



Ålands hälso-
& sjukvård

När kärlek gör ont



Våld i nära relation

5/2024

Vad menas med våld i nära relation?

Alla former av våld kränker människans fysiska, psykiska och sociala medbestämmanderätt, integritet och innersta väsen.

Våld är ett makt- och kontrollmissbruk och är ett brott.

Våld i nära relation är ofta ett mönster av handlingar som kan vara allt ifrån förtäckta handlingar till grova brott, allt ifrån att bli förlöjligad till att utsättas för våldtäkt, allvarliga hot eller bli dödad.

Våld kan vara

Psykiskt våld – till exempel att förödmjuka, förtrycka, nedvärdera, skymfa, kritisera, kränka, håna, kalla vid öknamn, skrämma, hota, kontrollera, att utöva tvång, påtryckning, mobbning, isolering eller begränsning av det sociala umgänget (till exempel från vänner, familj, hobbyn). Visa stark svartsjuka, förstöra saker, skada djur, hota med självmord. Att bli förhindrad att söka hjälp eller vård.

Fysiskt våld – till exempel att hindra en annan persons rörelsefrihet, att slå, dunka, skaka, knuffa, släpa, klösa, dra i håret, i kläderna eller någon kroppsdel, ta struption, sparka, hota med tillhyggen, kasta föremål, slå i dörrar eller på annat sätt skrämmas eller visa sin ilska och farlighet. Använda skjut- eller egg vapen, hota om fysiskt våld.

Sexuellt våld – till exempel att bli tvingad till sexuellt umgänge eller sexuella handlingar mot sin vilja, att bli vanhedrad sexuellt, sexuellt förakt, tvinga någon till pornografi, förbjuda användning av preventivmedel, tvinga till abort, begränsa den sexuella självbestämmande rätten, våldtäkt, våldtäktsförsök, hot om sexuellt våld.

Ekonomiskt våld – till exempel att kontrollera användningen av en annans tillgångar, att olovligt använda en annans pengar eller tillgångar, att tvingas ge sina egna tillgångar till någon annan, att tvingas till ekonomiskt beroende. Hota med ekonomiskt våld eller utpressning.

Digitalt våld - till exempel att kränka, kontrollera, övervaka eller skada med hjälp av informations- och kommunikationsteknik. Att utnyttja digital teknologi, till exempel terminaler, smarta enheter, positioneringsutrustning och motsvarande, programlösningar, applikationer och snabbmeddelandetjänster. Digitalt våld kan också vara indirekt. Då kan våldsutövaren utnyttja andra personer, till exempel gemensamma barn, för sina gärningar.

Kulturellt eller religiöst våld – till exempel tvinga på någon en religiös övertygelse, hota med våld eller utöva våld med hänvisning till religion eller kultur, exempelvis hedersvåld, religiöst förtryck, uteslutning, hota med saker som hör till religionen.

Ill behandling eller försummelse – till exempel att lämna någon som är i beroende ställning; som ett barn, en äldre, en sjuk eller funktionshindrad utan vård, hjälp eller omsorg, att skada en annan person med läkemedel, droger, kemikalier eller lösningsmedel.

Att behandla ett barn illa – att försumma barnets vård och omvårdnad, att lämna barnet ensamt alltför långa tider med hänsyn till barnets ålder. Att överge barnet emotionellt, att misshandla barnet fysiskt eller psykiskt. Att missbruka sin makt över barnet.

“Våld inom familjen skadar ALLTID barnen, även om de inte själva direkt blir utsatta för våldet.”

Våld förekommer i alla socialgrupper

Våld förekommer i alla socialgrupper, åldrar och kulturer.

Vem som helst kan bli offer för våld. Det kan riktas mot barn, vuxna, partners, föräldrar, äldre, ja alla, även mot husdjur.

Våld i nära relation är fortlöpande och kan förvärras. Det är ofta förknippat med skuld, skam, rädsla, hemlighetsmakeri och tystnad. Våldet sker oftast i hemmet där ingen ser eller hör.

Alla har ansvar!

Våld i nära relation är en företeelse man inte gärna talar om eller orkar söka hjälp för. Om du upptäcker eller misstänker våldsutövning av vilket slag som helst, var ärlig och ta upp saken med den/de berörda och uppmuntra dem att söka hjälp.

Ifall du bevittnar våld eller hör tecken till våldsutövning till exempel hos grannen – ring nödnumret 112.

BRYT DEN ONDA CIRKELN – BRYT TYSTNADEN – SÖK HJÄLP!

Du är inte ensam om dina erfarenheter! Berätta om dina upplevelser för någon du känner förtroende för.

Sök information – via jourtelefoner, internet, böcker och myndigheter. Ingen borde utsättas för våld eller hot om våld. Den som är utsatt för våld kan få skydd och stöd. Det är inte ditt fel att du blir slagen/förtryckt.

Även utövarna behöver få hjälp för att komma ur sitt våldsproblem. Det är den som hotar, slår och förtrycker som bär ansvaret för våldet.

För att få slut på våldet i nära relation kan du behöva hjälp ifall du:

- är våldsoffer eller vittne till våld
- är den som utövar våld
- är bekymrad för din släkting, granne eller vän som blir utsatt för våld.

Det finns hjälp att få. Hit kan du vända dig:

Nödnummer 112

Alarmcentralen 018-19 000

Polisen kl. 8:00–16:00

018-527 100

Övriga tider 112

Du kan tala med polisen utan att göra anmälan!

Ålands hälso- och sjukvård

socialkurator, kontakt fås via ÅHS växel

018-5355

sjukvårdsupplysningen

018-535 117

mental hälsa 018-538 300

växeln

018-5355

Tallbacken skyddshem för den som blir utsatt

018-532 842

KST vuxen socialarbete jourtelefon kl. 08-16

018-532 880

KST socialjour, akuta ärenden utanför kontorstid

018-12 200

Hit kan du vända dig då du är utsatt samt vid oro för att barn far illa.

Kvinnofridslinjen

samtalslinje 018-25 500

Endast lokalsamtalsavgift fastän de svarar i Uppsala.

Du kan vara anonym. Avgiften syns inte på telefonfakturan.

www.kvinnofridslinjen.se

Folkhälsans familjerådgivning/Stödgrupp för utsatta

018-527 048

Kristelefon: hjälp och stöd i svåra situationer

09-25 25 0112

Telefontid mån och ons kl. 16–20, tis, tors, fre kl. 9–13

www.regeringen.ax

Brottsofferjouren på Åland

0457-345 5777

Hjälpande telefon jour på svenska mån-fre 12–14

116006

Hjälpande telefon jour på finska, mån-tis 13–21, ons-fre 17–21

116006

Webbtjänsten **RIKUchat** (även anonymt) vardag 9–15 samt mån 17–19

finns inte på svenska än men du kan ta kontakt på riku.fi dygnet runt.

Nollalinjen dygnet runt på svenska, finska, engelska

080 005 005

www.nollalinja.fi

Kvinnolinjen (fi, sv, eng) mån-fre 16–20, lör-sön 12–16

0800 02 400

www.naistenlinja.fi

Tukinainen

våldtäktskriscentrum för sexuellt utnyttjande och våldsutsatta/

mån-fre 9–15, lör-sön 15–20

0800 97 899

www.tukinainen.fi/svenska

Tukinet stöd via webben, endast på finska

www.tukinet.fi

NET skyddshem webbtjänst (fi, sv, eng)

www.nettiturvakoti.fi

Kriscentrum Monika

www.monikanaiset.fi

hjälpande telefon mån-fre 8–16

080 005058

för kvinnor med invandrar bakgrund som upplevt våld eller hot om våld, flera olika språk

Alternativ till våld behandling för den som utövar våld

0457-529 1041

Maria Akademi Demeter (fi, eng)

tis och tors 16-18, även svenska fre 12–14

09 7562 2260

Hjälp och stöd för kvinnor som använder våld eller är rädda/oroliga för att använda våld. Anonymt och gratis.

Även när du är orolig för att någon du känner är utsatt för våld kan du vända dig till ovannämnda ställen.



Ålands hälso-
& sjukvård