

KO TUN LAH LAMAŠ SEKSUALLII VIEHÄVÄÄLDI ČUOSÄTTÄH

Uápis nuorâi várás

SISKÁLDÄS

Mii lii seksualvievhävâldi?

s. 3-4

Mondiet lii pyeri, et tun sáárnuh tunjin tábáhtum seksualvievhävâldist kiäinnii oovtâst?

s. 4-5

Mii lii traumatláš kriisi?

s. 5-6

Maht seksualvievhävâldi feeriimeh sätth vaiguttiđ tuu elimân?

s. 6-7

Rikosprooses já riehtijotteem – Mondiet lii tehálâš almottiđ tábáhtum ääšist?

s. 8-9

Maht tun anah huolâ alnestâd?

s.9

Mii lii seksualvievhävâldi?

Maangálágáneh ääših pyehtih luhhuđ seksualvievhävâldin kuoskättálmist illáástmân, já ton čuosättâhhân puáhtá karttâđ kii peri suhâpeelest tâi seksuallii sundâšumeest sorjohánnáá. Seksualvievhävâldi puáhtá leđe nomáttállâm, hemâdem tâi laidim seeksin tâi seksuallii tooimân, mii ij lah ahetaásán tohálâš. Tot puáhtá leđe uálguttem tâi viehävâldálâš páguttem. Tot puáhtá tábáhtuđ meid neetist. Seksualvievhävâldi ij veltihánnáá toolâ sistees fysilii illáástem, onâččem tâi kyede meerhâid roopân uáinusân.

Seksualvievhävâldi puáhtá kuvviđ maangálágán sanijguin já miäruštálmijguin: seksualláš ávhástállâm, hyeneeht kohtálem, illáástem, inest (perruu siste tábáhtuvvee seksualláš ávhástállâm), laidim keččâđ teikkâ kuldâliđ seksuallii material, nuuvt ko porno tâi seksualávt painâšum saavâid. Tot puáhtá leđe páguttem seeksin tâi páguttem seksuallijd tavvoid. Tâi tot puáhtá leđe hokâttállâm ruudâin tâi tävirijguin tâi seeksi uástim irättem. Tuše vuáláihásii hokâttállâm seeksin tiävdá rikkoos tobdomeerhâid. Tahhee puáhtá leđe perrujuessân, hylkki, aldaaš teikkâ uápis olmooš teikkâ aabâs vieres olmooš. Tahhee puáhtá leđe siämmáá tâi eres suhâpeelest.

Suomâst laahâ miäruštâl, maid seksualvievhävâldi uáivild. Motomâid kuoskättem tâi seksualávt iävtuttellee saavah sätth luávkkađ, já tom feerim lii pyeri kietâdállâđ. Syejiaheräaji lii uáivildum suojâliđ párnâid já nuorâid tagarij seksuallij feerimij já tavoi vuástá, moodi sij iä lah vuoñâlávt tâi fysilávt valmâšeh. Syejiaheräaji lii 16 ihheed.

Meiddei jieijâs ahasij ulmuiguin siärvustâldijn sáttá šoddâđ kohtâluđ hyeneeht seksualávt tâi páguttum seeksin. Mon peri seksuallii tâi seksualávt ivnejum tooimân páguttem tâi uálguttem lii ain puástud.

Mondiet lii pyeri, et tun sáárnuh tunjin tábáhtum seksualvievhävâldist kiäinnii oovtâst?

Seksualvievihävãldi lii távjá traumatláš já unohis feerim, mii hiãjusmit torvolãšvuotãtobdo. Kietãdãlhãnnãá seksualvievihävãldi sãttã tovãttiđ tunjin kuhesãigãsii hããitu. Tondiet lii pyeri kiedãvuššãđ äãši oovtãst torvolijn áãmmãtlijn rävisulmuin. Feeriimist sãrnum sãttã orroođ vãdisin. Lii kuittãg tehãlãš, et tun kiedãvušãh äãši já finnih áãmmãtiše.

Seksualvievihävãldi feerim tãi ulmuu intimij raajij rikkom toovãt maangãlãgãn ahevis tobdo. Uãli tãvãliih tubdãmušãh lãã sujãlãšvuotã, heppãđ, palo já vaje, moh šaddeh eromãšãvt talle ko juurdãš äãši. Ko tun lah šoddãm seksualvievihävãldi, seksuallii hyenes kohtãlem tãi hemãdem čuosãttãhhãn, tun jieš lah jieš toos sujãlãš jiehe ovdãsvãstãdãsãst. Eellim ij lah lopãlãvt pillãšum, mut kiedãvušhãnnãá feerim sãttã hiãjusmittiđ tuu eellim tããsi. Ko vããldãh vuãstã rievtiš iše, te tun puãvtãh išediđ jieijãđ já selvãniđ feeriimist.

Mii lii traumatláš kriisi?

Seksualvievihävãldifeeriimãn lohtãseh sierãlãgãn mudoh. Tot kočoduvvoo sanijguin traumatláš kriisi.

Kriisi mudoh

- Shokkimuddo: Tun jieš veltihãnnãá tãllãn addii, mii lii tãbãhtum, jiehe pyevti kiedãvuššãđ tãbãhtume. Tot sãttã orroođ epituođãlãžžãn. Tun sããtãh epidid, lii-uv tot ollãgin tãbãhtum. Äãši sãttã puãttiđ maasãd tuu jurduid eskin maangã peeivi maŋa tãi motomin joba ivij maŋa.
- Reaktiomuddo: Tust sãttih leđe tãvdãmeerhãh, main tãjãlãliih lãã
- uãđđimvãdisvuođãh já erduuvuotã
- roopã reaktioh, nuuvtko ollã vaibãmvuotã tãi aktivlãšvuotã
- äãši veltãččẽm já kiãsadãttãm
- atãštus
- šlundomvuotã
- vuãimãliih tobdo, nuuvtko čããrrum já puãššããvuotã.
- Kiedãvuššãmmuddo: Tun addiiškuãđãh, mii lii tãbãhtum. Taan muddoost tun tarbãšãh uãli ennuv rävisulmui torjuu já áãmmãtlij iše. Iše puãhtã uuccãđ maangã saajeest, nuuvtko Nieidãi Tããluin já Kaandãi Tããluin. Tiervãsvuotãtipšom áãmmãtliih, škovlãtiervãsvuotãtipšom já pãrnãisuojãlem lãã meid tuu vãrãs.
- Integraatiomuddo: Tun hãrjãnškuãđãh jurdui, et tun lah karttãm seksualvievihävãldi čuosãttãhhãn. Siãmmãst šadda juurdã mãhđulãšvuođãst eelliđ aššijn já feeriimãin, mii tunjin lii tãbãhtum.

Lii ulmust kiddã, mon kuhhãã mii-uv muddoid pištã.

Ele pããsi ohtuu jieijãđ feeriimijguin! Tun piergiih, kohãn finnih tuãrvi ennuv iše. Veikkã iše vuãstãvãldim sãttã orroođ vaigãdin, tot lii kuittãg tehãlãš.

Jis tãbãhtumeest lii kuullãm jo kuhes äigi, te tust liijkã lii vuoigãdvuotã uuccãđ iše. Feerim sãttã hettiiškyettiđ tuu eellim eskin ivij maŋa. Talle lii eromãš tehãlãš uuccãđ iše tãi torjuu. Lii tãvãlãš, et pãrnãžin tãbãhtum seksualvievihävãldist ij šoodã sãrnuđ já äãšiãh puãtiã mielãn čielgãsubbooht maŋelãã.

Maht seksualvievihävãldi feeriimeh sãttih vaiguttiđ tuu elimãn?

Nievris mielâ já šlundomvuotâ láá tjiipâliih tagaráid, kiäh láá šoddâm seksuallávt hyenes kohtâlem čuosâttâhhân. Tuu räähijh láá rikkum já láá tábáhtum tagareh ääših mooid tun jieh lah puáhtám jieš vaiguttiđ. Lii táválâš tubdâđ tágárijđ tubdâmušâid. Tun sáátáh leđe puáššáá, atâštum já sorolâš. Tun lah kohtâlum puástud. Lii luándulâš jurdâččid návt. Paloh, paanikreaktioh já čiärrum sáttih oláttiđ, mut toh lohtâseh seksualviejhävääldi feeriimân. Tobdoh já reaktioh oroh lussâdin já viärrán, mut ääši kiedâvuššâm mielđ toh šaddeh älkkeebin.

Tuu roppâ sáttá meiddei reagistiđ seksualviejhävääldán. Tun sáátáh leđe eenâb vaibâm ko táválávt, tust sáttih leđe maangálágán pohčáseh jieijâđ roopâst. Tun sáátáh poollâđ äpittesvuodâst já seksitaavdâin. Virgeomâháiguin ášástállâm já epitiäđulâšvuotâ riävtálijn aašijn tovâtteh távjá atâštus. Škoovlâst já aargâst tust sáttá leđe vaigâđ vuáijud monnân áášán. Tun sáátáh tubdâđ tego jieh liččii ollásávt mielđi. Traauman lohtâšuvvee reaktioi keežild viehävâlditubdâmuš sáttá vaiguttiđ vuájudâttâmnaahcân (ađai toos mon pyereest puávtáh vuáijud äššijđ), virkkuuvuotâtilán, muuštun já oppâmnavccáid.

Äägi viettim ustevijguin sáttá orroođ vieresin, tun halijdiččih kiäsádâttâđ. Tun sáátáh tubdâđ ulgguupiälásášvuodâ já ohtuunisvuodâ. Iäráseh iä addii tuu tubdâmušâid. Tuu jieijâđ cevzim tááhust lii pyeri leđe ohtâvuodâst usteváid já juátkid uápis puđâldâsâid máhđulâšvuodâi mielđ.

Seksuallâš hyeneeht kohtâlem já rajij rikkom toovât heeppâdovuodâ, sujâlâšvuodâ já jieijâs sujâtem. Tun sáátáh tubdâđ, et lah árvuttem, tuolvâs tâi cuovkkânâm, joba liijkás oomâs tâi illávaje et puávtáččih uuccâđ iše. Lii meid táválâš väldiđ suujâ tast, et kihtâšui tâi ij máttám piäluštâttâđ. Mušte, et tun puávtáh finniđ iše. Jis tile oro aabâs killáámettumin, te lii pyeri moonnâđ tuáhtár kuuvl.

Rikosproosees já riehti jotteem – Mondiet lii tehálâš almottiđ tábáhtum ääšist?

Poolis pargon lii tutkáđ, lii-uv tábáhtum rikos. Ko uásálâžžân lii vyeliahasáš, te rävisulmust lii ain ovdâsvástádâs tast mii lii tábáhtum. Tust lii vuoigâdovuotâ toorjâpersovnân puoh rikosproosees muddoin. Vuálá 18-ihásiist lii vuoigâdovuotâ nuuvt virgeomâhái, áámmátiseideijei ko párnáisuojâlem-uv išan. Äššivyeijjimpalvâlusah láá seksuallijn viehävâldirikosijn ain mávsuttemeh, já tun puávtáh jieš valjid jieijâđ äššivyeijee.

Veikkâ polisáin já riehtilâjádâssáin ášástállâm sáttá orroođ hormišin, te lii kuittâg tehálâš, et äšši tuálvoo poolis tutkâm náál. Poolis iššeed tuu. Tutkâm sáttá vaattâđ tooimâid, moh oroh vaigâdin mut láá tutkâm tááhust teháliih, nuuvt ko laboratioiskosijđ, čáittusijđ intimoosijn já čuovâkuvvim. Poolis sáttá meid paddid kojâdállâm videon.

Mađe jotelubboht tun moonah poolis kuuvl tábáhtume maņa, tađe pyereeb tot lii tuođâštusâi finnim tááhust. Aášijn puáhtá ain almottiđ maangâi ivij maņa-uv eromâšávt, ko koččâmušâst lii párnivuodâ äägi seksuallâš hyeneeht kohtâlem.

Nuorâin maangâs šaddeh seksualviejhävääldi čuosâttâhhân, mut iä almoot ääšist. Almottâs tohâmáin tun puávtáh uuccâđ rievti toos mii lii tábáhtum. Mađe eenâb ulmuuh almotteh täin aašijn, tađe pyerebeht lii máhđulâš kepidid seksualrikosijđ já adelid iše.

Maht tun anah huolâ alnestâđ?

Uápis já távalii aargâst tollim iššeed tuu macâttiđ torvolâšvuotâtoobdo. Ane huolâ, et čuávuvááh ääših kuleh ain tuu aargân:

- škovlâ, uápui jotteem já pargo
- purâdem, uáđđim já lihâdem
- puđâldâsah
- usteveh já aldaaş ulmuuh.

Sárnum, áámmátise já ääši kiedâvuššâm tagarij vuovijguin moh suápih tunjin lii tehálâš. Tipte rávisulmuid išediđ tuu.

Tunjin hiäivulâš jiešiše puáhtá leđe ovdâmerkkân lihâdem, taaidâ, čäällim, muusik já puoh tot, moos tun jieš lijkkuuh. Tust lii vuoigâdvuotâ ilodiđ já porgâđ tunjin hitruus aašijd!

Mušte, et Tun lah tehálâš já árvugâš

Seksualviehâváaldán lohtâs heeppâdvuotâ já sujâlâšvuotâ tobdo, veikkâ tábáhtum äšši ij lah uhre suijâ. Tunjin sáttá orroođ älkkeebin kieldiđ tom mii lii tábáhtum já velttiđ ääši jurdáččem. Tot lii vyehi suájádättâđ váduhis tubdâmušâin.

Tun sáátáh vajediđ jieijâd persovn já roopâ já leđe peerusthánnáá mii toos tábáhtuvá. Tot sáttá laidid jiejâs roopâ hilgomân, vahâgitmân tâi uáivádettee amnâsij kevttimân. Jiejâs vahâgittem lii ain varâlâš merkkâ. Toos tun koolgah finniđ iše. Vâi tun finniiččih iše, tun ferttiuh muštâliđ, mii tunjin lii tábáhtum.

Seksualviehävääldist lii távjá vaigâd sárnuđ jiejâs vanhimáid tâi aitârdeijeid. Meiddei tondiet lii tehálâš uuccâđ iše. Seksualviehävâldi ij kuáassin lah uhre jieijâs suijâ. Veikkâ feerim keežild šadda távjá haalu joskâđ roopâst huolâ anneem, lii tehálâš mušteđ, et iše vuástávâldim iššeed, tábáhtusâst puáhtá cevziđ já elimist puáhtá šoddâđ pyereeb.

Nieidâi já Kaandâi Tááluh fáälih mávsuttes

- ohtâgâstorjuu
- áámmátlávt stivrejum viárdásâšjuávkutorjuu
- ohtâgâs- já juávkutorjuu aitârdeijeid várás
- konsultistem já torjuu seksualviehâváaldán lohtâšuvvee koččâmušâin.

Nieidâi Táálu seksualviehävâldipargo

puh. 050 3211 345

Kaandâi Táálu seksualviehävâldipargo puh. 040 779 9582