



TURVALINE ja VABA ELU

Mida teha, kui kannatad lähisuhtevägivalla all



Brošüür anti välja rahvusvahelise projekti „**WOMPOWER – toetamine perevägival-
last lahkumisel koolituste, jõustamise ja nõustamise abil**” raames, mida rahastab
Euroopa Komisjon DAPHNE III programmi toel.
Lisainfo projekti kohta: www.srep.ro/wompower



Antud trükise valmimist on rahastanud Euroopa Komisjon DAPHNE III programmi toel. Trükise sisu peegeldab ainult autorite seisukohti. Trükise sisu eest vastutavad täielikult autorid ja see ei esinda Euroopa Komisjoni seisukohti.

Koostajad:

T. Tiikkanen, R. Pohjoisvirta, M. Järveläinen *Oulu Mother and Child Home and Shelter Association, SOOME*

I. Lace, D. Lace, *Resource Centre for Women „Marta”, LÄTI*

P. Tsopp-Pagan, K. Joost, H. C. Pagan, *MTÜ Naiste Tugi- ja Teabekeskus, EESTI*

Täname kõiki WOMPOWER konsortsiumi partnereid nende panuse eest trükise koostamisel.

Aprill 2014



Tartu Naiste Varjupaik
Vägivallast on väljapääs



OULU MOTHER AND
CHILD HOME AND
SHELTER ASSOCIATION



ENTER.
European Network for Transfer and Exploitation of EU Project Results



SISUKORD

Kas see brošüür on mulle?	5
Sissejuhatus	6
<i>Vägivalla tsükliteooria</i>	7
PEATÜKK 1. Lähisuhtevägivalla äratundmine	8
<i>Kas sa oled vägivaldses suhtes?</i>	11
PEATÜKK 2. Kaheksa müüti lähisuhtevägivallast	12
PEATÜKK 3. Miks naised ei lahku?	15
PEATÜKK 4. Vägivalla tagajärjed	16
PEATÜKK 5. Vägivaldne suhe ja lapsed	18
PEATÜKK 6. Vägivallatsüklist väljumise etapid	20
PEATÜKK 7. Taastumine ja turvaplaan	22
<i>Turvaplaani koostamine</i>	22
PEATÜKK 8. Perevägivalla õiguslikud küsimused	27
Viited	31



Kas see brošüür on mulle?

Selle brošüüri eesmärk on aidata naisi, kes on kogenud lähisuhtevägivalda oma meessoost partneri poolt.

Alati ei ole väärkohtlemist lihtne ära tunda, isegi kui sa oled selle ohver. **Brošüür „Turvaline ja vaba elu“ võib sul aidata leida vastuse küsimusele, kas sinu suhtes esineb väärkohtlemist ning anda sulle infot selle kohta, kuidas muuta elu turvaliseks ja kust saada abi.** See trükis võib olla mõeldud sinule, kui sinu partner

- ✓ teeb midagi, mis hirmutab sind,
- ✓ püüab sind kontrollida,
- ✓ ähvardab sulle haiget teha,
- ✓ tarvitab sinu kallal füüsilist vägivalda.

Kui arvad, et see brošüür võiks olla sinule, palun loe edasi. Sa leiad vastuse järgmistele küsimustele:

- ✓ Mis on lähisuhtevägivald ja selle tunnused?
- ✓ Millised on üldlevinud müüdid lähisuhtevägivalda kohta?
- ✓ Kuidas mõjutab lähisuhtevägivald mu lapsi?
- ✓ Millised on minu kui naise õigused?
- ✓ Kust alustada, et saada abi?

Pärast selle brošüüri lugemist võib sul tekkida lisaküsimusi või soov spetsialisti käest nõu küsida. Sellisel juhul võid helistada abitelefoni, mille numbrid on toodud brošüüri tagakaanel. Sealt saad tasuta, anonüümset ja konfidentsiaalset nõu asjatundjatelt lähisuhtevägivalda teemal. Nad kuulavad su ära, aitavad mõelda, mis võimalused sul on ja pakuvad tuge. Lisainfot brošüüris käsitletud teemade kohta leiad ka: **www.srep.ro/wompower/platform**.

Kui selle brošüüri teemad puudutavad sind, palun pea meeles: **sa ei ole üks ja sul on võimalik saada abi.**

Sissejuhatus

Naiste õigused on osa universaalsetest inimõigustest. Kuigi võib tunda kummaline, et naistele on eraldi õigused, on see tingitud faktist, et meeste ja naiste kogemused kipuvad olema väga erinevad. Naised ja tüdrukud puutuvad tihti kokku soolise diskrimineerimisega, mis suurendab vaesus-, vägivalla- ja terviseriske ning nad on enamasti haavatavamad olukorras kui mehed.

Igal naisel on õigus...

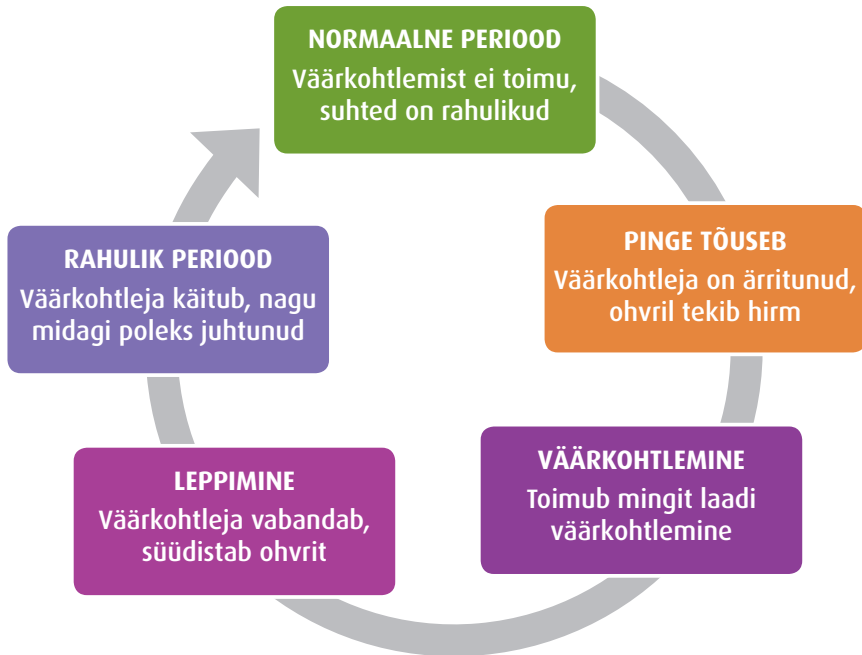
- ✓ turvalisele elule,
- ✓ elule ilma hirmuta,
- ✓ armastada ja olla armastatud,
- ✓ austavale kohtlemisele,
- ✓ olla tema ise,
- ✓ privaatsusele ja individuaalsusele,
- ✓ omada arvamust ja seda väljendada,
- ✓ muutuda ja muuta meelt,
- ✓ öelda „ei“,
- ✓ omada oma isiklikku raha ja seda kasutada,
- ✓ esitada küsimusi,
- ✓ olla inimlik, st ebatäiuslik,
- ✓ teha vigu,
- ✓ teha otsuseid teda puudutavates asjades,
- ✓ mitte olla igapäevase meelega järel,
- ✓ mõelda eelkõige enda peale,
- ✓ muuta oma elu.

Maailmas on miljoneid naisi, kes on sunnitud elama iga päev ilma nende elementaarseste õigusteta. Seejuures on sundijateks sageli nende kõige lähedasemad inimesed.

Kui naise suhtes on vägivalda, küsitakse sageli, miks naine ei lahku. Järgnevalt äratoodud vägivalla tsükliteooria seletab, miks naised jäävad vägivaldsesse suhtesse.

VÄGIVALLA TSÜKLITEOORIA¹

Ebatervete ja vägivaldsete suhete kulg on sageli tsükliline. Vägivallatsükkel on enamasti selline:



Algul on kõik hästi. Siis tekivad erinevatel põhjustel **pinged** („tööl oli halb päev“, alkoholitarbimine, vaidlused raha üle). Lõpuks toimub (füüsiline) **väärkohtlemine**, kusjuures juba eelnevalt võib olla aset leidnud emotsionaalne või vaimne vägivald. Hiljem väärkohtleja **vabandab** ja ütleb, et seda enam ei juhtu, ta võib ka toimunut eitada või koguni **süüdistada ohvrit**. Sellele järgneb omakorda **rahulikum periood**, kuni aja jooksul pinged kuhjuvad ja kulmineeruvad järjekordse vägivaldse teoga.

Sageli muutuvad „leppimise“ ja „rahuliku elu“ perioodid aja jooksul aina lühemaks ja kaovad lõpuks sootuks ning vägivald muutub mingil kujul osaks igapäevaelust.

¹ Kohandatud Walker, Lenore järgi (The Battered Woman. New York: Harper and Row, 1979).

Peatükk 1

LÄHISUHTEVÄGIVALLA

ÄRATUNDMINE

Väärkohtlemist on raske ära tunda. Seetõttu ei pruugi ohver ka iseendale teadvustada, et on vägivaldses suhtes. Sageli suudab väärkohtleja ohvrit veenda, et ohver ise ongi väärkohtlemise esilekutsumises süüdi.

Füüsiline väärkohtlemine

Füüsiline väärkohtlemine on selline lähisuhtevägivalla vorm, mida on kõige lihtsam tuvastada ning on seetõttu inimestele ka kõige tuttavam. Sellise vägivalla vormi puhul teeb väärkohtleja ohvrile **füüsiliselt haiget** – annab rusika- või jalahoobi, põletab, kägistab, annab kõrvakiilu jne. See võib ohvri jaoks kaasa tuua **tõsiseid vigastusi** nagu luumurrud, sisemised vigastused, kõige tõsisemal juhul ka surma. Oluline on ka mõista, et jätkuv väärkohtlemine muutub aja jooksul enamasti pigem tõsisemaks.

Kuid ebaterve suhe, milles esineb väärkohtlemist, võib kesta pikka aega enne füüsilise vägivalla ilmnemist. On olemas mitmeid teisi vägivallavorme, mis leiavad aset paralleelselt füüsilise väärkohtlemisega või lähevad ajapikku üle vägivallaks. Ka need võivad ohvrit tõsiselt kahjustada. Sellisteks vägivallavormideks võivad olla:

Psühholoogiline/vaimne väärkohtlemine

Psühholoogiline väärkohtlemine on füüsilise väärkohtlemise kõrval enamasti teine vägivallavorm, mille ohvrid kõige selgemalt ära tunnevad. Selle juurde kuulub **hirm väärkohtleja ees**, sageli püüab väärkohtleja ka **isoleerida** ohvrit sõpradest, perekonnast, koolist ja/või teha takistusi töötamiseks.

Märgid, mis viitavad psühholoogilisele vägivallale:

- ✓ Ta vihastab pisisasjade pärast. Ta reageerib plahvatuslikult, nii et pead kogu aeg valvel olema. Sa kardad teda ja teed kõike, et teda mitte vihastada.
- ✓ Ta on lõhkunud su asju.
- ✓ Ta väärkohtleb loomi.

- ✓ Ta süüdistab sind ja teisi enda probleemides, ka lastega seotud probleemid on sinu süü.
- ✓ Ta on sinu vastu jõhker ja kasutab sinu kallal füüsilist jõudu või ähvardab sind vägivalgalla.

Ka kontrolliv käitumine on märk psühholoogilisest väärkohtlemisest:

- ✓ Sinu partner soovib muuta sind enda omandiks, on nõudlik ja armukade. Partner ei ole armukade mitte ainult teiste meeste, vaid ka sõprade ja sugulaste peale.
- ✓ Ta kontrollib ja piirab su käike. Ta tahab täpselt teada, kus sa oled, ta helistab, et seda kontrollida. Ta kontrollib, kellega sa suhtled ja tahab kehtestada kojutulekuageu.
- ✓ Ta keelab sul abi otsida või olukorda teistega arutada.
- ✓ Ta piirab su juurdepääsu telefonile ja/või transpordivõimalustele.
- ✓ Ta esitab pidevalt põhjendamatu süüdistusi.
- ✓ Ta kontrollib ja kritiseerib regulaarselt su välimust, nt sinu riideid ja meiki.
- ✓ Selle tulemusena võivad su kontaktid sõprade ja perekonnaga muutuda harvemaks; võib tekkida soov neid vältida, et nad olukorrast aru ei saaks või väldid neid seepärast, et su partner seda nõuab.

Kui ohvrit hirmutada ja ta isoleerida, tekitab see abitusetunde – isegi kui ta tegelikult ei ole nii abitu. See omakorda muudab ohvri jaoks lahkumise keerulisemaks. **Pika aja jooksul psühholoogiliselt väärkoheldud naised kannatavad suurema tõenäosusega depressiooni, ärevushäirete ja unetuse all.** Psühholoogiline vägivald võib kaasa tuua ka **alkoholi või ravimite liigtarbimise, narkootikumide tarvitamise** ning võib viia inimese **enesetapuni**.

Seksuaalne väärkohtlemine

Seksuaalne väärkohtlemine on seksuaalse kontakti pealesurumine olukorras, kus teine inimene seda ei taha. Tähelepanu tasub pöörata järgmistele märkidele:

- ✓ Sinu arvates on seks alandav ja seostub sinu ärakasutamisega.
- ✓ Ta nõuab seksi ja vihastab, kui ütled „ei“.
- ✓ Sa seksid ka siis, kui sa seda tegelikult ei soovi.

Väärkohtleja kasutab seksuaalset väärkohtlemist tavaliselt selleks, et kehtestada ja säilitada **võimu ja kontrolli oma partneri üle**. Uuringud näitavad, et mehed, kes seksuaalselt kuritarvitavad ja vägistavad, tekitavad suurema tõenäosusega oma elukaaslastele tõsiseid vigastusi või tapavad neid. Seksuaalne väärkohtlemine võib tekitada naisele **tõsiseid tervisprobleeme**. Seksuaalse väärkohtlemise korral on ohvril sageli kõige raskem abi otsi-

da. Selle tulemusena võib aga väärkohtlemise psühholoogiline ja emotsionaalne mõju kesta veel pikka aega pärast suhte lõppemist.

Emotsionaalne väärkohtlemine

Emotsionaalne väärkohtlemine on **manipuleerimine** ja **ohvri väärrikuse õonestamine**. Ohumärkideks on näiteks see, kui

- ✓ sa pead pidevalt vabandama, kuigi selget põhjust selleks ei näi olevat;
- ✓ ta käitub sinuga teisiti, kui oled teistega koos;
- ✓ ta naeruvääristab sind pidevalt naise ja emana;
- ✓ ta lubab muutuda, ent ei täida kunagi oma lubadusi;
- ✓ ta nõuab, et sa andestaksid talle, ilma et te probleemi arutaksite;
- ✓ ta vihastab ja paneb sind selles end süüdi tundma;
- ✓ ta räägib sinust lastele halba, kahjustades nii sinu suhet nendega.

Paljuski teeb emotsionaalne väärkohtlemine isegi rohkem kahju kui füüsiline vägivald – osalt seetõttu, et tavaliselt esineb seda palju sagedamini, ehk isegi igapäevaselt, osalt seetõttu, et emotsionaalselt väärkoheldu hakkab sageli ise ennast süüdistama. Löömise puhul on lihtsam mõista, et probleemiks on lööja käitumine. Kui partner ütleb või vihjab sulle, et sa oled inetu, halb lapsevanem, rumal, ebapädev, ei vääri tähelepanu ja armastust, siis ei pruugi olukord nii üheselt mõistetav olla, ja tunne, et probleem ongi sinus, on palju lihtsam tekkima.

Majanduslik vägivald

Rahaline kuritarvitamine tekib siis, kui väärkohtleja muudab ohvri endast **rahaliselt sõltuvaks**. Majandusliku väärkohtlemise märkideks on see, kui partner

- ✓ hoiab kõiki rahalisi ressursse enda kontrolli all, s.h. sinu raha;
- ✓ varjab, kuidas ta raha kulutab ega lase sul osaleda majanduslike otsuste tegemisel;
- ✓ keelab sul kooli või tööle minemast.

Sellest väärkohtlemise vormist räägitakse harva, ent selle mõju võib kesta kogu elu. Esiteks muudab see ohvri jaoks vägivaldsest suhtest lahkumise veelgi keerulisemaks, kuna tal ei ole selleks raha. Lisaks võib see ohvrit mõjutada veel ka pärast suhte lõppemist, eriti, kui ohver jääb vastutama võlgade või kogunenud arvete eest. Kui ohver ei ole saanud võimalust koolis või tööl käia, võib tal olla väga raske tööturule siseneda ja vägivaldsest suhtest lahkumine võib ta vaesusesse tõugata.

KAS SA OLED VÄGIVALDES SUHTES?

Et saada aru, kas sa oled vägivaldses suhtes või mitte, püüa vastata küsimustele, mis on allolevas tabelis. Mida rohkem on jah-vastuseid, seda suurem on tõenäosus, et peaksid otsima abi.

Kas sa...	Jah	Kas su partner...	Jah
✓ tunned suure osa ajast oma partneri suhtes hirmu?	<input type="checkbox"/>	✓ alandab sind või karjub su peale?	<input type="checkbox"/>
✓ väldid teatud teemasid hirmust oma partnerit vihastada?	<input type="checkbox"/>	✓ kritiseerib ja solvab sind?	<input type="checkbox"/>
✓ tunned, et mida sa ka ei teeks, ei ole see tema jaoks kunagi õige?	<input type="checkbox"/>	✓ kohtleb sind nii halvasti, et sul oleks piinlik, kui su sõbrad või pere seda näeksid?	<input type="checkbox"/>
✓ usud, et väärid halba kohtlemist või haiget saamist?	<input type="checkbox"/>	✓ ignoreerib sind või teeb maha sinu arvamusi ja saavutusi?	<input type="checkbox"/>
✓ tunned vahel, et oled hulluks minemas?	<input type="checkbox"/>	✓ süüdistab sind tema halvasti kohtlemises?	<input type="checkbox"/>
✓ tunned end emotsionaalselt tuimana või abituna?	<input type="checkbox"/>	✓ näeb sinus pigem omandit või seksioobjekti kui isiksust?	<input type="checkbox"/>
Kas su partner...	Jah	✓ hävitab su asju?	<input type="checkbox"/>
✓ on halva ja ettearvamatu iseloomuga?	<input type="checkbox"/>	✓ käitub liialt armukadedalt ja omandihimuliselt?	<input type="checkbox"/>
✓ teeb sulle haiget või ähvardab teha haiget või maha lüüa?	<input type="checkbox"/>	✓ kontrollib, kuhu sa lähed või mida sa teed?	<input type="checkbox"/>
✓ ähvardab sinult lapsed ära võtta või neile kahju teha?	<input type="checkbox"/>	✓ takistab sul kohtumast sõprade või perega?	<input type="checkbox"/>
✓ ähvardab teha enesetapu, kui sa ta maha jätad?	<input type="checkbox"/>	✓ piirab su juurdepääsu rahale, telefonile või autole?	<input type="checkbox"/>
✓ sunnib sind endaga seksima?	<input type="checkbox"/>	✓ kontrollib sind pidevalt?	<input type="checkbox"/>

Peatükk 2

KAHEKSA MÜÜTI LÄHISUHTEVÄGIVALLAST

On palju väärarusaamu ja müüte, mis õigustavad lähisuhtevägivalda või aktsepteerimist ühiskonnas. Oluline on neid mõista, et tagada ohvrile vajalikku tuge.

MÜÜT #1: Ta ise tegi midagi, et sellist kohtlemist provotseerida või ära teenida.

See ei ole oluline, mida ta tegi või ei teinud. Mitte kellelgi pole õigust teist inimest kahjustada. Paljudel juhtudel on niinimetatud „provokatsioonid“ vaid ettekääne, mille abil ohvrit süüdistada ja väärkohtleja vastutust vähendada.

MÜÜT #2: Vaid teatud tüüpi mehed on vägivaldsed.

Paljud väärkohtlejad on pärit kodudest, kus nad puutusid kokku vägivaldaga. Lähisuhtevägivald on õpitud käitumine, nii et selle nägemine lapsepõlves võib tuua kaasa sama käitumismustri kordamise täiskasvanuna. Ent väärkohtlejad võivad olla pärit ükskõik millisest kodust või väga erineva taustaga. Mõnel juhul võivad vägivaldalla vallandada teatud tegurid, nt stress, individuaalne patoloogia, narkootiliste ainete tarvitamine või „mittetoimiv“ suhe. **Siiski on pikemat aega kestva vägivaldamustri taga enamasti tahtlik käitumine.**

MÜÜT #3: Lähisuhtevägivald on põhjustatud alkoholi kuritarvitamisest.

Alkoholi tarbimine võib olla üks paljudest asjadest, mis viib inimese vägivaldse teoni. Ent seletada vägivalda pelgalt alkoholi tarvitamisega on liialt lihtsustatud lähenemine. On olemas palju mehi, kes tarbivad alkoholi ega ründa kedagi, samas on vägivaldsed mehed sageli vägivaldsed ka kainenena. Kui alkoholi tarvitamine on osa probleemist, peaks alkoholi tarbimise lõpetamise eest vastutama mees.

MÜÜT #4: Ta oleks pidanud teadma, mis mehega tegu on.

Väärkohtlejad käituvad suhte alguses sageli hoopis teisiti ja muutuvad vägivaldseks alles mingi aja möödudes. Seega saavad ohvrid aimu väärkohtlemise tendentsist alles siis, kui on „liiga hilja“ (partnerid on kokku kolinud, neil on lapsed jne). Isegi kui peres esineb

lähisuhtevägivalda, käituvad väärkohtlejad enamasti avalikkuse ees väga erinevalt sellest, kuidas nad käituvad oma koduseinte vahel. Seetõttu on kogukonna liikmetel teatud lähisuhtevägivalda vorme keeruline tuvastada. On raske uskuda, et inimene, kes käitub teiste ees nii laitmatult, võib käituda kodus nii õõvastavalt.

MÜÜT #5: Küllap naisele meeldibki vägivald, miks ta muidu ära ei lähe.

Vägivaldse suhte lõpetamine ei taga veel vägivalda lõppemist. Aeg, mil naine plaanib suhet lõpetada või lahkub suhtest, on tegelikult nii naise kui tema laste jaoks kõige ohtlikum. Paljud naised kardavad vägivallatset ja neil on selleks ka põhjust. Vägivallatsetajad ähvardavad sageli naist ja lapsi vigastada või isegi tappa, kui naine ära peaks minema.

MÜÜT #6: Lähisuhtevägivald ei ole soopõhine.

Enamik lähisuhtevägivalda ohvreid on naised ja vägivallatsetajateks on enamasti mehed. Väärkohtlemise esinemist võimaldab väärkohtleja suurem füüsiline, sotsiaalne või rahaline üleolek. Suurem füüsiline jõud (naise-mehe suhtes on see tavaliselt mehel) lubab väärkohtlejal füüsiliselt ohvri üle võimust võtta ja teda hirmutada. Suurem sotsiaalne võim, mis põhineb traditsioonilistel soorollidel – mehed peavadki domineerima –, sunnib naisi ennast süüdistama ja partneriga kokku jääma. Suurem majanduslik võim (väga tihti on meestel suurem palk kui naistel) toob kaasa rahalise sõltuvuse ja muudab naise jaoks väärkohtleja juurest lahkumise keeruliseks. Seega võib väita, et **lähisuhtevägivaldas on selgelt olemas ka sooline element.**

MÜÜT #7: See on pere siseasi – me ei peaks sekkuma.

Kui näeksid, et inimene läheb kellelegi tänaval kallale, kutsuksid sa ilmselt politsei. Miks peaks see olema teistmoodi, kui vägivald leiab aset kodus partnerite vahel? Lähisuhtevägivald on tõsine kuritegu, mis võib kaasa tuua vigastusi, hospitaliseerimise, samuti vaimse tervise probleeme nii naisel kui lastel. Kõige ekstreemsemal juhul võib see lõppeda surmaga – mis tähendab, et **sekkudes võid päästa elu.**

MÜÜT #8: Lähisuhtevägivald ei ole eriti tõsine ühiskondlik probleem.

Inimõigusi edendada sooviv ühiskond ei saa samal ajal ignoreerida oma liikmete vahel aset leidvat regulaarset füüsilist, emotsionaalset või vaimset vägivalda. Lisaks kulub igal aastal tervishoiusüsteemis märkimisväärselt raha ja töötunde, et aidata lähisuhtevägivalda all kannatanuid. Neid ressursse saaks kasutada otstarbekamalt, kui erinevate meetmete abil vähendada lähisuhtevägivalda ühiskonnas.



Peatükk 3

MIKS NAISED EI LAHKU?

See küsimus on väga tavaline. Kui oled olnud vägivaldses suhtes, oled ehk isegi palju kordi seda endalt küsinud. Lihtsat vastust sellele küsimusele ei ole. Tavaliselt on selle taga **emotsionaalsete, rahaliste, isiklike ja praktiliste põhjuste kombinatsioon**. Seda on näha ka vastustest, mida annavad lähisuhtevägivalda ohvrid:

Ei ole jõudu või tuge/enesesüüdistamine

- ✓ Ma tunnen end nii üksiku ja abituna.
- ✓ Ma ei tea, kuhu minna, et abi saada.
- ✓ Mul ei ole ühtegi sõpra, kellelt abi paluda.
- ✓ Minu vanemad uskusid, et pere ei tohi laguneda ja lastel peavad olema nii ema kui isa.
- ✓ Mu mees ei tule mulle füüsiliselt kallale, aga keegi ei usu, kui vägivaldne ta vaimselt on.
- ✓ Ma olen lugenud, et mehed kohtus enamasti võidavad.
- ✓ Riigiasutustes ei ole kohta hoolimisel.
- ✓ Ma püüdsin ennast kontrollida, et teda mitte provotseerida.

Rahapuudus/eluasemeprobleemid

- ✓ Ta ei maksaks elatist ja meil on väikesed lapsed, ma ei saaks nende kõrvalt töötada.
- ✓ Ma leppisin alandamisega, et mitte kaotada oma kodu.
- ✓ Mul ei ole kusagile minna.
- ✓ Ma olen temast rahaliselt sõltuv.

Hirm/eitus

- ✓ Ma kartsin, et mu lapsed võetakse minult ära.
- ✓ Ma kartsin füüsilist kättemaksu.
- ✓ Ma tundsin end maailmast isoleerituna, ma nutsin, aga ma kartsin teda maha jätta.
- ✓ Mul võttis nii kaua aega, enne kui sain aru, et see on vägivald.

Lootus/armastus

- ✓ Mu mees kolis teise tuppa ja see tegi olukorra mõneks ajaks paremaks.
- ✓ Ma ikkagi uskusin, et ta muutub.

Peatükk 4

VÄGIVALLA TAGAJÄRJED

Nagu juba öeldud, on lähisuhtevägivallal erinevaid vorme ja need toovad ohvritele kaasa erinevaid tagajärgi, nagu näiteks:

Füüsilised mõjud

On ilmne, et füüsiline vägivald toob ohvrile kaasa väiksemaid või suuremaid füüsilisi kahjustusi. Mida kauem füüsiline vägivald kestab, seda tõenäolisemalt muutub see tõsisemaks. Vähem ilmsed, kuid sama tõsised on pikaajalise vägivalla kaudsed mõjud, nt somaatiliste ja psühholoogiliste haiguste teke. See võib tuua kaasa lootusetuse tunde ja enesehävitusliku käitumise, nagu erinevate mõnuainete kasutamine ja/või enesetapumõtted.

Psühholoogilised mõjud

Psühholoogilised mõjud on sageli pikaajalised ja paljud ohvrid tunnevad, et nendega on isegi keerulisem toime tulla. Tavaliselt imbub vägivald igapäevaelu tasapisi, samm-sammult, ning psühholoogilised mõjud hakkavad ilmnema alles aja möödudes. Sellisteks mõjudeks võivad olla kurnatus, unehäired, peavalud, keskendumisraskused ja mäluhäired. Ohvrid võivad kannatada ka õudusunenägude, ärevuse ja depressiooni all.

Vägivallaga kaasneb hirm, mis takistab igapäevaelus toimetulemist. Ohvrid kipuvad iseenast süüdistama ja häbitunne sunnib neid vaikima. Vägivalla jätkudes hävineb aina enam enesehinnang ja usk iseendasse. See kõik vähendab ohvri suutlikkust otsuseid vastu võtta.

Sotsiaalsed mõjud

Vägivalla füüsilised ja psühholoogilised mõjud viivad sageli tõsiste sotsiaalsete probleemide tekkeni. Need takistavad ohvril vägivaldse suhte ajal ja pärast seda inimestega sidemeid loomast. Häbitunne ja partneri poolt pealesunnitud isolatsioon vähendavad kontakte sõprade ja perekonnaga ning ohvri sotsiaalne elu muutub üha vaesemaks. Iseäranis seksuaalne vägivald teeb tulevikus usalduslike lähisuhete loomise keeruliseks. Kõik need tegurid võivad kahjustada ka vägivalla ohvriks langenud naise ja tema laste

omavahelist suhet, eriti kui lapsed on vägivalda pealt näinud. See võib omakorda vähendada ohvrite suutlikkust abi otsida.

Majanduslikud mõjud

Lähisuhtevägivald mõjutab tihtipeale ohvrit ka majanduslikult. Väärkohtleja võib püüda vähendada ohvri finantssuutlikkust, et säilitada tema üle kontroll. Vägivallatseja võib oma partnerit ekspluateerida erinevatel viisidel ning samas vältida vastutust oma tegude eest. Selle tulemusena võib juhtuda, et pärast suhte lõppu jagatakse ühine vara ohvri suhtes ebaõiglaselt ja ta peab toime tulema kas vähese või olematu elatisrahaga. Vägivaldsest suhtes lahkudes võivad ohvritel puududa tööalased oskused enda ülalpidamiseks ja ta võib seista silmitsi suurte võlgade või muude rahaliste probleemidega. See kõik võib põhjustada ohvri vaesusesse sattumise.



Peatükk 5

VÄGIVALDNE LÄHISUHE JA LAPSED

Lähisuhtevägivald mõjutab alati lapsi, sest tavaliselt on nad sellest teadlikud. Pingeline kodune keskkond võib muuta nad tundlikuks ja nad võivad õppida pidevalt valvel olema. Nad kardavad oma ema pärast ja võivad ka ise vägivaldalla ohvriks langeda. Vägivaldalla kokkupuutumine kahjustab igas eas lapsi. Näiteks võib laps õppida, et vägivald on aktsepteeritav viis ebakõlasid lahendada ning muutuda kas agressiivseks või allaheitlikuks. See soodustab lähisuhtevägivaldalla ülekandumist järgmisesse põlvkonda.

Lapsed tahavad, et vägivald lõpeks

Sageli on ainsaks teeks selleni kas lahutus või suhte lõpetamine. Ent lahkuminek tähendab, et vanemad peavad jõudma kokkuleppele lapse hoolduse, elukohta, elatistrahade maksmise ja külastusaegade osas. Vägivaldse suhte lõpetamisel on sageli keeruline lapsi puudutatavates asjades turvaliselt kokku leppida. Abiks võib olla arutelu lastekaitsetöötaja ja õigusnõustajaga. Oluline on püüda saavutada selgeid ja konkreetseid kokkuleppeid.

Lapsed võivad reageerida vägivaldalla mitmel moel

Lapse käitumine võib lapse emas tekitada süütunnet, aga ka väga vastuolulisi tundeid. Ema võib hakata nägema lapses väärkohtlejale iseloomulikke jooni ja võib hakata tajuma oma last pahatahtlikuna. Vägivald võib jätkuda peres ka pärast lahkuminekut, näiteks laste vahel või lapse ja ema vahel. Kui see juhtub, tuleb kindlasti abi otsida.

Laste aitamiseks on mitmeid viise

Üheks võimaluseks on paluda abi lasteasutusest – lasteaias või koolist. Samuti võib paluda abi perearstilt. Isegi kui nende asutuste töötajad aidata ei saa, oskavad nad tavaliselt suunata abivajaja kellegi juurde, kes annab professionaalset abi. Rääkige lastega nende kogemustest ja tunnetest. Lubage neil end väljendada. Rääkige lastele, et nad ei vastuta täiskasvanute poolt toime pandud vägivaldalla eest. Kandke hoolt, et laste elus oleks täiskasvanuid, kelle juuresolekul tunnevad nad end turvaliselt.



Peatükk 6

VÄGIVALLATSÜKLIST VÄLJUMISE ETAPID

Hoolimata lähisuhtevägivalla komplekssest dünaamikast ja sellest väljatulemise keerukusest, on miljonid naised maailmas suutnud vägivaldse suhte lõpetada, jalule tõusta ja elus õnne leida. Kuid selleks tuleb teha esimesed sammud – otsida abi ja hakata tegutsema. Endiste vägivaldaohvrite sõnul on nad läbinud suhtest väljatulemisel ja taastumisel järgmised etapid:

1. ETAPP. Ettevalmistus

Endised ohvrid ütlevad, et tagasiulatuvalt mõistavad nad, et väärkohtlemine algas ammu enne seda, kui nad sellest aru said. Sageli ilmnesid esimesed väärkohtlemise tunnused koguni tutvumise perioodil, kuid nad ei pannud neid märke tähele, sest nad kas ei teadnud, mis on väärkohtlemine, eitasid neid signaale või olid armunud.

2. ETAPP. Äratundmine

See on etapp, mil ohvrid said enda sõnul esimest korda täielikult aru, et nende partner on vägivaldlatseja. Sageli toovad selguse olukorrad, mille suhtes ei saa enam silmi kinni pigistada, nt esimene vägivaldpuhang naise või laste vastu.

3. ETAPP. Distantseerumine

Selles etapis püüab ohver end tavaliselt väärkohtlejast füüsiliselt ja psühholoogiliselt distantseerida, et vägivaldlatsejal oleks vähem võimalusi naisega manipuleerida ja veenda teda „veel ühte võimalust andma“. Ohver hakkab rääkima oma olukorrast teistele inimestele, hakkab otsima abi ja informatsiooni. Lõpuks lahkub ohver kodust ja sageli vajab ta selleks teiste inimeste tuge.

4. ETAPP. Otsustamatus

Pärast kodust lahkumist on naine väga haavatavas seisundis. Ta on närviline, sest tunneb end ebaturvaliselt ja ta pole kindel, kas ta üksi hakkama saab. Naine võib karta vägivaldlatsejat (näiteks et mees otsib ta üles) ja mees võib püüda tõestada oma muutumist,

et naine tagasi tuleks. Selles etapis peab ohver otsima lahendusi pikaajalistele küsimustele – kus elada, kus töötada, kuidas muutuda majanduslikult iseseisvaks.

5. ETAPP. Vastutuse võtmine

Mingil hetkel hakkab ohvri uue elu plaan realiseeruma. Naine hakkab nägema võimalusi iseseisvaks saada ja oma elu eest ise vastutama hakata. See võib olla esimene kord, mil ohvril tekib lootus, et ta suudab muutusega edukalt toime tulla.

6. ETAPP. Lein

Paljud endised ohvrid ütlevad, et uue eluga alustades tundsid nad sageli kurbust. Selleks on mitmeid põhjuseid. Enamikes suhetes, isegi kõige vägivaldsemates, on ka õnnehetki, nii lühikesed kui need ka ei ole. Kui peres on lapsed, võib kaotusetunne olla veelgi tugevam, sest pere laguneb. Sõltumatus võib tähendada ka majandusliku kindlustatuse kaotamist.

7. ETAPP. Töö iseendaga

Enamik lähisuhtevägivalda ohvreid vajab spetsiifilisi teenuseid, et toime tulla pikaajalisest väärkohtlemise kogemusest tekkinud traumadega. Sellisteks teenusteks võivad olla individuaalne või grupiteraapia või nt sotsiaalnõustamine. Abi on vaja, et ravida psühholoogilisi ja emotsionaalseid haavu, mis ei ole alati nähtavad – ka mitte ohvrile endale. Teraapia ja nõustamine on väga olulised ka selleks, et naised oskaksid ja suudaksid tulevikus vägivaldsetest suhetest hoiduda.

8. ETAPP. Uue elu ehitamine

Viimases etapis võtab naine aktiivselt uue suuna, nagu näiteks uude korterisse/teise linna kolimine, kooli või kursustele registreerumine, uue tööga alustamine, hobidega tegelemine, suhete loomine ning terve ja õnneliku elu alustamine. Tõsise traumaga ohvril võib vaja minna pikemat nõustamist või abi. Kuid pea kõikidele endistele ohvritele võib isegi selles etapis olla väga oluline regulaarse toetuse olemasolu, kas sõpradelt või spetsialistidelt.

Peatükk 7

TAASTUMINE JA TURVAPLAAN

Nagu eelmisest peatükist näha, võivad mitmed suhtest väljumise etapid olla kriitilised, sest ohver võib pöörduda tagasi vägivaldsesse suhtesse. Tee taastumiseni on iga naise jaoks erinev. Sageli on sellel teel mitmeid takistusi ja tagasilangusi, ent ka ootamatuid edasiminekuid. Isegi kui ohver läheb mingil hetkel vägivaldsete juurde tagasi, on ta loodetavasti teadlikum ja paremini ette valmistunud protsessi jätkama ning ükskord tuleb aeg, kui ta taas suudab edasi liikuda vägivallavaba elu poole.

On oluline mainida, et vahel võib väärkohtleja muutuda. See saab aga toimuda vaid tingimusel, et väärkohtlemine ei ole olnud tõsine ega pikaajaline ja et väärkohtleja võtab vastutuse oma tegude eest ja otsib abi. Sellisel juhul on lepitus võimalik – kuid ainult „uues“ suhtes, kus väärkohtleja mõistab oma vastutust, ohver mõistab oma õigusi ja partnerite vahel on võrdne suhe.

Peab aga meeles pidama, et ükskõik kumma tulemuse saavutamise eelduseks on see, et ohver otsib abi!

Igas taastumisprotsessi etapis peab kõige tähtsamal kohal olema **turvalisus**. See kehtib iseäranis siis, kui ohver otsib abi vägivaldsest suhtest lahkumiseks. Turvalisuse tagamise üheks võimaluseks on **turvaplaani koostamine**, milles on välja toodud kõik peamised turvariskid.

TURVAPLAANI KOOSTAMINE

Turvaplaane tuleb teha ja ajakohastada vastavalt konkreetsele olukorrale ning **sellega tuleb alustada veel enne suhtest lahkumist**. Turvalisuse suurendamiseks pea silmas järgmisi juhtnööre:

- ✓ Räägi vägivaldast kellelegi väljastpoolt, nt lähedasele sõbrale või pereliikmele, naabritele või asjatundjale.



- ✓ Mõttele valmis mõni ettekääne kodust lahkumiseks, nt prügi väljaviimine, suitsu tege-mine, posti toomine või koera jalutamine.
- ✓ Mõttele, milline on parim tee kodust lahkumiseks ja kriisiolukorras püüa alati varjuda ruumi, millel on teine väljapääs.
- ✓ Salvesta hädaabinumber 112 või muu abinumber telefoni kiirvalikutesse, et saaksid sellele helistada ühe klahvivajutusega. Sa võid salvestada selle numbri enda mobiil-telefoni valenime all.
- ✓ Lepi oma sõbra või pereliikmega kokku mõni telefoni teel edastatav koodsõnum. Sel moel saad neile teatada, et oled hädas ja nad saavad abi kutsuda.
- ✓ Sul võiks alati olla valmis pakitud kott, milles on kõige tähtsamad asjad, natuke sularaha või pangakaart. Hoiu kotti kättesaadavas kohas.
- ✓ Uuri välja, kuhu saad põgeneda – heade sõprade juurde, pere juurde, varjupaika jne.
- ✓ Tee endale selgeks enda õigused, nt õigused varale ja lastele. Sul on õigus otsida ja saada seda informatsiooni ilma partneri teadmata.
- ✓ Kui kasutad informatsiooni otsimiseks arvutit, tühjenda veebilehitseja mälu (ajalugu), et keegi teine ei saaks vaadata, milliseid lehekülgi oled külastanud.
- ✓ Kui sul on lapsed, räägi nendega turvalisusest. Tutvusta neile ka oma turvaplaani. Õpeta neile, kuidas helistada lähedastele sõpradele, perele või hädaabinumbri-le ja kutsuda abi. Kui sa põgened kodust, püüa lapsed endaga kaasa võtta.
- ✓ Kui sind rünnatakse, kaitse pead ja kõhtu ja karju appi – see suurendab võimalust, et keegi kuuleb sind ja helistab hädaabinumbri-le.
- ✓ Kogu tõendeid ähvarduste ja vägivalda kohta: kirjuta need üles, pea päevikut, salves-ta sõnumid ja tee fotosid vigastustest. Mine arsti juurde, isegi kui sa hetkel ei taha politseis avaldust kirjutada.

- ✓ Kuna vägivalda on raske ette ennustada, on **kõige ohutum lahkuda siis, kui su partnerit ei ole kodus**. Võta kaasa enda ja laste isikut tõendavad dokumendid, kindlustus- ja pangalaenu dokumendid, olulised isiklikud asjad ja ravimid ning midagi, mis tõestab vägivalda kogemist. Kui sinul ja su partneril on ühisvara, kannu pool sellest üle iseenda nimele. Vastasel juhul võib hiljem juhtuda, et su partner takistab sinu juurdepääsu sellele.
- ✓ Kui su partner võib teada sinu internetipanga parooli ja koode, muuda need ära.

Suhte lõpp ei tähenda alati vägivalda lõppu. See võib jätkuda, näiteks ähvarduste ja ahistamisena. Ka pärast suhte lõppemist võib kokkusaamine väärkohtlejaga olla ohtlik ja vägivalda taas esile kutsuda!

- ✓ Kui vägivald jätkub, jätku tõendusmaterjali kogumist. Järgmised sammud suurendavad sinu turvalisust suhtest lahkumisel:
 - hangi endale uus telefoninumber, mis ei ole avalikult kättesaadav;
 - varja oma aadressi ja asukohta;
 - taotle lähenemiskeeldu;
 - ära hoiu väärkohtlejaga kontakti;
 - väldi olukordi, kus võiksid jääda oma endise partneriga kahekesi;
 - lepi kokku vajalikud kohtumised (nt lastega kohtumine) avalikes kohtades;
 - ära muuda oma elu nii rutiinseks, et väärkohtlejal oleks lihtne välja uurida, millist teed pidi sa mingil ajal liigud, muuda oma marsruute;
 - hoiata inimesi, kes sinu või lastega sageli kokku puutuvad (töökaaslased, lasteaiakasvatavad, kooliõpetajad), et ka nemad olukorrast teadlikud oleksid.
- ✓ Erinevate tehnikavahendite kasutamisel tee endale selgeks, kas sinu asukohta on võimalik nende abil tuvastada – nt teatud tingimustel võib mobiiltelefoni, arvuti ja GPSi abil seda teha.
- ✓ Postita sotsiaalmeedias enda kohta võimalikult vähe infot ja kontrolli oma konto privaatsus- ja turvaseadeid.
- ✓ Ähvarduste korral taotle lähenemiskeeldu.
- ✓ Esita avaldus politseile.



Peatükk 8

PEREVÄGIVALLA

ÕIGUSLIKUD KÜSIMUSED

Mida teha kui olen sattunud rünnaku ohvriks?

- ✓ Kui oht on tuntav, **helista politsei lühinumbril 110** (NBI 2014. aasta lõpuks võetakse kasutusele **üks ühine üleriigiline number 112**). Tihti nõuab selline julge tegutsemine pealehakkamist ja otsustusvõimet, kuid seda tehes võid päästa nii iseenda kui oma lapsed vägivalla kordumisest tulevikus.
- ✓ Kui sa oled kogenud perevägivalda, on sinu esmaseks mureks mõelda enda ja oma laste ohutusele. Mõtle läbi põgenemiskava – kuhu minna ja kuidas.
- ✓ Usalda oma instinkte: kui sul on tunne, et sa oled ohus, siis on üsna tõenäoline, et sa seda tõesti oled. Püüa pääseda ohutusse kohta nii kiiresti kui võimalik. Otstarbekas oleks pakkida hädavajalikud asjad ja varuda piisavalt raha. Need asjad võiksid jätta usaldusväärse sõbra juurde või oma töökohta.
- ✓ Kui sul on vigastusi, hoolitse selle eest, et saaksid esimesel võimalusel arstiabi. Vigastused võivad olla tõsisemad kui sulle esmapilgul tundub.
- ✓ Jälgi, et sinu vigastused dokumenteeritaks (nt traumapunktis, politseis), sest sellised dokumendid võivad olla oluliseks tõendusmaterjaliks hilisemas kriminaalmenetluses.
- ✓ Pea päevikut – märgi kuupäevaliselt üles toimunud vägivaltatsemised ja ähvardused.
- ✓ Säilita ja kogu tõendusmaterjali – hoia alles ähvarduskirjad, e-kirjad, arstitõendid, SMS-id jms.

Kuidas esitada avaldus politseile?

Avalduse esitamiseks mine kohale lähimasse politseijaoskonda. Avalduse esitamisel teavitada politseid võimalikult täpselt kõigest, mis on seotud vägivaldajuhtumiga – kirjelda toimunud sündmust detailselt, täpsusta sündmuse toimumise aeg jne. Samas, kriminaalmenetlust saab alustada ka ilma avalduseta. Oluline on teada, et ohvri helistamine politseisse on käsitletav suulise kuriteoteatena, mille põhjal alustatakse kriminaalmenetlust ja eraldi avalduse esitamise vajadust seadus ette ei näe.

Ma ei ole valmis politseile avaldust esitama, kuid soovin siiski nõu.

Pane kuupäevade ja kellaegadega kirja kõik oma partneri vägivallateod, ähvardused ja nendega kaasnevad mälopildid võimaliku tõestusmaterjali jaoks, isegi kui kirjapaneku hetkel pole sul plaaniski teha avaldust politseile. Su plaanid võivad muutuda, kui kuritegu kordub. Pane kirja ka võimalikud tunnistajad. Säilita seda paberit koos muude oluliste dokumentidega, mis on kõrvale pandud lahkumise hetkeks.

Juhul kui sa ei ole valmis otse politsei poole pöörduma, on võimalik saada anonüümselt nõu ja infot veebikonstaablilt. Veebikonstaablid vastavad inimeste interneti teel saadetud kirjadele ja küsimustele portaalides www.perekool.ee, www.lapsemure.ee ja www.vastused.ee ning allpool toodud kontaktidel.

Andero Sepp

Facebook: Veebikonstaabel Andero
Rate: <http://www.rate.ee/users/andero->
Skype: andero.sepp@politsei.ee
E-post: andero.sepp@politsei.ee

Maarja Punak

Facebook: Veebikonstaabel Maarja
Twitter: Veebikonstaabel
E-post: maarja.punak@politsei.ee

Oksana Luik

Facebook: Veebikonstaabel Oksana
VK: Oksana Luik
Odnoklassniki.ru: Oksana Luik
E-post: oksana.luik@politsei.ee

Kuidas algatada lahutust?

Abielu saab lahutada perekonnaseisuasutuses, vastavat pädevust omava notari juures või kohtus. Kui abielu lahutamisel õigusvaidlusi ei ole – st abielu lahutatakse perekonnaseisuasutuses või notari juures –, siis lahutatakse abielu mitte varem kui ühe kuu ja mitte hiljem kui kolme kuu möödumisel abielu lahutamise avalduse esitamisest.

Mida teha, kui mees ei nõustu lahutusega?

Abielu võib lahutada kohtuotsusega ühe abikaasa hagi alusel teise abikaasa vastu. Abielu lahutatakse kohtus, kui abikaasad vaidlevad abielu lahutamise või lahutusega seotud asjaolude üle. Hagiavalduse esitamisel abielu lahutamiseks tasutakse riigilõivu 100 eurot. Kui nimetatud hagiavaldus esitatakse elektrooniliselt veebilehe www.e-toimik.ee kaudu e-toimiku menetlemise infosüsteemi, tasutakse riigilõivu 75 eurot (riigilõivuseadus § 57

lg 2). Kui teine pool kohtuistungile kohale ei ilmu, on kohtul õigus asi sisuliselt lahendada ehk abielu lahutada, kui lagi aluseks olevad asjaolud on kohtule piisavalt selged.

Kui ma ei jõua mehega laste jagamise osas kokkuleppele?

Kui vanemate vahel on lapsesse puutuva üle vaidlus, mida ei õnnestu kokkuleppel lahendada, siis on võimalik esitada vastava taotlusega **avaldus kohtusse**. Vanema õiguste määramine lapse suhtes, muu hulgas vanemalt vanema õiguste äravõtmine, ja lapsega suhtlemise korraldamine (hooldusõiguse asjad) lahendatakse **hagita menetluses**. Avalduse esitamisel hagita perekonnaasjas tasutakse **riigilõivu 10 eurot**. (Kui nimetatud avaldus esitatakse elektrooniliselt veebilehe www.e-toimik.ee kaudu, tasutakse riigilõivu 5 eurot.) Vanema õigusi lapse suhtes puudutavas menetluses kuulab kohus vanemad ära. Vanemate isiklike õiguste osas kuulab kohus vanemad ära isiklikult. Kui menetlus toimub lapse heaolu ohustamise üle, kuulab kohus vanemad isiklikult ära ja arutab nendega lapse huvide kaitset. Paljudes omavalitsustes on olemas lastekaitsespetsialistid, kes tegelevad konkreetset lahutavate vanematega, et leida kohtuväline lahendus edaspidisele lastega läbikäimisele. Sellisel moel on võimalik **leida parim lahendus kohtusse minemata**.

Kas mees saab lapsed minult n-ö ära võtta?

Niisama ei saa kumbki osapool lihtsalt lapsi „ära võtta“. Seaduse silmis on sel juhul tegemist laste ainuhooldusõiguse taotlemisega laste isa poolt. Perekonnaseaduse § 137 lg 1 kohaselt võib tõepoolest vanem kohtult hagita menetluses taotleda, et lapse hooldusõigus antaks talle osaliselt või täielikult üle, kuid selleks on vajalikud väga mõjuvad põhjused. Üldjoontes peavad kohtud põhjendatuks ühise hooldusõiguse jätkumist ka vanemate kooselu lõppemisel, seega ei tasu lastest ilmajäämist karta.

Mul ei ole rahalisi vahendeid advokaadi jaoks...

Kõigi Eesti naiste tugikeskuste töötajad annavad nõu asjassepuutuva seadusandluse kohta. Tugikeskused pakuvad vajadusel ka juriidilist nõustamist. Samuti oskavad tugikeskused suunata abivajajat tasuta õigusabi pakkuvate organisatsioonide poole.

Mis on riigi õigusabi?

Riigi õigusabi on inimesele riigi kulul õigusteenuse osutamine. Riigi õigusabi seisneb selles, et õigusmenetluses (kriminaalmenetlus, väärteomenetlus, tsiviilkohtumenetlus, halduskohtumenetlus, haldusmenetlus, täitemenetlus), milles isik osaleb, esindab ja nõustab teda Eesti Advokatuuri poolt määratud advokaat.

Mis on lähenemiskeeld?

Ohver saab taotleda lähenemiskeeldu ründajale, kui on reaalne oht tema elule ja tervisele. Lähenemiskeeld võib olla ajutine (määratakse kriminaalmenetluse ajaks) või pikaajaline (kohtuotsusega määratava lähenemiskeeldu tähtaeg võib olla kuni 3 aastat). Ajutist lähenemiskeeldu taotleb kriminaalmenetlust juhtiv prokurör kannatanu nõusolekul. Enamasti keelatakse teatud paikades (nt kannatanu elu- ja töökoht) viibimine, suhtlemine (telefoni, mobiiltelefoni, interneti teel) ja lähenemine kannatanule (nt kõnetamiskaugusesse või äratundmiskaugusesse). Lähenemiskeeldu on võimalik määrata ka iseseisva tsiviilõigusliku kaitsevahendina isikuõiguse rikkumise korral. Sellisel juhul pole kriminaalmenetluse algatamine vajalik eeldus.

Viited

Täiendavat informatsiooni saab internetist: www.naistetugi.ee

Vägivallatsükkel (inglise keels)
www.domesticviolence.org/cycle-of-violence

Review of the Implementation of the Beijing Platform for Action in the EU Member States: Violence against Women –Victim Support, Publications Office of the European Union, 2012 ISBN 978-92-9218-061-4

Konventsioon naiste diskrimineerimise kõigi vormide likvideerimise kohta (inglise keeles)
www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/text/econvention.htm

Väärkohtlemisele ja vägivaldsele suhtele viitavad märgid, lähisuhtevägivald ja väärkohtlemine (inglise keeles)
www.helpguide.org

Ava silmad. Brošüür lähisuhtevägivalda ohvritele (eesti keeles). Naisten Kulttuuriyhdistys 2001 [www.hotpeachpages.net/lang/speak/panavausVIRO.pdf]

„Domestic violence should not happen to anybody. Ever. Period.” Domestic Violence Handbook (Koduvägivalda käsiraamat, inglise keeles), www.domesticviolence.org

Lähisuhtevägivalda müüdid
www.womensaid.ie/help/whatisdomesticviolence/myths.html

Miks lähisuhtevägivalda ohvrid ei lahku, Leslie Morgan Steiner, TEDxRainier, November 2012.
www.ted.com/talks [Video link]

Võta ühendust ja saa abi:

TARTU NAISTE VARJUPAIK 5594 9496 www.naistetugi.ee	TALLINNA NAISTE KRIISIKODU 526 4697
IDA-VIRUMAA NAISTE TUGIKESKUS- VARJUPAIK 5333 2627	TÄHTVERE AVATUD NAISTEKESKUS 5682 4768
JÄRVAMAA NAISTE TUGIKESKUS 5813 3755	VALGAMAA NAISTE VARJUPAIK 5303 2544
JÕGEVAMAA NAISTE TUGIKESKUS 5860 0170	VIRUMAA NAISTE TUGIKESKUS 5629 7745
LÄÄNEMAA NAISTE TUGIKESKUS 504 2300	VILJANDIMAA NAISTE VARJUPAIK 5805 0535
PÄRNU NAISTE VARJUPAIK 5398 1620	VÖRUMAA NAISTE VARJUPAIK 528 3615
RAPLAMAA NAISTE VARJUPAIK 5336 5027	ÜLERIIGILINE NÕUSTAMISTELEFON 1492



Antud trükise valmimist on rahastanud Euroopa Komisjon DAPHNE III programmi toel.
Trükise sisu peegeldab ainult autorite seisukohti. Trükise sisu eest vastutavad täielikult autorid
ja see ei esinda Euroopa Komisjoni seisukohti.