

Hva gjør jeg som helseansatt, kollega eller venn

VED MISTANKE OM VOLD I NÆRE RELASJONER?

● Se

- Sår og blåmerker
- Brann- og stikkskader
- Svimmelhet
- Konsentrasjonsproblemer
- Søvn- og spiseforstyrrelser
- Uro og utagerende adferd
- Unnvikenskap
- Depresjon
- Irritabilitet
- Avtaler endres ofte
- Personen motsetter seg hjelp som krever innsyn i familien
- Partner er ofte med på avtalene
- Hyppige legebesøk med diffuse symptomer
- Reaksjoner ved berøring
- Bruk av rusmidler

● Spør

Prøv å få til en dialog slik at volden erkjennes.

Start gjerne med:

– *Jeg er bekymret.*

Beskriv så det du ser:

– *Det virker som du ofte er mye borte fra jobb.*

– *Du virker sliten.*

– *Jeg ser at du har blåmerker på armen.*

Fortsett med:

– *Dette gjelder kanskje ikke deg, men min erfaring er at mange som ikke har det så greit hjemme kan få sånne plager. Hva tenker du om det?*

– *Hvordan har du det hjemme?*

TIPS!

- Prøv å unngå å bruke ordet «vold».
- Still åpne spørsmål (ikke ledende).
- Benytt aktiv lytting – som «hmm ...», «fortell mer om det ...», «beskriv», «hva gjorde du», «hvor var du», «hvordan opplevdes det» osv.
- Gjenta nøkkelord
- Unngå vurderinger av det som har skjedd som «oi, så forferdelig» osv.

● Avklar

Hvordan arter volden seg:

- Slag, trusler, seksuell tvang
- Lugget, brent, ydmyket eller latterliggjort
- Manglende råderett over egne penger
- Nektes kontakt med familie og venner
- Ødelegges ting vedkommende er glad i
- Kjæledyr som mishandles
- Tvangsekteskap

Hvor alvorlig er volden:

- Når skjedde dette siste gang?
- Beskriv hva som skjedde.
- Er du redd noe skal skje fremover?
- Er det fare for liv og helse for deg selv eller barna dine?
- Har du tidligere vært i kontakt med politiet eller krisesenter?

Risikofaktorer:

Samlivsbrudd, tidligere voldsepisoder, tilgang til våpen, arbeidsledighet, økonomiske vansker, sykdom og rus-middelbruk kan bety økt risiko for grov vold og partnerdrap. Politi og krisesenter bør kontaktes.

Be den voldsutsatte skrive ned hva som har skjedd og skjer, med angivelse av tid og sted.

Du må tørre å spørre og tåle å lytte – ta imot det du blir fortalt.

Volden kan ha mange ansikter – den kan være fysisk, psykisk, seksuell, økonomisk eller omsorgssvikt.

Følg intuisjonen din!



AKUTTE SITUASJONER

Ved alvorlige trusler eller fysiske skader etter vold og overgrep.

Ring politiet for å forhindre nye akutte overgrep! Fortell hva du har sett og hvorfor du er redd for nye overgrep (avvergeplikten). Den voldsutsatte kan anmelde overgrepet, eller politiet kan ta ut offentlig påtale.

Ved mistanke om voldtekt kontaktes **Overgrepsmottaket i Vestfold eller legevakta i Tønsberg** for undersøkelse og sporsikring.

Tilby den voldsutsatte å bli kjørt til **Krisesenteret i Vestfold** hvor man kan bo trygt. Krisesenteret har rutiner for risikovurdering og uthenting av eiendeler.



● Handle

HVA GJØR DU?

Målet er å motivere den voldsutsatte til å kontakte hjelpeapparatet slik at volden stopper.

Anonyme drøftinger

Du kan alltid drøfte saken anonymt med krisesenter eller politi. Ring og avtal en time for en samtale med fagpersoner på krisesenteret.

Informasjon om hjelpetilbudet til den voldsutsatte

Hjelp den voldsutsatte med å finne informasjon om hjelpeapparatet! Be den voldsutsatte lagre viktige telefonnummer på telefonen sin.

Egen brosjyre om tilbudene kan lastes ned fra www.dinutvei.no eller kontakt krisesenteret for mer informasjon og materiell. Fremsnakk hjelpeapparatet.

Veiledningssamtale på krisesenteret

Inviter den voldsutsatte med til en samtale på krisesenteret. Krisesenteret kan hjelpe til med å vurdere sikkerheten, om forholdet skal anmeldes og gir råd og veiledning om veien videre for å stoppe volden.

Når den voldsutsatte ikke vil ha hjelp

Du kan oppleve at den voldsutsatte ikke vil ha hjelp. Du bør da

- lage en plan!
- avtale nytt møte/telefonkontakt i løpet av få dager. Hvis personen ikke lar høre fra seg, ha en plan for hvem du kan kontakte i stedet.
- lage en kriseplan for nye voldshendelser.
- drøfte med din leder, politi eller krisesenter om melde- og/eller avvergeplikten din er utløst.



VIKTIGE TELEFONNUMMER I TØNSBERG:

POLITI 02800 eller 112
TØNSBERG POLITISTASJON 33 34 44 00

Overgrepsmottaket/ legevakt 116 117
Krisesentret Vestfold 33 35 91 91
SMISO Vestfold 33 37 77 77
Familievernkontoret 46 61 81 80
Alternativ til vold Vestfold 45 23 31 04
TryggEst-teamet (dagtid) 90 58 05 45

AVVERGEPLIKT:

Alle har en personlig plikt til å anmelde eller på annen måte avverge og hindre alvorlige forbrytelser.