



Ålands hälso-  
& sjukvård

# När kärlek gör ont



Våld i nära relation

# NÄR KÄRLEK GÖR ONT – VÅLD I NÄRA RELATION

---

## 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, skrämman, hota, kontrollera, att utöva tvång, påtryckning, mobbning, isolering eller begränsning av det sociala umgänget (ex. från vänner, familj, hobby). 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 struhtag, 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.

## NÄR KÄRLEK GÖR ONT – VÅLD I NÄRA RELATION

---

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

**Illa behandling eller försummelse** – till exempel att lämna någon som är i beroende ställning; som ett barn, en åldring, 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.

**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, utestlutning, hota med saker som hör till religionen.

### 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.

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

# NÄR KÄRLEK GÖR ONT – VÅLD I NÄRA RELATION

---

## 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

# NÄR KÄRLEK GÖR ONT – VÅLD I NÄRA RELATION

---

## Det finns hjälp att få! Hit kan du vända dig:

<b>Nödnummer</b>	112
<b>Alarmcentralen</b>	018-19 000
<b>Polisen</b> 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
hälsocentralen i Mariehamn	018-538 500
hälsocentralen i Godby	018-535 819
växeln (kan koppla dig till t.ex. akuten)	018-5355

**Tallbacken** skyddshem för den som blir utsatt 018-531 305  
är tillgängligt dygnet runt 0457-529 2910

**Din kommuns socialsekreterare** se telefonkatalogen/webben

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

**Kvinnofridslinjen** samtalsslinje 018-25 500

Endast lokalsamtalsavgift fastän de svarar i Uppsala.

Du kan vara anonym. Avgiften syns inte på telefonfakturan.

[www.kvinnofridslinjen.se](http://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](http://www.regeringen.ax)

**Brottsofferjouren på Åland** 0457-345 5777

Hjälpande telefon jour på svenska ons 13–17 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

[www.riku.fi](http://www.riku.fi)

**Nollalinjen** dygnet runt på svenska, finska, engelska 080 005 005

[www.nollalinja.fi](http://www.nollalinja.fi)

**Kvinnolinjen** (fi, sv, eng) mån-fre 16–20, lör-sön 12–16 0800 02 400

[www.naistenlinja.fi](http://www.naistenlinja.fi)

# NÄR KÄRLEK GÖR ONT – VÅLD I NÄRA RELATION

---

## **Tukinainen**

våldtäktskriscentrum för sexuellt utnyttjande och våldsutsatta/  
mån-fre 9-15, lör-sön 15-20 0800 97 899  
[www.tukinainen.fi/svenska](http://www.tukinainen.fi/svenska)

**Tukinet** stöd via webben, endast på finska [www.tukinet.fi](http://www.tukinet.fi)

**NET skyddshem** webbtjänst (fi, sv, eng)  
[www.nettiturvakoti.fi](http://www.nettiturvakoti.fi)

## **Kriscentrum Monika**

[www.monikanaiset.fi](http://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**

PB 1055 AX-22111 Mariehamn  
Tfn +358 18 5355 (vxl) | [www.ahs.ax](http://www.ahs.ax)