



Anne-Maria Attermaa
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan
ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2019

”ET OLE YKSIN, APUA ON SAATAVILLA”-

Opas turvakodin asiakkaille

TIIVISTELMÄ

Anne-Maria Attermaa

”ET OLE YKSIN, APUA ON SAATAVILLA”-opas turvakodin asiakkaille

19 s., 1 liite.

Kevät 2019

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää turvakodin asiakashuoneisiin painettu materiaali, joka sisältää kootusti tietoa turvakotiasumisesta, lähisuhdeväkivalta-
lasta ja väkivallan kierteestä sekä kriisin vaiheista. Näiden lisäksi oppaassa ker-
rotaan palvelujärjestelmästä ja sen tarjoamista palveluista sekä tukimuodoista.
Kehittämishankkeen tavoitteena oli luoda selkeä, informatiivinen opas, josta
asiakas voi hyödyntää jotain tietoa omassa tilanteessaan. Turvakodissa on
myös sähköinen versio oppaasta, jotta huoneissa olevien oppaiden päivittämi-
nen on helpompaa jatkossa.

”Et ole yksin, apua on saatavilla”-oppaan vastaanotto on ollut myönteinen. Asi-
akkaat ovat tarjonneet vuoropuheluissa kehittämisideoita kansion sisältöön ja
ulkonäköön liittyen. Oppaan kansilehden päivittäminen ”näkyvämmäksi” mah-
dollistaa sen, että asiakkaat kiinnittävät jatkossa huomiota oppaaseen ja tutus-
tavat sen sisältöön.

Asiasanat: lähisuhdeväkivalta, opas, turvakotipalvelut

ABSTRACT

Anne-Maria Attermaa

A guide for customers of shelter home

19 p., 1 appendix.

April 2019

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor's Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services

The purpose of the thesis was to develop material regarding the shelter's guest rooms. This guide contains information about shelter housing, close relationship violence and the spiral of violence and the stages of the crisis. In addition to these, the guide explains the service system and the services provides, as well as support. The aim of the development project was to create a clear, informative guide from that the customer can use in various situations. The shelter home also has an electronic version of the guide to make it easier to update the guides in the future.

The guide called "Et ole yksin, apua on saatavilla" received positive feedback. Customers provided development ideas in the dialogues regarding the content and the appearance of the folder. During the process it became clear that the visual look of the guide should be more inviting to the reader.

Keywords: Intimate partner violence, guide, shelter home services

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 LÄHISUHTEESSÄ TAPAHTUVA VÄKIVALTA.....	5
2.1 Lähisuhdeväkivalta ja sen muodot	5
2.2 Väkivallan seuraukset	9
2.3 Traumaattinen kriisi ja sen vaiheet.....	10
3 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	11
3.1 Turun turvakoti	12
3.2 Opinnäytetyön tavoitteet	13
4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	14
4.1 ”Et ole yksin – apua on saatavilla” oppaan sisällön tuottaminen	15
4.2 ”Et ole yksin, apua on saatavilla”- oppaan ulkoasun suunnittelu ja toteutus	16
4.3 Asiakkaiden ajatuksia oppaasta	17
5 POHDINTA	18
LÄHTEET	19
LIITE 1. ”Et ole yksin – apua on saatavilla” – opas turvakodin asiakkaille ...	22

1 JOHDANTO

Lähisuhteessa tapahtuva väkivalta on merkittävä kansallinen ja kansainvälinen ongelma, joka loukkaa henkilön ihmisoikeuksia. Se vaarantaa tasa-arvoa, terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta.

Perhe- ja lähisuhdeväkivalta voi jäädä havaitsematta siihen liittyvän häpeän, syyllisyyden ja pelon vuoksi. Uhrin kynnys hakea apua ja puhua koetusta väkivallasta on korkea. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 12-14.) Vuonna 2017 yleisin uhri on tuttavän tai ystävän surmaama mies ja toiseksi yleisin oli parisuhdekumppanin surmaama nainen. (Lehti 2018, 1.)

Suomi allekirjoitti toukokuussa 2011 Istanbulin naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemistä ja torjumista kokevan yleissopimuksen. Sopimus on astunut voimaan Suomessa vuonna 2015. Sopimus toimii perustana Suomessa tehtävälle perhe- ja lähisuhdeväkivaltatyölle.

Turvakodeissa ympäri Suomen tehdään lähisuhdeväkivallan vastaista työtä tarjoamalla ympärivuorokautista, turvattua kriisiapua. Palvelut ovat saatavilla asuinpaikasta, iästä ja sukupuolesta riippumatta. Palveluihin voi tarvittaessa hakeutua nimettömänä. Turvakotiin henkilö voi tulla yksin tai perheen kanssa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2019.)

Turvakodissa tekemäni harjoittelun aikana julkaistiin Laurea-ammattikorkeakoulussa opinnäytetyö, joka käsitteli turvakotiasumisen jälkeistä tukea. Opinnäytetyössä nousi esille asiakkaiden toive saada kootusti kirjallisessa muodossa tietoa palveluverkostosta ja avuntarjoajista. Reittosen ja Yläpihlajjärven opinnäytetyön pohjalta muodostui oma tavoitteeni opinnäytetyölleni. Tavoitteena on tuottaa turvakodin asiakashuoneisiin opas, joka auttaa asiakasta tunnistamaan väkivallan eri muotoja, huomioimaan väkivallan kierteen ja tarjoaa teoreettista tukea väkivallasta selviytymiseen ja irrottautumiseen.

2 LÄHISUHTEESSA TAPAHTUVA VÄKIVALTA

Lähisuhdeväkivallan käsite on laaja. Se pitää sisällään monia eri väkivallan muotoja, joita on vaikea havaita. Väkivallan muodot kietoutuvat usein osaksi muita sosiaalisia ja terveydellisiä ongelmia (Nietola & Noppari 2017, 178.)

Lähisuhde- ja perheväkivallalla tarkoitetaan perheessä tai muussa sukulaisuus- ja läheissuhteessa tapahtuvaa väkivaltaa. Turvakotipalveluissa lähisuhdeväkivalta on määritelty seuraavasti: henkilö on väkivaltainen nykyistä tai entistä kumppaniaan, lastaan, lähisukulaistaan tai muuta läheistään kohtaan. Yleisesti väkivalta tapahtuu parisuhteessa, mutta väkivaltaa ilmenee myös lasten välillä sekä lasten ja vanhempien välillä. Lähisuhdeväkivalta ei ole sidoksissa yhteiskuntaluokkaan, kulttuuriin, ikäluokkaan tai sukupuoleen. (Siukola 2014, 11.)

Lähisuhdeväkivalta voi kohdistua uhrin fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen tai seksuaaliseen hyvinvointiin. Uhri voi kokea yhtä väkivallan muotoa yksinään tai useampaa samaan aikaan tai limittäin. Erottuvin ja helpoiten tunnistettava väkivallan muoto on fyysinen väkivalta, jonka lisäksi on myös muita väkivallan muotoja: henkinen väkivalta, seksuaalinen väkivalta, laiminlyöminen / kaltoinkohtelu, taloudellinen väkivalta, kulttuurinen tai uskonnollinen väkivalta, kunniaan liittyvä väkivalta ja vaino. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.)

2.1 Lähisuhdeväkivalta ja sen muodot

”Lähisuhdeväkivaltaa voi kokea kuka tahansa iästä, sukupuolesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta” (Monika-Naiset liitto ry.)

Fyysinen väkivalta on tunnistettavin väkivallan muoto. Fyysinen väkivalta on toimintaa, joka aiheuttaa kipuja ja vammoja sekä tilapäisiä tai pysyviä toiminnan vaikeuksia. Fyysisen väkivallan teot voivat alkaa pienillä teoilla. Se voi olla tönnimistä, kiinni pitämistä, liikkumisen estämistä. (Nietola 2011, 13.) Fyysisen väkivallan teot alkavat kasvaa ja muuttua rajummiksi väkivallan lisääntyessä. Teot

voivat olla lyömistä, hiuksista repimistä, teräaseella uhkaamista tai satuttamista, kuristamista, välillistä vahingontekoa kuten esineen heittämistä tai muuta fyysistä voimankäyttöä. Fyysinen väkivalta ei kuitenkaan aina jätä silmin havaittavia jälkiä. Väkivallan tekijä on voinut oppia satuttamaan uhria alueille, joista on vaikea todentaa väkivallan vammoja. Lähisuhteessa tapahtuva fyysinen väkivalta on harvoin ainut väkivallan ilmenemismuoto. Fyysisen väkivallan ohella on usein pitkään jatkunutta henkistä väkivaltaa. (Monika-Naiset Liitto ry.)

Henkisen väkivallan kokemus on henkilökohtainen. Sitä voi olla vaikea tunnistaa, koska se hivuttautuu suhteeseen hienovaraisesti ja vähäeleisesti. Henkisen väkivallan muotoja ovat alistaminen, nimittelemine, haukkumine ja nöyryyttäminen. Se voi olla myös julkista nolaamista ja naurunalaiseksi tekemistä. Henkistä väkivaltaa on myös sosiaalinen eristäminen esimerkiksi ystävistä tai sukulaisista, taloudellinen alistaminen, mielipiteiden ilmaisun tai pukeutumisen kontrollointi, vapaasti ulos menemisen estäminen, seksuaalisuuteen liittyvä psyykkinen alistaminen tai fyysisellä väkivallalla uhkaaminen. Henkisestä väkivallasta kärsiminen muovaa ihmisen omaa uskoa itseensä, omaan ajattelu- ja käsityskykyynsä sekä kykyyn tuntea tai päättää oikein. (Perttu, Mononen-Mikkilä, Rauhala & Särkiälä 2015, 10.)

Jokaisen ihmisen perusoikeuksiin kuuluu koskemattomuus, joka käsittää myös seksuaalisen itsemääräämisoikeuden. Seksuaalisessa väkivallassa on läsnä pakottaminen ja altistaminen toiminnalle, joka sotii omaa henkilökohtaista koskemattomuutta vastaan. Se voi olla seksuaalisia vihjailevia eleitä, ilmeitä, kommentteja tai ehdotuksia. Ehdotukset voivat tulla kasvotusten, viestein, kuvin. Seksuaalinen väkivalta voi olla myös pakottamista seksuaaliseen kanssakäymiseen. Väkivaltaisessa liitossa elävällä henkilöllä voi olla haasteita tunnistaa sellainen seksuaalinen kanssakäyminen, joka ei kuulu tasavertaiseen suhteeseen. (Nollalinja 2019a.)

Seksuaalinen väkivalta ja hyväksikäyttö voi vaikuttaa laajasti uhrin elämään, kuten työkykyyn, mielenterveyteen, seksuaalisuuteen, parisuhteeseen, vanhemmuuteen ja elämänhallintataitoihin. Lapsuudessa koettu seksuaalinen väkivalta tai hyväksikäyttö voi aktivoitua aikuisena uudelleen. (Väestöliitto 2019.)

Taloudellinen väkivalta on eräs alistamisen ja vallankäytön muoto ja vaikuttaa uhriin monella tapaa. Sen tarkoituksena on tehdä uhri täysin taloudellisesti riippuvaiseksi väkivallan käyttäjästä. Väkivalta ilmenee harhauttamisena, kiristämisenä, kavaltamisena ja rahankäytön kontrolloimisena. Uhrin on esimerkiksi tehtävä tarkka selvitys rahankäytöstään esittämällä kuitit ostoksistaan. Taloudellinen väkivalta voi myös näyttäytyä niin, että tekijä käyttää uhrin rahoja tai omaisuutta ilman lupaa, tekee taloudellisia päätöksiä yksin, painostaa velan/luoton ottamiseen, omaisuuden tuhoaminen tai sinulle ”epäedullisten sopimusten” tekemisenä painostuksen alaisena. (Nollalinja 2019b.)

Taloudellisen tilanteen heikennyttyä uhrin on haastavampi irrottautua väkivaltaisesta suhteesta. Velka- ja perintämerkinnät voivat vaikeuttaa uuden asunnon saamista ja taloudellista itsenäisyyttä. Taloudellista väkivaltaa voi esiintyä myös eron jälkeen, esimerkiksi ex-puoliso kieltäytyy maksamasta elatusmaksuja, puoliso pitkittää huoltoriitaan liittyvää oikeudenkäyntiä tai puoliso manipuloi yhteisiä varoja. (Kaittila 2017.)

Kunniaan liittyvästä väkivallasta puhuttaessa tarkoitetaan perheissä, suvussa tai yhteisöissä tapahtuvaa kunnian puolustamiseen liittyvää väkivaltaa. Kunniaan liittyvä väkivalta voi olla fyysistä tai henkistä. Väkivallalla pyritään tämän kunnian palauttamiseen. Perhe tai suku yrittää säilyttää kasvonsa muiden edessä. Suvun maineen puhdistamiseen voi osallistua suvun jäseniä myös muissa maissa. Tekojen taustalla voi olla ajatus siitä, ettei kunniaväkivallan uhri noudata tai aio noudattaa sukupuoleen tai seksuaalisuuteen liittyviä käyttäytymissääntöjä. Kunniaväkivaltaa voi olla esimerkiksi: painostaminen, rajoittaminen, esimerkiksi pukeutumiseen, seurusteluun ja harrastuksiin puuttuminen, uhkailu, esimerkiksi kotimaahan lähettämällä pelottelu ja avioliittoon pakottaminen tai avioeron saamisen estäminen. (Hansen, Jäppinen, Latvala & Sams 2016, 17-18.)

Ihmisoikeusliiton kunniaväkivaltaa käsittelevän julkaisun mukaan kunniaväkivaltaväkivalta kohdistuu usein naisiin ja tyttöihin. Eron kautta naisen asema heikenee ja eron voidaan katsoa olevan kunnianormien vastainen teko. (Ihmisoikeusliitto 2016, 46-47.) Selvityksessä tuodaan kuitenkin esille, ettei kunniaan

liittyvä väkivalta ole vain naisiin ja tyttöihin kohdistuva. Poikiin ja miehiin kohdistua kunniaan liittyvä väkivalta on myös moninaista. Se voi olla henkistä väkivaltaa, jolloin poikiin ja miehiin kohdentuu odotuksia kontrolloida sisaruksia ja muita naispuolisia perheenjäseniä. Miehiin kohdistuu myös pakottamista ja painostamista sekä fyysistä väkivaltaa. (Hansen ym. 2016, 47-48.)

Vaino on yksi lähisuhdeväkivallan muoto, joka liittyy usein eroon ja uuteen elämäntilanteeseen. Tutkimukset osoittavat, että parisuhteen päättymisen jälkeen miehet vainoavat ex-kumppaneitaan useammin ja se on luonteeltaan vakavaa. Puolet miehistä, jotka ovat olleet suhteen aikana väkivaltaisista jatkoivat väkivaltaista käyttäytymistään suhteen päätyttyä. Vainoaja tavoittelee uhrin hyvinvoinnin heikentämistä tai vaarantamista tilanteissa, joissa kokee oman asemansa esimerkiksi vaarantuneen. Vainoamiseen liittyy katkeruuden ja mustasukkaisuuden tunteita. (Nikupeteri 2016, 40.)

Vaino ei välttämättä jätä näkyviä jälkiä. Se on toimintaa, jossa tekijä kontrolloi arkea, rajoittaa sosiaalista tilaa ja toimintaa. Vainon tekijä aiheuttaa uhrissa ahdistusta, pelkoa ja turvattomuutta omalla vallallaan ja voimallaan. Pahimmillaan vainoon voi liittyä uhrin tai hänen läheistensä hengen riistäminen. (Laitinen ym. 2017, 28-30.)

Vainon muotoina voidaan nähdä uhkaaminen uhria tai heidän lastaan kohtaan. Tekijä voi esimerkiksi levittää perättömiä tietoja, tuhota omaisuutta, pelotella, seurata, tarkkailla, kaapata henkilötietoja ja käyttää niitä väärin. Yhteydenpidon runsaus, seuraaminen eri kohteisiin joko salaa tai toistuvasti on näkyvä vainon muoto. Myös paketin/kirjeen toimittamiset, ovella usein käyminen, luvatta toisen omaisuuteen, kute digilaitteet, asunto, auto, tunkeutuminen ovat myös vainon muotoja. Suomessa vainoaminen on muuttunut rangaistavaksi vuonna 2014 voimaan tulleen lain myötä. Laki tuo turvaa vainotuille ja auttaa tunnistamaan vainon rikollisena toimintana. Vainon kriminalisointi lisää yhteiskunnallisesti tietoa siitä, ettei vainoaminen ole hyväksyttävää. (Nikupeteri 2016, 45.)

2.2 Väkivallan seuraukset

Lähisuhdeväkivalta vaikuttaa monin tavoin uhrin ja hänen läheistensä hyvinvointiin ja terveyteen. Perheen sisäinen väkivalta vaikuttaa lapsen kehitykseen ja aiheuttaa psyykkisiä ja käyttäytymiseen liittyviä ongelmia. Lapsen reagointi kodin väkivaltaiseen ilmapiiriin vaihtelevat lapsen iän, persoonallisuuden ja kehitystason mukaan. Väkivallan jatkuvuus ja pitkittyminen voivat vaikuttaa ihmiseen koko elämän ajan. Väkivallan jatkuminen ylisukupolisesti lisää lähisuhdeväkivallan riskiä. (Siukola 2014, 12.)

Lähisuhdeväkivallan fyysisiä seurauksia ovat kaikki väkivallasta aiheutuneet sisäiset ja ulkoiset vammat, kuten mustelmat, ruhjeet, haavat, murtumat, kasvon ja pään alueen vammat. Pahimmillaan lähisuhdeväkivalta voi johtaa kuolemaan. Raskaana oleviin naisiin kohdistuvassa väkivallassa myös sikiön terveys on vaarantunut ja se voi pahimmillaan aiheuttaa esimerkiksi sikiövaurioita, enenaikaisen synnytyksen tarpeen tai keskenmenon. (Siukola 2014, 12.)

Tunne-elämään ja käyttäytymiseen liittyviä väkivallan seurauksia ovat esimerkiksi syömiseen ja lepoon liittyvät häiriöt, masennus, ahdistuneisuus, paniikkioireet, psykosomaattiset häiriöt ja pidempiaikainen psyykkinen seuraus, kuten traumaperäinen stressihäiriö. Lähisuhdeväkivalta voi omalta osaltaan lisätä yksilön riskikäyttäytymistä, kuten itsetuhoisuutta. (Rikosuhripäivystys 2014.)

2.3 Traumaattinen kriisi ja sen vaiheet

Perheessä tapahtuva väkivalta harvoin rajoittuu vain yhteen yksittäiseen tapahtumaan vaan väkivalta toistuu ja usein toistuessaan myös raaistuu. Tämän seurauksena pitkään jatkunut ja vakava lähisuhdeväkivalta traumatisoi kaikkia osapuolia. Traumakokemus säilyy mielessä ja kehossa irrallisina mielikuvina, ajatuksina ja tunteina. (Aallonmurtaja-projekti 2006, 4.)

Psyykkinen trauma vaikuttaa ihmisen toimintakykyyn ja terveyteen. Se heikentää elämänlaatua ja vähentää hallinnan tunnetta. Pitkäaikainen altistuminen traumalle aiheuttaa pelkotiloja, masennusta, ahdistuneisuutta, toivottomuutta tai

täydellistä tunteiden puuttumista ja lisäksi se voi vaikuttaa ihmisen kykyyn huolehtia lapsistaan. (Aallonmurtaja-projekti 2006, 4.)

Traumaattinen kriisi käsittää neljä vaihetta: sokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe ja uudelleen suuntautumisen vaihe. (Mielenterveysseura 2019.)

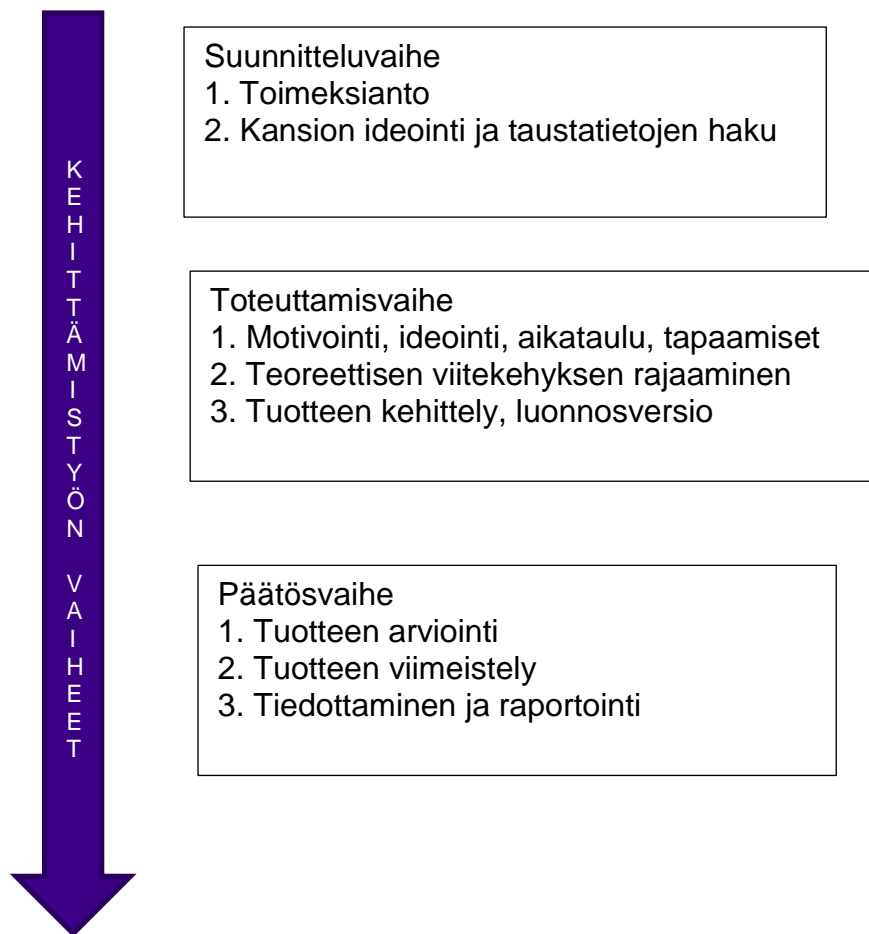
Sokkivaiheessa ihmisen on vaikea uskoa tapahtunutta. Välittömästi väkivaltaisen tapahtuman jälkeen uhrin tapa käyttäytyä voi olla rauhallista ja rationaalista, vaikka kyky toimia ja ajatella on heikentynyt. Uhrin voi olla vaikea muistaa, mitä hänelle sanotaan. Välitön avun tarjoaminen ja turvallisuuden tunteen vaaliminen ovat tärkeitä. Sokkivaiheen kesto on yksilöllinen. Joillekin sokkireaktio voi käynnistyä vasta 1-3 päivän jälkeen tapahtuneesta. (Mielenterveysseura 2019.)

Reaktiovaihe alkaa muutaman päivän tai viikon kuluessa väkivaltilanteesta. Tässä vaiheessa uhri pyrkii saamaan kuvaa tapahtuneesta. Henkilön saama tuki ja apu vaikuttavat siihen, miten uhri käsittelee tapahtunutta. (Mielenterveysseura 2019.)

Käsittelyvaiheessa väkivallan uhri käy läpi väkivallan seurauksena tulleita ajatuksia, tunteita ja merkityksiä. Uhri pyrkii löytämään selviytymiskeinoja, ja tästäkin syystä vaiheen kesto on vaihteleva. Käsittelyvaiheen kestoa muokkaavat esimerkiksi väkivallan laatu, kesto, uhrin aiemmat kokemukset sekä avun määrä ja sen laatu. (Mielenterveysseura 2019.)

Uudelleen suuntautumisen vaiheessa väkivallan kokenut luo perustaa uudelle elämälleen. Väkivallan kokenut rakentaa itsetuntoaan ja minäkuvaansa uudelleen sekä alkaa suunnitella tulevaisuuttaan. Hänen toimintakykynsä on siinä määrin palautunut, ettei hän pohdi väkivaltaa jatkuvasti. (Mielenterveysseura 2019.)

3 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT



Kuvio 1. Kehittämistyön vaiheet prosessikuvauksena.

Vuonna 2015 alussa astui voimaan turvakotipalveluita koskeva laki, joka siirsi turvakotien rahoituksen valtion vastuulle. Lain myötä on tarkoitus varmistaa, että turvakotipalvelut ovat jatkossa jokaisen ulottuvilla asuinpaikasta riippumatta. (Laitinen & Ojuri 2015, 4.) Turvakotipalvelut ovat Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen ylläpitämiä palveluita. Turvakotipalvelujen tarkoituksena on ehkäistä lähisuhde- ja perheväkivaltaa sekä korjata sen aiheuttamia vaurioita. Turvakotija on tällä hetkellä 28. Ne ovat erilaisia kooltaan, toimintamuodoiltaan ja osittain työmenetelmiltään. Turvakotipalvelujen tavoitteena on taata väkivallan uhrin turvallisuus, auttaa välivaltakierteen katkaisussa ja tukea väkivallan aiheutta-

missa kriisitilanteissa sekä muissa akuuteissa ongelmissa. (Laitinen & Ojuri 2015, 13-14.)

Produktin idea on lähtöisin opinnäytetyöstä, jonka Reittonen ja Yläpihlajajärvi (2017) ovat toteuttaneet. He ovat tutkineet opinnäytetyössään ”Turvakodin työntekijöiden ja asiakkaiden näkemyksiä turvakotijakson jälkeisestä tuesta” asiakkaiden kokemuksia turvakotijakson aikaisesta ja sen jälkeisestä tuesta.

”Olisi ollut kiva kun olisi ollut joku lappu että miten yleensä menee ja mitä on mahdollisuuksia niin kuin saada tukea ja mitkä instanssit niitä jakaa -- Mitä avustuksia minulle sitten niin kuin kuuluu -- Vois olla joku lista että mitä avustuksia saa kelasta ja mistä saa mitäänkin tukea. Ehkä olisi joku sellainen lappu tai vihko --” (Reittonen & Yläpihlajajärvi, 2017. 62.)

3.1 Turun turvakoti

Väkivaltatyö perustuu yhteiskunnallisen oikeudenmukaisuuden ja ihmisoikeuksien edistämiseen. Turvakodit luokitellaan väkivaltatyössä erityispalveluiksi. Turvakodissa asiakas saa ympärivuorokautista turvaa lähisuhdeväkivallalta. Fyysisen suojan lisäksi turvakodit tarjoavat psykososiaalista tukea sekä vertaisuutta. (Ojuri & Laitinen 2015, 13.)

Turvakodeissa työskentelee lähisuhdeväkivaltaan erikoistunut, koulutettu henkilökunta. Turun turvakodissa työskentelee yhdeksän sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakouluopinnot suorittanutta ohjaajaa ja yksikön vastaava, joka on koulutukseltaan sosiaalityöntekijä. Ympärivuorokautisen turvallisuuden takaamisen lisäksi turvakodin ajatuksena on lapsen edun toteutuminen ja koko perheen auttaminen. Henkilökunnan tavoitteena on tukea asiakasta selviytymään väkivallasta sekä pohtia asiakkaan kanssa ratkaisuvaihtoehtoja kriisiytyneeseen tilanteeseen. (Laine 2005, 14.)

3.2 Opinnäytetyön tavoitteet

Reittosen ja Yläpihlajajärven (2017) opinnäytetyön tulosten myötä syntyi ajatus Turun turvakotiasumispalveluiden kehittämisestä. Tuotteen kehittäminen etenee luonnosteluvaiheessa valittujen ratkaisuvaihtoehtojen, periaatteiden ja rajausten mukaisesti. (Jämsä & Manninen 2000, 54) Turvakodin ohjaajien kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta muotoutui ajatus siitä, minkälainen asiakasoppaan tulisi olla ja mitä tavoitteita produktiolle muodostuu.

Turvakodin asiakkaat saavat tietoa turvakotipalveluista alkuhaastattelutilanteissa ja omaohjaajakeskusteluissa. Jussilan (2019) opinnäytetyössä omaohjaajuus koetaan merkityksellisenä, luottamuksellisenä asiakastyömuotona. Jussila (2019, 68-69) kiteyttää tutkimustuloksensa niin, että omaohjaajan vastuulla on tarjota kokonaisvaltaisesti turvakodin tukipalvelut. (Jussila, 2019.)

Jämsän ja Mannisen (2000, 54) teoksen mukaan kriisiytyneessä elämäntilanteessa asioiden muistaminen ei aina ole mahdollista. Asiakashuoneissa olevan kansion myötä asioihin voi palata silloin kuin asiakas kokee siihen olevan tarvetta. Oppaan keskeisen sisältö muodostuu tosiasioista, jotka kerrotaan täsmällisesti, ymmärrettävästi ja vastaanottajan tiedontarve huomioiden.

Toteutan toiminnallisen opinnäytetyön työelämälähtöisesti, jossa yhdistyy käytännön kokemus ja tutkimusaineisto. Opinnäytetyön kirjoittaminen käsittää kaksi produktiota, jossa toisessa raportoidaan suunnittelu- ja valmistusprosessista. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 129.)

4 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Osaaminen on tiedon ja taidon yhteen sulauttamista. Sosiaalialalla keskeiseen osaamiseen liittyy kyky tunnistaa ja täsmentää asiakkaan tarpeita ja kyky valita tarkoituksenmukaisia auttamismenetelmiä tai -keinoja. Osaamisen avulla henkilö kykenee analysoimaan eri tilanteita ja muodostamaan niistä uusia innovaatioita. Sosiaalialan tuote sisältää poikkeuksellisia piirteitä verrattaessa muiden alan tuotteisiin. Tuotteiden tarkoituksena ovat asiakkaan terveyden, hyvinvoinnin ja elämänhallinnan edistäminen. (Jämsä & Manninen 2000, 23-24.)

Kehittämistyö tarkoittaa prosessia, joka sisältää aloituksen ja suunnitteluvaiheen, työstövaiheen, tarkastuksen sekä viimeistelyvaiheen. Lopputuloksena on valmis tuote. Ammattikorkeakouluissa toiminnallinen opinnäytetyö tarjoaa vaihtoehdon tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Toiminnallisella opinnäytetyöllä tavoitellaan yhteistyötä ammatillisen kentän kanssa toteuttamalla esimerkiksi ohjeita, oppaita tai toiminnan järjestämistä. Ammattikorkeakoulutuksen tavoitteena on, että opiskelija toimii alansa asiantuntijatehtävissä ja osaa tehtävään liittyvän kehittämisen ja tutkimisen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä nämä koulutuksen edellyttämät valmiudet nivotaan yhteen. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9-10.)

Toiminnallisen opinnäytetyön myötä syntyvä konkreettinen tuotos tiivistää turvakotipalvelut, lähisuhdeväkivallan ilmiön ja turvakodin ulkopuolisia palveluita. Oppaan lisäksi opinnäytetyöhön kuuluu prosessin kuvaus ja opinnäytetyön vaiheiden raportointi. Tilaajatahon toiveita noudattaen opas on konkreettinen, kansiomuotoon tehty versio, jota täydentää toimeksiantajalle toimitettava sähköinen versio.

Koska toive oppaasta on tullut opinnäytetyön toimeksiantajalta, on tärkeää huomioida tilaajatahon tarpeet, jotta lopputulos vastaa mahdollisimman hyvin sille suunniteltua käyttötarkoitusta. Ideaalitalanne olisi se, että opas täydentäisi toimeksiantajan ja asiakkaan välistä palveluohjausta sekä asiakkaan omaa tiedonhakua ja asioiden hoitamista.

Jämsän ja Mannisen (2000, 28) tuotteistamisprosessin vaiheittainen malli on toiminut opaskansion kehitysmallina. Tuotteistamisprosessissa on seuraavat viisi vaihetta: ongelman tai kehittämistarpeen tunnistaminen, ideointi tarpeen vastaamiseksi, tuotteen luonnostelu, sen kehittäminen ja viimeistely. Vaiheissa on mahdollista edetä limittäin.

4.1 ”Et ole yksin, apua on saatavilla”- oppaan sisällön tuottaminen

Oppaan ideointi ja suunnittelu alkoi turvakodin työryhmän kanssa yhteistyössä. Keskustelimme yhteisesti sisällön tuottamisesta eli aihealueista, joita he toivoivat olevan esillä kansiossa. Päädyimme työryhmän kanssa jakamaan oppaan kolmeen keskeiseen teemaan: turvakotiasumiseen liittyvään asiakkuuteen ja arjen tiedon osuuteen, lähisuhdeväkivallan ja akuutin kriisin teoreettiseen osuuteen ja palveluohjaukselliseen osuuteen. Oppaan tuottamisen prosessi käynnistyi etsimällä lähdemateriaalia oppaan aihealueiden tueksi. Selvitin internetin hakutoimintojen kautta, löytyykö vastaavanlaista turvakotiasumiseen liittyvää opasta. Näytti siltä, ettei julkisesti ollut saatavilla laajamuotoista ja turvakotipalveluihin yksilöllistettyä opasta.

Aloitin kokoamaan oppaan teoreettista osuutta lähisuhdeväkivallan muodoista ja seurauksista. Väkivallan muodot esitetään tiiviissä muodossa keskittyen niihin ilmiöihin, jotka ovat yleisimmin havaittavissa tai tunnistettavissa. Tekstit käsittelevät lähisuhdeväkivaltaa myös perheen ja lasten näkökulmasta. Koin tärkeäksi kirjata oppaaseen lasten altistumisesta väkivallalle, jotta vanhemmat voivat löytää oppaasta tietoa siitä, miten lapsi käsittää perhettä kohdanneen akuutin kriisitilanteen ja kuinka lapsi on osallisena lähisuhdeväkivallassa, vaikka lapsi ei olisi tapahtumien välittömässä läheisyydessä. Opas tarjoaa vanhemmille keinoja tukea lasta kriisiytyneen tilanteen keskellä.

Trauman vaikutuksia käydään läpi kriisivaiheiden kautta. Trauman vaikutusten ymmärtäminen voi luoda asiakkaalle ”helpotuksen” tunteen siitä, etteivät he ole syyllisiä ylivoimaisilta ja hallitsemattomilta tuntuville asioille heidän elämässään.

Turvakotiasiakkuuden arjen osuuteen työryhmä toivoi minun kirjaavan oppaaseen turvakodin käytäntöjä ja turvalliseen asumiseen liittyviä toimintamalleja, joiden tulisi olla kaikkien asiakkaiden tietoisuudessa. Tällaisia asioita ovat esimerkiksi vaitiolovelvollisuus, kirjaamiskäytännöt, yksilön suojan toteuttaminen, lastenhoitoon liittyvät asiat ja päivittäiset ruokailuajat.

Palveluohjauksellisesta osiosta halusin tehdä käytännöllisen. Nostin esille lähialueen peruspalvelut, kuten terveydenhuollon, apteekkipalvelut, kaupat ja pankkiautomaatit sekä bussiyhteydet turvakodilta. Oppaaseen on koottu tietoa asiakkaan mahdollisuudesta tehdä tilapäinen postinsiirto turvakodille sekä KELAn palveluista ja tukimuodoista, kun asiakas päättää irtaantua väkivaltaisesta suhteesta ja tarvitsee siihen esimerkiksi taloudellista tukea. Oppaassa on lueteltu myös tahoja, jotka tekevät kriisi- ja väkivaltatyön avopalveluja ja näiden tahojen yhteystiedot ovat päivitettyssä muodossa myös oppaassa.

Oppaan tekstisisällöt ovat muokkautuneet prosessin aikana. Tilaajataho on ollut aktiivisesti mukana koko prosessin ajan lukemalla tekstejä ja antamalla kehittämisideoita esimerkiksi tekstin sujuvuuteen ja päällekkäisten asioiden poistamiseen liittyen. Produktin tekstiosuuksissa on kiinnitetty huomiota siihen, että ne puhuttelevat asiakasta. Osa tekstiosuuksista on kirjoitettu niin, että kieliasu on määritelty yksikön toiseen persoonaan, jolloin lukija voisi helpommin peilata asioita itseensä.

4.2 ”Et ole yksin, apua on saatavilla”- oppaan ulkoasun suunnittelu ja toteutus

Tilaajatahon toiveena oli, että asiakashuoneisiin sijoitettava opas olisi helppoluokinen ja visuaalisia elementtejä sisältävä tietopaketti.

Hahmotin oppaan alusta alkaen A4-kokoiseksi tulosteeksi, joka kansioidaan. Jokainen sivu on omassa muovitaskussaan, joka pitää oppaan siistimmässä kunnossa pidempään ja mahdollistaa sivukohtaisen tiedon päivittämisen.

Oppaassa on kaksi Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tuottamaa turvakotiasumista käsittelevää kuvaa. Muiden kuvien kohdalla on tehty kuvahaku, ja

kuvahaun asetuksiksi on määritelty uudelleen käytön oikeus ja muokattavuuden lupa.

Kuvat antavat asiakkaalle mahdollisuuden hengähtää tekstiä lukiessa. Kuvien lisäksi oppaaseen on valikoitunut kaksi lainattua tekstiä. Halusin tekstien puhuttelevan asiakasta. Toinen teksti on runo omien tarpeiden ja ajatusten tärkeydestä, kun taas toinen käsittelee laulun sanojen kautta henkisen väkivallan ja kontrolloinnin teemoja.

4.3 Asiakkaiden ajatuksia oppaasta

Tuotteen viimeistelyä varten tarvitaan palautetta ja arviointia. Tuotekehitysprosessin kannalta keskeistä on kerätä palautetta henkilöiltä, jotka eivät ole tutustuneet tuotteeseen suunnitteluvaiheessa. (Jämsä & Manninen 2000, 80.) ”Älä jää yksin, apua on saatavilla”- palvelukansiot ovat olleet asiakashuoneissa muutamana kuukauden ajan. Asiakkaat ovat kommentoineet huoneessa olevia kansioita omaohjaajakeskusteluissa ja jakson päättymiseen liittyvissä palautteenannoissa.

Asiakkaiden mielestä kansio on hyvä ja hyödyllinen lisä turvakotijakson aikaiseen työskentelyyn. Sitä on ollut helppo lukea omaan tahtiin huoneessa. Kansiossa on esitelty turvakotijakson aikainen työskentely ja turvakotiasumiseen liittyviä ohjeistuksia. Positiivisen palautteen lisäksi asiakkaat ovat pystyneet antamaan myös ideoita siitä, miten kansiota tulisi edelleen kehittää. Asiakkaiden toiveena olisi, että kansion kansi olisi houkuttelevampi. Tällä hetkellä kansiossa on mustat kannet, johon on painettu huonenumero ja teksti ”*Tutustu minuun huolella*”. Kansilehden lisäksi aikuisasiakkaat toivovat listausta luovista ja toiminnallisista menetelmistä, joita asiakas voisi hyödyntää turvakotijakson aikana.

5 POHDINTA

Tavoittelin työelämälähtöistä opinnäytetyötä sosionomiopintojen loppuvaiheessa. Työharjoittelujakso turvakodissa oikeaan aikaan mahdollisti sen, että pystyin vastaamaan heidän tarpeeseensa tuottamalla kyseisen asiakkaille suunnatun oppaan.

Asiakasoppaan tekeminen on ollut pitkä prosessi, joka on opettanut minua ja vahvistanut uskoa itseeni. Opinnäytetyön tekeminen on opettanut pitkäjänteisyyttä ja sinnikkyyttä, vaikka välillä on ollut hetkiä, jolloin kuvittelin, etten tällaista projektia saa valmiiksi. Asiakasoppaan tekemisen myötä turvakotiasuminen, siihen liittyvä työskentely ja palvelujärjestelmä hahmottuivat minulle selkeämmin. Asiakasoppaaseen kerättyä tietoa on ollut mahdollista hyödyntää myös työssä, kun teoreettinen ymmärrys lähisuhdeväkivaltaa ja kriisitilanteita kohtaan on kasvanut.

Asiakkaiden kanssa käydyissä keskusteluissa nousseet palautteet ”Apua on saatavilla, älä jää yksin”- kansiosta ovat selkeitä ja helposti oppaaseen lisättäviä muutosehdotuksia. Kansion kehittämisvaiheessa puhuttiin työryhmän kanssa siitä, olisiko kansioon mahdollista saada väkivallasta irrottautuneen henkilön omaa tarinaa. Asia jäi ideatasolle vailla toteutusta, mutta toivoisin, että myös tällainen vertaisen kertoma tai kuvittama tarina pääsisi osaksi asiakasopasta.

Toivon opinnäytetyöni olevan hyödyllinen lisä asiakastyöskentelyyn myös jatkossakin. Ohjaajilla tulee olla tarpeeksi resursseja oppaiden säännölliseen päivitykseen, jotta tieto vastaa käytäntöä ja tätä hetkeä. Jatkossa olisi hyvä keskustella asiakkaiden kanssa oppaan tarpeellisuudesta ja kehittää sitä yhdessä asiakkaiden kanssa heidän toivomaansa suuntaan.

LÄHTEET

- Aallonmurtaja-projekti (2006). *Väkivalta, trauma ja eheytyminen*. Tampere: Settlementtityhdistys Naapuri. Settlementtijulkaisuja 17.
- Hansen, S., Jäppinen, M., Latvala J. & Sams, A. (2016). *Kunniakäsitykset ja väkivalta – selvitys kunniaan liittyvästä väkivallasta ja siihen puuttumisesta Suomessa*. Ihmisoikeusliitto. Helsinki.
- Jussila, M. (2019.) *Omatyöntekijyys turvakodissa – Turvakotityön suola*. Opin- näytetyö. Turun ammattikorkeakoulu.
- Jämsä, K. & Manninen, E, (2000). *Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla*. Tammi.
- Kaaitila, A. (2017). Luentomuistiinpanot. Taloudellinen väkivalta parisuhteissa. Saatavilla 10.2.2019.
<https://www.avi.fi/documents/10191/9711666/Rahakonfliktit+ja+taloudellinen+v%C3%A4kivalta+parisuhteissa+Anniina+Kaaitila/fa450068-7fdb-460b-b18f-54f869485ce5>
- Laine, T. (2005). *Turvakotityön käytännöt. Asiantuntijuus ja sukupuolen merkitykset*. Yliopistopaino,
- Laitinen, M., Kinnunen, J. & Hannus R., (2017). *Varjosta valoon*. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu.
- Laitinen, M. & Ojuri, A. (2015) *Turvakoti työnä. Selvitys Ensi- ja turvakotien liiton jäsenyhdistysten turvakotityön sisällöistä ja vaikutuksista*. Ensi- ja turvakotien liiton julkaisu.
- Lehti, M. Henkirikoskatsaus (2018). Katsauksia 28/2018. Helsinki: Kriminologian ja oikeuspolitiikan instituutti, Helsingin yliopisto. Saatavilla 22.03.2019
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/233586/Katsauksia_28_Lehti_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mielenterveysseura. (2019). Shokista uuteen alkuun. Saatavilla 23.03.2019
<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/kriisit/shokista-uuteen-alkuun>

- Monika-Naiset liitto ry. (2019). Tunnista väkivallan eri muodot. Saatavilla 14.01.2019. <https://monikanaiset.fi/apua-vakivaltaa-kokeneille/tunnista-vakivallan-eri-muodot/>
- Nietola, Vuokko. (2011). *Väkivaltatyö asiantuntijayhteistyönä*. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. Helsinki.
- Nietola, V & Noppari E. (2017). Lähisuhdeväkivalta koettelee tunnistamista ja toimijuutta. Teoksessa J. Helminen (toim) *Asiakkaan moniammatillinen ohjaus sosiaali- ja terveysalalla*. Edita.
- Nikupeteri, A. (2016). *Vainottuna: eron jälkeisen vainon tunnistaminen ja uhrien kohtaaminen*. Verkkojulkaisuna: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-484-931-9>
- Nollalinja. (2019a). Mikä on väkivaltaa? Saatavilla 14.1.2019. <https://www.nollalinja.fi/mika-on-vakivaltaa/>
- Nollalinja. (2019b). Mikä on väkivaltaa? Saatavilla 14.1.2019. <https://www.nollalinja.fi/mika-on-vakivaltaa/>
- Perttu, S., Mononen-Mikkilä, P., Rauhala, R., Särkkälä, P. (2015). *Päänavaus selviytymiseen*. Naisten kulttuuriyhdistys. Verkkojulkaisuna: <http://www.naistenkulttuuriyhdistys.fi/wp-content/uploads/2015/06/P%C3%A4%C3%A4navaus-selviytymiseen-nettiopas.pdf>
- Reittonen, A. & Yläpihlajajärvi, I. (2017). *Turvakodin työntekijöiden ja asiakkaiden näkemyksiä turvakotijakson jälkeisestä tuesta*. Opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu.
- Rikosuhripäivystys (2014). Millaisia psyykkisiä ja sosiaalisia seurauksia rikoksen uhrille voi koitua rikoksesta? Saatavilla 22.04.2019. <https://www.riku.fi/fi/usein+kysyttya/millaisia+psyykkisia+ja+sosiaali+seurauksia+rikoksen+uhrille+voi+koitua+rikoksesta/>
- Siukola, R. (2014). *Miten puutun lähisuhdeväkivaltaan? Esimerkkinä päihde- ja mielenterveystyö*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere.
- Sosiaali- ja terveysministeriö (2008). *Lähisuhde- ja perheväkivallan ehkäisyn suositukset. Tunnista, turvaa ja toimi. Sosiaali- ja terveystoimelle paikallisen ja alueellisen toiminnan ohjaamiseen ja johtamiseen*. Verkkojulkaisuna: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74213/Julka>

[2008_9_perhevakivaltatyön_suosituks_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

Terveystieteiden tutkimuskeskus (2017). Mitä lähisuhde- ja perheväkivalta on?

Saatavilla 14.1.2019. [https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-](https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-per-heet/työn_tueksi/lahisuhde_perhevakivallan_ehkaisytyo/lahisuhde)

[per-](#)

[heet/työn_tueksi/lahisuhde_perhevakivallan_ehkaisytyo/lahisuhde](#)

Terveystieteiden tutkimuskeskus (2019). Turvakotipalvelut.

[https://thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-](https://thl.fi/fi/palvelut-ja-asiointi/valtion-sosiaali-ja-terveydenhuollon-erityispalvelut/turvakotipalvelut)

[terveydenhuollon-erityispalvelut/turvakotipalvelut](#)

Vilkkä, H. & Airaksinen, T. (2004) *Toiminnallinen opinnäytetyö*. 1-2.painos. Helsinki.

Väestöliitto. (2019). Parisuhdeväkivalta. Saatavilla: 14.01.2019

http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/parisuhdevakivalta/seksuaalinen-vakivalta/

LIITE 1. Et ole yksin – apua on saatavilla - opas



”Et ole yksin, apua on saatavilla”

Tietoa Turun turvakodista ja väkivallasta

Turun ensi- ja turvakoti sijaitsee osoitteessa

Luolavuorentie 7 b, 20810 Turku.

Perille pääsee helposti bussilla numero 18.

Bussi 18 (HARITTU) lähtee Linnankadulta Bar Edisonin edestä, pääkirjaston lähetyviltä ja ajaa Turun ensi- ja turvakodin pääoven eteen,

poisjäänti pysäkinumero 1722.

Turun turvakoti 02-5134100 / avoinna ympäri vuorokauden.



SISÄLLYSLUETTELO

Turun turvakodin yleisiä asioita

Työskentelyn periaatteet

Lähisuhdeväkivallan tunnistaminen, väkivallan kierre ja väkivallan vaikutukset

Traumaattinen kokemus ja kriisin vaiheet

Perheväkivalta lapsen silmin ja lasten kanssa tehtävä työ

Turvakodin läheisyydessä olevia palveluita

Asioiden järjesteleminen

TURUN TURVAKODIN YLEISIÄ ASIOITA

SINULLA ON OIKEUS PERUSTURVALLISUUTEEN. Tervetuloa Turun turvakotiin!

Turvakoti on avoinna 24h vuorokaudessa. Turvakodissa on ympärivuorokautinen päivystys. Alueella on tallentava videovalvonta ja palveluksessamme on Prevent24-turvallisuusyritys.

Jokaisen turvallisuuden ja yksityisyyden takaamiseksi kaikkien on kunnioitettava luottamuksellisuutta. Turvakodin ohjaajat eivät keskustele asiakkaiden henkilökohdaisista asioista muiden läsnä ollessa eivätkä toisten asiakkaiden kanssa. Kunnioitathan omaa ja muiden yksityisyyttä myös turvakotiasumisen jälkeen: Turun turvakodin asiakkaista kertominen ulkopuolisille on kielletty. Videopuheluiden ja tallenteiden tekeminen turvakodin tiloissa on kielletty.

Turvakotitoiminnan rahoittaa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Turvakoti on asiakkaalle maksuton.

Turvakodin ohjaajat työskentelevät asiakastiloissa klo 7-21 välisen ajan ja päivystysluonteisesti 21–07. Työryhmän raporttiajat 8.15–9.00 ja 14–15.

SUVAITSEVAISUUS: Turvakodin asiakkaat edustavat montaa eri kansalaisuutta ja kulttuuria. Kunnioitamme kaikkien samanarvoisuutta. Syrjintä ja kiusaaminen on turvakodissa kielletty.

LAPSET: Lapset ovat aina vanhempiensa vastuulla turvakodissa. Lapset eivät voi olla turvakodilla yksin. Lastenhoidollisesta avusta on sovittava henkilökunnan kanssa etukäteen.

HUONEET: Turvakodin huoneet ovat valmiiksi kalustettuja. Liinavaatteet ovat sängyissä valmiina, kylpyhuoneen varusteluun kuuluvat pyyheliinat ja wc-paperia. Asiakas ostaa hygieniatuotteet niin itselleen kuin lapsille, myös vaipat. Asiakashuoneisiin kuuluvat kalusteet ja tarvikkeet ovat turvakodin omaisuutta eikä niitä saa ottaa mukaan.

- YHTEISET TILAT:** Asiakashuoneiden lisäksi käytävissä ovat lapsille suunnatut leikki- ja pelihuoneet sekä yhteiskäytössä oleva olohuone ja keittiötila. Voit ostaa yhteiseen jääkaappiin sinulle tärkeitä tuotteita. Muistathan nimikoida ostoksesi.
- RUOKAILUT** Ateriat ovat maksuttomia turvakodin asiakkaille. Yhteisessä keittiössä on tarjolla aamu- ja iltapalatarpeita. Arkisin lounas tarjoillaan ruokasalissa (2krs.) klo 11.30. Päivällinen on tarjolla turvakodin tiloissa klo 15.30 alkaen. Viikonloppuisin ja pyhäpäivisin molemmat ateriat ovat turvakodilla.
- SIISTEYS:** Jokainen asiakas huolehtii oman huoneensa siisteydestä. Yhteisten tilojen siisteydestä huolehtii henkilökunta, mutta jokaisen asiakkaan vastuulla on siivota oman perheen asiat, kuten asiat / tavarat / lelut yleisistä tiloista.
- PYYKINPESU:** Pyykinpesuun on mahdollisuus turvakodissa ollessa. Pyykkihuone löytyy talon 1.kerroksesta. Työntekijät opastavat sinua pyykinpesuun liittyvissä asioissa.
- SAUNA:** Turvakodilla on torstaisin ja lauantaisin saunavuorot. Sauna sijaitsee rakennuksen ensimmäisessä kerroksessa. Saunavuorolista on jääkaapin ovesa kyseisenä päivänä.
- VIERAILUT:** Vieraita ei saa tuoda turvakodin kerrokselle. Tapaamiset tapahtuvat ala-aulassa sovitusti.
- ULKOILUALUEET:** Ensi- ja turvakodin takapiha on asiakkaiden ja perheiden vapaassa käytössä ja toimii hyvänä ulkoilualueena. Lähistöllä on myös ulkoilureittejä, joista saat lisätietoa henkilökunnalta.

- PÄIHTEET:** Alkoholin tai huumeiden käyttö on ehdottomasti kielletty. Tupakointi on kielletty talon kaikissa tiloissa. Tupakointialue on rakennuksen takana, aidatulla alueella.
- HENKILÖKUNTA:** Turvakodissa työskentelee ohjaajia ja sosiaalityöntekijä. Henkilökunnalla on vaitiolovelvollisuus, ja kaikki asiakkaiden asiat ovat luottamuksellisia. Henkilökunta on paikalla sinua varten. Jokaisella asiakkaalle nimetään omaohjaaja.
- PALVELUT:** Turvakodin asiakkaana saat ohjausta ja neuvontaa tarvitsiisi asioihin. Palvelusuunnitelman teko toteutetaan yhteistyössä henkilökunnan ja muun verkoston kanssa.
- KIRJAAMINEN:** Asiakastyön dokumentointi on tärkeä osa turvakodissa tehtävää työtä. Asiakastiedot on dokumentoitu asiakastietojärjestelmä Sofiaan. Dokumentoinnissa noudatetaan voimassa olevia lakeja. Sinulla on oikeus pyynnöstä nähdä ja tarkastaa kaikki sinua ja lapsia koskevat tiedot. (Henkilötietolaki 523/1999, 26 §).
- POISMUUTTO:** Turvakodista lähtevä asukas vie huoneesta roskat, palauttaa avaimet ja muut lainaamansa tavarat. Saat ottaa mukaasi ainoastaan omat henkilökohtaiset tavarasi. Toiminnan kannalta olisi tärkeää, että täyttäisit palautelomakkeen ennen turvakodilta lähtöä.

TURVAKOTIFAKTOJA

Lyhytaikainen turvapaikka

Ammatillinen tuki

Maksuton

Kriisiapu

Kodinomainen paikka

Suoja väkivallalta

TYÖSKENTELYN PERIAATTEET



"Turvallisuus, asiakkaan osallisuus, luotettavuus, kunnioittaminen, toivon luominen"

Turvakotipalvelujen kansalliset laatusuosituksen 2013: Mukailtu prosessikuvi

Asiakastyöskentelyä turvakodissa ohjaa laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000. Ensisijaista työskentelyssä on väkivallan kokijan ja lasten turvallisuus sekä väkivallan loppuminen.

Turvakodissa saat ohjaajan kanssa yhdessä käsitellä väkivaltakokemuksia ja niiden seurauksia elämässäsi. Turvakotijakson aikana ohjaajat auttavat akuuttien käytännön ja arjen asioiden hoitamisessa, kuten asunnon hankkimisessa, mahdollisesti lähestymiskiellon hakemisessa, rikosilmoitusten tekemisessä, sosiaalitoimen tavoittamisessa ja päivähoito- ja kouluasioiden järjestelyissä. Kannustamme pitämään perheen arkirutiineista kiinni myös turvakotijakson aikana.

Turvakodin työntekijöiden tavoitteena on taata asiakkaillemme turvallisuutta, antaa keinoja väkivaltakierteen katkaisuun sekä väkivallasta aiheutuneen kriisin ja trauman hoitamiseen.

Nimeämme kaikille asiakkaille tai asiakasperheille omaohjaajan. Omaohjaaja sopii kanssasi tapaamisaikoja.

TURVAKODIN PALVELUIDEN OHELLA:

MARAK-työskentely: MARAK- moniammatillisessa työryhmässä pyritään autamaan vakavaa lähisuhdeväkivaltaa kokeneita uhreja ja uhan alla eläviä henkilöitä. Tarkoituksena on arvioida vakvan väkivallan riski, laatia turvasuunnitelma yhteisesti ja tätä kautta parantaa henkilön turvallisuutta. MARAK-työn esitteet löydät kansion viimeisillä sivuilla. MARAK-työskentely on kuntakohtaista. Saat tarkempaa tietoa turvakodin ohjaajilta ja turvakodin sosiaalityöntekijältä.

Pelastusarmeija: Pelastusarmeijan vapaaehtoiset tarjoavat turvakodin asiakkaille konkreettista, kotiin päin tehtävää apua. Turvakodin henkilökunta varaa asiakkaalle alkuhaastattelun ajan Pelastusarmeijan toimipisteeseen.

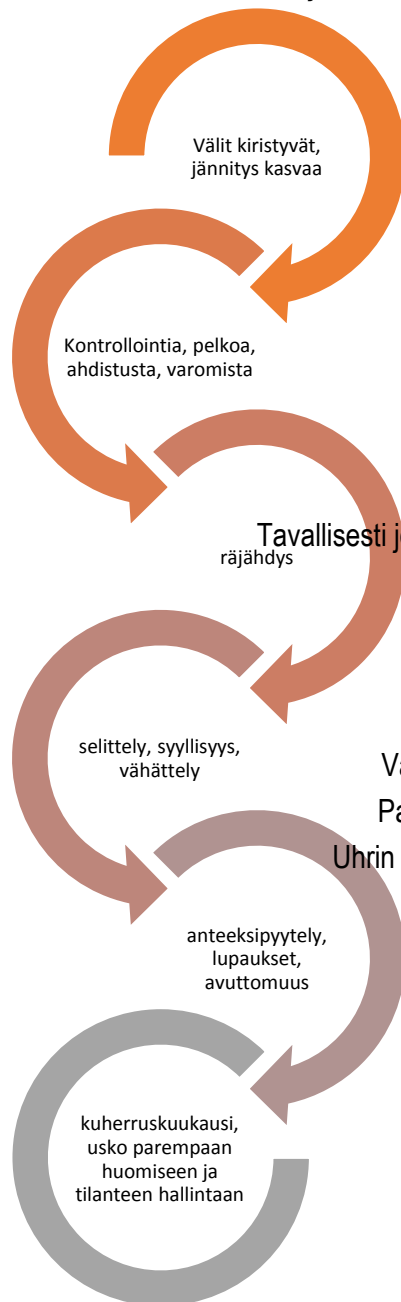
Turun kriisikeskus: Kriisikeskus tarjoaa tukea ja apua kriisistä selviytymiseen. Ajanvaraus numerosta 040 822 3961, arkisin klo 10.00–15.00.

Pilari: Pilari on Turun ensi- ja turvakodin väkivaltatyön avopalveluyksikkö. Pilari tarjoaa apua perheenjäsenille mahdollisimman samanaikaisesti yksilö-, pari- ja perhemuotoisesti. Yhteydenotot Hanna Mansikka-aho p. 050 4081 806

TIETOA VÄKIVALLASTA: VÄKIVALLAN KIERRE

”Riitaan tarvitaan kaksi – väkivallasta vastuu on vain tekijällä”

Lähisuhdeväkivallalle on tavallista, että suhteessa vaihtelevat väkivallan ja lämmön jaksot. Lähisuhdeväkivalta, kuten mikään muukaan väkivalta, ei ole koskaan hyväksyttävää eikä se ole koskaan väkivallan kohteeksi joutuneen syy. Vastuu väkivallasta on aina sen tekijällä.



Alussa esiintyy erimielisyyttä, puolisoiden välit kiristyvät ja perheessä yleensä riidellään.

Tyytymättömyys luo riitatilanteita.

Jännitys voi purkautua erilaisina väkivallan muotoina

Riitelystä voi liittyä myös fyysistä väkivaltaa.

Erimielisyys jää usein käsittelemättä ja jännitys kasvaa.

Uhri pelkää, ahdistuu ja varoo puolisoaan.

Jännityksen kasvua seuraa väkivaltatilanteen ”räjähdys” eli esimerkiksi fyysinen pahoinpitely.

Tähän saattaa liittyä myös päihteiden käyttöä,

joka voi merkitä väkivallantekijälle ”hyväksyttävää” syytä käyttäytyä väkivaltaisesti.

Väkivaltatilanteen jälkeen seuraa rauhallinen, sovitteleva vaihe.

Pahoinpitelijä ilmaisee katumusta, pyytää anteeksi ja hyvittelee.

Uhrin ahdistus ja häpeä kannustavat väkivallan käyttäjää lupauksiin väkivallattomasta elämästä: ”Tämä ei koskaan enää toistu!”

Anteeksipyytämistä seuraa usein anteeksianto.

Kumpikin puoliso haluaa elämän jatkuvan rauhallisena.

Jonkin aikaa menee yleensä hyvin, mutta hoitamattomana väkivallalla on tapana uusiutua.

Vähitellen väkivalta voi muuttua yhä kovemmaksi ja esimerkiksi henkinen väkivalta voi muuttua fyysiseksi.

Väkivaltakierre alkaa pyöriä yhä kiivaammin.

Väkivallasta saattaa tulla perheelle luonnoton vääristyneen todellisuuden tila, jonka piirteitä ovat väkivallan vähättely ja väkivallan oikeutettuna pitäminen.

(Lähde: Nettiturvakoti - Väikivallankierre, www.nettiturvakoti.fi)

LÄHISUHDEVÄKIVALLAN TUNNISTAMINEN

”Vuodesta 1995 lähtien pahoinpitely yksityisellä paikalla on ollut yleisen syytteen alainen rikos. Kotona tapahtunut pahoinpitely ei ole siis yksityisasia.”

Suomen perustuslain mukaan jokaisella on oikeus elämään, henkilökohtaiseen vapauteen, koskemattomuuteen ja turvallisuuteen. Lain mukaan ketään ei saa tuomita kuolemaan, kiduttaa eikä muutoinkaan kohdella ihmisarvoa loukkaavasti. (L731/1999, 7§, 19§)

Lähisuhdeväkivallan uhriksi joutumisen jälkeen on tärkeää käydä lääkärissä. Fyysiset vammat olisi hyvä todentaa 72h kuluessa väkivallanteon jälkeen.

FYYSINEN VÄKIVALTA

Fyysinen väkivalta on toimintaa, joka aiheuttaa kipuja ja vammoja sekä tilapäisiä tai pysyviä toiminnan vaikeuksia. Se voi olla tönimistä, lyömistä, kiinni pitämistä, liikkumisen estämistä, hiuksista repimistä, teräaseella uhkaamista tai satuttamista, kuristamista, välillistä vahingontekoa kuten esineen heittämistä tai muuta fyysistä voimankäyttöä. Fyysinen väkivalta sisältää aina myös henkistä väkivaltaa.

HENKINEN (PSYYKKINEN) VÄKIVALTA

Väkivallan uhka on henkistä väkivaltaa. Pelkoa tai pelossa elämistä voidaan pitää väkivallan merkittävimpänä ja yleisimpänä ”oireena”. Henkisen väkivallan muotoja ovat alistaminen, nimittelemine, haukkuminen ja nöyryyttäminen. Se voi olla myös julkista nolaamista, naurunalaiseksi tekemistä. Henkistä väkivaltaa on myös sosiaalinen eristäminen esimerkiksi ystävistä tai sukulaisista, taloudellinen alistaminen, mielipiteiden ilmaisun tai pukeutumisen kontrollointi, vapaasti ulos menemisen estäminen, seksuaalisuuteen liit-

tyvä psyykkinen alistaminen tai fyysisellä väkivallalla uhkaaminen.

SEKSUAALINEN VÄKIVALTA, HÄIRINTÄ JA HYVÄKSIKÄYTTÖ

Seksuaalisessa väkivallassa on läsnä pakottaminen ja altistaminen toiminnalle, joka sotii omaa henkilökohtaista koskemattomuutta vastaan. Se voi olla seksuaalisia vihjailevia eleitä, ilmeitä, kommentteja tai ehdotuksia. Ehdotukset voivat tulla kasvotusten, viestein, kuvin. Tekijä voi painostaa uhria koskettelemaan tai katsomaan vastoin tahtoa. Se voi olla myös pakottamista seksuaaliseen kanssakäymiseen.

LAIMINLYÖMINEN JA KALTOINKOHTELU

Tämä väkivallan muoto kattaa fyysisen, psyykkisen ja seksuaalisen väkivallan sekä lapsen tai vammaisen henkilön hoidon laiminlyönnin. Lapsen tai lapsen hoidon laiminlyönti tarkoittaa lapsen eri tarpeiden huomioimatta jättämistä, niiden rajoittamista tai estämistä, esimerkiksi aikuisen tai lapsen estämistä hakeutua / osallistua tarvitsemiensa palveluiden piiriin.

HENGELLINEN VÄKIVALTA

Hengellinen väkivalta on henkistä väkivaltaa, johon liittyy uskonnollinen ulottuvuus. Sen ilmenemismuotoja ovat pelottelu, käännättäminen, syyllistäminen, eristäminen ja kontrollointi. Tarkoituksena hengellisessä väkivallassa on nujertaa toisen ihmisen elämäkatsomus, elämäntapa tai mielipide.

TALOUDELLINEN VÄKIVALTA

Taloudellinen väkivalta on eräs alistamisen ja vallankäytön muoto. Sen tarkoituksena on tehdä uhri täysin taloudellisesti riippuvaiseksi väkivallan käyttäjästä. Väkivalta ilmenee harhauttamisena, kiristämisenä, kavaltamisena ja rahan käytön kontrolloimisena. Uhrin on esimerkiksi tehtävä tark-

ka selvitys rahankäytöstään esittämällä kuitit ostoksistaan. Taloudellinen väkivalta voi myös näyttäytyä niin, että tekijä käyttää rahojasi/omaisuuttasi ilman lupaa, tekee taloudellisia päätöksiä yksin, painostaa velan/luoton ottamiseen, omaisuuden tuhoaminen tai sinulle ”epäedullisten sopimusten” tekemisenä painostuksen alaisena.

KUNNIAAN LIITTYVÄ VÄKIVALTA

Kunniaan liittyvästä väkivallasta puhuttaessa tarkoitetaan perheissä, suvussa tai yhteisöissä tapahtuvaa kunnian puolustamiseen liittyvää väkivaltaa. Kunniaan liittyvä väkivalta voi olla fyysistä tai henkistä. Kunniaväkivaltaa voi olla esimerkiksi: painostaminen, rajoittaminen, esimerkiksi pukeutumiseen, seurusteluun ja harrastuksiin puuttuminen, uhkailu, esimerkiksi kotimaahan lähettämällä pelottelu ja avio- liittoon pakottaminen tai avioeron saamisen estäminen.

Kunniaan liittyvän väkivallan taustalla on kokemus siitä, että perheen, suvun tai yhteisön kunniaa on loukattu. Väkivallan avulla pyritään tämän kunnian palauttamiseen. Perhe tai suku yrittää säilyttää kasvonsa muiden edessä ja useat suvun jäsenet saattavat osallistua kunniaväkivaltaan tai antaa sille tukensa.

VAINO

Vaino on yksi lähisuhdeväkivallan muoto, joka liittyy usein eron jälkeiseen tilanteeseen. Vaino ei välttämättä jätä näkyviä jälkiä, mutta voi sisältää riskin edetä jopa hengen riistoon. Se on toimintaa, jossa tekijä kontrolloi arkea, rajoittaa sosiaalista tilaa ja toimintaa. Vainon tekijä aiheuttaa uhrissa ahdistusta, pelkoa ja turvattomuutta omalla vallallaan ja voimallaan.

Vainon muotoina voidaan nähdä uhkaaminen uhria tai heidän lasta kohtaan. Tekijä voi esimerkiksi levittää perättömiä tietoja, tuhota omaisuutta, pelotella, seurata, tarkkailla, kaapata henkilötietoja ja käyttää niitä väärin. Yhteydenpi-

don runsaus, seuraaminen eri kohteisiin joko salaa tai toistuvasti on näkyvä vainon muoto. Myös paketin/kirjeen toimittamiset, ovella usein käyminen, huomionsoitusten toimittaminen, luvatta toisen omaisuuteen tunkeutuminen ovat myös vainon muotoja. Vainoaminen on rikos.

Kaikissa väkivallanmuodoissa toistuvuus lisää vakavuutta!

*"Mä en saa tutustua tai edes tekstaa
Kun mun salasanoja sulla on liikaa
Mä voisin ihastua vaik kaupan kassaan
Siks tuut mukaan*

*Kaikki muuttuu huomenna sit ku mä oon vapaa
Haluun muuttaa Suomesta sit ku mä oon vapaa*

*Haluun pussailla kaikkien kaa
Jos ne saa mut unohtamaan et jotain puuttuu huoneesta
sit ku mä oon vapaa*

*Mä voisin tehdä ihan mitä vaan
Lähtee vaikka opiskelemaan
Mut susta se on naurettavaa*

*Vaikka mä en ehkä milloinkaan
Pysty sitä sulle sanomaan
Tänään päätin taas että nukutaan vikaa kertaa*

*Kaikki muuttuu huomenna sit ku mä oon vapaa
Haluun muuttaa Suomesta sit ku mä oon vapaa
(SANNI- Sit ku mä oon vapaa 2018)"*





PERHEVÄKIVALTA LAPSEN SILMIN

”Pikku Pupu loikki viljapellon poikki. Iloitsi kauniista päivästä, ei näkynyt merkkiä huolen häivästä. Kuunteli linnun laulua, kun tunsu äkkiä pelkoa, kauhua. Hän suuresti säikähti, kun salama taivaalla värähti, jyrähti. Pikku pupu kotona, on yhä arkana. Mielessä salama, jyrinä, hännässä hirveä tärinä.

Maistu ei pupulle porkkana, jaksu ei leikkiä tarkkana. Kurja olo masussa on, elämä on iloton. Tarpeeksi on pupu levännyt, ja monena aamuna herännyt. Iso pupu sänkyyn peiteltyt, päätä silitellyt, kuunnellut. Muiden kanssa, kun on viettänyt aikaa, on alkanut vihdoon oivaltaa: säikähdin, kun en tiennyt mikä salama sellainen. Vaikka jotakin muuttunut on, uskallan olla jo peloton.” (Hassan & Myllyoja 2009.)

Väkivalta on lapselle ja nuorelle haitallista. Väkivallan näkeminen on yhtä vahingollista kuin sen kohteeksi joutuminen. Lapsi/Nuori kokee väkivallan sivusta seuraamisen ahdistavaksi, pelottavaksi ja hämmentäväksi. He oppivat aavistamaan väkivallan, vaikeivat olisi samassa tilassa.

Fyysinen väkivalta on lapsen kehon satuttamista eri tavoin. ”Kasvatuksellinen kuritus” on myös lapsen kohdistuvaa väkivaltaa, jota ei saa hyväksyä ja se on rikos Suomessa. Lasta vaurioittaa myös jatkuva nimittely, nöyryyttäminen, uhkailu, mielihiteiden ja tekemisten aliarvioiminen sekä pelottelu. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017.) Lapsen kohdistuva vanhemman toteuttama väkivalta haavoittaa luottamussuhdetta. Lapsen turvattomuuden tunnetta lisää vanhemman arvaamaton

käytös, lapsen hoidon laiminlyönti ja kodin kireä ilmapiiri. Myös sisarusten välinen riitely voi olla väkivaltaa.

Seuraukset

Mitä pienempi lapsi on, sitä vaikeampia vammoja hän voi saada aikuisen kovakouraisessa käsittelyssä. Voimakas lyhytkestoinenkin ravistelu tai päähän kohdistuvat iskut ovat pienelle erittäin vaarallisia. Ne voivat aiheuttaa hengenvaarallisia ja pysyviä vammoja aivojen ja silmien alueelle.

Lapsen oireilu usein epämääräistä: mahakipua, itkuisuutta, jännittämistä, univaikeuksia, keskittymisvaikeuksia koulussa. Väkivaltaa kokeneen lapsen tasapainoinen kehitys voi vaikeutua ja hän saattaa altistua psykosomaattisille ja psyykkisille sairauksille kuten masennukselle. Hän voi tuntea sekä voimattomuutta että vihaa, ja oireilla usein vakavasti.

Lapsi on ahdistunut ja turvaton. Alttius käytösongelmiin, sopeutumattomuuteen ja aggressiivisuuteen kasvaa. Keskittymis- ja oppimisvaikeudet ovat tavallisia väkivalta lasta kärsivän lapsen oireita. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017.)

Auta lastasi selviytymään ”*Turvaa, lohduta, anna tietoa*”

Väkivalta on koko perheelle kriisi. Kriisien kohdatessa rutiinit luovat turvallisuutta. Lapsen kriisitilannetta vakautetaan huolehtimalla turvallisuutta tuovasta normaalista päivärytmistä. Säilyttäkää rutiinit. Syökää, ulkoilkaa ja nukkukaa samoin kuin ennen. Rutiinit luovat lapselle turvaa. Uskalla puhua lapselle väkivallasta ja anna lapselle lupa puhua omista kokemuksistaan perheessä. Näin helpotat lasta pääsemään eroon ahdistavasta salaisuudesta. Auta lasta ymmärtämään, ettei hän ole ainoa perheväkivaltaa kokenut lapsi.

Painota, että väkivalta ei ole koskaan lapsen syy, vaikka lapsi olisi tehnyt tuhmasti / hölmöilyt ja toiminut tottelemattomasti tai suoriutunut huonosti koulussa. Selvitä lapselle, ettei perheväkivalta lopu, vaikka lapsi yrittäisi olla kiltimpi ja kuuliaisempi. Anna lapselle vapaus ilmaista kaikkia tunteita – myös vihaa. Vihaisena ei saa kuitenkaan satuttaa ketään.

Anna lapselle aikaa leikkiä omia leikkejään. Leikki vähentää lapsen ahdistusta ja auttaa käsittelemään tunteita. Jos lapsi kantaa mukanaan jotain lelua tai esinettä, anna lapsen pitää se. Lapsi hakee siitä todennäköisesti turvaa ja saattaa tarvita sen läsnäoloa.



Piirrä, askartele tai leiki lapsen kanssa. Yhdessä puuhaileminen lasta kiinnostavien asioiden parissa auttaa sinua rakentamaan suhdetta lapseen. Esimerkiksi piirtäminen väkivaltatilanteen jälkeen auttaa lasta purkamaan tilanteen aiheuttamaa stressiä.

Voit kertoa lapsen päivähoidon tai kouluun perheenne muuttuneesta, traumaattisesta tilanteesta. Tiedon kautta lapsen mahdolliset reaktiot ymmärretään ja kohdataan oikein. Lasta auttaa parhaiten, kun sopii jonkun lapselle turvallisen ja tutun aikuisen kanssa, että hän on läsnä ja tukena lapselle. (Lapsi ja kriisi, THL)

Lapsen kanssa tehtävä työ

Lastensuojelulaissa edellytetään, että lapsen tuen ja suojelun tarve otetaan huomioon aikuisille suunnatuissa palveluissa (Lastensuojelulaki 417/2007, 10 §).

Lapsi on turvakodin asiakas ja on tärkeää, että lapsi saa puhua väkivallasta. Lapsityössä lähtökohtana on lapsen osallisuus ja voimavarat. Turvakodissa pidämme tärkeänä sitä, että lapsi voi kertoa kokemuksista ja hänen kanssaan tehdään väki-

vallan riskiarviota. Lapsen kanssa tehdään turvasuunnitelma, kartoitetaan lapsen kanssa hänen läheisverkostoaan ja aktivoidaan se mahdollisuuksien mukaan hänelle tueksi ja voimavaraksi. (Turvakotipalvelujen kansalliset laatusuositukset 11/2013)

VÄKIVALLASTA SELVIITYMINEN

(Naistenlinja, väkivallasta selviytyminen)

Väkivallasta selviytyminen on monivaiheinen tie. Pohdit, onko kokemuksesi väkivaltaa vai ei. Nyt olet havahtunut ja ymmärtänyt, että sinua/teitä on kohdeltu väärin. Usein päätöksen kypsyttely kestää: häilyt varmuuden ja epävarmuuden välillä.

Ongelma pitää tunnistaa, ennen kuin sen voi ratkaista. Kun olet antanut kokemuksellesi nimen, sen käsittely voi alkaa. Pelko ja suru ovat läsnä, joskus myös viha. Syyllisyyden tunteet ovat yleisiä, vaikka väkivalta on aina tekijän vastuulla. Monet reagoivat kehollaan ja saattavat voida pahoin, kärsiä sydämen tykytyksestä ja unettomuudesta. Keskittyminen voi olla vaikeaa. Tämä on raskas, mutta tärkeä vaihe.

Toipuminen vaatii salaisuuden jakamista. On tärkeää, että sanoitat itse – puhut ääneen tai kirjaat omia ajatuksiasi. Tämän lisäksi on tärkeää, että sinulla on joku, joka kuuntelee ja uskoo sinua. Me turvakodilla haluamme edistää toipumistasi emmekä vähättele kokemustasi.

Luottamus molemmin puolin on avain yhteistyöhön. Voimme auttaa sinua aktivoimaan myös lähipiiriäsi, jotta löydät henkilön, johon luottaa myös turvakodin ulkopuolella.

Kun saat varmuutta, olet valmis toteuttamaan muutoksia elämässäsi. Pystyt pitämään päätöksistäsi ja vapaudestasi kiinni. Mennyt saa uuden muodon. Olet uhrin sijaan selviytyjä.

TRAUMAATTINEN KOKEMUS JA KRIISIN VAIHEET

(Lähteet – Suomen mielenterveysseura)

Väkivallan kohteeksi joutuminen on traumaattinen kokemus. Yhteistä kaikelle väkivallalle sen muodosta riippumatta on se, että se satuttaa ja saa ihmisen usein tuntemaan itsensä huonoksi ja arvottomaksi. Väkivaltakokemukseen voi liittyä esimerkiksi seuraavia tuntemuksia: *Turvattomuus ja pelot, ahdistus, syyllisyys ja häpeä, arvottomuus, avuttomuus ja voimattomuus, viha ja aggressio, katkeruus ja kostonhalu sekä ruumiillisia oireita, kuten päänsärkyä, univaikeuksia tai vatsakipuja.* Traumaattiseen kriisiin liittyvät seuraavat vaiheet: shokkivaihe, reaktiovaihe, käsitteilyvaihe ja uudelleen suuntautumisen vaihe.

SHOKKIVAIHE

- Shokkivaiheen reaktiot voivat tuntua pelottavilta ja omituisilta. Osa shokkivaihetta elävistä lamaantuu, osa käyttäytyy mekaanisesti. Lamaantuminen ja levottomuus saattavat vaihdella vuoron perään.
- Tähän vaiheeseen voi liittyä myös tapahtuman kieltämistä, tunteiden pois sulkemista, epätodellista ja ulkopuolista oloa sekä huutamista, itkemistä ja paniikkia.
- Shokkivaihetta elävien näennäinen tunteettomuus saattaa hämmentää läheisiä ihmisiä.

REAKTIOVAIHE

- Reaktiovaiheessa aletaan vähitellen kohdata järkyttävää tapahtumaa. Oudot tuntemukset ovat osa tätä prosessia, sillä mieli yrittää vielä kieltää tapahtuneen.
- Tässä vaiheessa on tärkeää saada konkreettisia ohjeita ja tukea arjesta selviämiseen.
- Kuuntelija on tärkeässä roolissa sillä tapahtuman käsittely on alkamassa. Kriisin tapahtumat toistuvat muistikuvina hereillä ollessa ja nukkuessa.
- Puhuminen auttaa ymmärtämään tapahtunutta, tunteita on helpompi kohdata, kun ne nimetään.
- Reaktiovaiheeseen saattaa liittyä pelkoa ja ahdistusta, itesyytöksiä, unettomuutta ja ruokahaluttomuutta sekä muita fyysisiä oireita

KÄSITTELYVAIHE

- Käsittelyvaiheessa kriisin aiheuttanut tapahtuma aletaan ymmärtää eikä sitä enää kielletä.
- Käsittelyvaiheessa voi olla muisti- ja keskittymisvaikeuksia, ärtyneisyyttä sekä sosiaalisista suhteista vetäytymistä
- Tässä vaiheessa tiedostetaan kriisin aiheuttamat muutokset ja usein pohditaan omaa identiteettiä, uskomuksia sekä vakaumuksia.
- Valmistaudutaan suuntaamaan ajatukset tulevaisuutta kohti

UUDELLEEN SUUNTAUTUMISEN VAIHE

- Kriisin uudelleen suuntautumisen vaiheessa tapahtuneet asiat alkavat muuttua osaksi elämää ja kokemusta omasta itsestä
- Tapahtuneen kanssa pystyy elämään eikä se ole mielessä jatkuvasti
- Luottamus elämään palautuu
- Vaikean kriisin läpikäyneet ihmiset kertovat löytäneensä itsestään sellaisia voimavaroja, joita he eivät tieneet olevan olemassa.

TURVAKODIN LÄHEISYYDESSÄ OLEVIA PALVELUITA

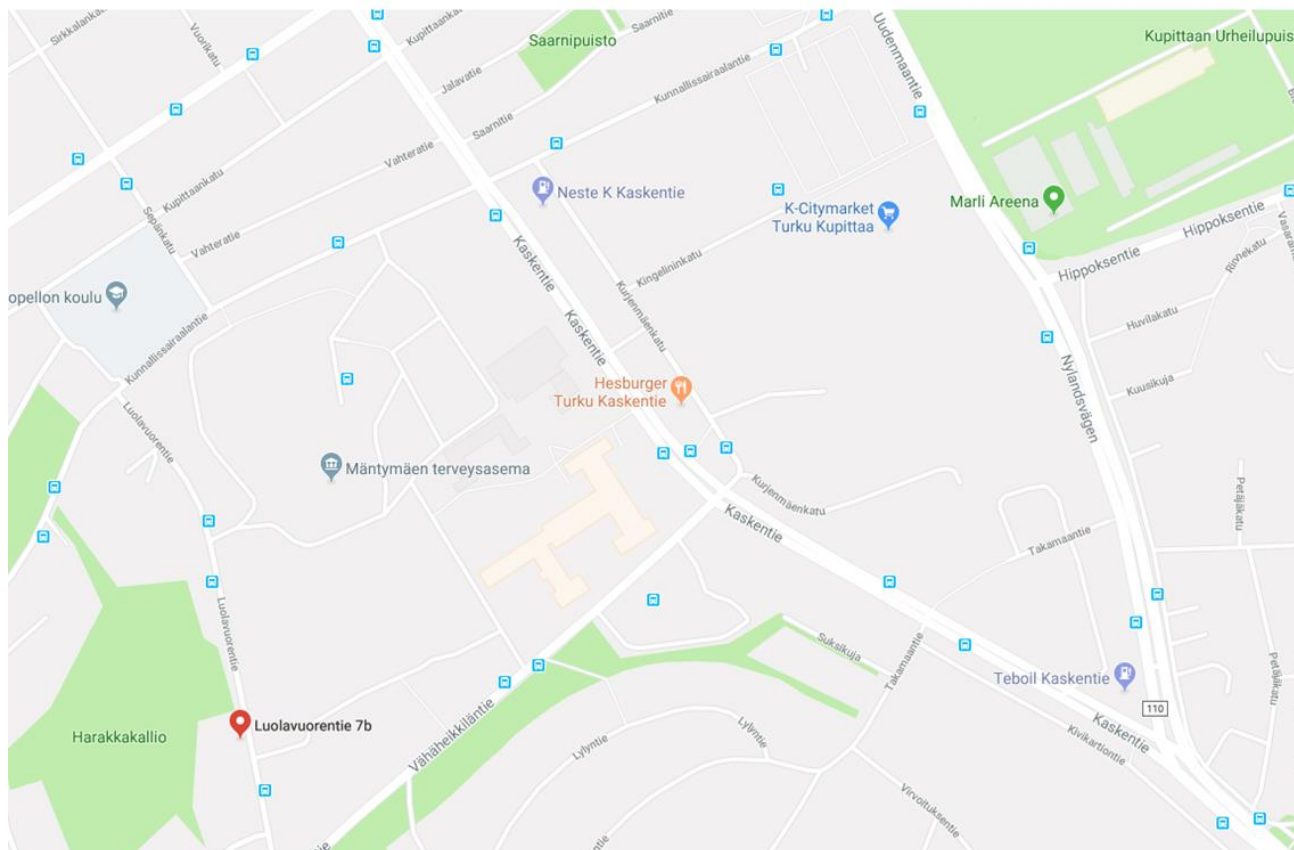
Terveydenhoitopalvelut: Terveysasema Mäntymäki 2 vastaa ulkopaikkakuntalaisten terveydenhuollon akuuttiajanvarauksista. Ajanvaraus henkilökunnan kanssa yhdessä

Ruokakauppa: K-Citymarket Kupittaa, Uudenmaantie 17.

Matka turvakodilta noin 1,1km. Avoimna 8-22, pyhinä 10-22. Postipalvelut, apteekki

Huoltoasema: Neste +K-market, Kaskentie 2. Matka turvakodilta noin 900m. Avoimna 24h.

Apteekki: Kupittaaan apteekki, Kunnallissairaalan tie 20. Matka turvakodilta noin 750m. Avoimna ma-pe 8-20, la/su 12-18.



MUITA AVUNTARJOAJIA LISTATTUNA

- Nollalinja on valtakunnallinen, maksuton auttava puhelin kaikille, jotka ovat läheisessä ihmissuhteessaan kokeneet väkivaltaa tai sen uhkaa. Nollalinjalle voivat soittaa myös väkivaltaa kokeneiden läheiset sekä ammattilaiset ja viranomaiset, jotka tarvitsevat neuvoja asiakastyöhönsä. Ympäri vuorokautinen päivystys puh. 080 005 005.
 - Monika-Naisten ylläpitämä väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille maahanmuuttajanasille tarkoitettu Voimavarakeskus Monikan auttava puhelin 0800 05058 ma-pe klo 9-16. Puhelimeen vastaavat Voimavarakeskuksen kriisityöntekijät
 - Rikosuhripäivystyksen auttava puhelin p. 116 006 tarjoaa rikoksen uhrille mahdollisuuden keskustella sellaisen henkilön kanssa, joka ymmärtää, mitä rikoksen kohteeksi joutuminen voi merkitä. Päivystys ma-ti klo 13-21 ja ke-pe klo 17-21
 - Miesten kriisikeskus: puhelin 09 612 9370
 - Naisten Linja väkivallan uhreille: www.naistenlinja.fi, tukinumero 0800-02400
 - Eroperheille nettiapua www.apueroon.fi
 - Nettiturvakoti väkivallan uhreille: www.turvakoti.net
 - VARJO – vainon tukikeskus: <https://varjosta.fi>
- Rikoksen uhrilla on oikeus saada maksuton oikeusavustaja sekä esitutkintaan että oikeudenkäyntiin uhrin tuloista riippumatta, kun kyseessä on syyttäjän ajama rikosasia (ei kuitenkaan lievä pahoinpitely): seksuaalirikos, läheisen ihmisen tekemä väkivalta, muu henkeen, terveyteen tai vapauteen kohdistuva rikos. Avustajan palkkion maksaa näissä tapauksissa valtio. Avustaja voi olla oikeusaputoimiston julkinen oikeusavustaja, yksityinen asianajaja tai muu lakimies, joka saa toimia oikeudessa asiamiehenä.

ASIOIDEN JÄRJESTELEMINE

Turvakotiin tullessasi pohdit varmasti tulevia asumisratkaisuja. Jos tarkoituksenas on etsiä uusi asunto, niin seuraavat tiedot voivat helpottaa prosessissa.

Turvakodin henkilökunnalta saat ohjausta ja neuvontaa tukien hakemisessa, lomakkeiden ja lomakkeiden täyttämässä.

POSTI: Voit siirtää postisi tulemaan väliaikaisesti turvakotiin tekemällä muuttoilmoituksen joko Postin sivuilla verkkopankki-/tunnistustiedoilla tai kirjallisesti postittamalla. Postinkääntö astuu voimaan 2-5 arkipäivän kuluessa ilmoituksen vastaanottamisesta.

KELA: asumismenot perustoimeentulotuessa (tiedot päivitetty 10/2018)

Asumismenoina voidaan huomioida kohtuullisen suuruisina vuokra sekä erikseen maksettavat vesimaksut ja lämmityskustannukset (kuten sähkölämmitys). Vuokramenon lisäksi hyväksytään vesimaksuna 21,60 e / henkilö

Turun lähikuntien vuokramenojen kuntakohtaiset rajat:

Kunta	Yksin asuva, e/kk	2 hengen perhe, e/kk	3 hengen perhe, e/kk	4 hengen perhe, e/kk	+ lisähenkilöä kohden e/kk
Turku	540	620	721	861	104
Raisio	514	650	792	927	101
Kaarina	528	636	730	812	96
Salo	460	544	632	716	99
Loimaa	382	514	623	762	96

MUUTTOAVUSTUS: Kela voi myöntää perustoimeentulotukea muuttoon liittyviin välttämättömiin menoihin, kuten muuttokuorman kul-

jetukseen. Hoitaessasi muuton itse, toimeentulotuen laskelmaasi voidaan huomioida muuttoraha menona. Muuttorahan suuruus on 120 tai 180 euroa. Rahan suuruus riippuu muuttomatkan pituudesta. Erityistilanteissa, esimerkiksi terveydellisin perustein, Kela voi antaa myös maksusitoumuksen muuttopalvelun käyttöön. (Kela, 05/2018)

VUOKRAVAKUUS: Kela voi myöntää perustoimeentulotukea vuokravakuutta varten. Vuokravakuus annetaan yleensä maksusitoumuksena vuokranantajallesi.

LAPSILISÄ: Erotilanteessa lasten kanssa asuvan vanhemman on mahdollista hakea itselleen yksinhuoltajakorotusta lapsilisään. Hakeminen tapahtuu Kelan nettisivuilta.

VUOKRA-ASUNTOJA

TVT-ASUNNOT / Turun kaupungin vuokra-asunnot:

www.tvt.fi

SATO: www.sato.fi

LUMO: www.lumo.fi

Avori: www.avori.fi/kohteet

KAS-asunnot: www.kas.fi

Vuokraturva: www.vuokraturva.fi

Kohdennetusti vuokra-asuntotarjonta:

www.oikotie.fi/vuokra-asunnot

www.vuokraovi.com

*Tarvitset kattilan ja patjan
ja vettä. Ja mitä muuta?*

*Jotain jonka vuoksi nukkua
tai sitten tuijotella kuuta.*

*Tarvitset katon pääsi päälle
ja seinät. Ja mitä muuta?
Jotain jonka vuoksi herätä
kun aamu soittaa pihapuuta.*

*Ja sinä aivan yksinkertaisesti
tänäänkin hengität.
Jokin elää. Kuulet äänet, monet äänet
kuulet ainakin lähimmät.*

*Tarvitset lujan päätöksesi,
sen, minkä olet tehnytkin -
että täällä minä elän
enkä käännä takaisin.*

-Ilpo Tiihonen-



Turvakotiin voit aina tulla takaisin.