



Tie pois väkivallasta

Utväg tarjoaa tukea sinulle, joka olet kokenut tai käyttänyt väkivaltaa läheisessä ihmissuhteessa, sekä lapsille ja nuorille, jotka ovat eläneet perheväkivallan keskellä.

Lähisuhdeväkivalta

Tuhannet ihmiset joutuvat vuosittain kokemaan väkivaltaa sellaisen henkilön taholta, johon heillä on tai on ollut läheinen suhde. Kuka tahansa saattaa joutua lähisuhdeväkivallan kohteeksi sukupuoleen, seksuaaliseen suuntautumiseen, etnisyyteen, toimintakykyyn ja ikään katsomatta. Lähisuhdeväkivaltaa voi esiintyä monenlaisissa muodossa. Väkivalta voi olla esimerkiksi psyykkistä, fyysistä, aineellista, seksuaalista, taloudellista, digitaalista tai piilevää, ja se voi jatkua jälkiväkivaltana myös suhteen päättymisen jälkeen.

Lähisuhdeväkivalta on syvästi loukkaavaa ja se on myös rikos. Väkivalta vaikuttaa kaikkien osapuolten fyysiseen ja psyykkiseen terveydentilaan niin lyhyellä kuin pitkälläkin aikavälillä. Väkivallan kohteeksi joutuminen saattaa johtaa ahdistukseen, kiputilaan, masennukseen ja itsetuhoisuuteen. Se vaikuttaa myös jokapäiväiseen elämään ja muihin ihmissuhteisiin.

Kokea väkivaltaa

Joudutko tai oletko joskus joutunut kokemaan jonkinlaista väkivaltaa suhteessasi? Väkivalta herättää usein voimattomuuden ja avuttomuuden tunteita. Moni elää eristäytynyttä elämää väkivallan jatkumisen pelossa ja tuntee ehkä myös syyllisyyttä ja häpeää.

Psyykkiseen väkivaltaan liittyy usein myös erilaista fyysistä ja seksuaalista väkivaltaa. Ei ole mitenkään harvinaista, että väkivalta jatkuu myös suhteen päättymisen jälkeen.

Utvägissä saat mahdollisuuden keskustella ja työstää kokemuksiasi, jotta ymmärtäisit väkivallan vaikutuksia ja saisit samalla toivoa muutoksesta.

Väkivallan kohteeksi joutuvat lapset ja nuoret

Kodissa koettu väkivalta muuttuu osaksi lapsen arkea. Lapsi näkee ja ymmärtää useimmiten, mitä perheessä tapahtuu, vaikka aikuiset uskovatkin toisin. Lapsi tuntee olonsa turvattomaksi, jos kodissa esiintyy väkivaltaa ja väkivallan uhkaa. Hänen itsetuntonsa saattaa heikentyä ja hänen voi olla vaikea ymmärtää omia tunteitaan, mikä voi aiheuttaa ongelmia suhteessa muihin. Tunnistatko itsesi vanhemmaksi, jonka lapsi on kokenut väkivaltaa kodissaan, tai oletko

itse sellainen lapsi? Utvägissä lapsilla on mahdollisuus kertoa kokemuksistaan ja työstää niitä yksilöllisissä keskusteluissa, jotka mukautetaan lapsen iän ja kypsyyden mukaan.

Lapsella on myös mahdollisuus osallistua ryhmätoimintaan, jossa hän voi työstää ja jakaa kivuliaita kokemuksiaan

yhdessä muiden, vastaavanlaisia tilanteita kokeneiden lasten kanssa. Vanhempi, joka ei ole syylistynyt väkivaltaan, voi samalla osallistua vanhempainryhmään saadakseen tukea ja työkaluja vanhemmuuteensa.



Oletko käyttänyt väkivaltaa?

Aiheuttaako vihaisuutesi ja käyttäytymisesi kielteisiä seurauksia sinulle ja perheellesi? Oletko mustasukkainen ja/tai hallitseva kumppaniasi kohtaan? Voivatko kumppanisi ja/tai lapsesi pitää sinua pelottavana? Sinulla on mahdollisuus saada apua. Väkivallan tekijä on aina itse vastuussa teoistaan. Utvägissä sinulla on mahdollisuus saada apua miettiäksesi omaa käyttäytymistäsi ja pyrkiäksesi muutokseen löytämällä vaihtoehtoja väkivallalle ja ottamalla vastuuta omista teoistasi sekä käsittelemällä erilaisia tunteitasi.

Utväg – tie pois väkivallasta

Utvägin tarjoama hoito on kehitetty henkilöille, jotka ovat joutuneet väkivallan kohteeksi tai jotka ovat tehneet väkivaltaa meneillään olevassa tai aiemmassa parisuhteessa, sekä lapsille ja nuorille, jotka ovat eläneet perheessä, jossa on esiintynyt väkivaltaa. Utvägissä annettava tuki on maksutonta. Se sopeutetaan hakijan tarpeisiin ja se perustuu vapaaehtoisuuteen ja omaan motivaatioon.

Keskustelut ovat aluksi yksilöllisiä, mutta myöhemmin on myös mahdollisuus osallistua ryhmätoimintaan. Utvägin toiminta kuuluu terveyden- ja sairaanhoitolain piiriin. Se merkitsee, että meillä on vaitiolovelvollisuus ja ilmoitusvelvollisuus ja että dokumentaatiomme on salattu ulkopuolisilta.

Ota yhteyttä Utvägiin

Tunnistatko itsesi tästä ja haluatko muutosta? Apua on saatavilla.

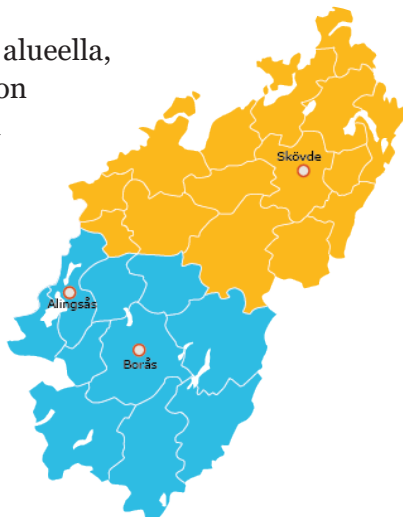
Jos asut Södra Älvsborgin tai Skaraborgin alueella, voit hakea tukea Utväg-toiminnasta, jolla on vastaanottopisteet Boråsissa, Skövdessä ja Alingsåsissa.

Puhelinnumero Skaraborgiin:

070 - 085 25 06

Puhelinnumero Södra Älvsborgiin:

070 - 716 09 29



Ajankohtaiset puhelinajat näet skannaamalla QR-koodin.
Voit ottaa meihin yhteyttä myös verkkopalvelun 1177.se kautta.