

TURVASUUNNITELMA

Lähisuhdeväkivallan tunnistaminen

1. Tilanteet ja tekijät, jotka ennakoivat hermostumistani:

2. Väkivallan ja sen uhkan tunnistaminen lapseni näkökulmasta:

3. Turvallisuuutta heikentävät tekijät:

Turvasuunnitelma

1. Oma toiminta. Mikä on auttanut minua aiemmin?

2. Mistä tunnistan, että on aika poistua tilanteesta?

3. Turvasana, jota voin käyttää läheisteni kanssa:

4. Turvapaikka ja itseäni rauhoittava toiminta:

Mistä voin saada tukea ja apua

1. Kenelle voin kertoa tilanteesta?

2. Mistä voin hakea itselleni apua?
