystävätkin joutua vaaraan. Joskus ystävät saattavat myös väsyä tai tulla pelokkaiksi tilanteesi vuoksi. Turvakoti on silloin paras ja turvallisin paikka. Siellä on ammattitaitoista henkilökuntaa, jonka kanssa voit keskustella kokemastasi väkivallasta sekä keinoista, jotka auttavat sinua selviytymään siitä. Lisäksi saat apua käytännön asioiden järjestämisessä erilaisten palvelujen hankkimisessa. Monissa turvakodeissa tehdään työtä erikseen myös lasten kanssa.

Kaikissa kunnissa ei ole turvakotia, mutta voit hakeutua myös toisen kunnan alueella sijaitsevaan turvakotiin. Turvakodissa oleskelua varten nainen saa yleensä kunnaltaan maksusitoumuksen. Jos sinulla ei ole hätätilannetta, jossa menet suoraan turvakotiin, kannattaa maksusitoumus selvittää kunnan sosiaalityöntekijän kanssa etukäteen. Monissa kunnissa on myös kriisi- ja turva-asuntoja, joihin voi päästä tilapäisesti asumaan väkivallan uhatessa tai väkivaltatilanteessa. Näistä asioista saat tietoa kuntasi sosiaalitoimistosta.

Kriisi- ja turva-asunnot saattavat sijaita jonkun laitoksen, kuten lastenkodin, yhteydessä. Ne voivat olla myös tavallisia asuntoja ja sijaita esimerkiksi kerrostalossa. Niissä ei ole yleensä henkilökuntaa. Ota selvää olosuhteista ja arvioi, ovatko ne tarpeeksi turvallisia sinulle. Jos esimerkiksi väkivallan tekijä on uhannut henkeäsi tai lastesi henkeä, ne eivät ole turvallisia tällaisissa vaaratilanteissa. Jos käytät kriisi- tai turva-asuntoa, pyydä itsellesi lisäksi sosiaalityöntekijän palveluja, kuten keskustelu- ja käytännöllistä apua asioitteesi järjestämisessä.

- Turvakodeissa on henkilökuntaa ympäri vuorokauden, joten voit hakeutua sinne mihin kellonaikaan hyvänsä. Soita ensin, jos se on mahdollista (esimerkiksi paikkatilanteen vuoksi).
- Voit hakeutua suoraan turvakotiin kriisi- ja hätätilanteessa.

- Jos poliisi on tullut kotiisi väkivaltilanteessa, poliisi voi saattaa sinut turvakotiin.
- Voit hakeutua turvakotiin myös uhkatilanteessa.
- Turvakodissa sinulla on oikeus olla tapaamatta tai keskustelematta edes puhelimitse väkivallan tekijän kanssa.
- Sinulla on oikeus olla ilmoittamatta paikkaa, jossa olet ja pyytää henkilökuntaa olemaan ilmaista oleskeluasi turvakodissa.
- Käytä turvakotiaikasi elämäntilanteesi ja eri ratkaisuvaihtoehtojen selvittelyyn. Henkilökunnalla on erityisosaamista väkivaltaa kokeneiden auttamisessa.
- Sinulla on mahdollisuus saada turvakodista tai turvakodin kautta erilaista neuvontaa käytännön asioiden järjestelyssä, kuten asunnon hankkimisessa, raha-asioiden järjestämisessä, juridisissa kysymyksissä jne.
- Monissa turvakodeissa on mahdollisuus saada apua vielä turvakotijakson jälkeenkin, jotta väkivallasta selviytymistä voidaan vahvistaa.
- Turvakoteihin voi myös soittaa ja keskustella sekä kysyä neuvoja ja ohjeita.

MUUT TUKIMAHDOLLISUUDET

Ei ole koskaan liian myöhäistä hakea apua. Sadat ja tuhannet naiset ovat selviytyneet turvalliseen ja täyteläiseen elämään oltuaan vuosikausiakin väkivallan loukussa. Selviytyminen vaatii kuitenkin yleensä jotakin ulkopuolista apua ja omaa psyykkistä työskentelyä. Voit hakea itsellesi (ja lapsillesi) apua esimerkiksi kriisikeskuksesta, psykiatrian poliklinikalta, mielenterveystoimistosta, perheasiain keskuksesta, perheneuvolasta, terveyskeskuksen psykologilta sekä yksityislääkäriltä tai –terapeutilta. Voit hakea itsellesi tukea yksilövastaanotoilta tai ryhmiin perustuvasta toiminnasta.

Viime vuosina joissakin kunnissa on aloitettu sosiaalitoimen, terveydenhuollon, perheneuvoloiden, seurakuntien ja alan yhdistysten toimesta **väkivaltaa kokeneiden naisten keskustelutilaisuuksia ja tukiryhmiä**

- Yleensä toiminnasta vastaavat ammattihenkilöt, mutta oleellisin merkitys niissä on naisten toisiltaan saama ymmärtämys, tuki, neuvot ja palaute. Naiset ovat kokeneet ne erittäin hyödylliseksi itselleen.
- Tällainen toiminta auttaa naista rikkomaan väkivallan seurauksena syntyneitä eristyneisyyttä ja vääristynyttä todellisuutta.
- Keskustelutilaisuuksissa ja tukiryhmissä käyvät naiset ovat usein hyvin erilaisessa elämäntilanteessa. Joillakin naisilla väkivallan pelko ja heihin kohdistuvat väkivaltaiset teot ovat ajankohtainen asia. Silloin he tarvitsevat apua väkivallan ja sen seurausten tunnistamisessa sekä neuvoja keinoista, miten irrottautua väkivallasta. He saavat paljon arvokasta tukea naisilta, joilla väkivallan kokemukset ovat takanapäin ja jotka ovat jo saaneet etäisyyttä tapahtumiin.
- Keskustelutilaisuuksissa ja tukiryhmissä on mahdollista saada myös muutakin neuvontaa, kuten lainsäädäntöön ja oikeudellisiin kysymyksiin liittyvää sekä sosiaalipalvelujen ja –etujen neuvontaa.

Vaikka vielä asuisit väkivallan tekijän kanssa ja toivoisit yhteiselämän jatkuvan, sinun kannattaa käydä keskustelemassa tilanteestasi ammattiauttajan kanssa tai ryhmässä. Sinun on tärkeää hakea apua ensisijaisesti itsellesi. Tarvitset omaa, erityistä tukea tilanteeseesi. Usein naiselle ehdotetaan pari- tai perheterapiaa tai –selvittelyjä yhdessä väkivallan tekijän kanssa. Pari- tai perheterapia yhdessä väkivallan tekijän kanssa ei ole kuitenkaan sinun kannaltasi paras ja

turvallisin tapa saada apua vaiheessa, jossa väkivaltaa esiintyy tai on juuri ollut. Yleensä naisten kokemukset näistä auttamismuodoista ovat negatiiviset, koska he eivät tunne voivansa puhua vapaasti tilanteestaan ja tunteistaan esimerkiksi pelätessään väkivallan uusiutuvan.

Myös väkivallan tekijä tarvitsee yksilöllistä apua, jossa autetaan häntä tiedostamaan väkivaltaista käyttäytymistään ja irrottautumaan siitä. Pari- tai perheterapialle ei ole perusteita, ellei mies ole motivoitunut ja halukas hakemaan apua ensin itselleen. Pari- ja perheterapia voi olla hyödyllistä myöhemmin, kun väkivaltaa, sillä uhkaamista ja kontrolloivaa käyttäytymistä ei enää esiinny ja kun sinä voit tuntea itsesi vapaaksi pelosta ja väkivallasta ja haluat jatkaa yhteiselämää. Usein tämä kuitenkin edellyttää sitä, että sekä sinä, miehesi ja lapsenne olette saaneet ensin erillistä tukea ja apua.

MUITA TÄRKEITÄ ASIOITA

- Hae itsellesi henkistä tukea mahdollisimman pian väkivaltatapahtuman jälkeen.
- Älä jää yksin! Avun pyytäminen ei ole heikkouden osoitus vaan merkki siitä, että pystyt pitämään huolta itsestäsi.
- Jos olet alkoholin vaikutuksen alaisena pahoinpitelyn tapahtuessa, se ei vähennä tekijän rikosoikeudellista vastuuta eikä sinun oikeuttasi hakea ja saada apua.
- Sinun ei tarvitse salailla ja hävetä kokemaasi väkivaltaa, se ei ole sinun syysi eikä sinusta johtuvaa. Väkivalta on täysin väkivaltaisesti käyttäytyvän vastuulla.
- Kerro kokemastasi väkivallasta ihmisille, joihin arvelet voitasi luottaa. Ellet saa tukea ja sinua ei uskota, älä lannistu. Jatka puhumista, joku varmasti uskoo sinua.
- Ystäväsi ja sukulaisesi voivat suojella sinua, jos he tietävät, mitä on tekeillä ja mitä he voivat tehdä.
- Voit, jos se on turvallista, kertoa miehellesi, mistä hän saa apua. Et ole kuitenkaan vastuussa hänen hakeutumisestaan saamaan apua tai hänen auttamisestaan.
- Riiteleminen ja väkivalta ovat eri asioita. Sinulla on oikeus olla eri mieltä ja ilmaista se. Mikään ei oikeuta miestä käyttämään väkivaltaa sinua kohtaan.
- Et voi vaikuttaa miehesi väkivaltaisuuteen, mutta voit päättää, miten suhtaudut siihen. Voit hakeutua turvaan ja tehdä itse omat ratkaisusi.
- Alkoholin tai rauhoittavien, masennus- ja unilääkkeiden käyttäminen ei ole ratkaisu väkivaltaan. Lääkkeet auttavat sinua selviytymään pahimmista kohdista, mutta pitkällä tähtäimellä voivat kääntyä sinua vastaan aiheuttamalla riippuvuutta. Jos tarvitset lääkehoidollista apua, hae rinnalle myös aina henkistä tukea.
- Itsemurha ei ole ratkaisu elämäntilanteeseesi ja kokemaasi väkivaltaan.

- Jos et voi hyväksyä avioeroa esimerkiksi uskonnollisista syistä, erilleen muuttaminen voi olla hyvä ratkaisu . Se on myös usein paras keino auttaa miestä luopumaan väkivallasta ja se voi auttaa häntä etsimään apua itselleen. Olet arvokas luomistyö. Itsensä näkeminen sellaisena edellyttää itsestään huolehtimista.
- Jos olet kristitty nainen, muista, että Raamatun opetuksista on erilaisia tulkintoja. Naisen vapaudesta ei saa tehdä vankilaa. Ellet saa seurakunnassasi oikeudenmukaista kohtelua, ilmaise se.
- Hakeudu paikkoihin ja luo sellaisia ihmissuhteita, jotka tarjoavat sinulle henkistä ja käytännöllistä tukea. Valitse ystäväsi huolella. Vältä ihmisiä, jotka pyrkivät syyllistämään sinua.
- Harjoita itsepuolustustaitojasi, erityisesti henkisiä ja verbaalisia taitoja. Opettele ilmaisemaan ja puolustamaan omia mielipiteitäsi, tunteitasi ja ajatuksiasi. Harjoittele myös kuuntelemaan itseäsi ja tarpeitasi.
- Keskustele lastensuojelun työntekijän ja asianajajan kanssa väkivallasta, uhkailuista ja painostuksesta heti avioeron vireille panemisen alkuvaiheessa ja huoltajuuskysymyksistä keskusteltaessa, jotta asia tulisi huomioiduksi käytännön järjestelyissä.
- Hanki itsellesi asianajaja, jonka varmasti tiedät ymmärtävän tilanteesi ja ajavan sinun etujasi. Tiedustele, onko hän hoitanut vastaavanlaisia tapauksia. Vaihda asianajajaa, jos et luota häneen.
- Kaikissa palveluissa, joita haet, sinulla on aina oikeus vaatia ja saada asiallista ja kunnioittavaa kohtelua.
- Tilanteissa, joissa asiaasi ei ole käsitelty mielestäsi oikein tai olet saanut mielestäsi epäasiallista kohtelua, voit tehdä muistutuksen tai kantelun sosiaali- ja terveydenhuollon johtajalle, lääninhallitukselle, terveyslautakunnalle, sosiaali- ja terveysministeriöön, terveydenhuollon oikeusturvakeskukseen, oikeuskanslerille tai eduskunnan oikeusasiamiehelle. Terveysministeriön yksiköissä voit myös ottaa yhteyttä potilasasiamieheen. Yksikön henkilökunta on velvollinen auttamaan sinua muistutusmenettelyssä.
- Rikoksen uhrille voidaan maksaa valtiokonttorin rikosvahinkoyksikön toimesta korvausta henkilö-, esine- ja joistakin omaisuusvahingoista.

- Korvauksen saamiseksi valtiokonttorista uhrin on tehtävä rikosilmoitus tai, jos rikos on käsiteltävänä tuomioistuimessa, rikoksen uhrin on pitänyt vaatia korvausta rikoksen tekijältä. Tuomioistuin käsittelee vahingonkorvausta vain, jos uhri tai syyttäjä hänen puolestaan on esittänyt vahingonkorvausvaatimuksen (katso rikosilmoituksen vastaanottamiseen liittyvät kysymykset sivulta 36).

LAINOPILLISIA OHJEITA NAISILLE

Pahoinpitelyrikokset

Pahoinpitely yksityisellä paikalla tuli virallisen syytteen alaiseksi 1.9.1995. Toisin kuin ennen uudistusta, on virallinen syyttäjä uudistuksen jälkeen pääsääntöisesti velvollinen nostamaan syytteen, vaikkei asianomistaja eli uhri olisikaan ilmoittanut rikosta syytteeseen pantavaksi. Uudistus merkitsi parannusta uhrin asemaan myös siinä suhteessa, ettei nk. asianomistajarikoksia koskeva erityinen, vuoden pituinen vanhentumisaika enää koske yksityisellä paikalla tapahtuneita pahoinpitelyjä, vaan niitä koskevat normaalit, erityistä vanhentumisaikaa pidemmät vanhentumisajat.

Mikäli jouduttuasi pahoinpitelyn kohteeksi haluat tekijälle rangaistuksen teosta

- Ota välittömästi yhteys poliisiin rikosilmoituksen tekemistä varten.
- Vältä peseytymistä ja muuta siistiytymistä, koska veri- ym. jäljillä on merkitystä näyttönä pahoinpitelystä.
- Näytön saamiseksi hakeudu myös lääkäriin ensitilassa.
- Kerro lääkärille tapahtuma pikkutarkasti, sillä potilasasiakirjoihin merkityillä maininnoilla tekijän henkilöllisyydestä ja tapahtumasta on merkitystä näyttönä.

Seksuaalirikokset

Uudet seksuaalirikossäännökset tulivat voimaan 1.1.1999. Verrattuna aikaisempiin säännöksiin, ovat uudet säännökset huomattavasti aikaisempia selkeämpiä. Raiskausrikokset on porrastettu kolmeen eri tunnusmerkistöön: raiskaus, törkeä raiskaus ja pakottaminen sukupuoliyhteyteen. Raiskaus ja törkeä raiskaus ovat virallisen syytteen alaisia rikoksia, mutta pakottaminen sukupuoliyhteyteen on asianomistajarikos. Se tarkoittaa sitä, että uhrin tulee nostaa syyte tai esittää syytepyyntö vuoden kuluessa siitä, kun hän sai tiedon rikoksesta ja sen tekijästä – muussa tapauksessa on rikos vanhentunut.

Jos olet seksuaalirikoksen uhri

- Ota teon tapahduttua välittömästi yhteyttä poliisiin.
- Käy ensitilassa lääkärillä, mieluiten poliisin saattamana oikeuslääkärillä.
- Vältä peseytymistä.
- Useimmiten seksuaalirikoksissa ei ole silminnäkijöitä. Jos kuitenkin joku henkilö on tullut paikalle heti rikoksen tapahduttua, hänen kertomuksellaan on näyttöarvoa asiassa.
- Todistajana voidaan kuulla myös henkilöä, jolle uhri on välittömästi tapahtuman jälkeen tai joskus myöhemminkin kertonut teosta ja tekijästä.

Jos kysymyksessä on pakottaminen sukupuoliyhteyteen, virallinen syyttäjä ei saa nostaa syytettä, mikäli asianomistaja ei ole sitä pyytänyt. Aikaisemmin uhrilla oli mahdollisuus useaan kertaan vanhentumisajan puitteissa esittää syyttämispyyntö ja peruuttaa se. Oikeudenkäynnistä rikosasioissa annetun lain (tuli voimaan 1.10.1997) 1 luku 16 § muutti tilanteen siten, että asianomistajalla ei ole oikeutta esittää syyttämispyyntöä uudelleen, jos hän on kerran perunut sen.

Syyttämättä jättäminen

Siitä huolimatta, että tietyissä tapauksissa mm. kotona tapahtuneet väkivallanteot ovat virallisen syytteen alaisia, voi syyttäjä jättää syytteen nostamatta. 1.9.1995 voimaan tulleen rikoslain 21 luvun 17 §:n säännöksen mukaan syyttäjä voi jättää syytteen nostamatta, jos uhri ”omasta vakaasta tahdostaan” pyytää sitä eikä toisaalta tärkeä yleinen tai yksityinen etu vaadi syytteen nostamista. Käytännössä, jos uhri on poliisin suorittamassa esitutkinnassa ilmoittanut, ettei vaadi tekijälle rangaistusta, tekee syyttäjä usein asiassa syyttämättäjättämispäätöksen. Tämän vuoksi

- Harkitse tarkkaan, mitä lausut esitutkinnassa; jos et vaadi rangaistusta, siitä seuraa todennäköisesti rikoksen tekijän syyttämättä jättäminen.
- Lue kirjattu lausuma huolellisesti läpi ennen sen allekirjoittamista.
- Jos olet esitutkinnassa ilmoittanut, ettet vaadi rangaistusta, mutta muutat mielesi jonkun ajan päästä, sinun on tärkeää ilmoittaa halustasi vaatia rangaistusta tekijälle. Tee ilmoitus, mieluiten kirjallisesti, joko poliisille tai, jos asia on jo siirtynyt syyteharkintaan, asianomaiselle syyttäjälle.

Lähestymiskielto

Laki lähestymiskiellosta tuli voimaan 1.1.1999. Lähestymiskieltoa on mahdollista hakea käräjäoikeudelta joko perusmuotoisena tai laajennettuna. Perusmuotoinen lähestymiskielto tarkoittaa, että kieltoon määrätty henkilö ei saa tavata, ottaa yhteyttä tai yrittää ottaa yhteyttä, seurata tai tarkkailla sitä henkilöä, jota kiellolla tarkoitetaan suojata. Laajennetulla lähestymiskiellolla voidaan kieltää myös oleskelu esim. suojattavan henkilön kodin tai työpaikan läheisyydessä. Väliaikaisena lähestymiskiellon voi määrätä myös poliisiviranomainen.

1. Millaisessa tilanteessa ja kuka voi hakea lähestymiskieltoa?

Lähestymiskieltoa voi hakea tilanteessa, jossa esimerkiksi entinen avio - tai avopuoliso jatkuvasti häiritsee tai toimii rikollisesti kiellon vaatijaa kohtaan. Edellytyksenä lähestymiskiellon hakemiselle on, etteivät kiellon hakija ja vaatimuksen kohde asu samassa taloudessa. Lähestymiskiellon saamiseksi edellytetään, että on perusteltu aihe olettaa, että henkilö, jota vastaan kieltoa pyydetään, tulisi tekemään suojattavaan henkilöön kohdistuvan rikoksen tai tulisi muulla tavoin vakavasti häiritsemään kiellon vaatijaa. Arvioinnissa otetaan huomioon uhkaajan aikaisempi väkivaltaisuus. Painavana perusteena voidaan pitää tapahtunutta väkivallantekoa, mutta se ei ole edellytys kiellon määräämiselle. Itsensä uhatuksi tuntevan lisäksi myös syyttäjä sekä poliisi- ja sosiaaliviranomainen voivat hakea kiellon määräämistä, ellei uhattu henkilö itse kykene tai uskalla tehdä sitä. Lähestymiskieltoa haetaan poliisilta tai suoraan käräjäoikeudelta.

2. Lähestymiskiellon tueksi tarvitaan todisteita

Käytännössä kiellon saamiseksi ei riitä pelkkä kiellon hakijan kertomus tapahtuneesta. Oman kertomuksen lisäksi voidaan näyttönä vedota mm. tehtyihin rikosilmoituksiin ja mahdollisiin tuomioihin, lääkärintodistuksiin sekä turvakodissa oleskeluun. Näyttönä voidaan vedota myös uhkaajan jättämiin kirjallisiin viesteihin sekä teknisiin tallenteisiin, kuten puhelinvastaajan viesteihin, jotka pitävät sisällään uhkailua tai häirintää. Myös todistajien, kuten naapureiden, ystävien, sukulaisten ja työtovereiden, kertomukset voivat olla todisteina.

3. Lähestymiskiellon rikkomisesta ilmoittaminen

Lähestymiskiellon rikkomisista on tärkeää tehdä aina rikosilmoitus, jotta määrätty lähestymiskielto ajaisi asiansa ja todella toisi turvaa suojattavalle henkilölle. Mikäli rikkomisia katsoo ”läpi sormien”, on vaarana, että määrätty lähestymiskielto menettää kokonaan merkityksensä. Mahdolliset asiattomat puhelinviestit, tekstiviestit ja muu vastaava materiaali on syytä pitää tallessa. Niiden merkitys mahdollisessa myöhemmässä lähestymiskiellon rikkomista koskevassa oikeudenkäynnissä voi olla ratkaiseva.

4. Ongelmatilanteita

Lain mukaan lähestymiskielto ei koske yhteydenottoja, joihin on asiallinen peruste ja jotka ovat ilmeisen tarpeellisia. Tämän vuoksi mm. omaisuuden ositusta ja lasten tapaamisia koskevat yhteydenotot ovat yleensä sallittuja. Ongelmallista on, että sallittujen yhteydenottojen yhteydessä ja varjolla kiellon kohteeksi joutuneet henkilöt usein syyllistyvät suojattavan henkilön panettelemiseen ja uhkailuihin.

Tämän vuoksi on tärkeää, että yhteisiä lapsia koskevien tapaamisten ehdot määritellään joko lastenvalvojan vahvistamalla sopimuksella tai tuomioistuimen tuomiolla mahdollisimman tarkasti. Mitä tarkemmin tapaamisten ehdot on määritelty, sitä vähemmän tapaajavanhemmalla on syytä ottaa yhteyttä siihen vanhempaan, jonka luona lapset asuvat. Tapaamiset voidaan toteuttaa myös niin, etteivät vanhemmat joudu tapaamaan toisiaan lasten luovutuksen yhteydessä. Tuomioistuin voi esimerkiksi päättää, että lapsi noudetaan ja palautetaan tapaamisiin päiväkodin välityksellä. Tämän tyyppinen järjestely vähentää olennaisesti tapaamisiin liittyvää häirintä- ym. riskiä.

Eroaminen ja lastenhuolto

Väkivalta parisuhteessa johtaa usein avio- tai avoeroon. Yhteisten lasten huolto, asuminen, elatus, tapaamisoikeudet ja yhteiselämän lopettaminen voivat tulla järjestettäväksi samassa yhteydessä. Avioeron saaminen ei edellytä mitään perusteluja. Mikäli puoliset eivät ole todistettavasti asuneet erillään viimeistä kahta vuotta, he joutuvat avioeron saamiseksi odottamaan pakollisen puolen vuoden pituisen harkinta-ajan. Tämän jälkeen uuden hakemuksen kautta on mahdollisuus saada lopullinen avioero.

Lasten huollosta, asumisesta, elatuksesta ja tapaamisoikeuksista on mahdollista sopia ja sopimus vahvistuttaa kunnan lastenvalvojalla. Kunnan lastenvalvojan vahvistama sopimus rinnastuu täysin tuomioistuimen tuomioon ja on siis pakkotäytäntöönpanokelpoinen. Mikäli vanhemmat eivät pääse asioista sopimukseen, täytyy asia saattaa tuomioistuimen ratkaistavaksi. Lastenvalvojan luona vahvistettavan sopimuksen muuttaminen on yhtä vaikeaa kuin tuomioistuimen antaman tuomion muuttaminen. Sen vuoksi on syytä harkita tarkkaan lastenvalvojalla vahvistettavan sopimuksen sisältö ennen sen allekirjoittamista. Sopimuksen on hyvä olla mahdollisimman tarkka ja yksityiskohtainen.

Mikäli se vanhempi, joka ei asu lapsen kanssa, laiminlyö lapsen elatuksen, on lapsen kanssa asuvalla vanhemmalla mahdollisuus saada kunnalta elatustukea.

On kuitenkin tärkeää muistaa

- Että edellytyksenä elatustuen saamiselle on olemassa oleva lastenvalvojan vahvistama sopimus tai tuomioistuimen tuomio elatusavusta.
- Ettei lapsen kanssa asuvan vanhemman tule sopia elatusvelvollisen vanhemman kanssa elatusavun summaa, joka jää alle elatustuen määrän (syksyllä 1999 se on 637 markkaa/lapsi/kk). Jos keskenään sovittu elatusapu on jäänyt alle tämän elatustuen markkamäärän, se voi johtaa kunnalta saatavan elatustuen menettämiseen.

Mikäli naisella on mahdollisuus taloudellisen tilanteensa perusteella saada oikeusavustaja valtion oikeusaputoimistosta, on hänellä mahdollisuus halutessaan valita myös yksityinen asianajaja niin

rikosprosessissa, lähestymiskieltoasioissa kuin avioeroon liittyvissä huolto- ym. riidoissakin. Maksuttoman oikeudenkäynnin etu avustajanmääräyksineen tarkoittaa käytännössä sitä, että asianajajan palkkion maksaa valtio.

RIKOS- JA RIITA-ASIOIDEN SOVITTELU

Rikos- ja riita-asioiden sovittelu on menettely, jossa ei – juridisen koulutuksen saaneet vapaaehtoiset sovittelijat pyrkivät neuvottelemaan sovinnon rikoksen tekijän ja uhrin välille. Sovittelussa ei tekijälle langeteta rangaistusta, kuten tuomioistuimessa, vaan sovittelun tarkoituksena on päästä sopimukseen mm. uhrille annettavasta hyvityksestä. Sovittelun käyttö perheissä ja parisuhteissa tapahtuneissa väkivallan teoissa kuvastaa suomalaista ajattelua, että tapahtuneesta väkivallasta ja pahoinpitelystä huolimatta sovintoon pääseminen on parempi ratkaisu kuin rikosoikeudellinen prosessi ja sen mukaiset seuraamukset tekijälle.

Sovittelun vaarana on, että väkivallantekojen rikosluonne hämärtyy. Samoin sovittelussa uhri saattaa joutua yhdessä väkivallan tekijän kanssa osallistumaan väkivaltaongelman ratkaisukeinojen etsimiseen, joista ainoastaan väkivallan tekijän pitäisi vastata. Sovittelu on ensisijaisesti syytetyn etuihin ja oikeusturvaan liittyvä asia. Monissa maissa on luovuttu sovittelun käytöstä perheväkivaltatapauksissa. Englannissa puolestaan on annettu sovittelusta ohje, jonka mukaan sovitteluprosessi on aina aloitettava uhrin ja väkivallan tekijän erillisillä keskusteluilla.

Rikoksen uhrin ja tekijän tekemä sovinto voi olla yksi syyttäjän toimenpiteistä luopumisen peruste. Käytännössä sovittelussa saavutettu sopimus johtaa usein syyttämättäjäätämispäätökseen. Oikeudenkäynnistä rikosasioissa annettu laki, joka tuli voimaan 1.10.1997, antaa mahdollisuuden viralliselle syyttäjälle olla nostamatta syytettä, *jos oikeudenkäyntiä ja rangaistusta on pidettävä kohtuuttomina tai tarkoituksettomina ottaen huomioon tekijän ja asianomistajan (uhrin) välillä saavutettu sovinto tai tekijän toiminta rikoksensa vaikutusten estämiseksi tai poistamiseksi, tekijän henkilökohtaiset olot, rikoksesta hänelle aiheutuvat muut seuraukset, sosiaali- ja terveydenhuollon toimet ja muut seikat.*

Sovittelua voi ehdottaa poliisi esitutkinnan yhteydessä tai syyttäjä syyteharkinnan yhteydessä. Mikäli sinulle ehdotetaan tapahtumien käsittelyä sovittelussa, sinun on tärkeää tietää:

- Sovitteluun ei ole pakko suostua. Arvioi, onko sinun pahoinpitelysi soviteltavissa oleva rikos.
- Jos sinuun kohdistunut väkivalta on ollut toistuvaa, älä suostu sovitteluun.
- Yksi tai kaksi keskustelukertaa sovittelussa eivät ratkaise väkivaltaongelmaa parisuhteessasi.
- Väkivalta ei lopu itsestään vain sopimalla asioista.
- Huolehdi, että olet saanut riittävästi tietoa ja että ymmärrät sovittelun tarkoituksen, sisällön ja mitä sovittelu merkitsee mm. rikosoikeudellisten seuraamusten osalta sinulle ja väkivallan tekijälle.
- Jos olet suostunut sovitteluun, sinun oikeusturvaasi kuuluu keskustelu ennen sovittelua kahden kesken sovittelijan kanssa.
- Mieti tarkkaan ehtoja, joita pidät tärkeänä sovintoon pääsemiseksi. Tärkeimpiä niistä on vaatia väkivallan tekijää sitoutumaan omaan hoitoon.
- Sinulle ei voi asettaa ehtoja tai esittää toiveita sovintoon pääsemiseksi. Ne kuuluvat väkivallantekijälle – hän on rikkonut sinun oikeuksiasi ja koskemattomuuttasi.
- Vaadi tekijää hakeutumaan ja osallistumaan väkivallan tekijöille tarkoitettuun hoitoon. Väkivalta ei lopu itsestään vain sopimalla asioista.
- Vaadi vähintään puolen vuoden seuranta-aikaa, jotta voit varmistaa, ettei väkivalta tai sillä uhkaaminen jatku. Älä luovu ennen seuranta-ajan päättymistä rangaistusvaatimuksesta.
- Vaadi itsellesi tarvittaessa tukihenkilö sovitteluun.
- Vaadi kirjallinen sopimus, jossa väkivallan tekijä suostuu luopumaan kaikesta väkivallasta, uhkailusta ja kontrollin käytöstä

sinun suhteesi; sopimuksessa on myös määriteltävä, millaisiin toimenpiteisiin ryhdytään sopimuksen purkautumisen lisäksi, jos hän rikkoo sopimuksen.

- Ellei väkivallan tekijä noudata sopimusta sovittelun yhteydessä sovittujen korvauksien maksamisessa, niitä ei voi periä suoraan ulosottoihin. Tällöin sinun on joka tapauksessa saatava asiassa tuomioistuimen päätös, jotta korvaukset olisivat ulosottokelpoisia.

Ennen sovitteluun suostumista mieti lisäksi, täyttyvätkö seuraavat asiat kohdallasi:

- Luotat siihen, että miehesi on rehellinen ja avoin ja kertoo totuuden esimerkiksi aikaisemmasta väkivaltaisuudestaan.
- Voit olla rehellinen ja avoin miestäsi pelkäämättä.
- Uskot, että voit sovittelijan avulla puhua ja neuvotella miehesi kanssa.
- Tunnet, että voit puhua miehesi kanssa tasavertaisesti.
- Tunnet olevasi turvassa samassa huoneessa hänen kanssa.
- Voit vapaasti puhua ja neuvotella miehesi kanssa ilman pelkoa siitä, että hän uhkailee sinua sovittelun aikana tai sen jälkeen.
- Olet saanut lainopillista neuvontaa niin, että tiedät oikeutesi ja asemasi.
- Tiedät, mitä sovittelussa tapahtuu ja miten se etenee.
- Olet saanut tietoa muista mahdollisuuksista tilanteesi selvittelyssä.
- Uskot, että sovittelu on hyvä ratkaisu.

Jos et voi vastata myöntävästi näihin kaikkiin kohtiin, sinun kannattaa ottaa harkinta-aikaa. Ehkä sovittelu ei silloin ole sinulle paras vaihtoehto. Sovittelu voi tuntua nopealta ja muita vaihtoehtoja helpommalta ratkaisulta. Väkivaltaan ei ole kuitenkaan olemassa

nopeaa ratkaisua. Vastuu väkivaltaisen käyttäytymisen loppumista on aina yksin väkivallan tekijällä.

Naisen perusoikeudet

Sinulla on oikeus turvalliseen elämään

Sinulla on oikeus elää pelosta vapaana

Sinulla on oikeus rakastaa ja saada vastarakkautta

Sinulla on oikeus saada kunnioittavaa kohtelua

Sinulla on oikeus olla oma itsesi

Sinulla on oikeus omaan yksityisyyteen

Sinulla on oikeus omiin mielipiteisiin ja niiden ilmaisemiseen

Sinulla on oikeus muuttua ja vaihtaa mielipiteitä

Sinulla on oikeus sanoa ei

Sinulla on oikeus omaan rahaan ja sen käyttöön

Sinulla on oikeus esittää kysymyksiä

Sinulla on oikeus olla inhimillinen – ei täydellinen

Sinulla on oikeus tehdä virheitä

Sinulla on oikeus päättää itseäsi koskevista asioista

Sinulla on oikeus olla miellyttämättä kaikkia

Sinulla on oikeus asettaa itsesi etusijalle

Sinulla on oikeus tehdä muutoksia elämässäsi

Sinua auttavat valtakunnallisesti:

- Yleinen hätänumero 112
- Poliisin hätänumero 10022
- Raiskauskriisikeskus Tukinaisen
 - Kriisipuhelin 0800 - 97899
ma – to 14 - 17 sekä
pe, la, su, pyhäisin ja niiden aattoina 17-24
 - Juristipäivystys 0800 - 97895
ma – to 14 – 17, juristit voivat toimia
myös oikeudenkäyntiavustajina
- Unioni Naisasialiitto Suomessa ry, oikeusneuvonta 09-649 382 ke 17-19. Muusta Unionin naisten toiminnasta tietoa lisää nettiosoitteesta <http://www.naisunioni.fi>
- Rikosuhripäivystyksen
 - Auttava puhelin 0600 - 16166
ma klo 13 – 21 ja ti – pe 17 – 21
 - Juristineuvonta 0600 – 16117
ti – to klo 17 – 19
- Suomen Mielenterveysseuran
valtakunnallinen kriisipuhelin 0203 – 445566
ti – la 15 – 06, su – ma 15 - 21

Lisäksi sinua auttavat paikkakuntasi:

Kriisikeskukset – Terveyskeskukset – Sosiaalitoimistot - Perheasiain keskukset – Perheneuvolat – Mielenterveystoimistot - Turvakodit
Naisten tukiryhmät (tietoja turvakodeista, perheneuvoloista, sosiaalitoimistoista ja alan yhdistyksiltä)

Kirjallisuutta

Aaltio, S-L.1999. Selonteko Naisten Tuki –projektin toiminnasta. Naisten Apu Espoossa ry.

Bowker, L.H, Arbitell, M, McFerron, J.R. 1988. On the relationship between wife beating and child abuse. Kirjassa: Yllö, K. & Bograd, M. (toim.): Feminist perspectives on wife abuse. Sage Publications. CA, U.S.A.

Furman, B & Ahola, T. 1992. Väkivaltakierteen katkaiseminen – uhri, tekijä ja verkosto. Duodecim 1992; 108 (3): 304-310.

Germain S, Mattila K, Polkunen-Gartz M-L, Törnroth C. 1978. Väkivalta avioliitossa. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hautamäki, J. 1997. Perheväkivalta. Käännekohta miehen elämässä. Miessakit ry. Helsinki.

Heiskanen, M. & Piispa, M. 1998. Usko, toivo, hakkaus. Kyselytutkimus miesten naisille tekemästä väkivallasta. Tilastokeskus. Tasa-arvoasiain neuvottelukunta. Oikeus 1998:12. Sukupuolten tasa-arvo. SVT. Helsinki.

Hoff, L.A. 1990. Battered Women as Survivors. Routledge, London.

Husso, M. 1997. Heikkouden hetkiä parisuhdeväkivallassa. Teoksessa: Jokinen, E. (toim.) Ruumiin siteet. Vastapaino, Tampere.

Hyvinvointikatsaus – lehti 3/1998. Teemana väkivalta. Tilastokeskus, Helsinki.

Keskinen, S. 1996. Väkivaltainen avioliitto naisten omaelämäkertoissa. Naistutkimusraportteja 3/1996. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki.

Kiviaho, P. 1998 (toim.) Puheenvuoroja naisiin kohdistuvasta väkivallasta. Tasa-arvojulkaisuja 3/98. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki.

Kjällman P. & Kehrävu K. 1999. Väkivalta rikoksena. Julkaisematon moniste. Rikosuhripäivystys.

Kjällman P, Lahti P, Nurmi E-L, Pilkama A. 1996. Loukattu minuus. Tietoa ja tukea rikoksen uhreille. Rikosuhripäivystys.

Kuivaniemi, M. 1996. (Toim.) Väkivallasta vapaaksi. Naiset kertovat kokemuksistaan. Kirjayhtymä Oy. Helsinki.

Lehtonen A. & Perttu S. 1999. Naisiin kohdistuva väkivalta. Kirjayhtymä Oy, Helsinki.

Melkas, T. 1998. Tasa-arvobarometri. Tilastokeskus. Tasa-arvoasiain neuvottelukunta. Elinolot 1998:1. Sukupuolten tasa-arvo. SVT.

NiCarthy G. & Hutt J. (ed.) 1990. Getting Free. A Handbook for Women in Abusive Situations. Journeyman Press. London.

Herrlin M. (toim.) 1998. Naisten ihmisoikeuksien käsikirja. Kauppakaari Oyj, Lakimiesliiton Kustannus.

Nousiainen, V 1993. Perheterapialiike ja feminismi. Perheterapia n:o 3/1993.

Nousiainen, V. 1996. Onko naiselle tilaa – kokemuksia perheväkivallasta ja terapiasta. Lehdessä: Perheterapia 3/96. Teemana perheväkivalta.

Pekingistä Suomeen 1997. Suomen hallituksen tasa-arvo-ohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 1997:11. Tasa-arvotoimisto. Helsinki.

Perheterapia – lehti 1996:12 (3). Teemana perheväkivalta. Suomen Mielenterveysseuran Koulutus- ja perheterapiakeskus.

Perttu, S. & Söderholm, A-L. 1998. Väkivaltaa kokeneiden auttaminen. Opas ammattihenkilöstölle. Sosiaali- ja terveysministeriö. Oppaita 1998:I.

Perttu, S. 1999 Perheväkivalta auttamistyössä. Opas ammattihenkilöstölle. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu 21. Helsinki.

Ross S.M. 1996. Risk of Physical Abuse to Children of Spouse Abusing Parents. Child Abuse & Neglect, vol. 20, No 7, pp. 589 – 598.

Sosiaaliturva – lehti 7/1999. Teemana perheväkivalta.

Söderholm, A-L. 1996. Naisiin kohdistuva väkivalta. Suomen Lääkärilehti 1996:51 (14).

Varsa, H. 1993. Sukupuolinen häirintä ja ahdistelu työelämässä: näkymättömälle nimi. Sosiaali- ja terveysministeriö. Tasa-arvojulkaisuja, Sarja A: Tutkimuksia 1993:1, Helsinki.