

Väkivallalla tai sen uhalla on pitkäaikaisia haitallisia vaikutuksia sinuun ja läheisiisi.

Jos oma väkivaltaisuutesi pohdituttaa, hae apua jo tänään. Turvallisille raiteille -ohjelma tukee sinua matkalla kohti väkivallattomuutta.

#turvallisilleraiteille  
#tukeaväkivallattomuuteen



TURVALLISILLE  
RAITEILLE –  
LÄHISUHDEVÄKIVALLAN  
KATKAISUOHJELMA

TUKEA  
VÄKIVALLATTOMUUTEEN  
LÄHISUHTEISSA

OTA YHTEYTTÄ LÄHIMPÄÄN PALVELUNTARJOAJAASI:

.....  
Organisaatio

.....  
Osoite

.....  
Puhelinnumero

.....  
Sähköpostiosoite

Lisää tietoa Turvallisille raiteille -lähisuhdeväkivallan katkaisuoehjelmasta ja palveluntarjoajista sekä väkivallasta ja turvallisuudesta löydät täältä:

nettiturvakoti.fi  
ensijatuvakotienliitto.fi



Ensi- ja turvakotien liitto  
Asemapäällikönkatu 12 B, 4. krs  
[www.ensijatuvakotienliitto.fi](http://www.ensijatuvakotienliitto.fi)



ENSI- JA  
TURVAKOTIEN  
LIITTO



TURVALLISILLE  
RAITEILLE

LÄHISUHDEVÄKIVALLAN

KATKAISUOHJELMA

TUKEA VÄKIVALLATTOMUUTEEN LÄHISUHTEISSA

- ✓ **Kokevatko läheisesi turvattomuutta kanssasi?**
- ✓ **Pelkäätkö satuttavasi läheistäsi henkisesti tai fyysisesti?**
- ✓ **Oletko käyttänyt jotain väkivallan muotoa läheistäsi kohtaan?**
- ✓ **Herättääkö parisuhteen päättymisen sinussa häpeää, mustasukkaisuutta tai vihaa?**

**Omaa käytöstä voi muuttaa ja se onnistuu usein paremmin ammattilaisten tuella.**

**Väkivallasta on mahdollisuus päästä irti.**



## Valitse väkivallaton elämä

Sinulla on mahdollisuus valita väkivallaton elämä ja olla turvallinen läheillesi. Jos tunnistat itsessäsi merkkejä väkivaltaisesta käyttäytymisestä, hae apua matalalla kynnyksellä. Turvallisille raiteille -lähisuhdeväkivallan katkaisuohtelman mukainen työskentely tarjoaa sinulle apua matkalla kohti väkivallattomuutta.

**TURVALLISILLE RAITEILLE -LÄHISUHDEVÄKIVALLAN** katkaisuohtelma sopii sinulle, jos pelkää käyttäväsi tai olet käyttänyt väkivaltaa läheisessä ihmissuhteessa. Työskentelyssä voit käsitellä omaa väkivaltaisuuttasi luottamuksellisesti ja saat keinoja toimia turvallisesti.

Turvallisille raiteille -lähisuhdeväkivallan katkaisuohtelmassa edetään ohjelman mallin mukaisesti, mutta työskentelyn

lähtökohtana ovat sinun yksilölliset tarpeesi kohti väkivallattomuutta. Työskentely alkaa yksilötyöskentelyllä ja tilanteen mukaan myöhemmässä vaiheessa voidaan hyödyntää myös pari- ja ryhmätyöskentelyä. Yksilötyöskentelyssä tuemme sinua mahdollisessa kriisitilanteessa, autamme sinua tunnistamaan käyttämäsi väkivaltaa ja sen taustalla vaikuttavia tekijöitä sekä tuemme sinua ottamaan vastuuta omasta käyttäytymisestääsi ja toimimaan väkivallattomasti. Parityöskentely on mahdollista yksilötyöskentelyn jälkeen, mikäli molemmat osapuolet sitä haluavat ja työskentely arvioidaan turvalliseksi. Ryhmätyöskentelyssä voit saada tukea väkivallattomuuteen vertaisryhmältä ja olla itse myös muiden tukena.

Turvallisille raiteille -lähisuhdeväkivallan katkaisuohtelma sopii kaikille aikuisille sukupuolesta riippumatta. Ohjelmassa huomioidaan sukupuolten erityisyydet ja työskennellään sukupuolisensitiivisesti.

