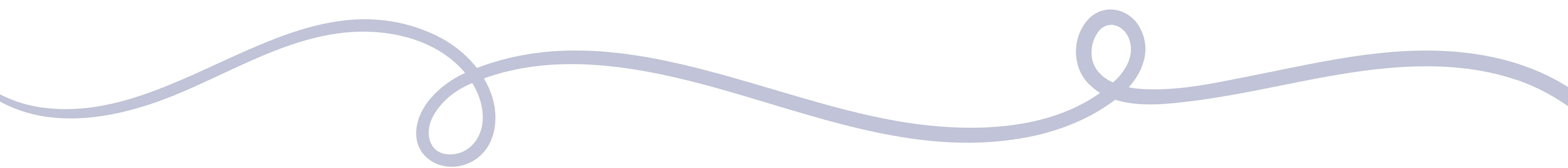


Opas traumasensitiiviseen kohtaamiseen

Raskauden aikainen lähisuhdeväkivalta




Opas on toteutettu Savonia-ammattikorkeakoulun kättilöopiskelijoiden opinnäytetyönä 2023, yhteistyössä Aktiivinen synnytys -yhdistyksen kanssa.



Lukijalle

Tämä opas on tarkoitettu Aktiivinen synnytys ry:n vapaaehtoistyöntekijöiden tueksi traumasensitiiviseen kohtaamiseen. Opas sisältää tietoa raskaudenaikaisesta lähisuhdeväkivallasta sekä apua sen tunnistamisessa ja puheeksiotossa.

Oppaan tavoitteena on parantaa vapaaehtoistyöntekijöiden valmiuksia traumasensitiivisessä kohtaamisessa ja lisätä tietoa raskaana oleviin kohdistuvasta lähisuhdeväkivallasta sekä sen vaikutuksesta raskauteen.

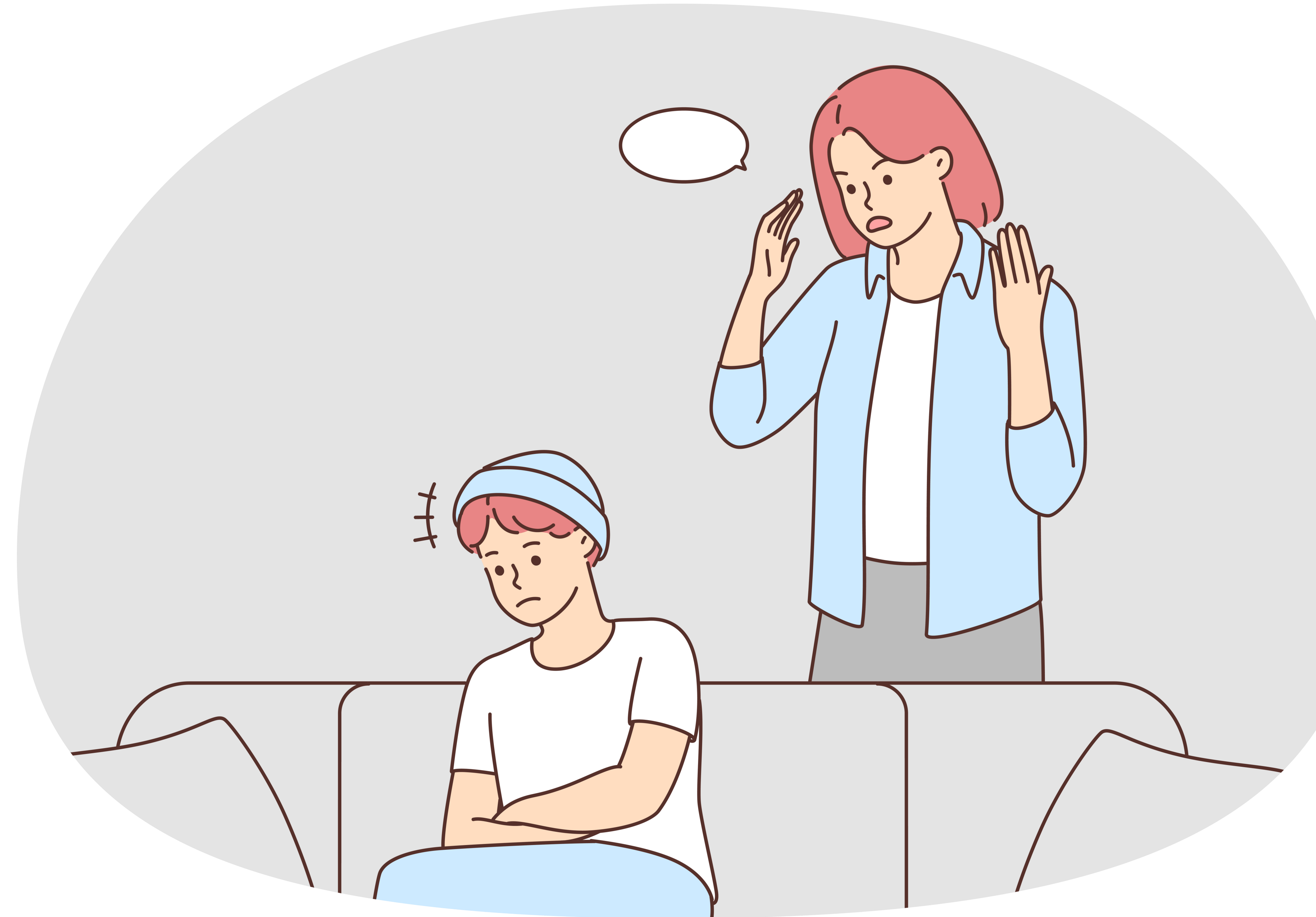


Mitä on lähisuhdeväkivalta?

Suoraa tai epäsuoraa selvää tarkoitusta vahingoittaa kumppania, puolisoa tai muussa läheisessä suhteessa olevaa suhteen toista osapuolta.

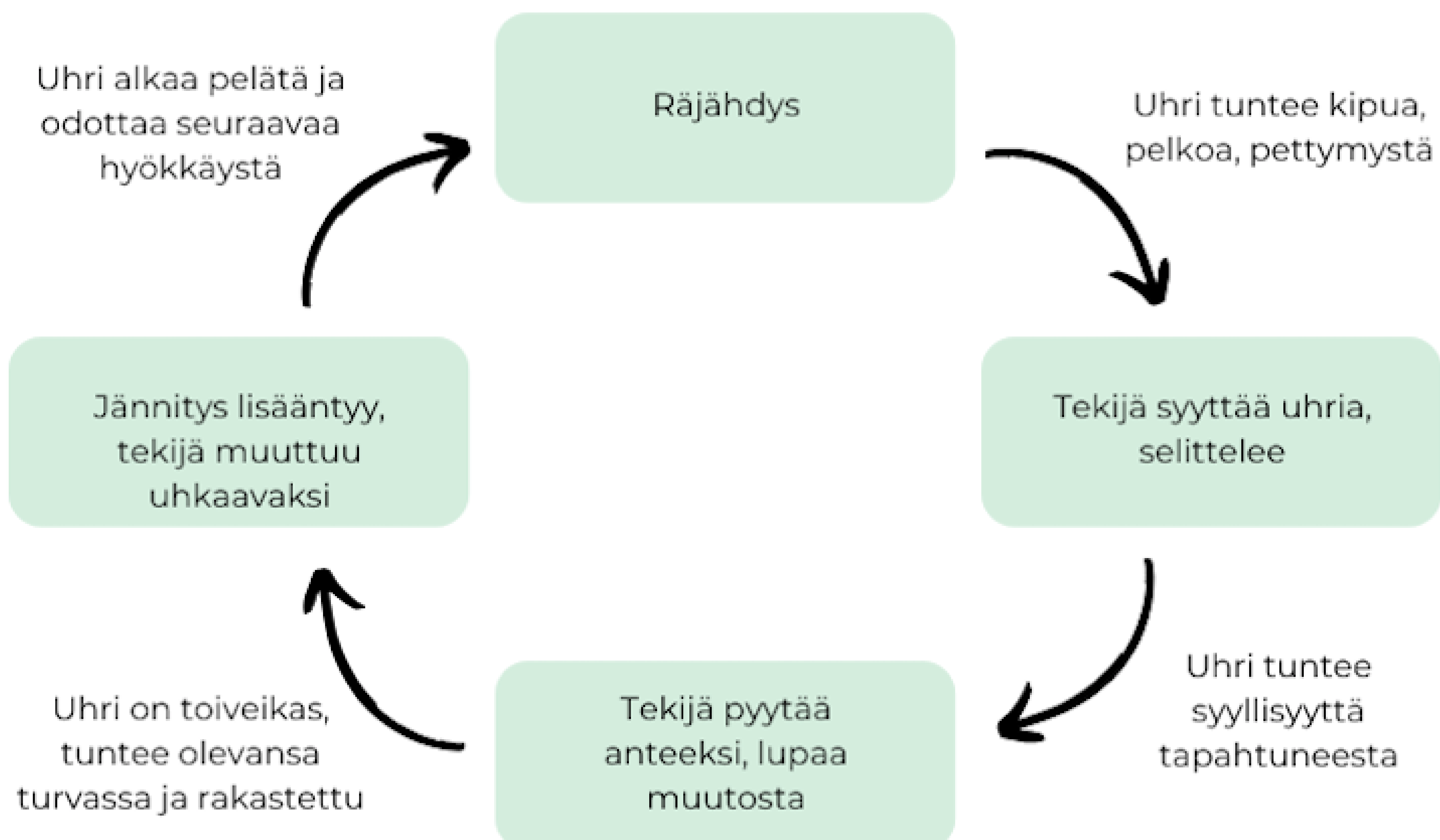
Lähisuhdeväkivalta voi olla:

- Henkistä
- Fyysistä
- Seksuaalista
- Sosiaalista
- Kunniaan liittyvää
- Laiminlyöntiä
- Kaltoinkohtelua
- Vainoamista
- Uskonnollista
- Taloudellista



Lähisuhdeväkivallan kierre

Lähisuhdeväkivalta on jatkumo, jonka luonteeseen kuuluu väkivallan paheneminen edetessään. Ellei lähisuhdeväkivaltaan puututa, se jatkuu ja voi lopulta johtaa jopa uhrin kuolemaan.



Mitä vaikutuksia lähisuhdeväkivallalla on raskaana olevalle?



Lähisuhdeväkivalta voi olla vakava terveysriski niin sikiölle kuin raskaana olevalle. Vaikutukset ovat kokonaisvaltaisia ja voivat vaikuttaa uhriin niin psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisesti. Vaikutukset saattavat ulottua myös raskauden jälkeiseen aikaan ja voivat koskea uhrin lisäksi myös uhrin lähipiiriä.

Psyykkisiä vaikutuksia voi olla

- Masennus ja ahdistuneisuus
- Vakavat päihdeongelmat
- Kohonnut itsetuhoisuuden riski
- Post-traumaattinen stressihäiriö (PTSD)
- Synnytyspelko

Fyysisiä vaikutuksia voi olla

- Ennenaikainen synnytys
- Vastasyntyneen alhainen syntymäpaino
- Kuivuminen
- Immuunijärjestelmän häiriöt
- Riski sikiön epämuodostumille

Sosiaalisia vaikutuksia voi olla

- Eristäytyminen sosiaalisista suhteista
- Neuvolakäyntien ja muiden tapaamisien välistä jättäminen



Mitä enemmän uhri kokee väkivaltaa, sen korkeampi riski on haitallisille seurauksille. Raskaana oleva ja sikiö voivat olla jatkuvassa hengenvaarassa.

Traumasesensiivinen kohtaaminen

On erityistä ymmärrystä ja empaattisuutta vaativaa vuorovaikutusta.

Jos henkilön trauma on tiedossa, voidaan kohdata henkilö hänen tarpeidensa mukaisesti. Trauman kohdannut henkilö tarvitsee myötätuntoista ja ymmärtävää ilmapiiriä, jolloin henkilölle tulee turvallinen ja arvokas olo.

Traumasesensiivisen kohtaamisen on tutkitusti todettu vähentävän raskaana olevien lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden PTSD- ja masennusoireita.

Lähisuhdeväkivallan tunnistaminen

Harvat kertovat kokemuksista omatoimisesti, joten pitää tarkastella merkkejä, joiden perusteella henkilö saattaa olla uhri.

Esimerkkejä:

- Kumppani on aina läsnä.
- Kumppani nöyryyttää ja vähättelee.
- Kumppani ei anna puheenvuoroa uhrille.
- Henkilö on ahdistunut tai peloissaan.
- Henkilö ottaa yhteyttä tavallista useammin.
- Henkilö kieltää kysyttäessä kokemuksensa.



Puheeksiotto

- Kysy lähisuhdeväkivallasta suoraan.
- Kysy, kun olette kahden kesken henkilön kanssa.
- Käytä helposti ymmärrettäviä termejä.
- Älä syyllistä tai epäile.
- Kuuntele, rohkaise ja kannusta.
- Selvitä, onko henkilön turvallista palata kotiin.
- Kerro lähisuhdeväkivallan yleisyydestä ja siihen liittyvistä riskeistä.
- Kerro millaisia palveluja on tarjolla lähisuhdeväkivallan uhreille.



Kohtaamisen ja puheeksioton tueksi

Fraaseja kohtaamisen tueksi

“Olen huolissani terveydestäsi ja turvallisuudestasi.”

“Et ole yksin.”

“Apua on saatavilla.”

“Ei se ole sinun vikasi.”

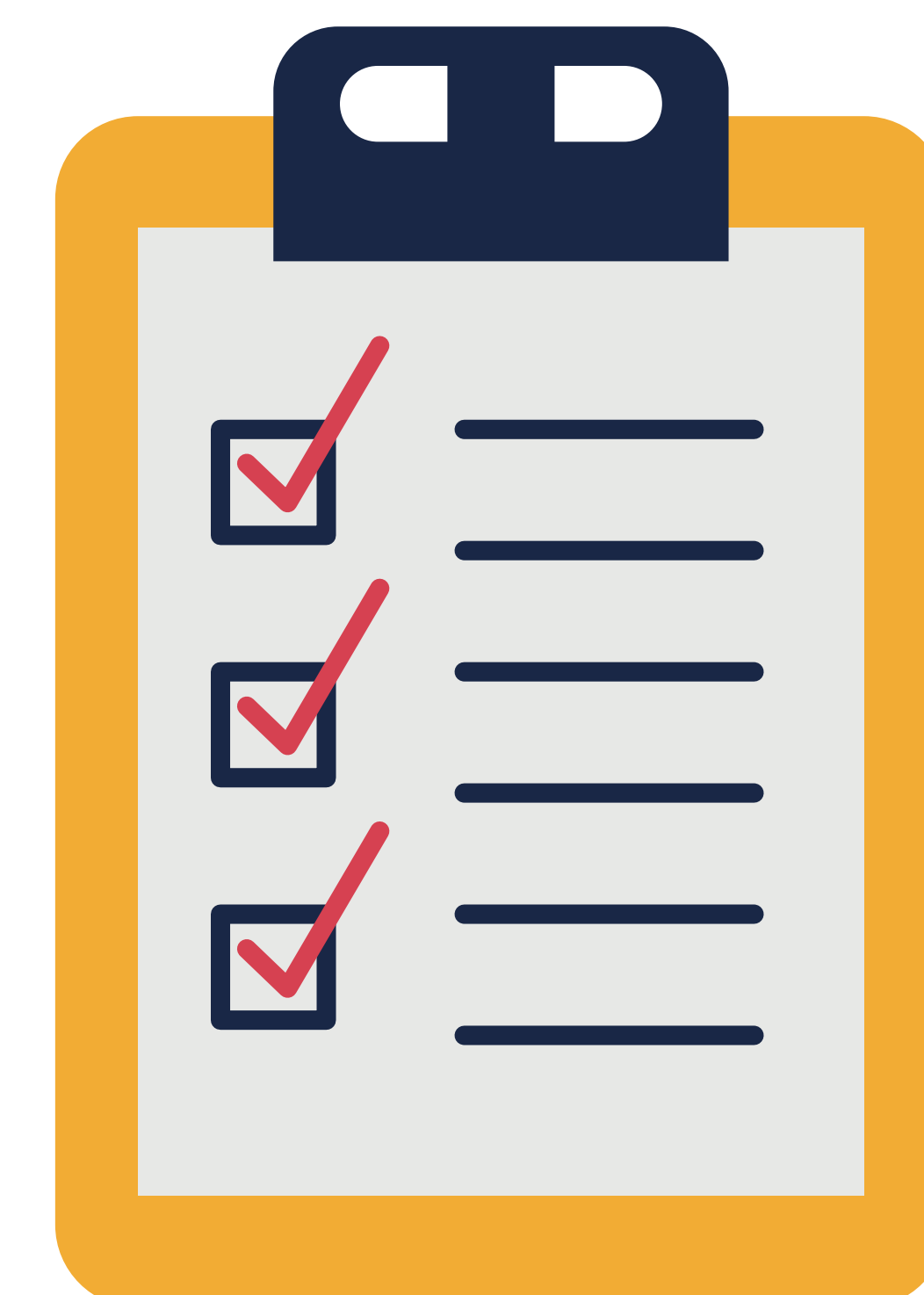
“Et ansaitse sitä.”

“Se, mitä sinulle tapahtui, voi vaikuttaa sinun ja sikiön terveyteen.”

“Mitä voin tehdä hyväksesi?”

Lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomake

Puheeksioton tukena voi käyttää THL:n kehittämää lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomaketta, joka löytyy heidän nettisivuiltaan. Lomake täytetään uhrin kanssa yhdessä.



MARAK-riskinarviointimenetelmä

MARAK-riskinarviointimenetelmä on toinen tapa, jota voi käyttää arvioimaan lähisuhdeväkivallan riskit. Jos korkean riskin uhka täyttyy, tapaus ohjataan uhrin suostumuksella paikallisen MARAK-työryhmän käsittelyyn. Työryhmä laatii turvasuunnitelman uhrille ja uhri saa prosessin ajaksi tukihenkilön.

THL:n sivuilta “Lomakkeet väkivallan kirjaamiseen ja kartoittamiseen” löytyy esimerkiksi nämä lomakkeet ja ne ovat helposti tulostettavissa sieltä.

Lomakkeiden käyttö edellyttää perustietoa lähisuhdeväkivallasta, joka löytyy tästä oppaasta.

Uhrin turvallisuuden varmistaminen ja jatkotoimet (1/2)

Turvakotipalvelut

Jos asiakkaan ei ole turvallista mennä kotiin, kannustetaan asiakasta ottamaan yhteyttä turvakotiin tarvittaessa.

- Tarkoitettu lähisuhdeväkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille henkilöille ja perheile.
- Henkilökunta paikalla ympäri vuorokauden, voi mennä milloin vain.
- Suoja väkivallalta ja apua sen loppumiseen.
- Kriisiavun lisäksi tukea ja tietoa käytännön asioihin.
- Asiakkaalle maksuton.



Turvasuunnitelma

Väkivaltaisessa suhteessa olevan on tärkeä tehdä turvasuunnitelma, jotta voisi turvata itseään tilanteen kärjistyessä. Turvasuunnitelman voi tehdä kuka tahansa oman tai toisen turvallisuuden takaamiseksi. Turvasuunnitelma löytyy myös THL:n lomakkeista.

- Lomake sisältää ensimmäisenä varomerkit, joista voi tunnistaa tilanteen muuttuvan uhkaavaksi.
- Lomakkeessa pohditaan myös keinoja miten voisi rauhoittaa itse tilannetta ennen kuin hakee apua.
- Suunnitelmaan voi listata henkilöitä, joilta voi pyytää apua.

Nollalinjan auttava puhelin ja chat

Antaa tukea lähisuhdeväkivallan uhreille.

- Matalan kynnyksen palvelua (soittajan tiedot salaisia, puhelut maksuttomia, ei näy puhelinlaskussa).
- Päivystäjät sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia, joilla erityisosaamista kriisi- ja väkivaltatyöstä.



Uhrin turvallisuuden varmistaminen ja jatkotoimet (2/2)

Lastensuojeluilmoitus ja ennakollinen lastensuojeluilmoitus

Lastensuojeluilmoituksen tekeminen on hyvin aiheellinen, jos lapsiperheessä on lähisuhdeväkivaltaa, sillä se vaikuttaa myös lapseen.

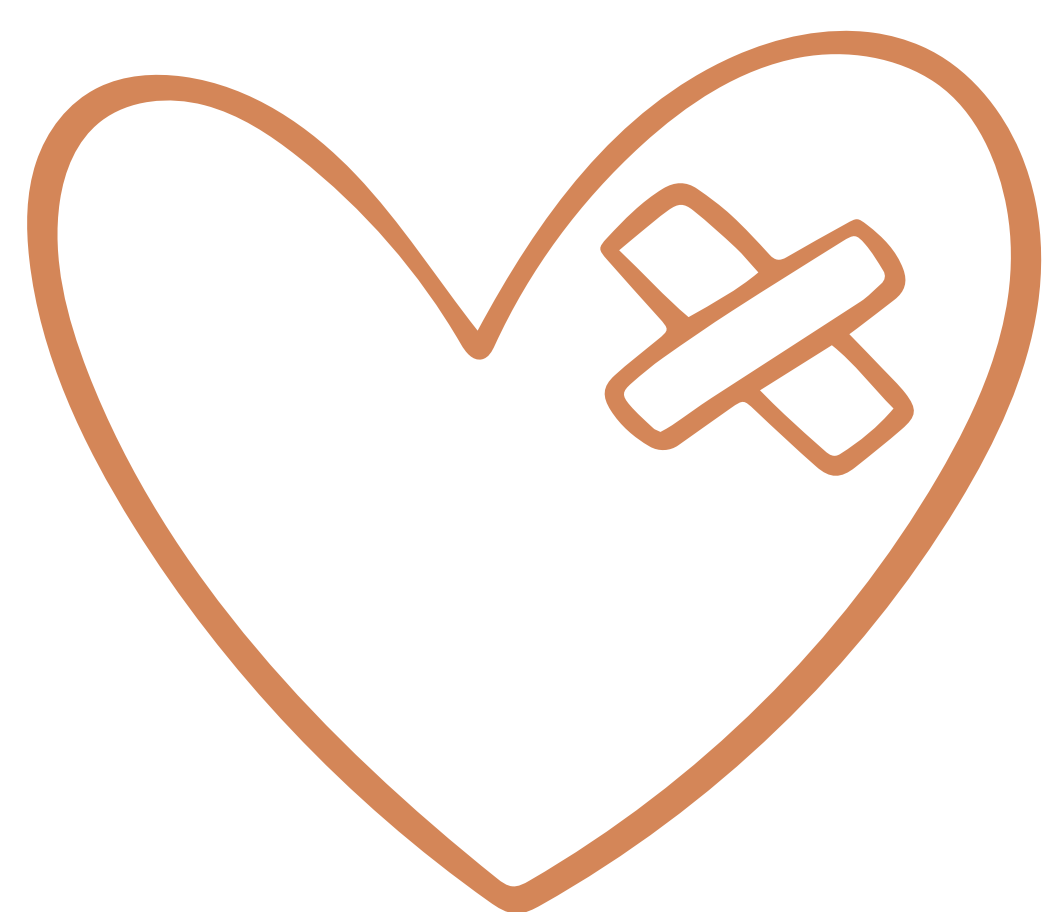
Jos raskauden aikana tapahtuu lähisuhdeväkivaltaa, on hyvä tehdä ennakollinen lastensuojeluilmoitus, jo ennen lapsen syntymää, sillä on syytä epäillä, että lapsi tulee tarvitsemaan lastensuojelun tukitoimia heti syntymänsä jälkeen.



Seri-tukikeskus

Seksuaaliväkivallan uhreille.

- Tukea traumaan, psykologista neuvontaa ja terapiaa.
- Uhreille tarjotaan oikeuslääketieteellisiä tutkimuksia.



Akuutissa lähisuhdeväkivalta tilanteessa.

- Asiakas tai muu henkilö vaarassa.

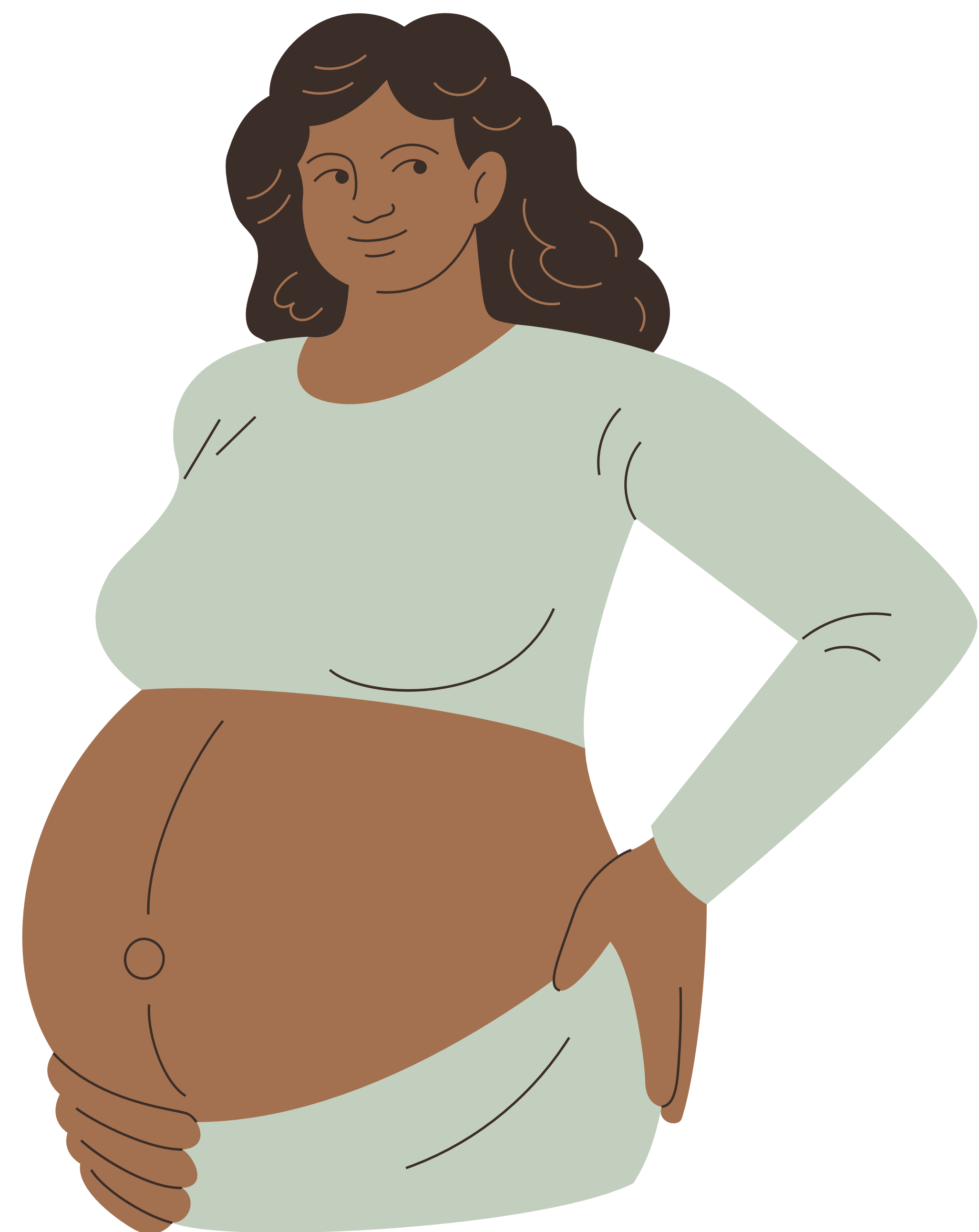
Soita 112

Kuvat:

- Canva.com

Opas on laadittu "Raskaudenaikainen lähisuuhdeväkivalta - opas traumasensitiiviseen kohtaamiseen" -opinnäytetyön pohjalta.

Opinnäytetyö löytyy nettisivuilta "Theseus.fi" työn tai tekijöiden nimellä.



Tekijät:

Vivian Salo & Julia Porko

Kätilön tutkinto-ohjelma

Savonia-ammattikorkeakoulu

SAVONIA

ammattikorkeakoulu



aktiivinen synnytys