

Kva gjer eg ved:

Mistanke om vald og seksuelle overgrep mot vaksne i nære relasjonar?

Vald kan vere fysisk, psykisk, seksuell eller handle om omsorgssvikt. Vald og overgrep kan skje i alle familiar, uavhengig av sosial bakgrunn.

1. SJÅ

Fysiske teikn:

- Sår og blåmerker
- Skadar på hovud, ansikt, bryst, hals, brystkasse, armar
- Skadar fleire stader på kroppen
- Brot, brannskadar, stikkskadar, smerter i underlivet
- Svimmelheit, søvn- og eteproblem
- Psykosomatiske symptom som vondt i magen, hovudverk, vondt i ryggen

Psykiske teikn:

- Redsle
- Uro
- Angst
- Svingande humør
- Søvnvanskar
- Konsentrasjonsvanskar
- Nedstemt
- Mareritt
- Redusert sjølvkjensle
- Irritabel
- Sjølvmordstankar
- Sjølvmordsforsøk

Signal:

- Unnvikande åtferd
- Isolasjon, sosial tilbaketrekt, lite nettverk
- Sjølvskading
- Stadige unnskyldningar og endring av avtalar
- Partner er ofte med på avtalar
- Motset seg hjelp som krev innsyn i familien
- Bortforklaringar (døme: datt i trappa)
- Hyppige legebesøk med diffuse symptom
- Reagerer på berøring

2. SPØR

Prøv å skape ein situasjon med trygge rammer, slik at du kan få til ein dialog. Våg å spørje, ikkje ver redd for å trå feil. Å bry seg om andre er alltid rett.

Start gjerne med:

- Eg har lagt merke til at...

Fortel det du ser:

- Det verkar som du ofte er mykje vekke frå jobb
- Du verkar sliten
- Eg ser at du har blåmerke på armen

Hald fram med:

- Dette gjeld kanskje ikkje deg, men mi erfaring er at mange som ikkje har det så greit heime, kan få sånne plager. Kva tenker du om det?
- Korleis har du det heime?

TIPS TIL SAMTALEN:

- Still opne spørsmål som: Kva har skjedd? Eg lurar på korleis det er å vere deg? Eg veit det er menneske som som har opplevd, eller lever med vald/overgrep eller andre vanskelege situasjonar. Er det slik for deg?
- Lytt aktivt: Fortel meir om det, kva sa du, korleis opplevde du det, kvar var du?
- Gjenta nøkkelord i det som blir sagt.
- Unngå vurderingar av det som blir sagt: Oj, så forferdelig, stakkars deg og liknade.

Ta imot det du vert fortalt.

Våg å spørje, tol å lytte.

Følg intuisjonen din og prøv å sjå bak fasaden.

3. AVKLAR

Ver varsam og la den valdsutsette fortelje så fritt som mogleg. Prøv å få oversikt over korleis valden artar seg.

Korleis artar valden seg?

- Fysiske skadar?
- Seksuell tvang?
- Truslar og kontroll?
- Audmjuka eller latterleggjort?
- Manglande råderett over eigne pengar?
- Nektast kontakt med familie og vener?
- Øydelegg ting vedkommande er glad i?
- Kjæledyr som vert mishandla?
- Negativ sosial kontroll?

Kor alvorlig er valden?

- Når skjedde dette siste gang?
- Beskriv kva som skjedde.
- Har det skjedd før og kor ofte?

Vurdering av tryggleik:

- Er du redd noko skal skje framover?
- Kva er det verste som kan skje?
- Er det barn involvert, er det fare for liv og helse for deg og barna dine?

Risikofaktorar:

Samlivsbrot, tidlegare valdsepisodar, tilgang til våpen, arbeidsløyse, økonomiske vanskar, sjukdom, psykisk utviklingshemming og rusavhengigheit kan bety auka risiko. **Politi og kriesesenter bør kontaktast. Er det barn involvert skal alltid barnevernstenesta kontaktast.**

4. HANDLE

Kva gjer eg?

Motiver den valdsutsette til å kontakte hjelpeapparatet slik at han/ho kan kome seg ut av valden. Hjelp eventuelt han/ho å ta kontakt med hjelpeinstansar og lag avtalar.

Ved alvorlege truslar eller fysiske skadar etter vald og overgrep:

Alle som arbeider med barn og vaksne har ansvar for å vere merksame på forhold som kan vere til skade for andre:

- Ved fysiske skadar
- Ved symptom på psykisk vald
- Ved alvorlege truslar
- Ved mistanke om seksuell tvang

Når du får informasjon om alvorlege truslar eller fysiske skadar etter vald og overgrep, har du avvergeplikt.

Avvergeplikt inntre ved straffbare forhold og er eit personleg ansvar, og utan hinder av teieplikta.

- Ring politiet på 02800 for å forhindre nye overgrep og farlege situasjonar. Fortel kva du har sett, høyr og kvifor du er redd for nye valdssituasjonar.
- Den valdsutsette kan sjølv melde forholda, eller politiet kan ta ut offentlig påtale.

Nasjonal vegvisar ved vald og overgrep:
www.dinutvei.no

Er barn involvert skal alltid barnevernstenesta kontaktast.

På dagtid:

- Ta kontakt med barnevernstenesta i Alver kommune på telefon 56 37 50 82.
- Er ikkje saka akutt, kan ein nytta meldingsskjema som ligg på www.alver.kommune.no.

Utanfor kontortid kan følgjande instansar formidle kontakt med barnevernstenesta i Alver:

- Nordhordland legevakt: 116 117
- Politiet: 02800

Forklar den valdsutsette om ansvaret ditt, og kva som skal skje vidare.

Anonyme drøftingar

Er du usikker på kva du skal gjere, kan du drøfte saka anonymt med krisesenteret i Bergen eller politiet. Ring og avtal samtale med fagpersonar eller be om råd på telefonen.

Er det barn involvert kan du ringe barnevernet i Alver for ei anonym drøfting.



Scan QR-kode for meir informasjon og kontaktinformasjon ved vald og overgrep

Viktige telefonnummer

Politi:

02800 eller 112 ved akutte situasjonar

Legevakt:

116 117 (døgnope)

Barnevernstenesta i Alver:

56 37 50 82 (dagtid)

Alarmtelefon for barn og unge: 116 111 (døgnope)

Krisesenter for Bergen og omegn:

55 31 50 50 (døgnope)

Overgrepsmottaket ved Bergen Legevakt:

55 55 99 50 (døgnope)

NOK (Kompetansesenter mot seksuelle overgrep): 55 90 49 90 (dagtid)