

Hva gjør jeg som ansatt, kollega eller venn?

## VED MISTANKE OM VOLD I NÆRE RELASJONER?

### SE

- Sår og blåmerker
- Brann og stikkskader
- Svimmelhet
- Konsentrasjonsproblemer
- Søvn- og spiseproblemer
- Uro og utagerende atferd
- Unnvikenhet
- Irritabilitet
- Depresjon
  
- Avtaler endres ofte
- 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)
  - Lytt aktivt som – hmmm ... fortell mer om det, beskriv; hva gjorde du, hvordan opplevdes det, osv.
  - Gjenta nøkkelord
- Unngå egne vurderinger av det som har skjedd (eks. «å så forferdelig», osv.)

### AV- KLAR

- Sår og blåmerker
- Brann og stikkskader
- Svimmelhet
- Konsentrasjonsproblemer
- Søvn- og spiseproblemer
- Uro og utagerende atferd
- Unnvikenhet
- Irritabilitet
- Depresjon
  
- Avtaler endres ofte
- 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

- Sår og blåmerker
- Brann og stikkskader
- Svimmelhet
- Konsentrasjonsproblemer
- Søvn- og spiseproblemer
- Uro og utagerende atferd
- Unnvikenhet
- Irritabilitet

Volden kan ha mange ansikter- den kan være fysisk, psykisk, seksuell, økonomisk eller omsorgssvikt.  
**Følg intuisjonen**



## 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 Østfold eller legevakta i Moss for undersøkelse og sporsikring
- Tilby den voldsutsatte å kjøre henne/ham til krisesenteret 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**  
Er du usikker på hva du skal gjøre, kan du drøfte saken med krisesenter eller politi. Ring og avtal en time for samtale med fagpersoner på krisesenteret
- **Informasjon om hjelpetilbudet til den voldsutsatte**  
Hjelp den voldsutsatte til å finne informasjon om 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.

Ikke alle trenger å bo på krisesenteret. Voldsutsatte kan få jevnlig veiledningssamtaler i en vanskelig fase.

Du kan også som ansatt i hjelpeapparatet invitere Krisesenteret med i møter med den voldsutsatte

## VIKTIG KONTAKTINFORMASJON

- POLITI  
**02800/112**
- LEGEVAKT  
**116117**
- KRISESENTERET I INDRE ØSTFOLD  
**69894569**
- BARNEVERN, VAKTTELEFON  
**98901100**
- KOMPETANSENTERET MOT TVANGSEKTESKAP, KJØNNSLEMLESTELSE OG NEGATIV SOSIAL KONTROLL  
**46809050**
- OVERGREPSMOTTAKET VIKEN  
**47462100**
- REFORM  
**22340950**  
Familievernkontoret Askim  
**46616100**

## AVVERGEPLIKT

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



