

# Hva gjør jeg som ansatt, kollega eller venn - VED MISTANKE OM VOLD I NÆRE RELASJONER?

## SE

- Sår og blåmerker
- Brann- og kuttskader
- Selvskading
- Svimmelhet
- Konsentrasjonsproblemer
- Søvn- og spiseproblemer
- Uro og utagerende adferd
- Unnvikenskap
- Nedstemthet, isolasjon
- 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

Volden kan ha mange ansikter – den kan være fysisk, psykisk, seksuell, økonomisk eller handle om omsorgssvikt.  
**Følg intuisjonen din!**

## SPØR

Prøv å få til en dialog slik at volden erkjennes.

### Start gjerne med:

- *Jeg har lagt merke til at...*

### Beskriv så det du ser:

- *det virker som du ofte er mye borte fra jobb.*
- *du virker sliten.*
- *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 sårne 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 i det som blir sagt
- 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
- Nektet kontakt med familie og venner
- Ødelegger ting vedkommende er glad i
- Kjæledyr som mishandles
- Tvangsekteskap, kjønnslemlestelse

### 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 kritesenter?*

### Risikofaktorer

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

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

Handlingsveilederen er en del av Arendal kommunes Handlingsplan mot vold i nære relasjoner.

Mer info på [www.arendal.kommune.no/vold](http://www.arendal.kommune.no/vold)



## HANDLE

### 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 Kristiansand** eller **Legevakta i Arendal** for undersøkelse og sporsikring. Unngå kroppsvask før undersøkelsen.
- ✓ Tilby den voldsutsatte å ta kontakt med Østre Agder Krisesenter

### HVA GJØR DU?

Målet er å motivere den voldsutsatte til å kontakte hjelpeapparatet.

- ✓ **Anonyme drøftinger**  
Er du usikker på hva du skal gjøre, kan du 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!

### OBS! Har barn vært vitne til volden?

Send bekymringsmelding til barnevernet. Å være vitne til vold har like alvorlig effekt for barn som å selv bli utsatt for vold.

- ✓ **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 bo på krisesenteret. Voldsutsatte kan få jevnlig veiledningssamtaler i en vanskelig fase.

Du kan også som ansatt i hjelpeapparatet invitere krisesenteret med i møte med den voldsutsatte.

### AVVERGEPLIKT:

**Alle har en personlig plikt til å anmelde eller på annen måte avverge og hindre straffbare forhold.**

Avvergeplikten (§ 196) inntreffer ved straffbare forhold og er et personlig ansvar, uten hensyn til taushetsplikten.

### AKUTT – DØGNÅPNE VAKTTELEFONER

- Politi: 02800
- Østre Agder Krisesenter: 37 01 32 80
- Overgrepsmottaket i Agder (over 14 år): 38 07 34 00
- Legevakta i Arendal: 116 117

### SAMTALER, RÅD OG VEILEDNING dagtid

- Familievernkontoret i Aust-Agder: 37 00 57 80
- Alternativ til vold Arendal: 46 88 94 95
- Østre Agder Krisesenter: 37 01 32 80
- Kompetanseteamet mot tvangsekteskap og kjønnslemlestelse: 47 80 90 50
- Barnevernet: 37 01 30 00

Mer info finner du på [www.arendal.kommune.no/vold](http://www.arendal.kommune.no/vold) eller nasjonal veiviser [www.dinutvei.no](http://www.dinutvei.no)



ARENDALE KOMMUNE