

Naisten Linja

Toiminta ja palvelut
Maria Virtala

Naisten Linja

Naisten Linja

Tarjoamme erityistukipalveluita väkivaltaa tai sen uhkaa kokeneille naisille ja tytöille.

Teemme vaikuttamistyötä väkivaltaa kokeneiden naisten ja tyttöjen tarpeiden ja oikeuksien huomioimiseksi lainsäädännössä ja muussa päätöksenteossa.

Edistämme sukupuolten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta.

Palvelumme

Naisten Linjan palvelut ovat luottamuksellisia ja maksuttomia kaikille, jotka määrittelevät itsensä naisiksi tai tytöiksi ja tarvitsevat tukea kokemaansa väkivaltaan sen muodosta riippumatta.

Palvelut koostuvat ohjauksesta ja neuvonnasta, lyhyt- ja pitkäaikaisesta tuesta yksilö- että ryhmätyöskentelynä.

Ensimmäisen puhelun otimme vastaan v. 2002, yli 20 vuotta sitten.

Valtakunnallinen auttava puhelin 0800 02400 ja auttava chat naistenlinja.fi

Yksilötuen asiantuntijapalvelut

- jalkautuva työ sosiaalisessa mediassa
- kasvokkain ja etänä tehtävä lyhyt- ja pitkäkestoinen yksilötuki
- digitaaliseen väkivaltaan erikoistunut tuki ja neuvonta

Vertaistuen palvelut

- valtakunnalliset verkkovertaisryhmät
- kasvokkain tapaavat ryhmät Helsingissä

Muut palvelut

- koulutukset, vaikuttamistyö

Miksi palveluitamme tarvitaan?

15

Joka vuosi noin 15 naista kuolee parisuhdeväkivallan seurauksena.

10%

Joka kymmenes nainen joutuu nykyisen tai entisen kumppaninsa vainoamaksi.

90%

Verkossa nuorista naisista lähes 90 prosenttia on kokenut tai todistanut väkivaltaa.

1/3

Joka kolmas nainen on kokenut parisuhteessa fyysistä väkivaltaa, sen uhkaa tai seksuaaliväkivaltaa.

50%

Puolet naisista on kokenut nykyisen tai entisen kumppanin aiheuttamaa henkistä väkivaltaa.

1/6

Joka kuudes nainen tulee elämänsä aikana raiskatuksi.

Lähes puolet
parisuhdeväkivaltaa kokeneista
naisista ei kerro kokemastaan
väkivallasta kenellekään.

“Me uskomme sinua.”

Väkivallasta puhuminen ja kysyminen rikkoo hiljaisuuden. Kuunteleminen ja kuullun vahvistaminen on jo itsessään vaikuttava teko.

1% väkivaltaa kokeneista tunnistetaan perusterveydenhuollossa, vaikka he käyttävät 80% enemmän palveluita kuin muut.



Auttava puhelin ja chat

Puhelin 0800 02400 ma-pe klo 16-20

Chat ti ja to klo 16-20

Tukea kaikenikäisille naisille ja tytöille, jotka haluavat keskustella väkivaltaan tai sen uhkaan liittyvästä huolesta

- yhteydenottojen määrää ei ole rajattu, meille voi soittaa useasti, väkivaltakokemuksen käsittelyn eri vaiheissa
- Naisten Linjaan voi olla yhteydessä väkivallan muodosta riippumatta
- väkivaltaa tai sen uhkaa kokevien läheisille

Yksilötuen avopalvelu

Valtakunnallinen palvelu, jossa työskennellään väkivallan muotoihin tai -kontekstiin katsomatta.

Yli 18-vuotiaille naisille, jotka ovat kokeneet väkivaltaa. Keskustelutukea, psykoedukaatiota, ohjausta ja neuvontaa.

Lyhytkestoinen tuki: noin 1-5 tapaamista, joissa keskitytään väkivallan purkamiseen ja käsittelemiseen.

Pitkäkestoinen tuki: 5+ tapaamista väkivaltakokemusten purkamiseen ja vaikutusten syvällisempään käsittelemiseen, kestävämmän muutoksen tukemiseen.

Palvelun tarkoitus

- Tukea väkivallan kokeneita henkilöitä käsittelemään kokemuksiaan.
- Edistää selviytymistä ja toipumista väkivaltaisista suhteista tai kokemuksista.
- Tarjota tukea niin kriisivaiheessa kuin pidempikestoisessa toipumisprosessissa.
- Työskentely perustuu tarvelähtöisyyteen ja traumatietoisuuteen.

Tavoite: edistää kokijan kestävää muutosprosessia väkivallasta selviytymisessä ja toipumisessa vahvistamalla kokijan turvallisuutta, toimijuutta ja hyvinvointia.

Yksilötyöskentelyn teemat

Työskentelyn aloittaminen

Väkivallan tunnistaminen ja nimen antaminen omalle kokemukselle

Luottamus ja läpinäkyvyys - työskentelysuhteen käynnistyminen

Tavoitteiden asettaminen

Turvallisuuden lisääminen

Väkivallan katkaiseminen

Häpeän jakaminen ja kokemusten purkaminen

Fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen turvallisuuden vahvistaminen

Arjen vakauttaminen ja -hallinta

Itse-ja tunnesäätelyn säätelyn tukeminen

Toimijuuden vahvistaminen

Tiedon lisääminen väkivallasta, stressistä, traumasta ja niiden vaikutuksista sekä saatavilla olevasta avusta

Itseymmärryksen vahvistuminen, valinnan mahdollisuuksien pohtiminen, väkivallan vaikutusten tunnistaminen

Minäkuva ja oman tarinan uudelleen kirjoittaminen: "Minä pystyn, osaan ja päätän."

Hyvinvoinnin tukeminen

Itsearvostuksen ja -tuntemuksen lisääntyminen

Itsestä huolehtiminen ja rajojen asettaminen

Voimavarojen ja tulevaisuustoivon vahvistaminen

Turvalliset ihmissuhteet ja vertaistuki

Työskentelyn päättely

Tavoitteiden toteutumisen arviointi

Jatkosuunnitelma: tiedän mitä voin tehdä seuraavaksi ja miten jatkaa toipumisprosessissani

Miten hakeutua tukeen?

Yksilötukeen voi hakeutua ottamalla yhteyttä palveluun puhelimitse tai [varaamalla ajan](#) nettisivuiltamme

Ensimmäinen aika, jossa kartoitetaan asiakkaan työskentelyhalukkuus-ja soveltuvuus, toteutetaan puhelimitse.

Varsinainen työskentely jatkuu kasvokkain, etävastaanotolla tai toimistollamme.

Keskusteluaikoja on tarjolla ma-pe klo 8-18 välillä.

Vertaistuki

Valtakunnalliset verkkovertaisryhmät

- henkisen väkivallan vertaisryhmä
- yhteishuoltajien ryhmä

Kasvokkain tapaavat ryhmät

- matalan kynnyksen Avoin ryhmä
- Olen selviytyjä-ryhmä

Avainlukuja

Jalkautuva työ somessa: 10-20 uutta asiakasta/kk/2025

Lyhyt- ja pitkäkestoinen yksilötuki: 550 tapaamista 1-4/2025

Vertaisryhmät: osallistujia n. 200 / vuosi

Auttava puhelin: ka 300/kk, ka 100 vastattua/kk

Auttava chat: ka 35 vastattua/kk

Vapaaehtoiset: noin 80 aktiivista vapaaehtoista

Yhteydenoton syy

Puhelin ja chat

Henkinen väkivalta 70-80%

Fyysinen väkivalta 30-50%

Seksuaaliväkivalta 20-40%

“Suosittelen erittäin vahvasti. Koen, että ilman naisten linjan tukea en olisi yhtä hyvässä tilanteessa kuin nyt. Heidän avullaan ja tuella tulevaisuus näyttää nykyään valoisammalta. Vaikka avun hakeminen ja vastaanottaminen voikin tuntua aluksi vaikealta, lupaan että sinua ymmärretään etkä jää koskaan yksin.”