



Ohvrite abistamise spetsiifika

Kait Sinisalu
Psühhoterapeut

Tüli või vägivald? Vägivalla spetsiifika

**Miks on vägivaldsest suhtest raske
lahkuda?**

Mida panna tähele ohvritega töötamisel

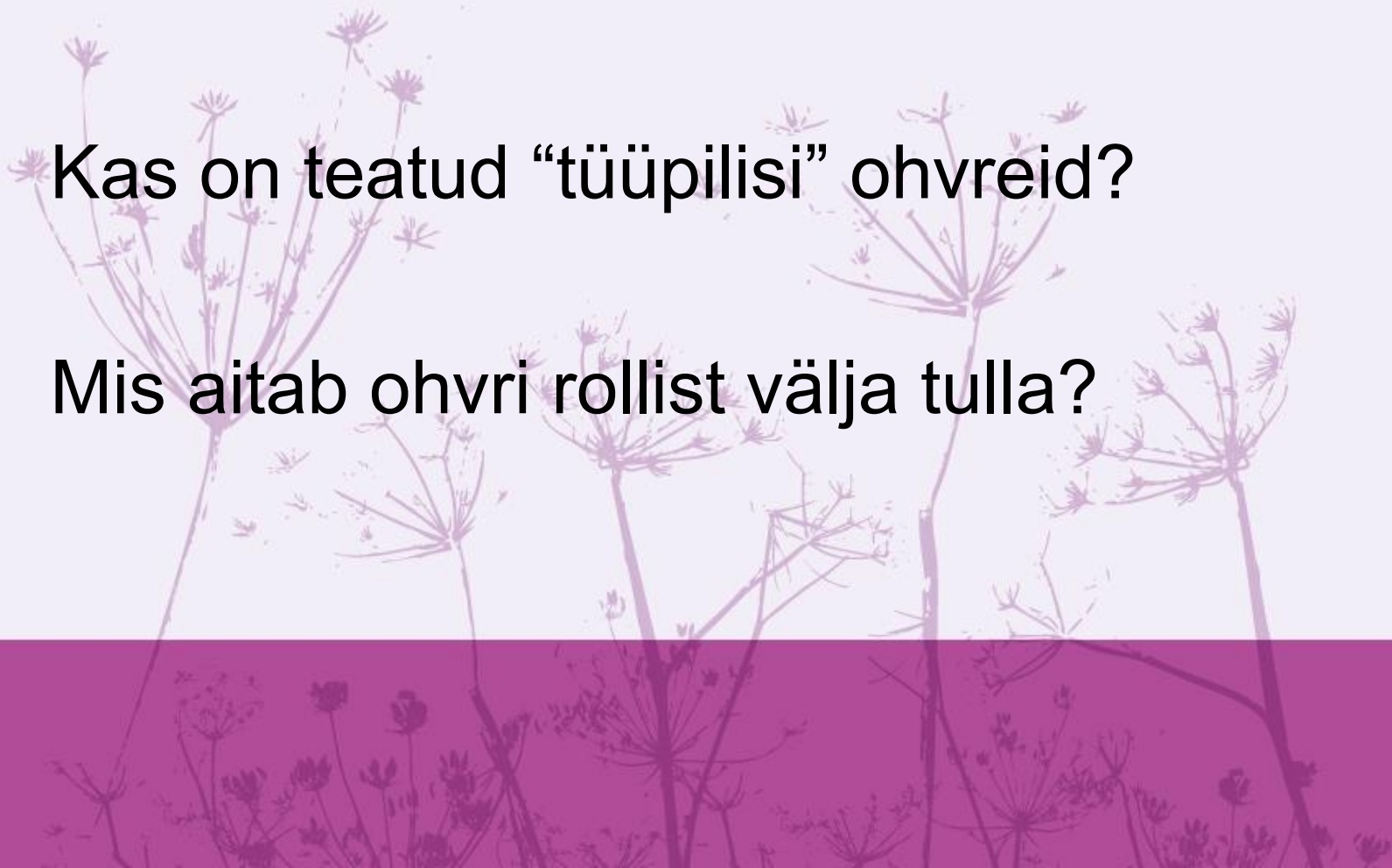


Kellest saab ohver?

Kas ohver teeb midagi valesti?

Kas on teatud “tüüpilisi” ohvreid?

Mis aitab ohvri rollist välja tulla?



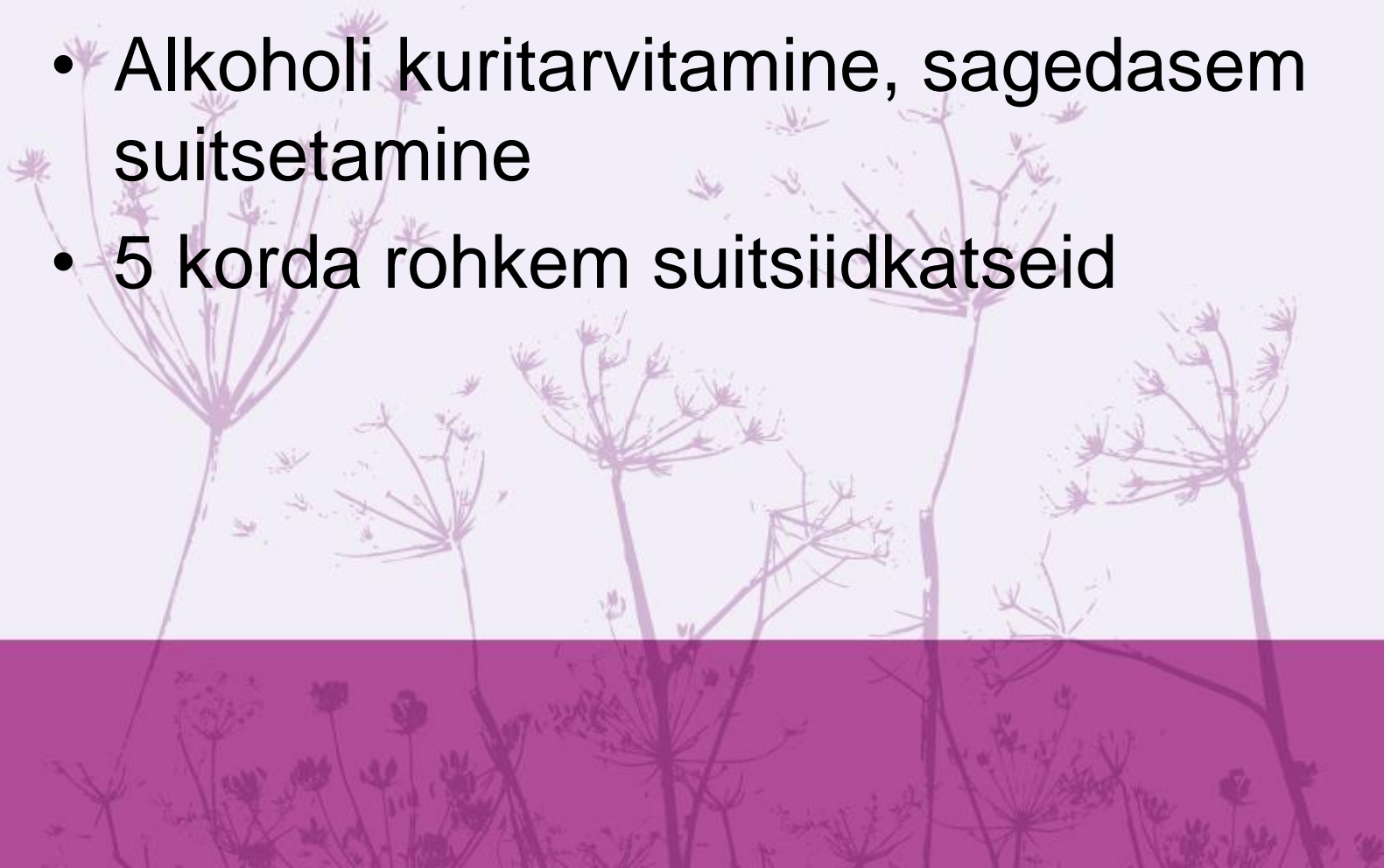
Millised märgid viitavad vägivalla ohvrile?

Äge füüsiline kahjustus: sinikad, marrastused, löike- ja põletushaavad, kuulmis- ja nägemislangus, luumurrud, aju jm. sisemised verejooksud

Kroonilised somaatilised kaebused:
kroonilised valud: pea, kõhu, alakõhu piirkonnas. Lihasvalud, unehäired, söömishäired

Millised määrgid viitavad vägivalda ohvrile?

- Alkoholi kuritarvitamine, sagedasem suitsetamine
- 5 korda rohkem suitsiidkatseid



Vaimse tervise probleemid:

- Hirm, ärevus, depressioon (iga kolmas), söömishäired, seksuaalhäired, PTSD
- Vägistamine on PTSD peamine põhjus
- Tekib tunne, et maailm on ebaturvaline
- Tugev uskumus enda **vastutusest** vägivallaakti eest
- Flashbackid, dissotsiatsioon

Vägivaldses suhtes püsimise põhjused I

- **Praktilised:**

- Majanduslik sõltuvus, ellujäämiseks vajalike ressursside puudus
- Laste materiaalne heaolu
- Ühiskondlik surve – pere on vaja koos hoida, terve laps kasvab mõlema vanemaga peres

Vägivaldses suhtes püsimise põhjused II

- Psühholoogilised:
 - Ülimadal enesehinnang
 - Hirm üksijäämise ees
 - Hirm jääda lastest ilma

Vägivaldses suhtes püsimise põhjused III

- **Ebakindlus**

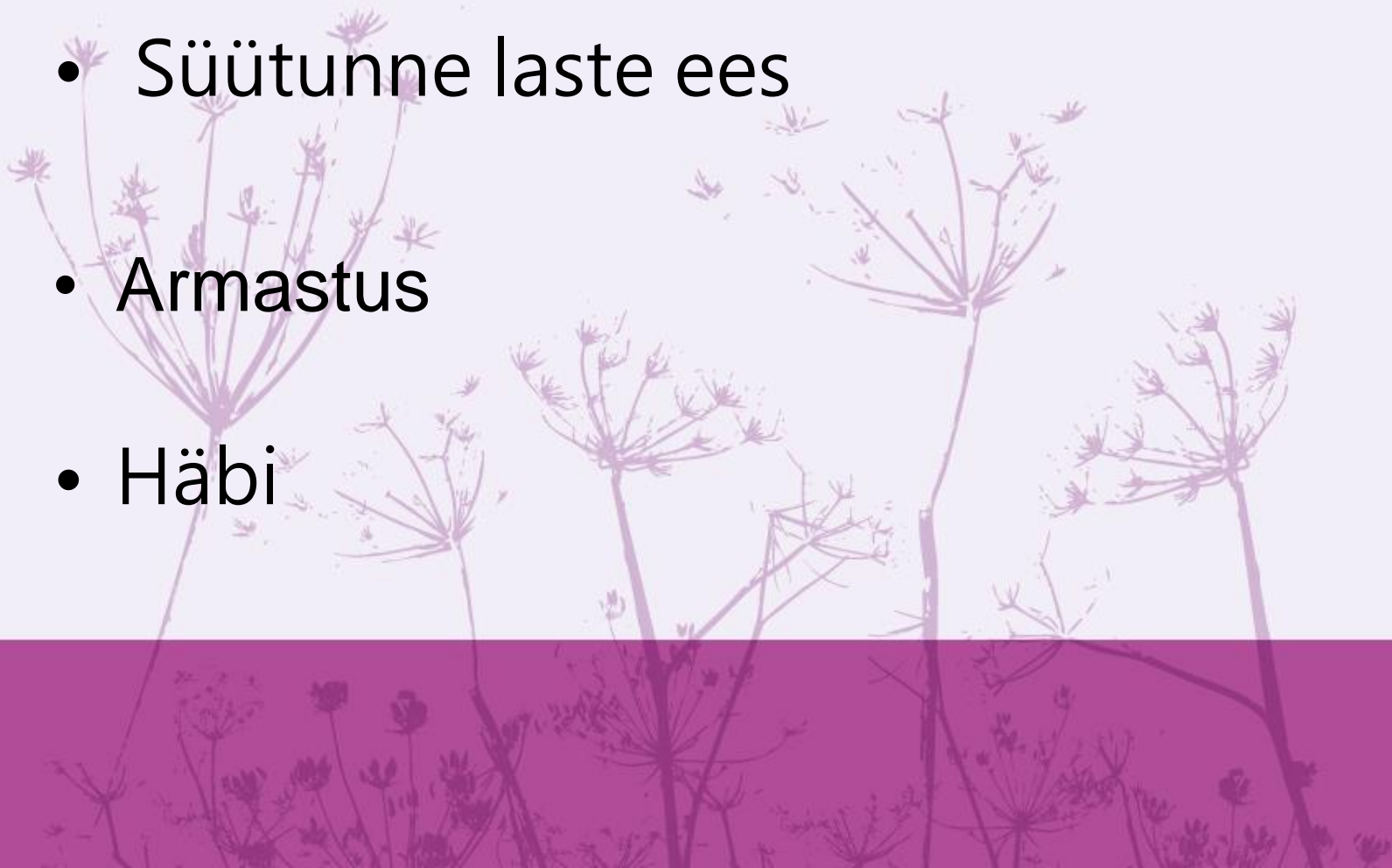
- mis on mu enda mõtted ja tunded? Kes ma olen?

- **Süütunne**

- kui vägivallatseja on olnud edukas, on ta naise manipuleerinud olukorda, kus ohver tunneb end vägivalla eest vastutavana

Vägivaldses suhtes püsimise põhjused IV

- Süütunne laste ees
- Armastus
- Häbi



Vägivaldses suhtes püsimise põhjused V

- **Lootus**

- vägivalda tsüklilisus, tasu ja karistuste ettemääramatus hoiavad lootust pidevalt üleval

- kui ma paremini käitun, siis ta muutub

- **Tuimus**

- enam ei tee see niipalju haiget. Võidelda ei ole mõtet, ma hoian suu kinni ja kannatan oma saatuse ära

Vägivaldses suhtes püsimise põhjused VI

- Väsimus, kurnatus
- Isoleeritus
 - sotsiaalsed suhted katkenud, potentsiaalsed abistajad väsinud või hirmul
- Uskumatus
 - väljaspool kodu hinnatakse vägivallatsejat kui „head meest “ ja „hoolivat isa “

Vägivaldses suhtes püsimise põhjused VII

- Traumaatiline seotus
- Tänutunne vägivallatseja suhtes (Stockholmi sündroom)



Vägivalla suurenemise ja raskusastme tõenäosus tõuseb järsult, kui ohver astub samme lahkumiseks ning püsib umbes aasta jooksul peale lahkuminekut.

Vägivallatseja peamiseks tööriistaks on
HIRM

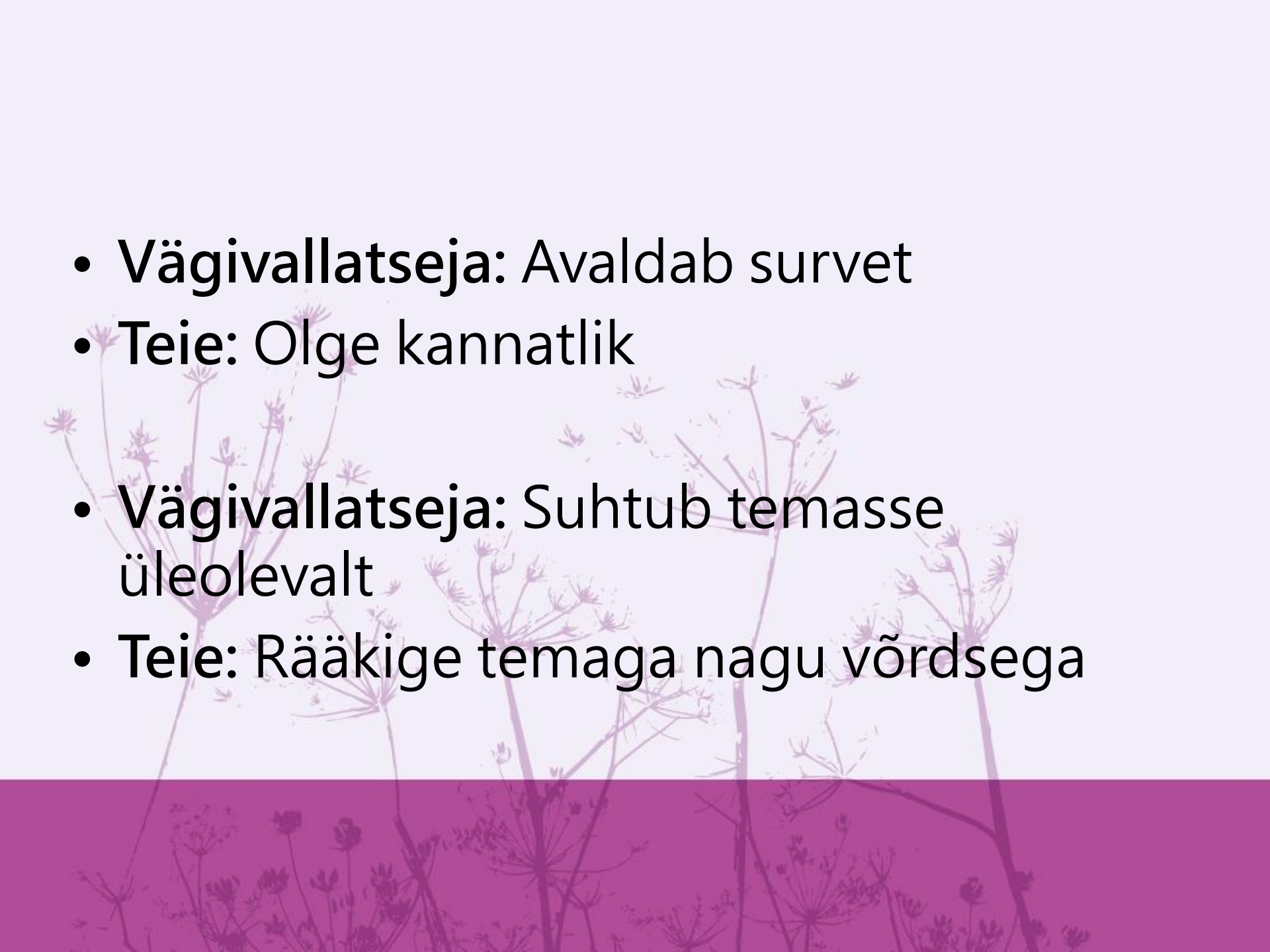
Kuidas ohvrit aidata

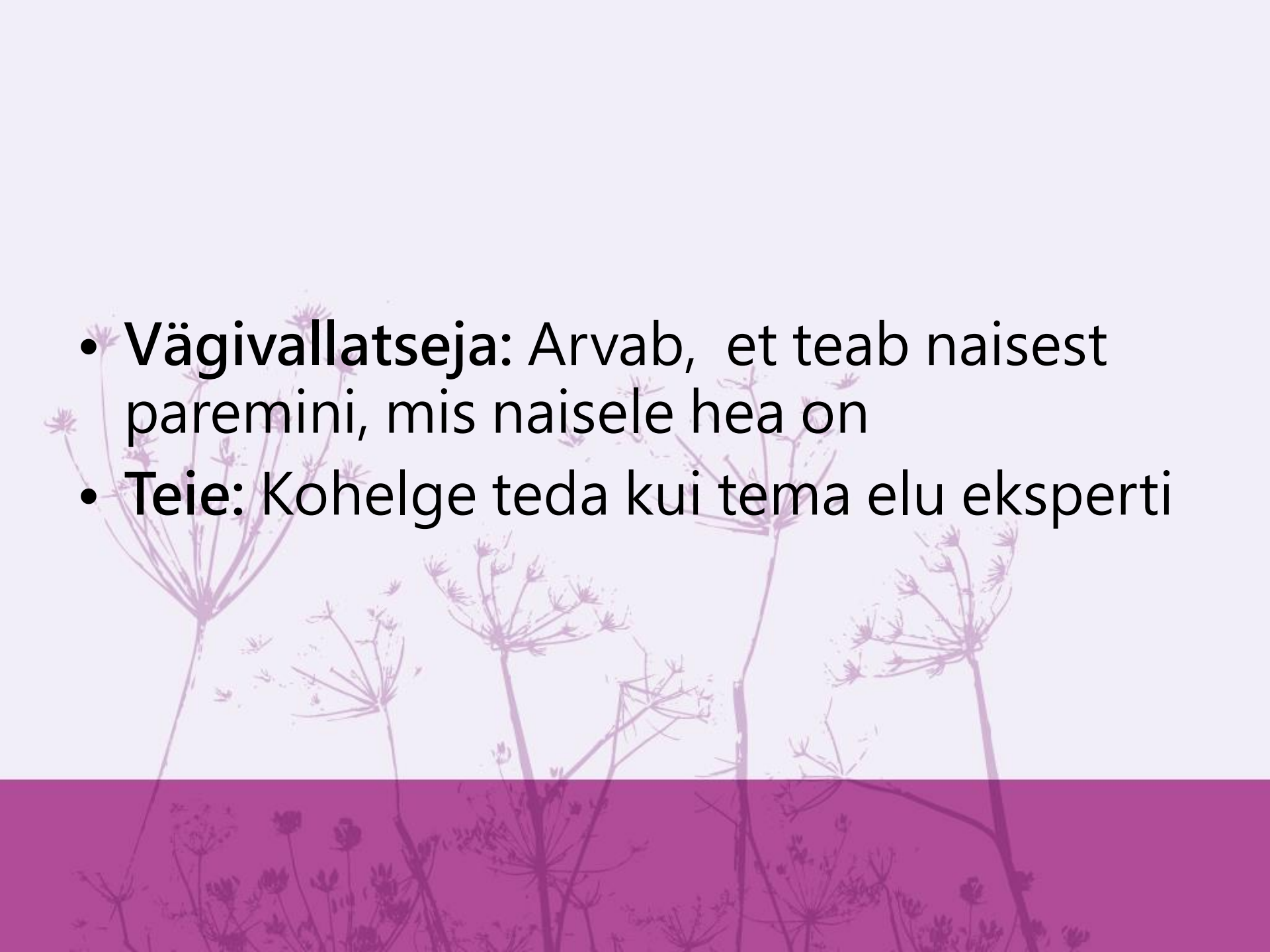
- Avalda oma muret ja hoolimist
- Kinnita oma valmisolekut aidata
- Usu inimest

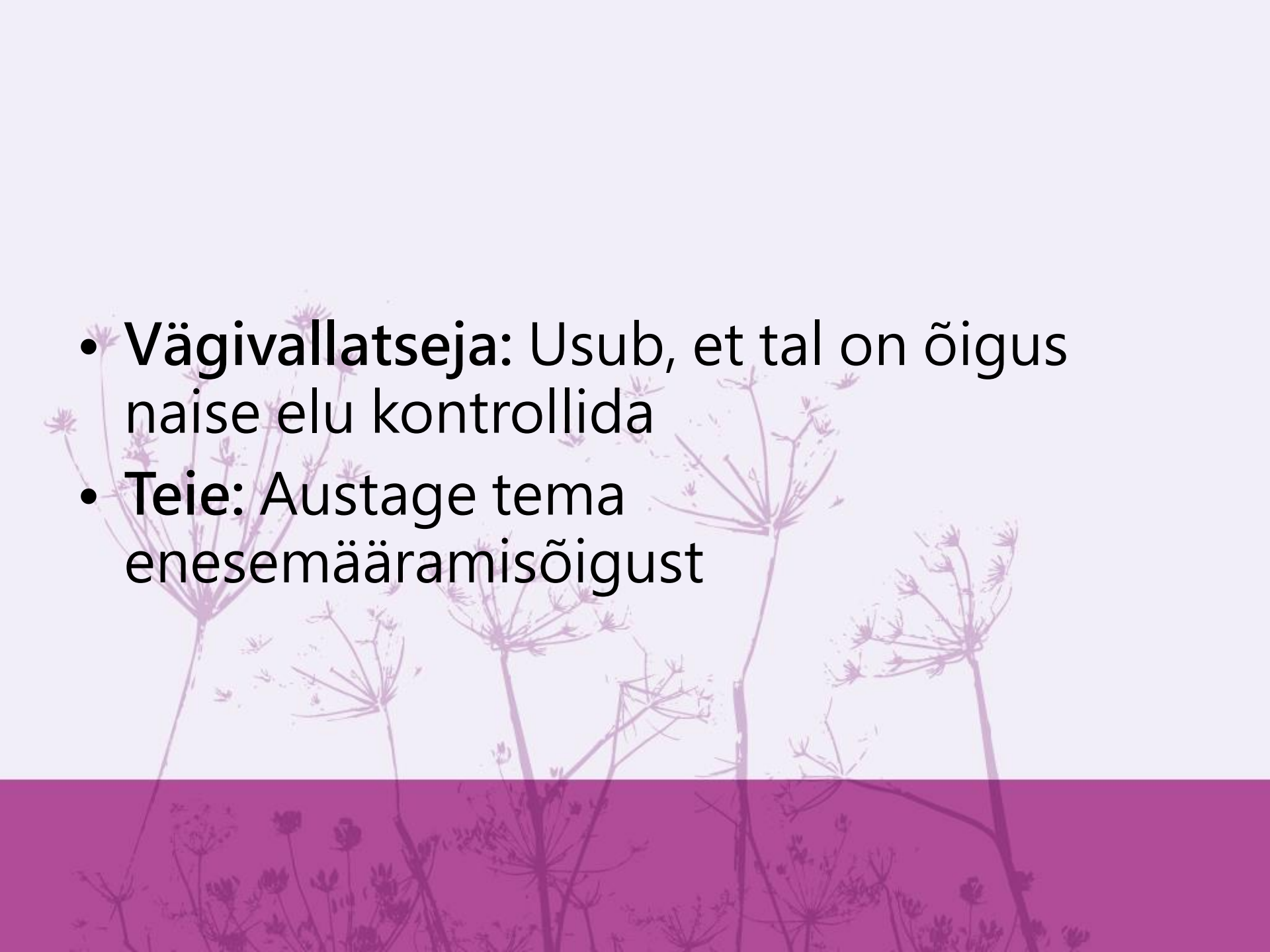


Mis tavaliselt ei aita:

- otsene nõuanne
- veenmine
- analüüsimine või tõlgendamine
- kritiseerimine
- moraliseerimine

- 
- **Vägivallatseja:** Avaldab survet
 - **Teie:** Olge kannatlik
 - **Vägivallatseja:** Suhtub temasse üleolevalt
 - **Teie:** Rääkige temaga nagu võrdsega

- 
- **Vägivallatseja:** Arvab, et teab naisest paremini, mis naisele hea on
 - **Teie:** Kohelge teda kui tema elu eksperti

- 
- **Vägivallatseja:** Usub, et tal on õigus naise elu kontrollida
 - **Teie:** Austage tema enesemääramisõigust

**Professionaalina ära jäta ka ennast
tähelepanuta**

Tegele iseenda frustratsiooniga



Lugemissoovitus:

Lundy Bancroft “Miks ta seda teeb?”

Lundy Bancroft, Jy G. Silverman
“Vägivallatseja lapsevanemana.”



Nõuanded ja info vägivalla ohvritele ja spetsialistidele www.naisteliin.ee

Tugitelefon 1492 – tasuta sissehelistamisega ööpäevaringne abiliin



Täna tähelepanu eest!

