

DET GÅR ATT FÅ HJÄLP MOT VÅLD I NÄRA RELATIONER

Våld i nära relationer är våld mot vem som helst närstående person. Det är beteende och handlingar som tvingar den andra personen att mot sin vilja ändra sitt normala sätt att tänka, agera eller tala. Våldet kan till exempel förekomma i form av hotelser med ord eller gester och genom slag, strypning, knuffar eller hindrande. Våldet kan även vara sexuellt, ekonomiskt, digitalt, förföljelse, relaterat till hedersbegrepp eller, när det gäller barn, åldringar och personer med nedsatt funktionsförmåga, försummelse av vård eller annan illabehandling. Ett av kännetecknen för våld är rädsla för den andra personen eller de egna reaktionerna.

Våld i nära relationer börjar ofta nästan obemärkt: som nedvärdering, avsaknad av uppskattning och förakt. Våldet kan bli fysiskt och till och med livsfarligt. Parterna i våldet kan börja betrakta situationen som "normal", men våld är aldrig normalt och bör under inga omständigheter accepteras. Våld är inte det samma som att gråla där parterna kan tryggt ge uttryck för sina avvikande åsikter. Ansvaret för våldet ligger i sin helhet på våldsutövaren.

Våld i nära relationer skadar de berörda på många sätt. Också barnen ser, hör och förnimmer mycket mer än vi vuxna tror. Även om barnet inte bevitnar själva våldshandlingen får den skräckinjagande och aggressiva stämningen i hemmet långtgående konsekvenser. Våld tenderar att föras vidare från en generation till följande som en lösningsmodell på problem. Även av den orsaken är det viktigt att stoppa våldsspiralen. Även äldre människor och personer med nedsatt funktionsförmåga har alltid rätt till ett människovärdigt och tryggt liv.

Våld eller rädsla för våld försämrar ofta handlingsförmågan. Det kan vara svårt att be om hjälp och det händer att förekomsten av våld förnekas. Det förhindrar dock alla inblandade från att få hjälp. Att söka hjälp är ett viktigt första steg för att bli kvitt våldet. Du är inte ensam - våld i nära relationer kan beröra vem som helst, och det tar inte hänsyn till ålder, kön, sexuell läggning, kultur eller ekonomisk status. Våldet upphör sällan av sig själv, tvärtom tenderar det att fortsätta och bli värre.

Våld är inte en intern familjeangelägenhet, det är ett brott. Polisen har i uppgift att utreda och förebygga brott. I en straffprocess agerar polisen opartiskt och försöker hjälpa parterna att få stopp på våldsspiralen. Myndigheternas och hjälporganisationernas gemensamma mål och uppgift är att hjälpa människor att komma vidare från svåra livssituationer.

Bli inte ensam!

Nedan en förteckning över riksomfattande hjälptjänster som erbjuder personlig hjälp till dem som är inblandade i våld. Hjälp erbjuds även till par och familjer tillsammans. Tjänsten är konfidentiell och avgiftsfri. Det finns även tjänster som kan utnyttjas anonymt. I slutet ingår information om hjälptjänsterna i din region. **Ring nödnumret 112, om du befinner dig i akut nöd.** Du hittar polisens kontaktinformation, anvisningar och information till parterna i ett brottmål samt en elektronisk brottsanmälan på polisens webbplats, www.poliisi.fi.

- Nollinjen för våld i nära relationer och våld riktat mot kvinnor hjälper på finska, svenska och engelska samt med hjälp av tolkning på arabiska, dari, farsi, somaliska, sorani, ryska dygnet runt på nummer 080 005 005. Nollinjen har även en chattjänst, www.nollalinja.fi. Nollinjen hjälper också närstående till personer som upplevt våld.
- MIELI rf:s finskspråkiga Kristelefon håller öppet alla dagar hela dygnet på nummer 09 2525 0111. Svenskspråkig kristelefon: 09 2525 0112. Mer information: www.mieli.fi
- Du kan få hjälp i ett skyddshem och du kan alltid ringa dit om någon i din nära relation är våldsam eller hotfull. Skyddshemmen betjänar dygnet runt. Dessutom tillhandahåller Förbundet för mödra- och skyddshem öppenvårdstjänster inte bara till par som har upplevt våld eller hot om våld utan också till par som använt eller oroar sig över att de kommer att använda våld samt till barn som har utsatts för eller upplevt våld. Ytterligare information: www.nettiturvakoti.fi
- Brottofferjouren (RIKU) erbjuder diskussionshjälp och praktiska råd till brottsoffer, deras närstående och vittnen till ett brott i frågor som gäller straffprocessen. Offret kan även begära en personlig stödperson för de olika faserna i straffprocessen. Utöver telefontjänsten Brottofferjouren 116 006 erbjuder RIKU även Juristens telefonrådgivning, en chattjänst och en särskild stödtjänst för offer för människohandel. Ytterligare information: www.riku.fi
- Kvinnolinjens tjänster är avsedda för kvinnor och flickor som har upplevt våld och för deras närstående. Telefonen och chatten Turv@verkko erbjuder hjälp i frågor som gäller digitalt våld och nätttrakasserier, mer information: www.naistenlinja.fi
- Miessakit rf erbjuder hjälp både till män som upplevt våld som män som utövat våld. Organisationen erbjuder även hjälp med hanteringen av problem i samband med skilsmässa. Tjänsterna är också tillgängliga via telefon och i form av onlinemöten, www.miessakit.fi
- Miehen Linja är en tjänst för invandrarmän som har utövat våld eller fruktar att de kommer att utöva våld i en nära relation, www.lyomatonlinja.fi/fi/toiminta/palvelut/miehen-linja
- Maria Akatemia hjälper kvinnor i frågor relaterade till våldsdåd eller fruktan för dem, www.mariaakatemia.fi/
- Personer som upplever förföljelse efter separation erbjuds hjälp av Stödcentret Varjo, www.varjosta.fi
- Hjälptjänster för äldre tillhandahålls av Suvanto rf, www.suvantory.fi, tfn 050 577 0218
- Förbundet Monika-Naiset erbjuder flerspråkiga stödtjänster för inflyttade kvinnor på Kriscentrum Monika och skyddshemmet Mona, www.monikanaiset.fi
- Loisto Settlementtis SOPU-arbete utför hjälparbete i samband med hedersrelaterat våld eller hot om det, www.soputila.fi
- Kommunerna är skyldiga att ordna socialtjänster i olika svåra livssituationer, bl.a. för stödbehov till följd av våld i nära relationer. Personer med missbruks- och beroendeproblem kan kontakta A-kliniken i kommunen där de bor. Även de närstående får hjälp i situationen vid A-kliniken. Mer information i Droglänken: www.paihdelinkki.fi. I frågor som rör psykisk hälsa kan man kontakta sin egen hälsostation. Ytterligare information: www.mielenterveystalo.fi/

Ett nödtextmeddelande kan skickas från ett registrerat telefonnummer: <https://112.fi/sv/nodtextmeddelande>

Med hjälp av en säkerhetsplan kan man i förväg förbereda sig inför hotfulla situationer: <https://nettiturvakoti.fi/nain-haet-apua/turvasuunnitelmat/>

Polisen kan utfärda ett tillfälligt besöksförbud: <https://poliisi.fi/sv/besoksforbud>

På totalt 10 orter tillämpas den multiprofessionella metoden MARAK för att hjälpa offer för allvarligt våld i parrelationer. Enligt metoden samarbetar alla myndigheter och organisationer i regionen för att hjälpa offret och koordinera stödet till offret. Ytterligare information: www.thl.fi/marak

I vissa situationer är det möjligt att medla i brott som gäller våld i nära relationer: <https://poliisi.fi/sv/medling>