

HANDLINGSPLAN

MOT VALD I NÆRE RELASJONAR

SUNNMØRE 2021 - 2025



Krisesenter for **SUNNMØRE**

Eit interkommunalt samarbeid mellom

Fjord | Giske | Hareid | Herøy | Sande | Stranda
Sula | Sykkylven | Ulstein | Vanylven | Volda | Ørsta | Ålesund

Handlingsplan mot vald i nære relasjonar - Sunnmøre 2021-2025

FORORD

Vald i nære relasjonar er eit omfattande samfunns- og folkehelseproblem.

Kommunane skal legge til rette for at tenestene blir i stand til å førebyggje, avdekke og avverje vald og overgrep. For å kunne avdekke, må tabu brytast og kunnskapen aukast.

Når vald blir avdekt skal tenesteapparatet kunne bidra med rett hjelp til rett tid og ha eit godt samarbeid med aktørar også utanfor dei kommunale tenestene.

Med denne felles handlingsplanen setter alle kommunane på Sunnmøre arbeidet mot vald i nære relasjonar på dagsorden. Målsettinga er at tiltak og auka merksemd på vald i nære relasjonar vil bidra til å styrke det førebyggjande arbeidet, at fleire valdsutsette og valdsutøvarar får naudsynt hjelp og at fleire situasjonar der menneske utsettast for vald blir avdekt og avverja.

Innhald

1.0 INNLEIING.....	3
1.1 Om handlingsplanen.....	3
2.0 BAKGRUNN OG PLANPROSESS.....	4
2.1 Visjon	5
2.2 Formål.....	5
2.3 Målgruppe.....	5
2.4 Forankring.....	5
2.5 Kommunen sitt ansvar	5
2.5.1 Samordning av tenester.....	6
3.0 PLANVERK.....	7
3.1 Sentrale føringar.....	7
4.0 DEFINISJONAR	8
4.1 Vald	8
4.2 Vald i nære relasjonar.....	8
5.0 ULIKE FORMER FOR VALD	8
5.1 Fysisk vald	8
5.2 Psykisk vald	9
5.3 Vitne til vald	9
5.4 Seksuell vald	9
5.5 Latent vald.....	9
5.6 Materiell vald	9
5.7 Økonomisk vald	9
5.8 Negativ sosial kontroll.....	9
5.9 Digital vald.....	9
5.10 Æresrelatert vald.....	9
5.11 Menneskehandel	10
5.12 Tvangsektekap.....	10
5.13 Kjønnslēmlesting	10
6.0 Å LEVE MED VALD.....	10
6.1 Valdsspiralen	10
6.2 Å bryte ut.....	11
6.3 Barn sin lojalitet og redsel.....	12
7.0 OMFANG.....	12
7.1 Nasjonalt.....	12
7.2 Lokalt	14
7.2.1 Tal frå Krisesenteret.....	14
8.0 SÅRBARE GRUPPER.....	14
8.1 Barn og unge.....	15
8.2 Gravide.....	15
8.3 Eldre (over 65 år)	15
8.4 Personar med funksjonsnedsetting	16
8.5 Personar med utviklingshemming.....	16

8.6 Personar med psykiske og/eller rusrelaterte utfordringar.....	16
8.7 Personar med flyktning- eller innvandrarbakgrunn	17
9.0 VALDSUTØVAR	17
9.1 Hjelp til valdsutøvar.....	18
10.0 VÅG Å SJÅ	18
10.1 Teikn på vald og overgrep	18
10.1.1 Fysisk vald	19
10.1.2 Psykisk vald	20
10.1.3 Seksuelle overgrep	21
10.1.3.1 Fysiske teikn	21
10.2 Reaksjonar og symptom på vald og overgrep	21
11.0 VÅG Å SPØRJE.....	22
11.1 Ta opp bekymringa di med den det gjeld.....	22
11.1.1 Kva spørsmål skal eg stille?	23
11.1.2 Kva spørsmål skal eg ikkje stille?	23
12.0 KUNNSKAP TIL Å HANDLE.....	24
12.1 Kva skal eg som offentlig tilsett gjer?.....	24
12.1.1 Ved bekymring for barn og unge.....	24
12.1.2 Ved bekymring for vaksne og eldre	25
12.2 Kva skal eg som privatperson gjere?.....	25
12.2.1 Til deg som er vaksen.....	25
12.2.2 Til deg som er barn/ungdom:.....	26
12.3 Til deg som er utsatt for vald eller overgrep	26
13.0 FORMELLE BESTEMMELSAR	27
13.1 Teieplikt	27
13.2 Opplysningsplikt	27
13.3 Meldeplikt	27
13.4 Avverjeplikt.....	27
13.5 Opplysningsrett og teierett	27
14.0 SMÅ SAMFUNN	28
15.0 VALD I EIT SAMFUNNSØKONOMISK PERSPEKTIV	28
16.0 TENESTER OG SAMARBEIDSAKTØRAR.....	29
16.1 Alarmtelefonen for barn og unge – 116 111	29
16.2 Alternativ til vold (ATV) – 22 40 11 10	29
16.3 Barnehage.....	29
16.4 Barneombudet.....	30
16.5 Barneverntenesta	30
16.6 Barnevernvakta på Sunnmøre - Tlf 91 57 60 20.....	31
16.7 Dinutvei.no – Nasjonal veiviser ved vald og overgrep.....	31
16.8 Familievernkontoret - 46 61 73 90	31
16.9 Fastlege	31
16.10 Helse- og omsorgstenesta i kommunen	31
16.11 Helsestasjon- og skulehelseteneste	32
16.12 Hjelpetelefonen for seksuelt misbrukte – 800 57 000.....	32

16.13 Konfliktrådet - 70 30 06 10	32
16.14 Krisesenter for Sunnmøre - 70 16 33 33.....	32
16.15 Legevakt – 116 117	33
16.16 Medisinsk naudtelefon - 113.....	33
16.17 NAV – 55 55 33 33.....	33
16.18 Nok. Møre og Romsdal – 97 41 55 80 / 71 11 51 55.....	33
16.19 Norske kvinners sanitetsforening.....	33
16.20 Overgrepsmottaket i Ålesund.....	34
16.21 Politi - 02800.....	34
16.22 Redd Barna	35
16.23 RVTS Midt – 72 82 20 05	35
16.24 Skulen	35
16.25 Statens Barnehus i Ålesund - 70 11 88 50.....	35
16.26 Stine Sofies Stiftelse – 37 29 40 90.....	36
16.27 Støttesenter for kriminalitetsutsatte – 40 44 65 18.....	36
16.28 Tannhelsetenesta	36
16.29 TryggEst – vern av risikoutsette vaksne	37
16.30 Vern for eldre - 800 30 196	37
16.31 Vold- og overgrepslinjen – 116 006.....	37
17.0 INFORMASJON OM RETTAR TIL VALDSUTSETT.....	37
17.1 Bistandsadvokat.....	37
17.2 Valdsoffererstatning	38
18.0 TILTAK I PERIODEN 2021 – 2025	38
18.1 Implementering av handlingsplanen	38
18.2 Handlingskort.....	38
18.3 Flytskjema – barn og unge	39
18.4 Informasjon.....	39
18.5 Krisesenter for Sunnmøre som kompetanseinstans.....	39
18.6 Opprette prosjektstilling - Koordinator	39
18.7 Kompetanseheving	40
19.0 NETTRESSURSAR:	40
19.1 For alle.....	40
19.2 For deg som jobbar med barn og unge	41
19.3 For deg som jobbar med eldre	41
19.4 For deg som jobbar med vaksne med nedsett funksjonsevne.....	42
19.5 For deg som jobbar med menneske med flyktning eller innvandrarbakgrunn	42
20.0 EVALUERING	42
21.0 LOVVERK.....	42
22.0 RAPPORTAR, UNDERSØKINGAR OG LITTERATUR	43
23.0 VEDLEGG	45
23.1 Handlingskort.....	45
23.1.1 Kva gjer du ved mistanke om vald og overgrep mot barn og unge	45
23.1.2 Kva gjer du ved mistanke om vald i nære relasjonar	46
23.2 Flytskjema.....	47

1.0 INNLEIING

Vald i nære relasjonar har eit betydeleg omfang og utgjør eit samfunns- og folkehelseproblem. Bruk av vald er i strid med norsk lov, og eit angrep på grunnleggjande menneskerettar.

I 2010 kom Kriesesenterlova som slo fast at alle kommune skal ha eit kriesesentertilbod både for kvinner, menn og barn. Det er ikkje lenge sidan dei snevre omgrepa *kvinnemishandling* og *oppdragarvald* vart erstatta med *vald i nære relasjonar*. Spissformulert har utviklinga gått frå ignoranse til nulltoleranse.

Personar i ALLE aldra, både barn, vaksne og eldre, kan utøve og bli utsett for vald.

Omfattande forskning viser at vald i nære relasjonar, anten å vere vitne til vald eller å bli utsatt for direkte vald, seksuelle overgrep eller krenking, kan føre til omfattande negative konsekvensar på kort og lang sikt. Kommunen har eit særleg ansvar for å førebyggje, avdekke og avverje vald og overgrep.

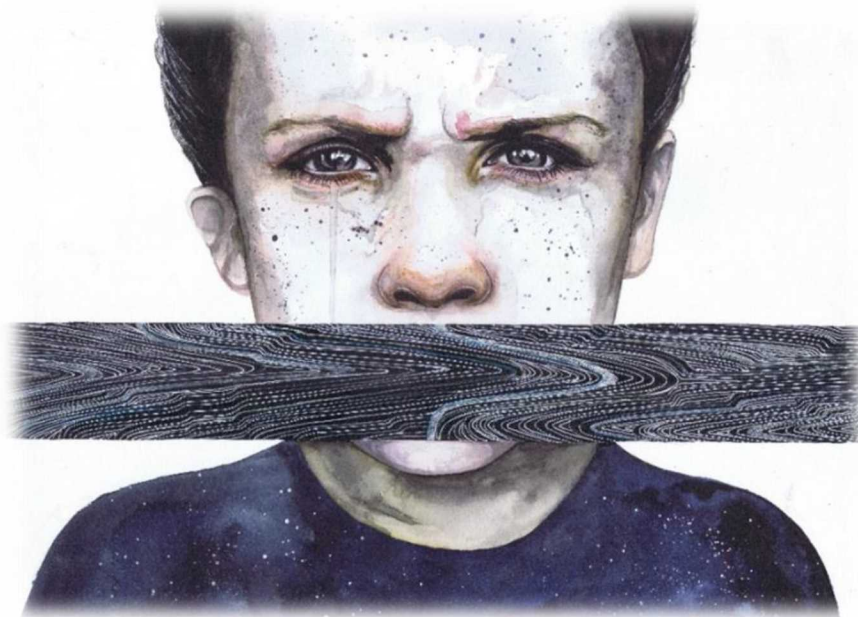
1.1 Om handlingsplanen

Handlingsplanen er ein fagplan og gjeld frå 2021 - 2025. Den tek utgangspunkt i nasjonale føringar og skal gi felles retning for kommunane sitt arbeid mot vald i nære relasjonar på Sunnmøre.

Handlingsplanen inneheld:

- Kunnskapsdel - Informasjon om vald i nære relasjonar, ansvar, plikt og rettar
- Handlingsdel - Våg å sjå, våg å spørje, kunnskap til å handle
- Oversikt over hjelpeapparatet - kommunale tenester, samarbeidsaktørar, nasjonale tenester og nettressursar
- Tiltak i perioden

Handlingsplanen er kjønnsnøytral. Vi snakkar om valdsutsett og valdsutøvar.



2.0 BAKGRUNN OG PLANPROSESS

Få av kommunane på Sunnmøre hadde utarbeida handlingsplan mot vald i nære relasjonar.

Rådmannsgruppa i Sjustjerna gjekk i 2017 saman om å søkje midlar og fekk tildelt prosjektskjønnsmidlar frå Fylkesmannen til arbeidet med ein interkommunal handlingsplan.

Valdskoordinator vart tilsett i prosjekstilling i 2019, med Ørsta som vertskommune. Ålesund kommune fekk i 2019, på vegne av Krisesenter for Sunnmøre, tildelt midlar til utarbeiding av handlingsplan for samarbeidskommunane.

Det vart inngått eit samarbeid mellom prosjekta og med RVTS.

Korona-pandemien gjorde det vanskeleg å arrangere nettverksmøter/samlingar i planprosessen. Det vart nedsett ei lita arbeidsgruppe og kommunane har utpeika ein kontaktperson som har representert kommunen i planarbeidet.

For å få eit godt grunnlag for arbeidet med handlingsplanen og satsingsområder i planperioden, vart det gjennomført ei spørjeundersøking blant dei tilsette i kommunane.

Arbeidsgruppa:

Lene Bjåstad - valdskoordinator, Sjustjerna

Cecilie R. Teunissen - leiar, Krisesenter for Sunnmøre avd. kvinner og barn

Lodvar Espeland - rådgjevar, Ålesund kommune

Siri Leraand - rådgjevar, RVTS-Midt

Kommunale representantar i prosjektet:

Ørsta - Lene Bjåstad, valdskoordinator
Ulstein - Kristin Meli, leiande helsesjukepleiar
Hareid - Kjerstin Bjørdal Alnes, koordinator rus og psykiatri
Sande - Elin Almestad, konsulent oppvekst og kultur
Herøy - Runa Bakke, avdelingsleiar barn, familie og helse
Vanylven - Magni Vildalen, avdelingsleiar førebygging og rehabilitering
Volda - Torill Osborg Vinjevoll, seksjonsleiar barnevern
Ålesund - Line Volstad Melbye, avdelingsleiar helsestasjonstenester
Giske - Gretha Giske, einingsleiar barn, familie og helse
Fjord - Kjetil Heggem, kommunalsjef helse- og omsorg
Sula - Camilla Vee, einingsleiar bu- og avlasting
Sykkylven - Linda Hovland, einingsleiar barne og familietenester
Stranda - Aina Holmberg, einingsleiar barnevernstenester

Illustrasjonane i planarbeidet er utforma av Liza Hasan.

2.1 Visjon

«Våg å sjå, våg å spørje, kunnskap til å handle!»

2.2 Formål

Formålet med handlingsplanen er å:

- sette vald i nære relasjonar på dagsorden på Sunnmøre
- auke kunnskapen og handlingskompetanse til dei tilsette i kommunane
- førebyggje vald i nære relasjonar
- samordne den førebyggjande innsatsen mot vald i nære relasjonar

2.3 Målgruppe

Handlingsplanen er utarbeida for alle som bur eller oppheld seg på Sunnmøre.

2.4 Forankring

Skal vi lykkast i arbeidet mot vald i nære relasjonar er det avgjerande at temaet kjem på dagsorden i kommunane. For ein vellykka implementeringsprosess må handlingsplanen vere fagleg relevant, konkret og opplevast nyttig av tenesteutøvarar. Arbeidet og tiltaka må forankrast politisk og administrativt på leiarnivå.

2.5 Kommunen sitt ansvar

Kommunen sitt ansvar famnar vidt og er eit samansett arbeidsfelt. Kommunen har eit særleg ansvar for å førebyggje, avdekke og avverje vald og overgrep. Oppgåvene ligg i eit stort spenn frå generelt folkehelsearbeid, til tett individuell oppfølging av enkeltpersonar.

Nokon lovbestemmelsar for kommunen si verksemd:

[Plan og bygningslova \(2008\)](#) Oppgåver og omsyn i planlegging etter lova: Fremje befolkninga si helse og motverke sosiale helseskilnader, samt bidra til å førebyggje kriminalitet, § 3-1.

[Folkehelselova \(2011\)](#) Folkehelsearbeidet skal fremje befolkninga si helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold og bidra til å førebyggje psykisk og somatisk sjukdom, skade eller liding. Lova skal legge til rette for eit langsiktig og systematisk folkehelsearbeid, § 1.

[Barnehagelova \(2005\)](#) Barnehagen skal i samarbeid og forståing med heimen ivareta barna sine behov for omsorg og leik, og fremje læring og danning som grunnlag for allsidig utvikling. Barnehagen skal byggje på grunnleggjande verdiar i kristen og humanistisk arv og tradisjon, slik som respekt for menneskeverdet og naturen, på åndsfridom, nestekjærleik, tilgiving, likeverd og solidaritet, verdiar som kjem til uttrykk i ulike religionar og livssyn og som er forankra i menneskerettane, § 1.



[Opplæringslova \(1998\)](#) Elevane og lærlingane skal utvikle kunnskap, dugleik og haldningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet, § 1-1.

[Barnevernlova \(1992\)](#) Formålet er å sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deira helse og utvikling, får naudsynt hjelp og omsorg til rett tid, å bidra til at barn og unge får trygge oppvekstvilkår, § 1-1.

[Helse- og omsorgstenestelova \(2011\)](#) Formålet er særleg å førebyggje, behandle og tilrettelegge for meistring av sjukdom, skade, liding og nedsett funksjonsevne, fremje sosial tryggleik, betre levevilkåra for vanskelegstilte, bidra til likeverd og likestilling og førebyggje sosiale problem, § 1-1.

Kommunen skal ha særleg merksemd retta mot at pasientar og brukarar kan vere utsatt for, eller kan stå i fare for å bli utsatt for, vald eller seksuelle overgrep. Kommunen skal legge til rette for at helse- og omsorgstenesta blir i stand til å førebyggje, avdekke og avverje vald og seksuelle overgrep, § 3-3 a.

[Lov om sosiale tenester i Arbeids- og velferdsforvaltninga \(2009\)](#) Formålet med lova er å betre levekåra for vanskelegstilte, bidra til sosial og økonomisk tryggleik, herunder at den enkelte får høve til å leve og bu sjølvstendig, og fremje overgang til arbeid, sosial inkludering og aktiv deltaking i samfunnet. Lova skal bidra til at utsette barn og unge og deira familie får eit heilskapleg og overordna tenestetilbod. Lova skal bidra til likeverd og likestilling og førebyggje sosiale problem, § 1.

[Krisesenterlova \(2009\)](#) Kommunen skal sørgje for eit krisesentertilbod som skal kunne nyttast av personar som er utsette for vald eller trugslar om vald i nære relasjonar og som har behov for rådgjeving eller eit trygt og mellombels butilbod, § 2. Kommunen skal sørgje for at kvinner, menn og barn som er utsette for vald eller truslar om vald i nære relasjonar, får ei heilskapleg oppfølging gjennom samordning av tiltak mellom krisesentertilbodet og andre delar av tenesteapparatet, § 4.

2.5.1 Samordning av tenester

Kommunane har ansvar for å samordne tenestene sine og sørgje for at utsette for vald i nære relasjonar får heilskapleg oppfølging. Dette krev tverretatleg samarbeid, på systemnivå og i enkeltsaker. Samarbeidet må omfatte både kommunen sine eigne tenester, krisesenter, andre tilbod for valdsutsette/valdsutøvar og statlege tenester som politi, familievern og spesialisthelsetenester.



3.0 PLANVERK

3.1 Sentrale føringar

Arbeidet med å førebyggje, avdekke og setje inn tiltak mot vald i nære relasjonar blir styrt av internasjonale forpliktingar, nasjonale og sentrale føringar, i lovverk, handlingsplanar og forskrifter.

Føringar det er viktig å kjenne til:

- [Regjeringa sin opptrappingsplan mot vald og overgrep 2017-2021](#)
- [Retten til å bestemme over eget liv 2017-2020, Regjeringa sin handlingsplan mot negativ sosial kontroll, tvangs-ekteskap og kjønnslemlestelse.](#)
- [Barndommen kommer ikke i reprise 2014–2017, Regjeringa sin strategiplan for å bekjempe vold og seksuelle overgrep mot barn og ungdom.](#)
- [Eit liv utan vald 2014-2017, Regjeringa sin handlingsplan mot vald i nære relasjonar.](#) I juni 2019 varsla regjeringa oppstart av arbeidet med ein ny handlingsplan mot vald i nære relasjonar.
- [Regjeringa sin handlingsplan mot valdtekt, 2019-2022](#)
- [FNs verdenserklæring om menneskerettigheter](#)
- [Den europeiske menneskerettighetskonvensjonen \(EMK\)](#)
- [Barnekonvensjonen](#)
- [Istanbul-konvensjonen](#)



4.0 DEFINISJONAR

4.1 Vald

Verdens helseorganisasjon, WHO, definerer vald som "forsettlig bruk av, eller trussel om, fysisk makt eller tvang, rettet mot en selv, andre enkeltpersoner, eller en gruppe. For å regnes som vald må handlingen resultere i, eller ha høy sannsynlighet for å resultere i død, fysisk eller psykisk skade, eller mangelfull utvikling."

Ein mykje brukt definisjon, både i Norge og internasjonalt, er Per Isdal sin: "Vold er enhver handling rettet mot en annen person, som gjennom at denne handlingen skader, smerter, skremmer eller krenker, får den personen til å gjøre noe mot sin vilje eller slutte å gjøre noe den vil."

4.2 Vald i nære relasjonar

Vald i nære relasjonar er alle former for vald eller trugslar om vald frå ein nærstående person.

I [straffelova § 282](#) definerast nære relasjonar som noverande eller tidligare ektefelle eller sambuar, noverande eller tidligare ektefelle sin eller sambuar sin slektning i rett nedstigande linje, slektning i rett oppstigande linje, nokon i sin husstand eller nokon i sin omsorg.

Det vil seie at nære relasjonar også omfattar sysken, barn/forelder, besteforeldre og barnebarn.

Ein kan seier at ein nær relasjon inneberer at dei involverte partane har eller har hatt eit nært forhold til kvarandre, det er ofte kjensler involvert, gjensidige forpliktingar og/eller avhengnad.

Handlingsplanen inkluderer også storfamilie, partner, kjæraste, vener og bufellesskap som nære relasjonar.



5.0 ULIKE FORMER FOR VALD

Vald handlar om meir enn å slå!

Oversikta er ikkje uttømmende:

5.1 Fysisk vald

Handling som er årsak til fysisk skade eller smerte, men også handling som fysisk hindrar den andre sin fridom. Eksempel på fysisk vald er: Slå, sparke, gi juling, ta kvelartak, riste, klype, klore, bite, lugge, halde fast, dytte, sperre inne.

5.2 Psykisk vald

Bruk av ord og stemme som trugar, skremmer, krenkjer eller kontrollerer andre. Å nedvurdere, vere likegyldig til og audmjuke andre er også former for psykisk vald. Eksempel: «Eg skal drepe deg!», «Du er ikkje verdt noko!», «Du er så stygg og feit at ingen kan vere glad i deg!».

5.3 Vitne til vald

Å vere vitne til vald kan vere minst like skadeleg som det å sjølv bli utsatt!

5.4 Seksuell vald

Alle former for seksuell krenking. Eksempel: Handling eller forsøk på handling som inneberer fysisk kontakt som berøring, beføling, slikking, suging, masturbasjon, samleieliknande handlingar, samleie og valdtekt, og handling eller forsøk på handling utan fysisk kontakt som seksualisert tilsnakk, blotting, fotografering, filming og framvising av pornografi.

Overgrepa gjerast mot den utsette sin vilje, eller mot ein som ikkje er samtykkekompetent.

Sjå filmsnutt om samtykke [her](#).

5.5 Latent vald

Vald som verkar i kraft av si muligheit. I nære relasjonar der vald har skjedd, kan den latente valden utvikle seg til å bli den dominerande valdsforma. Risiko for ny vald kan styre alt den valdsutsette gjer utan at det føreligg nokon aktiv trugsel. Det å ha opplevd vald gjer at ein veit at det kan skje igjen.

5.6 Materiell vald

Vald som går ut over ting og gjenstandar. Dette inkluderer for eksempel å knuse eller øydeleggje vindauge og dører, kaste gjenstandar (på nokon), øydeleggje ting andre er glad i/som betyr noko for dei, rive i stykke klede, kaste og rasere inventar. Særleg dersom vedkomande tidligare har utøvd fysisk vald, vil den materielle valden virke skremmande og lammande.

5.7 Økonomisk vald

Kontroll over den valdsutsette sin økonomi, eller trugar og tvang i økonomiske spørsmål. Konsekvensen er ofte økonomisk underdanigheit og avhengnad.

5.8 Negativ sosial kontroll

Når nokon krev kontroll over deg og livet ditt. Kontrollen kan dreie seg om tid, aktivitet, økonomi, informasjon, sosial kontakt, påkledning, åtfærd og vaner.

5.9 Digital vald

Trugslar og trakassering via meldingar, overvaking og kontroll via mobiltelefon eller sosiale media, eller stygge meldingar posta på nett. Omfattar også trugslar, trakassering og seksuelle overgrep som følgje av kontakt etablert på nett.

5.10 Æresrelatert vald

Æresrelatert vald kan vere svært alvorleg. Valden kan utarte seg som trugslar, utstøyting, fridomsrøving, drap, samt å bli pressa til sjølv mord. Valden har som mål å forhindre tap av ære eller

rette opp igjen tapt ære. Familien si ære blir ofte knytt til oppførselen til kvinnene i familien. Det er mykje som står på spel om familien si ære går tapt. Både gutar og jenter, kvinner og menn blir utsatt for æresrelatert vald.

5.11 Menneskehandel

Menneskehandel er at ein person ved hjelp av vald, trugslar, misbruk av sårbar situasjon eller annan utilbørleg åtferd utnyttar nokon til prostitusjon eller andre seksuelle formål, tvangsarbeid og tvangstenester, herunder tiggning, krigsteneste i framand land eller fjerning av vedkommande sine organ, med formål om å oppnå økonomisk vinning eller andre fordelar ([straffelova § 257](#)).

5.12 Tvangsekteskap

Tvangsekteskap kan definerast som ekteskap som er organisert slik at minst ein av ektefellane

- ikkje har eit reelt høve til å velje å forbli ugift utan å bli utsatt for represaliar
- ikkje har eit reelt høve til å velje ein annan partnar på tvers av familien sitt ynskje utan å bli utsatt for represaliar
- har samtykka til ekteskap etter utilbørleg press, trugslar eller annan psykisk/fysisk vald.

5.13 Kjønnsslemlesting

Kjønnsslemlesting er ulike inngrep der jenter sine ytre kjønnsdelar blir fjerna heilt eller delvis, eller blir påført annan varig skade utan medisinsk grunngjeving. Dette er ein gammal tradisjon fleire stadar i verden. Mange kallar dette omskjering eller sunna.

6.0 Å LEVE MED VALD

«Eg kan verken leve med deg eller utan deg!»

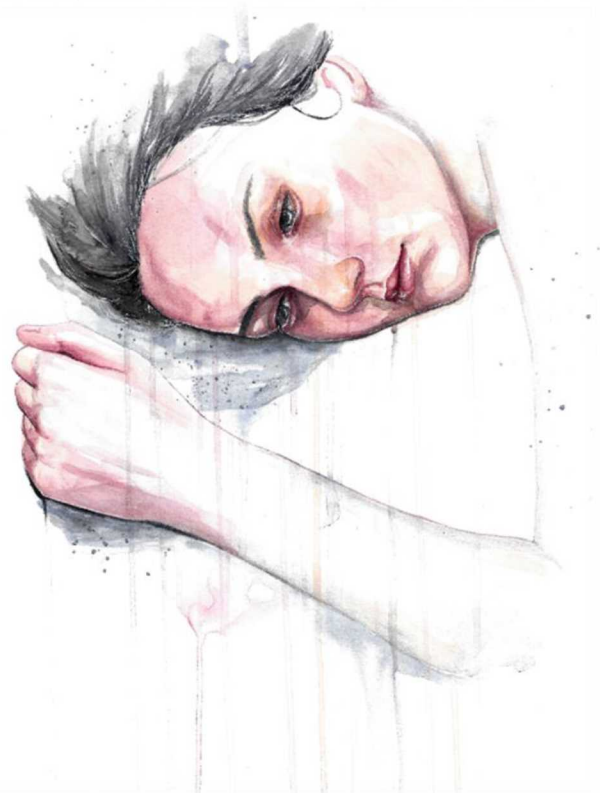
Mange valdsutsette skammar seg, og føler at det må vere noko gale med henne/han som blir utsatt for vald. Ein del klarer ikkje å identifisere seg med å vere valdsutsett. Det er ikkje uvanleg at den valdsutsette føler skyld for valden.

For mange er det vanskeleg å fortelle nokon om valden, og dette fører til at valden er ein hemmelegheit dei lever med i mange år.

6.1 Valdsspiralen

Valdsspiralen er ei skildring av dynamikken som ofte pregar vald i nære relasjonar.

- Valdsepisode(r).
- Etter valden går ein inn i ei «reparasjonsfase» der valdsutøvar ofte kan vise kjærleik, ber om unnskyldning og lovar at det aldri skal skje igjen. Den valdsutsette kan oppleve at det er håp om endring, at valden kan ta slutt og at forholdet kan bli som det



var før. Mange kan også kjenne på kjensler som «han/ho er egentleg snill». Denne perioden kan variere i lengde, men i mange valdelige relasjonar vil den blir stadig kortare ettersom valden eskalerer.

- Etter ei periode med ro og litt meir kjensle av tryggleik, startar «spenningsfasa». Den valdsutsette opplever at spenninga i heimen aukar, og den andre begynner å bli irritabel, oppfarande, kritisk og krangete. I denne fasa brukar den valdsutsette og eventuelle heimebuande barn ulike strategiar for å roe ned situasjonen, og dei opplever at dei «går på nåler» for å unngå nye valdsepisodar. Denne fasa blir opplevd som svært krevjande, og nokon valdsutsette reagerer med å «provosere» den andre bevisst for å få valden overstått, for å sleppe å vere redd heile tida. Når den fysiske valden først har skjedd, ventar ei ny, litt roligare fase, «reparasjonsfasen» til spenninga bygger seg opp på nytt og ny valdsepisode skjer.

6.2 Å bryte ut

Å bryte ut av eit forhold prega av vald, kan krevje svært mykje. For mange er dette ein lang prosess. I utgangspunktet er det viktig å tenke over at ein valdsutsett ikkje blir i forholdet fordi ein er ein spesiell type menneske, men fordi ein har blitt utsatt for ekstreme erfaringar som skaper bestemte bindingar og hindringar. Det er sterke psykologiske mekanismar som inntreff når ein blir utsatt for fare i ein relasjon der ein skal kunne søkje tryggleik og kjærleik. Disse mekanismane kan gjere det vanskeleg å bryte ut av eit valdelig forhold.

Fleire som er utsatt for partnervald fortell om håpet knytt til endring og draumen om at partner ein dag skal slutte å utøve vald, eller bli som då paret blei saman.

Nokon valdsutsette blir i forholdet på grunn av redsel for at trugslane og valden mot dei og deira kjære vil bli enda meir alvorleg dersom dei bryt ut. Vi veit at mange er spesielt utsatt for vald i brotsituasjonen. Her kan også trugslar om sjølv mord og trugslar om ikkje å få sjå barna vere ein del av den psykiske valden ein lever i.

I nokon tilfelle vil det å bryte ut av forholdet faktisk innebere fare for å bli drept. Det er viktig å forstå at det kan ligge heilt konkrete sikkerheitsmessige grunnar til, for å bli hos ein som utøver vald.

Nokon valdsutsette skildrar presset frå øvrig familie på å halde sammen som par så stort, at høve til å gå frå partner kan virke svært avgrensa. Ein del kvinner frå storfamilie-kulturar kan fortelje om skam ein skilt kvinne vil påføre familien. Andre fortel om den økonomiske og sosialt vanskelege situasjonen eit brot vil medføre.

6.3 Barn sin lojalitet og redsel

Barn fortel sjeldan andre om kva dei har blitt utsatt for, når det gjeld vald eller overgrep i nære relasjonar. Det er ikkje alle barn som veit at det dei er utsatt for er ulovleg. Dei minste barna har heller ikkje begrep og språk til å uttrykke seg verbalt. Derfor er det viktig at vi lærer oss [teikn og symptom](#), kva vi skal sjå etter.

Redselen for å fortelje kan også handle om ytre mekanismar. Barn kan få beskjed om at overgrepet er hemmeleg og dersom dette blir fortalt kan for eksempel mor dø eller bli skada. Barn kan få høyre at ingen vil tru på historia eller dei kan vere redde for at mamma, pappa eller nokon andre dei er glad i må i fengsel. Det er derfor svært viktig at vi som ser barn som viser symptom, tør å tenke at barnet KAN vere utsett for vald eller overgrep.



I 2005 blei 8 år gamle Christoffer funnen livlaus i senga si. Over tid vart han mishandla av stefaren sin utan at nokon slo alarm. Christoffer sin død rysta Norge.

Høyr historia om Christoffer [her](#).

Og igjen - Vi må våge å sjå, våge å spørje og ha kunnskap til å handle!

7.0 OMFANG

7.1 Nasjonalt

Det er vanskeleg å fastslå den eksakte førekomsten av vald i nære relasjonar. Ulike kjelder gir forskjellige anslag.

[Omfangsundersøkinga frå 2014](#) på vald og valdtekt i Norge, utført av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) viser at:

- Omtrent like mange menn (16,3 %) som kvinner (14,4 %) rapporterte om mindre alvorleg partnervald nokon gong i livet (kniping, klort, lugget eller slått med flat hand).
- Fleire kvinner (8,2 %) enn menn (1,9 %) hadde vorte utsett for alvorleg vald frå partner (sparka, tatt kvelartak på, banka opp).
- Kring 5 % har vorte utsett for alvorleg vald i oppveksten.

Tal frå politiet sin nasjonale rapport om meldt kriminalitet og straffesaksbehandling ([STRASAK-rapporten 2018](#)) viser at det i 2018 blei registrert 3509 anmeldelsar for mishandling i nære relasjonar. Ein har grunn til å tru at mørketala er store.

I Oktober 2019 kom studien [Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten: En nasjonal undersøkelse av ungdom i alderen 12 til 16 år](#) (UEVO-undersøkinga). Denne studien er den første nasjonalt representative omfangsundersøkinga om vald og overgrep blant barn og ungdom i Norge.

UEVO-undersøkinga viser at:

- 1 av 5 barn har opplevd fysisk vald frå ein vaksen i heimen, minst ein gong.
- 1 av 20 har opplevd alvorleg fysisk vald som å bli sparka eller banka opp av ein vaksen i heimen.
- 6 % har opplevd seksuelle overgrep frå ein vaksen.
- 1 av 5 har opplevd psykisk vald frå sine foreldre.
- Kun 1 av 5 som har opplevd vald eller overgrep hadde vore i kontakt med ein helsesjuepleiar, barnevernsarbeidar eller annan profesjonell hjelpar.
- Omtrent halvparten av ungdommane som har opplevd vald og overgrep har aldri fortalt det til nokon.

Andre undersøkingar viser:

- 8 % har erfart vald mellom foreldra sine ([NOVA rapport 5/2016](#)).
- I Norge har mellom 56 500 og 76 000 heimebuande personar vore utsatt for vald eller overgrep etter at dei fylte 65 år ([NKVTS, Rapport 9/2017](#)).
-
- I perioden 2010-2019 vart det registrert 298 drapsoffer i Norge ([Nasjonal drapsoversikt, Kripes 2019](#)).
 - 75 vart drept av partner/ekspartner
 - 26 vart drept av sin forelder
 - 16 vart drept av sitt barn
 - 10 vart drept av kjæraste eller tidlegare kjæraste
 - 16 vart drept av andre med familiar relasjon
- Det er estimert at 5-15 spedbarn blir alvorleg skada av *Shaken Baby Syndrome* kvart år i Norge, og at omlag 5 av dei døyr av skadane.

Tala bygger erfaringar frå norsk helsevesen og internasjonale omrekningar (Keenan et al. 2003, Rasmussen et al. 2012).



7.2 Lokalt

7.2.1 Tal frå Krisesenteret

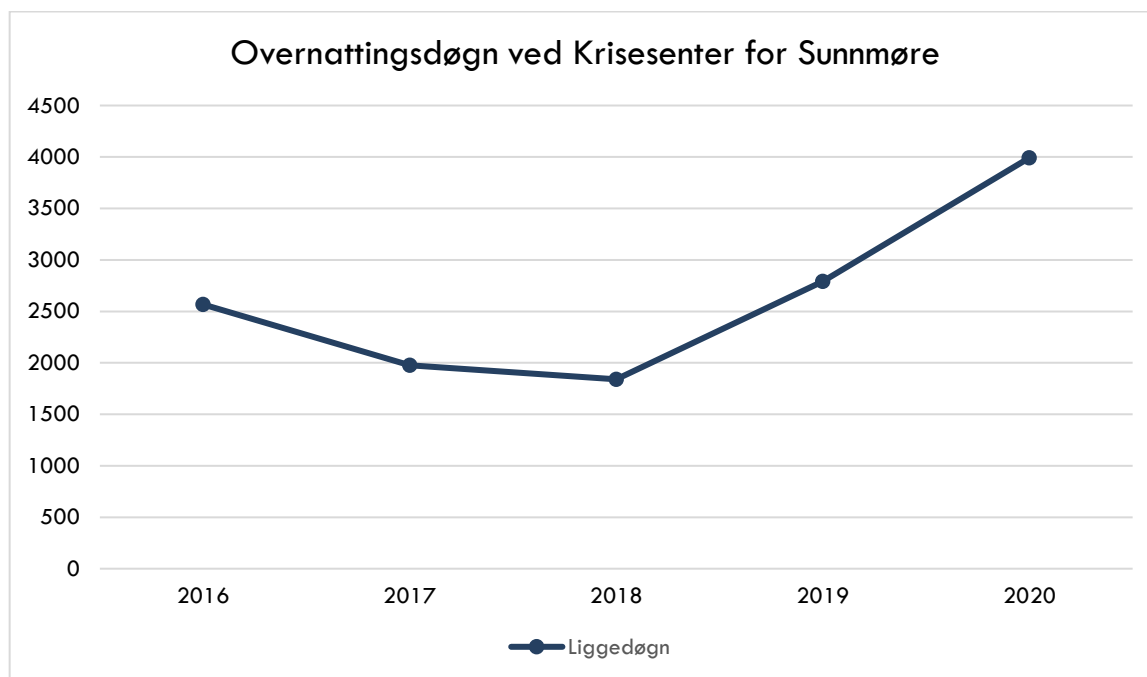
Krisesenter for Sunnmøre dekker heile regionen. Det er eit interkommunalt tilbod og Ålesund kommune er vertskommune. Krisesenter for Sunnmøre har fråskilte tilbod for kvinner og barn, og menn og barn.

I 2020 nytta 76 vaksne og 75 barn butilbodet på Krisesenter for Sunnmøre. Tilsaman utgjorde det 3992 overnattingsdøgn.

Ein kan også nytte krisesenteret som eit dagtilbod for å få støtte, råd og rettleiing. 169 personar nytta dette tilbodet i 2020.

Antal brukarar av krisesentertilbodet pr. år:

	2016	2017	2018	2019	2020
Antal vaksne bebuarar	74	49	50	51	76
Antal barn bebuarar	45	50	36	35	75
Antal dagbrukarar	245	171	127	171	165



Statistikk over krisesentertilbodet i norske kommunar finn du på [Bufdir.no](https://bufdir.no).

8.0 SÅRBARE GRUPPER

ALLE som lever med vald inngår i ei sårbar gruppe.

I samfunnet delar vi ofte innbyggjarane inn i barn, vaksne og eldre. Blant dei finner vi menneske som på grunn av alder, funksjon eller andre sosiale forhold er spesielt sårbare. Nokon av gruppene har vi gitt ei kort skildring av.

8.1 Barn og unge

Barn og unge blir utsatt for ulike former for vald i nære relasjonar. Det kan vere fysisk og psykisk vald, seksuelle overgrep, incest, negativ sosial kontroll og så vidare. Barn kan også bli ramma indirekte ved å sjå, høyre eller ane vald eller konsekvensane av den. Å vere vitne til vald er minst like skadeleg som å sjølv bli utsatt. Vald mot barn skjer som regel i heimen utan vitner tilstade. I tillegg har dei yngste barna avgrensa språkferdigheiter og liten eller ingen høve til å fortelje nokon om kva som har skjedd.

Å bli utsatt for vald som barn har alvorlege konsekvensar for barnet si utvikling. Forsking viser at å bli utsatt for vald som barn aukar risikoen for å bli utsatt for vald i vaksen alder. [NOU rapporten Svikt og svik \(2017\)](#) avdekkjer at samarbeidet og samhandlinga rundt barn som blir utsatt for vald i dag ikkje er tilstrekkeleg.

Med rapporten [Alvorlig vold mot små barn \(2019\)](#) presenterer Kripos ein systematisk gjennomgang av eit utval saker med dei mest alvorlege tilfella av vald mot dei yngste barna. Rapporten er utarbeida som ein del av Kripos si særskilte satsing mot vald mot barn, og er meint å fungere som eit kunnskapsgrunnlag for meir målretta førebygging.

8.2 Gravide

Gravide som gruppe er ikkje meir utsatt for vald enn kvinner elles. Likevel er gravide som tidlegare har blitt utsatt for vald eller seksuelle overgrep, kvinner som har eit uønska eller ikkje planlagt svangerskap og svært unge gravide, spesielt sårbare for å bli utsatt for vald i svangerskapet. Opplevinga av skyld og skam kan bli forsterka av kvinna sitt ansvar for fosteret og sosial stigma som valden fører med seg. I [Nasjonal faglig retningslinje for svangerskapsomsorgen – Hvordan avdekke vold \(IS 2181\)](#) som blei vedtatt i april 2014, er det anbefalt at helsepersonell som ledd i svangerskapsomsorga stiller spørsmål til alle gravide kvinner for å avdekke vald og seksuelle overgrep. Det blir anbefalt at ein eller fleire svangerskapskontrollar er for mor åleine.

8.3 Eldre (over 65 år)

Eldre mennesker er sårbare med tanke på å bli utsatt for vald. Det kan handle om partnarvald, vald frå barn, barnebarn eller andre som står ein nær. I mange tilfeller er det snakk om trugslar. Det viser seg at det er vanskeleg å avdekke overgrep mot eldre, fordi dei ofte er meir isolerte og lite synlige for resten av samfunnet. Normale aldersforandringar kan skjule eller bli forveksla med skade som har årsak i vald. Overgrepsofferet er ofte lojal mot overgripar, og vil beskytte han/henne.

Vald mot eldre kan ha spesielt alvorlege konsekvensar fordi eldre er fysisk svakare og meir sårbare enn yngre vaksne. Sjølv ei relativt mild valdshandling kan forårsake permanent eller meir alvorleg skade.



8.4 Personar med funksjonsnedsetting

Fleire faktorar kan forklare at menneske med funksjonsnedsetting er sårbare for å bli utsatt for vald i nær relasjon. Mange av dei som har funksjonsnedsetting er i ein avhengnadssituasjon til valdsutøvar og/eller er avhengig av offentlege tenester, assistanse og pleie. Slik avhengnad inneber ein betydelig maktforskjell og dermed også auka sårbarheit.

Nokon bur på institusjon eller i bufellesskap og blir utsatt for vald frå andre bebuarar. Mange, især personar med utviklingshemming, kan vere isolerte. Det kan derfor vere vanskeleg for utanforståande å oppdage kva som skjer.

8.5 Personar med utviklingshemming

Menneske med utviklingshemming reknast som ei sårbar gruppe. Ein av grunnane er den intellektuelle og mentale kapasiteten. Dei kan vere meir sårbare når det gjeld å beskytte seg sjølv mot vald og seksuelle overgrep. Det å ha ei mildare form kan også utgjere ein særlig risiko for å bli utsatt for slike handlingar.

Personar med utviklingshemming vil i større grad enn befolkninga elles vere i ein avhengnadssituasjon til overgripar. Det kan gjere det vanskeleg for dei å melde/varsle om overgrep og å nytte ordinære kanalar/system for varslings.

8.6 Personar med psykiske og/eller rusrelaterte utfordringar

Personar med psykiske lidningar og/eller rusrelaterte utfordringar, kan ha høgare risiko og vere meir sårbare for vald i nære relasjonar enn andre personar.



Ei kartlegging av valdserfaringar blant personar under behandling for rusavhengnad, synte at 21 av 26 kvinner hadde vore utsatt for vald i nære relasjonar. For 16 av kvinnene var valdsutøvar noverande eller tidlegare partnar ([Rus og vold, ATV og Tyrilistiftelsen, 2010](#)).

Undersøkinga gir ein indikasjon på dei store utfordringane disse gruppene har. Rusmisbruk og psykiske lidningar opptre ofte saman. Det dreier seg ofte om svært kompliserte samspel mellom ei rekke faktorar som genetisk sårbarheit, oppvekstforhold, livshendingar og sosiale faktorar.

8.7 Personar med flyktning- eller innvandrarbakgrunn

Migrasjon er ein av fleire faktorar som kan vere med på å auke sårbarheita til enkeltpersonar eller grupper av menneske. Flyktingar og innvandrarar sin livssituasjon og posisjon i samfunnet kan gjere dei ekstra sårbare. Sosial isolasjon og manglande sosial integrering kan auke risikoen for at valden får fortsette og tilta, utan at andre kan bidra til å stoppe den.

Fleirtalet av dei som i dag nyttar seg av krisesentera sine butilbod er personar med innvandrarbakgrunn. I 2001 utgjorde kvinner med innvandrarbakgrunn ein tredjedel av brukarane, i 2006 over halvparten (56 prosent), og i 2011 var 62 % av brukarane kvinner med etnisk minoritetsbakgrunn. Rundt ein fjerdedel av kvinnene var utsatt for vald frå ein etnisk norsk partnar ([Sentio Research 2012](#)).



9.0 VALDSUTØVAR

Det kan vere ulike årsaker til at ein person utviklar eit valdsproblem. Vald kan vere ein personleg måte å takle vanskelege kjensler på. Eit eksempel kan vere å bli sint på ein skremmande måte, eller slå, slik at ein står fram som stor og sterk, i staden for å vise fram den vanskelege kjensla som var der i utgangspunktet i situasjonen. Vanskelege kjensler kan for eksempel vere å føle seg liten, skamfull, føle seg trakka på, føle seg lite verdt, føle at ein ikkje strekker til eller avmakt.

Vald kan også vere knytt til oppfatningar om kjønnsroller og eit undertrykkande menneskesyn. Dersom utøvar av vald tenker at det ligg til sin rett og plikt som familieoverhovud, vil det kunne bidra til at vald førekjem og varer ved. Ein annan årsaksfaktor kan vere at vald opplevast som ein «normaltilstand», det vil seie at valden alltid har vore ein del av livet og livserfaringane. I dette kan det eksempelvis ligge at valdsutøvar kan ha hatt ein valdsutøvande forelder som rollemodell. Vald kan altså vere eit resultat av traumatiske barndomserfaringar knytt til vald. Vi veit i dag at svært mange av dei som utøver vald i nære relasjonar, har opplevd vald i si eiga oppvekstfamilie.

Valden har ikkje oppstått på grunn av familieproblem, men det vil skapast familieproblem av dette systemet.

Per Isdal
Meningen med volden, Kommuneforlaget 2018

9.1 Hjelp til valdsutøvar

Norge var tidleg ute med å tenke at utøvar av vald i nære relasjonar treng hjelp for å klare å slutte å utøve vald. Det betyr at dei fleste som jobbar med helse og omsorg er oppmerksame på at vald førekjem i mange familiar. Blant dei allmenne offentlege hjelpetenestene kan ein snakke med både fastlegen, helsestasjon, barnevern, sosialtenesta og psykisk helsevern om behovet for hjelp.

Det er fleire verksemdar som arbeidar særskilt med å tilby spesialisert hjelp til utøvarar av vald i nære relasjonar.

- [Familievernkontoret](#)
- Sinnemestring etter [Brøset-modellen](#) - Eit landsomfattande tilbod til personar over 18 år
- [Alternativ til Vold \(ATV\)](#)
- [Detfinneshjelp.no](#) – Tilbod til personar over 18 år med seksuell interesse for barn.

10.0 VÅG Å SJÅ

Avdekking fordrar kunnskap.

10.1 Teikn på vald og overgrep

Det finnst mange former for vald og overgrep. Nokon er synlege, andre er mindre openbare.

Ein skadetype åleine er ikkje eit sikkert teikn på mishandling. Det er grunn til bekymring dersom du finn fleire eller gjentekne teikn, eller forklaringar på korleis det skjedde ikkje stemmer med den faktiske skaden.

Er du bekymra men du har ingen konkrete haldpunkt, berre ein uggen magekjensel, skriv LOGG! Det er summen av alle dei små teikna som kan vere avgjerande for om ein klarer å avdekke vald i nære relasjonar. Fysiske teikn forsvinn, ta gjerne bilete for å dokumentere dersom dette lar seg gjere på ein god måte.



Her ei oversikt over nokon valdstypar og teikna du skal sjå etter:

10.1.1 Fysisk vald

Dei fysiske teikna opptrer sjeldan åleine.

Typiske teikn på at ein person kan ha blitt utsatt for fysisk vald:

- **Hevelse, blåmerke, rift, kutt eller arr**
 - Eitt eller fleire blåmerke/arr som dannar mønster i huda, eller fleire med same størrelse eller form, rettlinja eller mønstra blåmerke
 - Ein skal særleg vere merksam på blåmerke som ikkje lar seg naturleg forklare
 - Blåmerke på rygg, bryst, mage, rumpe, kjønnsorgan, venstre øyre, kinn, forside lår, overarm
 - Hudblødningar rundt hals/nakke, rundt handledd og/eller rundt anklar
- **Brannskade**
 - Merke etter gjenstandar som sigarettar, bestikk, strykejern
 - Skåldeskade som har tydeleg grense mot frisk hud
- **Bitemerke**
 - Bitemerke personen ikkje har påført seg sjølv
 - Når der er meir enn 3 cm mellom merka etter hjørnetenna, er bitet sannsynleg påført av ein vaksen
- **Skade på øyre, nase, hals og auge**
 - Ein person som blir mishandla, får ofte skade i ansiktsområdet
Typiske skadar er:
 - Sår i munnhole - kan vere teikn på tvangsmating
 - Hevelse, bløding, rift og sår på lepper
 - Hevelse, misfarging og teikn på kraftig lugging i hovudbotnen
 - Hevelse, bløding og misfarging rundt og i auge
- **Skjelettskade/beinbrot**
 - Brot som blir oppdaga tilfeldig på ein kontroll
 - Gjentekne brotskadar
- **Hovudskade**
 - Teikn på at ein person har fått hovudskade, kan vere:
 - Endra bevisstheit



- Krampe og anfall
- Uregelmessig pust og/eller brekningar
- **Feilmedisinering og forgifting**
Ein person som får høgare dose medisin enn anbefalt eller føreskrive av lege, kan bli forgifta.

Teikn på forgifting er:

- Nedsett bevisstheit
- Krampe
- Oppkast
- Diare
- Unormalt pustemønster

10.1.2 Psykisk vald

Eksempel på psykisk vald:

- **Trugslar**
 - Om å forlate personen i sårbar situasjon
 - Om å skade eller drepe nokon
 - Om å drepe kjæledyr
- **Nedvurdering og audmjuking**
 - Nedsettande eller sårande utsegn
 - Verbale skuldingar
 - Kritikk av nokon sin verdi
- **Avvising**
 - Ignorering
 - Neglisjering
 - Eksklusjon
- **Tvang**
 - Tvinge nokon til å innrømme urettmessig skuld
 - Overstyre nokon sin vilje når det ikkje er heimla i lov
- **Materiell og latent vald**
 - Tilsikta øydelegging av ting
 - Å vere vitne til vald
 - Frykt for nye valdshandlingar
- **Negativ sosial kontroll**
 - Overvaking
 - Kontroll over kven ein får snakke med
 - Kontroll over kva vennar ein får ha
 - Kontroll over kva kjæraste ein får ha



- Kontroll over kven ein får gifte seg med
- Kontroll over bruk av sosiale media, internett og mobil
- Kontroll over kva personane har på seg/klesdrakt

10.1.3 Seksuelle overgrep

Seksuelle overgrep etterlet seg ofte ikkje fysiske spor eller forandringar og kan derfor vere vanskeleg å oppdage. Personar som har vore utsatt for seksuelle overgrep kan likevel vise fysiske eller psykiske teikn.

10.1.3.1 Fysiske teikn

- Vanskeleg å sitte eller gå
- Merke, blødning, blåmerke, risp eller sår ved kjønnsorgan/rumpe/lår
- Spor av sæd på kropp, klede, gjenstandar
- Kjønnssjukdommar
- Graviditet
- Øydelagt, blodig eller tilgrisa undertøy
- Smerte eller ubehag ved tissing og/eller avføring
- Tilbakevendande urinvegsinfeksjonar
- Magesmerte, forstopping
- Tannråte

10.2 Reaksjonar og symptom på vald og overgrep

Personar som er utsatt for vald eller overgrep kan ha varierende reaksjonar eller symptom. Ein del viser ikkje tydelege reaksjonar i det heile tatt, medan hjå andre kan symptom på vald og overgrep kome gradvis - eller akutt.

Eksempla under er ikkje uttømmende. Personen kan også gi andre signal enn dei som blir skildra her. Det er også viktig å huske på at det ikkje nødvendigvis er samanheng mellom symptoma skildra under og at personen lever i ein vanskeleg situasjon. Likevel bør vi skjerpe vår merksemd rundt vedkomande, dersom han eller ho viser slike symptom.

- **Kjenslemessige reaksjonar**
 - Endring i humør
 - Angst, uro, stress eller frykt
 - Aggressivitet
 - Mangel på mimikk/apati
 - Søvnproblem eller gjentakande mareritt
- **Uvanlege reaksjonar på hendingar eller personar**
 - Endra åtferd når ein bestemt person er tilstade
 - Overdriven merksemd overfor ein bestemt person
 - Reagerer uvanleg på smak, lukt, rørsler eller liknande
 - Frykt for undersøking hjå lege/gynekolog/tannlege
 - Utsatte for seksuelle overgrep har ofte problem med å få ting i munnhola
 - Verkar ukritisk overfor framande

- **Problem med intimitet og nærleik**
 - Unngår intimitet
 - Manglande emosjonell tilknytning til andre personar
 - **Destruktiv eller grenseoverskridande åtfærd**
 - Sjølvskading
 - Sjølvmordsforsøk
 - Spiseproblem
 - Alkohol- og stoffmisbruk
 - Seksualisert åtfærd/uvanleg seksualisert åtfærd i forhold til alder og modning
 - Utsett andre for vald eller overgrep
 - **Tap av ferdigheiter**
 - Går tilbake i utvikling (regresjon)
 - Problem med konsentrasjon og hukommelse
 - Viser mindre sjølvstende
 - Ufrivillig vannlating og/eller avføring
-

11.0 VÅG Å SPØRJE

Mange synes der er vanskeleg å spørje dersom ein har mistanke om vald i nære relasjonar. Det å bli spurt kan opplevast som å bli sett og kan vere heilt avgjerande for at den utsette skal våge å fortelje.

Prøv å få til ein dialog med den du er bekymra for.

11.1 Ta opp bekymringa di med den det gjeld

Samtalen kan vere:

- Spontan – rundt det som skjer eller det personen fortel.
- Støttande – når du ser at ein person har det vanskeleg.
- Planlagt og undersøkende – dersom du er bekymra for ein person og ynskjer å finne ut korleis han eller ho har det.

Du kan bruke handlingkorta som rettleiande. Handlingskorta finn du [her](#).

Vis at du ser og høyrer personen, samtidig som du gir personen ein kjensle av tryggleik og omsorg. Gi uttrykk for at du er bekymra og tek vedkomande på alvor. Slike samtalar kan utløyse meldingar til politi og barnevern. Du skal ikkje gå i detaljar eller etterforske saka.

Dokumenter samtalen. Viktig at ein nyttar tolk der det er behov for det!

- Har du grunn til å tru at nokon blir utsatt for vald eller overgrep, har du plikt til å melde frå! Er barn involvert, meld til både politi og barnevern. Føresette skal ikkje varslast!
- Er det akutt fare for liv og helse, eller du er bekymra for om vald/overgrep er pågåande, ring politiet 112 ([Avvergeplikt, strl. § 196](#)). Eventuelle føresette skal ikkje varslast!

Les meir om avvergeplikta på plik.no.

Ta kontakt for råd og rettleiing:

- [Krisesenter for Sunnmøre](#) – 70 16 33 33
- [Statens Barnehus](#) – 70 11 88 50
- [Politi](#) - 02800
- [Barnevern](#)

11.1.1 Kva spørsmål skal eg stille?

Still opne inviterande spørsmål. Du skal ikkje mase for å få svar. Under kan du sjå eksempel på nokon spørsmål.

- **Gode, opne og inviterande spørsmål**
 - Lytt, ver stille og nikk «Javel.....» og vis at du er interessert i å høyre meir
 - «Ok, fortell meg meir om det at....»
 - «Så det gjer ho/han mot deg? Det vil eg gjerne vite meir om»
 - «Fortell meg slik at eg forstår kva som skjedde»
- **Nøkkelord, gjentakning og spegling**
 - «Du fortel at han gjer ting med tissen din. Fortel meg kva han gjer»
 - «Kari blir sint, seier du. Kva skjer då?»
 - «Eg ser at du grin no. Fortel meg kva som gjer at du grin»
- **Fokuserte spørsmål** (kan vere naudsynt)
 - «Kvar var du då det du fortalte meg, skjedde?»
 - «Kven var det som gjorde det mot deg?»
 - «Korleis var det for deg då det skjedde?»
- **Husk alltid å rose den utsatte og forsikre dei om at det aldri er deira feil at slike ting skjer**
 - «Takk for at du fortalte meg dette!»
 - «Eg vil gjerne hjelpe deg med dette!»
 - «Eg er glad du fortalte meg dette, då kan vi...»

11.1.2 Kva spørsmål skal eg ikkje stille?

Det er spørsmål vi skal unngå å stille eller ikkje stille i det heile tatt. Dette kan vere spørsmål som leiar personen til det svaret du forventar å få.

- **Unngå å stille alternativgjevande spørsmål**
 - «Har nokon slått deg?» (ja/nei)
 - «Kven har gjort det, Per eller Kari?»

Nokon kan fort svare bekreftande på det siste alternativet dei blir presentert for, utan at det nødvendigvis er det som har skjedd.

- **Unngå projiserande spørsmål**
 - «Det må ha vore forferdeleg vondt for deg?»

Det er viktig å ikkje overfør egne kjensler og førestillingar om det som har skjedd på den utsette.

- **Ikkje still leiande spørsmål**

- «Han tek deg i skrittet, sant?»
- «Eg trur at mamma slår deg, eg!»



12.0 KUNNSKAP TIL Å HANDLE

Prosedyrar for handtering av saker som omhandlar vald i nære relasjonar:

Ved akutte og livstrugande situasjonar, ring politiet 112/ambulanse 113!

12.1 Kva skal eg som offentleg tilsett gjer?

12.1.1 Ved bekymring for barn og unge

Alle tilsette i kommunane på Sunnmøre er **personleg** ansvarleg for å melde frå til politi og barnevern ved mistanke/grunn til å tru at eit barn eller ein ungdom er/kan bli utsatt for vald eller seksuelle overgrep.

Informer leiar om bekymringa di og legg ein plan saman for vidare handtering.

Kontakt for råd og rettleiing:

- Barneverntenesta i di kommune - Kontaktinfo finn du på kommuna si heimeside og [her](#).
- Barnevernvakta - 91 57 60 20
- [Politi](#) - 02800
- [Statens Barnehus](#) - 70 11 88 50
- [Krisesenter for Sunnmøre](#) - 70 16 33 33
- [Kompetanseteamet mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og negativ sosial kontroll](#) - 47 80 90 50

Ved mistanke om vald/seksuelle overgrep skal føresette ikkje informerast om melding til barnevern/politi!

Det er barnevern/politi som vurderer om og når omsorgspersonar skal bli informert.

Det er viktig å ivareta barnet sin tryggleik. Ved å informere foreldre om mistanke kan vi risikere å utløyse ny eller alvorlegare vald mot barnet, og vi kan risikere at barnet blir instruert til å ikkje fortelje noko til hjelpeapparatet. Ved å ikkje informere omsorgspersonane sikrar vi også deira rettstryggleik.

Er du usikker på om avverjeplikta er utløyst? Les meir [her](#).

12.1.2 Ved bekymring for vaksne og eldre

Har du mistanke om eller er bekymra for at ein vaksen/eldre utsetjast for vald eller overgrep?

- Ta opp bekymringa di med den det gjeld. Sjå tips [her](#).
- Vurder om du har avverjeplikt. Avverjeplikta er personleg.
- Informer leiar om bekymringa di og legg ein plan saman for vidare handtering.
- Vurder om personen treng å bli køyrt til legevakt, fastlege eller krisesenter. Dersom det ikkje er aktuelt å ta ansvar for vidare oppfølging sjølv, forsøk å etablere kontakt med hjelpeapparatet.
- Husk! Dersom den som er utsatt for vald har mindreårige barn, har du meldeplikt til barnevern/politi. Å vere vitne til vald, er også vald!

Kontakt for råd og rettleiing:

- [Politi](#) - 02800
- [Krisesenter for Sunnmøre](#) - 70 16 33 33
- [Vern for eldre](#) - 800 30 196
- Barnevernvakt: 91 57 60 20
- Barneverntenesta i di kommune - Finn nummer [her](#).

12.2 Kva skal eg som privatperson gjere?

12.2.1 Til deg som er vaksen

Har du mistanke om at nokon utsetjast for vald eller seksuelle overgrep, eller er vitne til dette?

Ta bekymringa på alvor.

Vurder om du har avverjeplikt! Les meir om avverjeplikta [her](#).

Prøv å få til ein dialog med den du er bekymra for. Sjå tips [her](#).

Du kan rådføre deg med fagfolk:

- Barnevernet i di kommune - Finn nummer [her](#) eller tlf [116 111](#).
- Barnevernsvakta - 91 57 60 20
- [Politi](#) - 02800
- [Krisesenter for Sunnmøre](#) - 70 16 33 33

Nettside vi anbefalar: [dinutvei.no](#)

Som privatperson er du ikkje bunden av same regelverk som ein offentlig tilsett. Men avverjeplikta er lik for alle!

12.2.2 Til deg som er barn/ungdom:

Har du mistanke om at ein ven eller medelev blir utsatt for vald eller seksuelle overgrep, eller er vitne til dette?

Ta bekymringa på alvor!

Ta kontakt med ein vaksen du stolar på, for eksempel lærar eller helsesjukepleiar, eller kontakt:

- Alarmtelefonen for barn og unge - [116 111](https://116111.no) (har også chat-teneste)
- Barnevernet i di kommune - Finn nummer [her](#).
- Barnevernvakta - 91 57 60 20
- Politi - 02800

Nettside vi anbefalar: ung.no/vold.

12.3 Til deg som er utsatt for vald eller overgrep

Er du utsatt for vald eller overgrep, eller er redd for å bli det?

- Ved akutte og livstrugande situasjonar, ring politi 112/ambulanse 113.

Det er aldri din feil! - Det er aldri for seint! - Det er alltid hjelp å få!

- [Politiet](#) kan gi råd og rettleiing – ring 02800
- [Krisesenter for Sunnmøre](#) kan gi deg/dykk ein trygg opphaldsstad, råd, rettleiing og kan tilvise vidare ved behov. Du kan også få hjelp på krisesenteret sjølv om du ikkje bur der. Krisesenteret er ope heile døgnet, året rundt - Tlf. 70 16 33 33.
- Ta kontakt barnevernet i di kommune eller Alarmtelefonen for barn og unge, telefon - [116 111](https://116111.no).
- Fastlege, [overgrepsmottak](#) og helsesjukepleiar kan gi råd og rettleiing og eventuelt tilvise vidare ved behov. Lege og overgrepsmottak kan også gi medisinsk hjelp og sikre spor.
- [Familievernkontoret](#) gir hjelp og råd til par og familiar som opplever vanskar, konflikt eller kriser og arbeider blant anna med sinne- og valdsproblematikk.
- [VO-linjen - 116 006](#) - Hjelpelinje for alle som opplever vald eller overgrep i nære relasjonar.

13.0 FORMELLE BESTEMMELSAR

Alle offentleg tilsette har teieplikt, opplysningsplikt, meldeplikt og avverjeplikt. Som ei førstehjelp har RVTS laga desse [informasjonsbrosjyrane](#).

13.1 Teieplikt

Alle som utfører ei teneste eller eit arbeid i eit forvaltningsorgan, har teieplikt etter forvaltningslova.

Teieplikta er ei plikt til å ikkje dele fortrulege opplysningar. Teieplikt inneberer:

- Ei passiv plikt til å tie
- Ei aktiv plikt til å hindre at uvedkomande får tilgang til teiebelagt informasjon

I nokon tilfelle må du fråvike teieplikta. I andre tilfelle har du rett, men ikkje plikt til å fråvike teieplikta. Då vil anten opplysningsplikt, meldeplikt, avverjeplikt, teierett eller opplysningsrett vere gjeldande.

13.2 Opplysningsplikt

Opplysningsplikta går ut på at du har ei lovfesta plikt til å gi opplysningar til bestemte etatar eller tenester.

Du har for eksempel som barnehagetilsett opplysningsplikt dersom barnevernet ber om opplysningar i ei sak der dei har mistanke om omsorgssvikt, fysisk mishandling, seksuelle overgrep m.m.

13.3 Meldeplikt

Ved meldeplikt gjeld det same som ved opplysningsplikt, med den forskjell at det er DU som må ta initiativ og melde frå dersom du har mistanke om omsorgssvikt, vald eller overgrep.

13.4 Avverjeplikt

Alle har ifølgje straffelova plikt til å avverje, det vil seie forhindre, at alvorlege straffbare handlingar skjer. Avverjeplikta gjeld kun når det faktisk er mogleg å avverje den straffbare handlinga.

Enkelte former for vald eller overgrep er så alvorlege at du har ei lovpålagt plikt til å søke å avverje at det skjer. Plikta er skildra i [Straffelova § 196](#) og blir utløyst i det du får kunnskap om at handlinga vil skje, eller trur at det er mest sannsynlig at handlinga vil skje. Det finst også ei meir spesiell form for avverjeplikt som omhandlar mistanke om snarleg kjønnslemlesting av jenter og kvinner, jf. [Straffelova § 284](#).

På [pliktno](#) finn du oversikt over kva valds- og seksuallovbrot du kan ha plikt til å avverje, og hjelp til å vurdere om du kan ha avverjeplikt.

Det er viktig å hugse at avverjeplikta går føre lovpålagt teieplikt, og gjeld ALLE til ei kvar tid – både på jobb og på fritida.

13.5 Opplysningsrett og teierett

Opplysningsrett og teierett er høve til å formidle eller unnlate å formidle opplysningar til andre.

Eksempelvis vil du bruke din opplysningsrett når du har samtykke frå ein myndig vaksen eller føresatt

til å vidareformidle noko om eit barn sin situasjon. Men fordi dette er ein rett og ikkje ei plikt, kan du i slike tilfelle velje om du vil gi informasjon eller ikkje.

Dersom det er naudsynt for å ivareta skulen eller barnehagen sine oppgåver og ansvar, kan det unntaksvis også gis opplysningar vidare til samarbeidande offentlege instansar. Eit eksempel er å rådføre seg med barnevernet i saker den ein ikkje er sikker på om det er tilstrekkeleg grunnlag for bekymringsmelding, jf. [Forvaltningslova § 13b. nr. 5](#).

14.0 SMÅ SAMFUNN

Vald i nære relasjonar kan ramme alle. I mindre distriktssamfunn kan det vere ekstra vanskeleg å våge å sjå og våge å spørje. I små samfunn er det lett å tru at ein kjenner heile livet og alt som skjer innanfor veggane til naboen. Vi kan bagatellisere eller forstå oss ihel i mange situasjonar.

Det er avgjerande at vi maktar å ta inn over oss at sjølv dei verste og mest groteske sakene med omsorgsvikt, barnemishandling, seksuelle overgrep, kontroll og trakassering som førekjem andre stadar, også førekjem hjå oss.

Vi må våge å sjå, våge å spørje og ha kunnskap til å handle. I små samfunn kan dobbeltroller gjere det ekstra utfordrande. Både det private og det profesjonelle livet kan bli påverka. Verktøy og rutinar kan vere gode å støtte seg til.

Vi har ikkje utarbeida eigne verktøy for korleis ein skal forhalde seg til vald i nære relasjonar i små samfunn. Auka bevisstheit rundt problemstillinga og refleksjon rundt temaet er det viktig at kommunane har fokus på, både for at dei som treng det skal få hjelp og at dei tilsette får hjelp til å stå i vanskelege situasjonar.

15.0 VALD I EIT SAMFUNNSØKONOMISK PERSPEKTIV

Konsekvensane av vald i nære relasjonar kan vere gjennomgripande både for den valdsutsette og for dei pårørande. Konsekvensar av vald omfattar alvorlege fysiske skader, psykiske og somatiske helseplager og sjukdom, åtferdsforstyrrelser, utviklingsavvik og i verste fall død.

Valden har store samfunnsøkonomiske konsekvensar i tillegg til den umiddelbare skada den forårsakar for den enkelte. Mengd personar som blir utsatt for vald i nære relasjonar, er av eit slikt omfang at det er definert som eit samfunnsproblem i Norge. Dei samfunnsøkonomiske kostnadane var i 2010 rekna til 4–6 milliardar kroner årleg. Ein antek ein vekst i verdien av kostnadane med 1-3 % årleg, dersom valdsnivået ikkje blir redusert. Dette vil seie 6 – 8 milliardar i 2020, avhengig av vekst i befolkninga og velferdsutvikling ([Samfunnsøkonomiske kostnader av vold i nære relasjonar, Vista analyse 2012](#)).

Ved å førebyggje og nedkjempe vald sørger vi for å auke livskvaliteten til innbyggjarane på Sunnmøre, som igjen vil kunne føre til betydeleg reduserte samfunnskostnader.

16.0 TENESTER OG SAMARBEIDSAKTØRAR

Kommunane skal legge til rette for at tenestene blir i stand til å førebyggje, avdekke og avverje vald og overgrep. Dei kommunale hjelpetenestene har lovpålagt plikt til å gi valdsutsett, valdsutøvar og andre råka eit tilrettelagt og heilskapleg hjelpetilbod.

For å klare å identifisere behov og etablere eit heilskapeleg tenestetilbod for den enkelte, er det viktig at tenestene etablerar gode samhandlingsstrukturar og rutinar for informasjonsutveksling. Vidare må dei ulike tenestene ha tilstrekkeleg kunnskap om andre sektorar, samarbeidsaktørar og tenester sitt ansvar, oppgåver og tilbod.

Oversikta er alfabetisk.

16.1 Alarmtelefonen for barn og unge – 116 111

Alarmtelefonen er eit tillegg til eksisterande akuttberedskap for barn og unge. Det er Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet (BLD) som finansierar tenesta.

Det er fleire store barnevernsvakter i Norge. Dei er dei som svarar i opningstida deira. Alle andre oppringingar kjem direkte til alarmtelefonen i Kristiansand. Alarmtelefonen er open når barnevernstenesta har stengt frå kl 1500 – 0800. I helg og på heilagdagar er Alarmtelefonen døgnoopen.

Det er mange gode grunnar til å etablere ein naudtelefon for barn og unge, det viktigaste er:

- Alle barn og unge skal ha eit nummer dei kan ringe når dei opplever vald i heimen eller andre akutte og vanskelege situasjonar.
- Naudtelefonen er gratis.
- Alle telefonar blir svara på av vaksne som har lang erfaring i å hjelpe barn og unge.
- Også vaksne som er bekymra for barn og unge – eller har mistanke om at dei blir utsatt for vald kan ringe Alarmtelefonen 116 111.



16.2 Alternativ til vold (ATV) – 22 40 11 10

Stiftelsen Alternativ til Vold er eit behandlings- og kompetansesenter på vald, med særleg fokus på vald i nære relasjonar. ATV har 14 kontor i Norge. ATV har tre virksomheitsområder:

- Behandlingstilbod som rettar seg til både utøvar av vald og utsette for vald i nære relasjonar. Tilbodet gis til både vaksne og barn.
- Kunnskapsutvikling (forskning og klinikkbaserte metodeutviklingsprosjekt).
- Kunnskapsformidling/utadretta verksemd.

16.3 Barnehage

Gjennom den daglege og nære kontakta med barna er barnehagen i ein sentral posisjon til å kunne observere og motta informasjon om barna sin omsorg- og livssituasjon. Personalet skal ha eit bevisst forhold til at barn kan vere utsatt for omsorgssvikt, vald og seksuelle overgrep, og vite korleis dette kan førebyggast og oppdagast. Personalet skal kjenne til opplysningsplikta til barnevernet.

16.4 Barneombudet

Barneombudet jobbar for barn sine rettar. Barneombudet skal fremje barn sine interesser i samfunnet og følgje med på utviklinga av barn sine oppvekstkår. Dei skal spesielt følgje med på at barn sine interesser blir ivaretatt i lovgivinga og at Norge overheld [FN sin barnekonvensjon](#).

16.5 Barneverntenesta

Barneverntenesta si hovudoppgåve er å sikre at barn og unge som lever under forhold som kan skade deira helse og utvikling, får naudsynt hjelp og omsorg til rett tid, jfr [Barnevernlova § 1-1](#). Det er foreldre eller andre primære omsorgspersonar som har hovudansvaret for barnet sin oppvekst og omsorg. Barneverntenesta skal gripe inn når eit barn ikkje blir godt nok ivaretatt. Barneverntenesta har eit sentralt ansvar for barn som utsetjast for vald i familien og er heilt avhengig av at offentlege og private melder i frå dersom dei er bekymra.

Barnevernet har rett og plikt til å undersøke barnet sin omsorgssituasjon når det er rimeleg grunn til å anta at det føreligg forhold som kan gi grunnlag for tiltak etter [barnevernslova § 4-3](#). Dersom undersøkinga avdekkar at barnet sin omsorgssituasjon ikkje er god nok, kan det iverksetjast tiltak for å betre den. Det skal leggjast avgjerande vekt på å finne tiltak som er til det enkelte barnet sitt beste, jf. [bvl § 4-1](#). Tiltaka skal ikkje vere meir inngripande enn naudsynt, og skal i størst mulig grad vere frivillig. I tilfelle der barnet ikkje kan giast tilstrekkeleg hjelp og beskyttelse ved frivillige tiltak, kan det iverksetjast tiltak utan samtykke. Dersom eit barn blir mishandla eller utsatt for andre alvorlege overgrep i familien, kan det vere naudsynt å fråta dei primære omsorgspersonane omsorga for barnet.

I samband med ei undersøking vil det ofte vere naudsynt å innhente opplysningar frå andre instansar og tenester som kjenner barnet og familien. Andre offentlege myndigheiter har plikt til av eige tiltak, eller på førespurnad, å gi opplysningar til barneverntenesta når det er grunn til å tru at eit barn blir mishandla i heimen eller utsatt for andre former for alvorleg omsorgssvikt, jf. [bvl § 6-4](#). Andre instansar og tenester si plikt til å gi opplysningar til barneverntenesta, og barneverntenesta sin adgang til å foreta naudsynte undersøkingar, gir barneverntenesta ei spesiell rolle og særleg moglegheit til å avdekke om eit barn er utsatt for vald i familien.

Barneverntenesta kan vidare iverksette naudsynte tiltak for å beskytte barnet mot ytterligare overgrep, sikre at barnet får den behandling av skadar og traume det eventuelt har behov for og sørge for at barnet får støtte i dagleglivet.

I saker der barn utsetjast for vald i familien, er det eit stort behov for samarbeid mellom ulike instansar og tenester, blant anna for å koordinere og samordne oppgåvene.

Barneverntenesta skal innan tre veker gi den som sendte meldinga tilbakemelding om at meldinga er mottatt og opplyse om det er opna undersøking. Dersom det er opna undersøking skal barneverntenesta gi beskjed om at undersøkinga er gjennomført, seinast tre veker etter gjennomført undersøking. Det skal også informerast om saka er henlagt eller om saka følgast opp vidare. Når barneverntenesta skal iverksetje eller har iverksett tiltak som er naudsynt at meldar får kjennskap til, av omsyn til vidare oppfølging av barnet, kan barneverntenesta gi meldar tilbakemelding om tiltaka, jf. [bvl. § 6-7 a](#).

16.6 Barnevernvakta på Sunnmøre - Tlf 91 57 60 20

Kommunane på Sunnmøre samarbeider om felles barnevernvakt. Barnevernvakta er ein del av akuttberedskapen og er ei døgnåpa teneste.

16.7 Dinutvei.no – Nasjonal veiviser ved vald og overgrep

Nettportalen gir informasjon til utsette for vald, overgrep og valdtekt, pårørende og bekymra, dei som utøver vald og til fagpersonar. Dinutvei.no gir oversikt over hjelpetilbod over hele landet. Her finn du også fagstoff og ei spørsmål- og svarteneste der du kan stille spørsmål anonymt og få svar. Informasjonen er tilgjengeleg på 13 språk.

16.8 Familievernkontoret - 46 61 73 90

Familievernet er eit statleg tilbod som gir gratis hjelp og råd til par, familiar og foreldre/barn som opplever vanskar, konflikt og kriser. Familievernet arbeider med sinne- og valdsproblematikk. Familievernkontoret i Ålesund dekkjer Fjord, Giske, Sula, Stranda, Sykkylven, Ørsta, Volda, Hareid, Ulstein, Herøy, Sande, Vanylven og Ålesund.

16.9 Fastlege

Alle innbyggjarar som i folkeregisteret er registrert som busett i ei norsk kommune, har rett til ein fastlege.

Ein kan snakke med fastlegen om vald. Fastlegen har ansvar for heilskapen ved utgreiing, behandling og oppfølging av ein pasient. Fastlegen har ofte god oversikt over den enkelte sin helse og livssituasjon, kan vere ein god samtalepartnar og har erfaring med å møte menneske som har det vanskeleg.

Fastlegen kan også tilvise til spesialisthelsetenesta som DPS/BUP ved behov, eller orientere om andre stadar ein kan få hjelp, og som ikkje krev tilvising - som krisesenter, familievern, kommunal psykisk helseteneste eller andre.

16.10 Helse- og omsorgstenesta i kommunen

Kommunen skal sørge for at personar som oppheld seg i kommunen, får tilbod om naudsynte helse- og omsorgstenester.

Kommunen sitt ansvar omfattar alle pasient- og brukargrupper, herunder personar med somatisk eller psykisk sjukdom, skade eller liding, rusmiddelproblem, sosiale problem eller nedsett funksjonsevne.

Helse- og omsorgstenestelova § 3-3 a: Kommunen sitt ansvar for å førebyggje, avdekke og avverje vald og seksuelle overgrep.

Kommunen skal ha særleg merksemd retta mot at pasienter og brukara kan vere utsatt for, eller kan stå i fare for å bli utsatt for, vald eller seksuelle overgrep. Kommunen skal legge til rette for at helse- og omsorgstenesta blir i stand til å førebyggje, avdekke og avverje vald og seksuelle overgrep.

16.11 Helsestasjon- og skulehelseteneste

Helsestasjon- og skulehelsetenesta er ei lovpålagt teneste til alle barn og unge frå 0-20 år, samt ei teneste for gravide som ynskjer svangerskapskontroll i tilknytning til helsestasjonen. Helsestasjonen er ein del av kommunehelsetenesta som utøver planmessig helsefremjande og førebyggjande helsearbeid retta mot barn og unge. Dette omhandlar både psykisk og fysisk helse i tillegg til sosiale forhold og oppfølging av foreldre med behov for utvida støtte.

Helsestasjonen og skulehelsetenesta har jamnleg kontakt med alle barn og føresette i kommunen på ulike alderstrinn, og er såleis ein sentral arena for å kunne førebyggje, avdekke og avverje vald i nære relasjonar.

16.12 Hjelpetelefonen for seksuelt misbrukte – 800 57 000

Hjelpetelefonen for seksuelt misbrukte er ein gratis døgnopen telefon. Tilbyr hjelp til seksuelt misbrukte personar, incestutsette og deira pårørande.

16.13 Kompetanseteamet mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og negativ sosial kontroll

Tlf. 47 80 90 50

Kompetanseteamet er eit nasjonalt tverrfaglig fagteam som gir råd og rettleiing til tilsette i førstelinjetenesta i konkrete saker som omhandlar tvangsekteskap, kjønnslemlesting eller andre former for æresrelatert vald og kontroll. Kompetanseteamet administrerer butilbod for unge utsatt for æresrelatert vald.

16.13 Konfliktrådet - 70 30 06 10

Konfliktrådet er ei statlig teneste som bistår for å løyse konflikt – anten mellom private partar eller mellom fornærma og gjerningsperson, der ein kriminell handling har funne stad. Føremålet er at partane gjennom dialog kan finne fram til løysingar, anten det gjeld å gjere opp for konkrete lovbrøt – eller gjenopprette mellommenneskelege relasjonar. Konfliktrådet er eit tilbod til alle, uavhengig av alder og er ei gratis teneste. Konfliktrådet i Møre og Romsdal har besøksadresse i Ålesund.

16.14 Krisesenter for Sunnmøre - 70 16 33 33

1.januar 2010 trådte Lov om kommunale krisesentertilbod (krisesenterlova) i kraft. Lova pålegg alle kommunar å vere tilknytt eit krisesentertilbod. Kommunane skal sørge for eit godt og heilskapeleg tilbod til kvinner, menn og barn som er utsett for vald eller trugslar om vald i nære relasjonar.

Krisesenter for Sunnmøre er eit interkommunalt tilbod som gir tilbod til innbyggjarane i Ålesund, Ørsta, Volda, Herøy, Sande, Ulstein, Hareid, Sula, Giske, Fjord, Vanylven, Stranda og Sykkylven.

Krisesenteret har ei spesiell oppgåve med å ivareta valdsutsette si tryggleik og sikkerheit i ein spesielt sårbar og vanskeleg livssituasjon.

Krisesenteret er i første rekke eit bu- og rettleiingsstilbod, men har også ei viktig oppgåve med å formidle og koordinere bistand frå andre delar av hjelpeapparatet. Både valdsutsette og hjelpeapparatet kan nytte krisesenteret sitt rettleiingstilbod.

Personer som oppsøker krisesenter i forbinding med at dei har vore utsett for vald i nære relasjonar blir gitt, etter avtale, muligheit for juridisk bistand.

Krisesenteret er døgnope, tenesta er gratis og ingen tilvising er naudsynt. Krisesenteret for Sunnmøre har to avdelingar.

- Avdeling for kvinner og barn: Tlf 70 16 33 33 / 94 53 99 45
- Avdeling for menn og barn: Tlf 90 70 74 33

Fagleg rettleiar for innhald i krisesentertilbodet finn du [her](#).



Krisesenter for
SUNNMØRE

16.15 Legevakt – 116 117

Alle kommunar i Norge har ei legevaktordning for augeblikkeleg helsehjelp heile døgnet. Når du ringer 116 117, kjem du i kontakt med legevaktsentralen i området der du oppheld deg. Alt av legevaktpersonell skal ha kurs i valds- og overgrepshandtering. Frist for gjennomføring av kurs er 01.05.2021.

16.16 Medisinsk naudtelefon - 113

Ring medisinsk naudtelefon 113 når du trur det kan stå om liv og helse. Når du ringer 113 er det spesialtrena helsepersonell som svarar. Dei vil vurdere grad av alvor og kva helseressursar som skal sendast, f.eks. lege, ambulanse eller luftambulanse.

16.17 NAV – 55 55 33 33

NAV er ein del av eit heilskapleg og individuelt tilpassa hjelpetilbod.

NAV kan i stor grad bidra med rettleiing til dei som er utsett for vald i nære relasjonar. Dei kan informere om rettar som den enkelte har, vise til andre instansar i hjelpeapparatet, bidra med økonomisk hjelp, samt bistå i høve bustad. NAV har plikt til å vere merksam på om barna til dei vaksne dei er i kontakt med, kan vere utsatt for omsorgssvikt eller mishandling.

16.18 Nok. Møre og Romsdal – 97 41 55 80 / 71 11 51 55

Nok.-senteret er eit tverrfagleg, gratis lavterskeltilbod til alle personar som har vore utsett for seksuelle overgrep og deira pårørande. Senteret er også ein fagressurs som tilbyr rettleiing og undervisning til skuleklasser, lærarar, helsepersonell og øvrige fagpersonar i spørsmål som omhandlar seksuelle overgrep.

16.19 Norske kvinners sanitetsforeining

Sanitetskvinnene er Norges største kvinneorganisasjon fordelt på ca 620 lokalforeiningar. Sanitetskvinnene fremjar kvinnehelse og livsvilkår, bidreg til ein inkluderande oppvekst og skaper trygge lokalsamfunn. Dette gjer dei gjennom frivilligheit, forskning, politisk påverknad og ideell verksemd. I 2012 tok dei initiativ til å setje vald mot kvinner høgt på den politiske agenda gjennom Rød knapp-alliansen. I prosjektet Ressursvenn får valdsutsette kvinner som har vore på krisesenter tilbod om bistand frå ein frivillig i sitt lokalmiljø.

Finn di lokalforeining [her](#).

16.20 Overgrepsmottaket i Ålesund

Overgrepsmottaket er eit akutttilbod for ungdom og vaksne, kvinner og menn, som nyleg har blitt utsett for valdtekt, valdtektforsøk eller liknande seksuell krenking, eller som er blitt utsett for vald i nære relasjonar.

Dersom ein har behov for å kontakte overgrepsmottaket kan ein ringe legevakt 116 117. Dei vil sette deg i kontakt med overgrepsmottaket i Ålesund.

Tilbodet er gratis og er uavhengig av politimelding. Dei som jobbar på overgrepsmottaket har teieplikt.

Overgrepsmottaket tilbyr:

- Samtale i trygge omgjevnadar
- Medisinsk undersøking med tanke på skade, smitte og graviditet
- Rettsmedisinsk undersøking for å sikre bevis
- Hjelp til å kontakte politi
- Hjelp sjølv om overgrepet har skjedd tilbake i tid
- Hjelp til å kontakte bistandsadvokat (gratis), uavhengig av politimelding
- Formidlar kontakt til andre hjelpeinstansar

Ein vel sjølv om ein vil motta heile eller berre delar av tilbodet, og ein kan ta med seg nokon om ein vil.

Ved undersøking kort etter overgrepet samlar overgrepsmottaket bevis som kan brukast i ein eventuell rettssak. Overgrepsmottaket utleverer ingen bevis eller opplysningar utan at pasient har gitt skriftleg aksept til dette.

Overgrepsmottaket blir drive i samarbeid med Helse Møre og Romsdal og Ålesund kommune, og tek i mot personar frå alle kommunane på Sunnmøre.

16.21 Politi - 02800

Politiet sin innsats er heilt avgjerande for å lykkast i arbeidet mot vald i nære relasjonar. Politiet si oppgåve er å førebyggje, avdekke, etterforske og iretteføre saker som omhandlar vald i nære relasjonar, samt å gi beskyttelse til dei utsatte.

Politiet sitt arbeid, slik som skildra over, vil i seg sjølv ha ei førebyggjande effekt. Politiet nyttar risikovurderingsverktya SARA og Patriark. Verktøya er førebyggjande tiltak som har som mål å identifisere saker med høg risiko, og sette i verk tiltak.

Politiet kan bidra med beskyttelsestiltak for valdsutsatte. Mobil valdsalarm, besøksforbod, kontaktforbod ved dom, omvendt valdsalarm ved dom, adressesperre kode 6 og 7, samt bistå ved relokalisering.

Politiet har høve til å fremje saker ved offentlig påtale. Dette betyr at saker som politiet arbeider med, kan blir etterforska uavhengig av anmeldelse frå den fornærma part.

Ved akutte eller livstrugande situasjonar ring **112!**

16.22 Redd Barna

Redd Barna arbeidar for å bekjempe vald og seksuelle overgrep mot barn. Dei arrangerer blant anna årleg kampanjeveke for å:

- Auke kunnskapen i befolkninga om vald og overgrep mot barn.
- Auke kunnskapen i skule og barnehage om førebygging og avdekking av vald og overgrep.

Redd Barna har utvikla:

- [Filmar og undervisningsopplegg](#)
- Ei [verktøykasse](#) – med råd om korleis du kan gå fram for å bekjempe vald og seksuelle overgrep på alle arena barn er.

16.23 RVTS Midt – 72 82 20 05

RVTS er eit tilbod for alle som i sitt arbeid møter menneske råka av vald og seksuelle overgrep, traumatisk stress, tvungen migrasjon eller sjølvmondsproblematikk.

RVTS Midt er regionalt ressursenter for Midt-Norge. Fokus er fagområda sjølvmondsførebygging, flyktning- og migrasjonshelse, vald og seksuelle overgrep. Senteret består av personar med ulike fag- og yrkesbakgrunn. Dei jobbar tverrfagleg, og bistår ulike etatar i regionen med kompetanseheving.

Samarbeidspartnarar er helse- og sosialtenestene i kommunane, spesialisthelsetenesta, offentlege-, private- og frivillige organisasjonar som tilbyr hjelp til valds- og kriseramma. RVTS bidreg til kompetanseutvikling gjennom forskning og fagutvikling. Dei tilbyr rettleiing, konsultasjon, undervisning, kurs og konferansar og har som mål å vere lett tilgjengelig.

16.24 Skulen

Skulen regulerast primært av [opplæringslova](#) og har ei viktig førebyggjande rolle overfor barn og unge. I fagfornyinga sin overordna del har folkehelse og livsmestring kome inn som tverrfagleg tema. Samtale om grenser knytt til kropp, kva vald og seksuelle overgrep er, og kvar ein kan få hjelp dersom ein blir utsett for vald og seksuelle overgrep, er nokon av kompetansemåla. Skulen er i kontakt med alle barn og unge, og har eit unikt høve til å oppdage barn som er utsatt for vald og overgrep frå sine nærmaste. Personalet i skulen skal i sitt arbeid vere merksame på forhold som kan føre til tiltak frå barneverntenesta. Dei skal utan hinder av teieplikta, på eige initiativ, sende bekymringsmelding til barnevernet når det er grunn til å tru at eit barn blir utsatt for vald eller overgrep.

16.25 Statens Barnehus i Ålesund - 70 11 88 50

Statens Barnehus i Ålesund er ein del av Møre og Romsdal politidistrikt. Barnehuset er eit tverrfagleg kompetansehus med tilbod til barn og unge ved mistanke om at dei kan ha vore utsett for, eller vore vitne til, vald eller seksuelle overgrep. Målgruppa omfatta også vaksne med utviklingshemming og ungdom under 18 år som kan ha vorte utsatt for tvangsekteskap.

Politiet kan som del av ei etterforsking gjennomføre tilrettelagt avhør av barn på barnehuset. Målet er å styrke barn si rettssikkerheit og sørge for god ivaretaking av barn og familie.

Statens Barnehus gir også råd og rettleiing til privatpersonar og offentlege instansar i anonyme saker som er uavklarte.

16.26 Stine Sofies Stiftelse – 37 29 40 90

Formålet til Stine Sofies Stiftelse er å endre samfunnet gjennom å vere modig, kompromisslaus og alltid på barnet si side. Stiftelsen jobbar kvar dag med visjonen om ein barndom utan vald og overgrep.

Stiftinga sitt føremål er å arbeide for at barn som utsetjast for kriminelle handlingar skal sikrast eit betre rettsvern i kriminalpolitikken og innanfor rettssystemet. Stiftinga skal med sin kapital og avkastning av kapital bidra til konkrete prosjekt som skal trygge barn si rettssikkerheit som offer for kriminelle handlingar, og at barn skal kunne ferdast trygt i samfunnet utan å bli utsatt for vald/overgrep og drap. Stiftinga jobbar også for at barn som utsetjast for kriminelle handlingar skal sikrast betre oppfølging og ivaretaking.

Dei har utvikla [Stine Sofie Foreldrepakke](#), eit universelt informasjonsprogram for alle blivande og nybakte foreldre. Programmet skal styrke foreldrerolla, gi støtte og verktøy til å handtere det som er krevjande, og førebyggje situasjonar som er utrygge og farlege for barnet.

[Stine Sofie Senteret](#) er eit kurs- og mestringssenter for vald- og overgrepsetter barn og unge, 0-18 år. Målet er at kursdeltakarane får oppleve glede og ny kunnskap. Meir informasjon om senteret finn du [her](#).

16.27 Støttesenter for kriminalitetsutsatte – 40 44 65 18

Dersom du har vorte utsatt for vald i nære relasjonar kan du få hjelp og rettleiing ved eit støttesenter for kriminalitetsutsatte. Støttesentra kan hjelpe deg med:

- Informasjon og rettleiing om det å anmelde
- Støtte heile vegen frå politianmeldelse til saka er avgjort
- Vitnestøtte før, under og etter ei eventuell rettssak
- Hjelp til å søke valdsoffererstatning

Nærmaste støttesenter er lokalisert i Molde, men reiser rundt i heile distriktet.

16.28 Tannhelsetenesta

Den offentlege tannhelsetenesta gir tilbod om tannhelsetenester til:

- Barn og unge 0-18 år
- Psykisk utviklingshemma over 18 år
- Eldre, uføre og kronisk sjuke med opphald i institusjon
- Personar som mottok heimesjukepleie
- Ungdom som fyller 19 og 20 år i behandlingsåret betalar 25%
- Andre prioriterte grupper

Tannhelsetenesta skal i følgje tannhelsetenestelova drive oppsøkjande verksemd, førebygging og behandling retta mot alle barn og unge frå 0-18 år. Tannhelsetenesta kallar inn regelmessig alle barn frå 3 til 18 år, og har i samband med tannbehandling høve til å avdekke omsorgssvikt, vald og overgrep.

Dei gir tilbod om undersøking og tannbehandling for innsette i fengsel og personar i kommunal og statlig rusomsorg. Klinikane har også tilbod til vaksne betalande pasientar.

Den offentlege tannhelsetenesta har utarbeida ein [samarbeidsavtale](#) med barnevernet.

16.29 TryggEst – vern av risikoutsette vaksne

TryggEst skal bidra til å forhindre, avdekke og handtere vald og overgrep mot vaksne som i liten eller ingen grad er i stand til å beskytte seg sjølv. TryggEst-modellen inneheld forslag til organisering av arbeidet mot vald og overgrep i ei kommune, og fleire verkty som kan brukast i dette arbeidet.

16.30 Vern for eldre - 800 30 196

Nasjonal kontaktttelefon for eldre som står i fare for eller er utsett for overgrep. Tilbodet er gratis, og du kan vere anonym. Alle over 62 år som er utsett for overgrep, kan ringe for å få råd, rettleiing og hjelp. Også pårørande eller andre som har mistanke om overgrep mot eldre, kan nytte dette nummeret.

16.31 Vold- og overgrepslinjen – 116 006

VO-linjen er ei døgnropa nasjonal hjelpelinje og nettside for alle som opplever vald eller overgrep i nære relasjonar.

17.0 INFORMASJON OM RETTAR TIL VALDSUTSETT

17.1 Bistandsadvokat

Dersom du har blitt utsett for vald i nære relasjonar, valdtekt eller andre seksuelle overgrep, har du rett til gratis møte med advokat før du har bestemt deg for om du vil anmelde. Dersom du anmelder, vil advokaten søke seg oppnemnt av retten, og bli oppnemnt som bistandsadvokat.

Du har rett til bistandsadvokat dersom du har vore utsett for ein eller fleire av disse handlingane:

- Valdtekt/valdtektsforsøk
- Andre seksuelle overgrep
- Vald i nære relasjonar
- Menneskehandel
- Tvangsekteskap
- Kjønnsslemlesting (omskjering)

Når det gjeld vald i nære relasjonar, krevjast det at den fysiske eller psykiske valden har vore grov eller gjentatt. Også barn som har vore vitne til familievald, vil ha rett til bistandsadvokat.

Politiet skal ved første kontakt med fornærma ved vald i nære relasjonar, valdtekt eller andre seksuelle overgrep, informere om høve til å få oppnemnt bistandsadvokat.

- [Straffeprosesslova § 9 a - om bistandsadvokat](#)
- Bistandsadvokaten blir oppnemnt av retten, og du kan sjølv velje fritt kva advokat du vil nytte. I hastetilfelle kan politiet tilkalle ein advokat som får same stilling som ein rettsoppnemnt advokat.
- [Oversikt over faste bistandsadvokatar](#)
- [Oversikt over bistandsadvokatar](#)

Dersom du anmelder, kan bistandsadvokaten gi deg råd og støtte i forbindelse med politiavhør, samt bistå deg vidare under etterforskinga og i ei eventuell rettssak. Bistandsadvokaten skal ivareta fornærma sine straffeprosessuelle rettigheter, og eventuelt bistå med å fremje erstatningskrav i saka.

- [Bistandsadvokaten si rolle i etterforskning og rettssak](#)
- [Film om korleis du blir møtt hjå bistandsadvokat](#)

17.2 Valdsoffererstatning

Dersom du har blitt utsatt for kriminell handling, kan du søkje valdsoffererstatning frå den norske stat. Før du kan søkje, må du som hovudregel ha anmeldt handlinga. Det må vere klart sannsynliggjort at det har skjedd ei straffbar valdshandling. Har du rett på bistandsadvokat, skal bistandsadvokaten hjelpe deg med å søkje ei slik erstatning.

Kriminelle handlingar som å bli slått ned, valdtatt eller på annan måte utsatt for ei straffbar handling som krenkjer livet, helsa eller fridom, kan gi rett til valdsoffererstatning. Dersom valdsofferet dør, kan dei etterlatne ha rett til erstatning. Dersom barn har vore vitne til vald, kan også barn ha rett til erstatning.

Det kostar ingenting å søkje. Du kan få gratis bistand på [Støttesenter for kriminalitetsutsette](#).

Det stillast lågare krav til bevis i ei erstatningssak enn det krevjast i ei straffesak. Du kan derfor bli tilkjent valdsoffererstatning sjølv om politiet har henlagt saka eller tiltalte ikkje blei domfelt i ei straffesak. Skadevoldaren er ikkje part i erstatningssaka. I saker der straffesaka er henlagt, eller forholdet ikkje er anmeldt, vil skadevoldaren aldri bli varsla om søknad.

Les meir om valdsoffererstatning [her](#).

18.0 TILTAK I PERIODEN 2021 – 2025

18.1 Implementering av handlingsplanen

Alle tilsette i kommunane skal gjere seg kjent med handlingsplanen.

Ansvarleg: Alle, Kommunedirektør/rådmann

18.2 Handlingskort

I spørjeundersøkinga blant dei tilsette i kommunane vart det avdekt behov for handlingskort som inneheld tips og informasjon om korleis ein skal handle ved mistanke om vald og overgrep i nære relasjonar.

Det er utarbeida to handlingskort til handlingsplanen:

- Kva gjer du ved mistanke om vald og seksuelle overgrep mot barn?
- Kva gjer du ved mistanke om vald i nære relasjonar?

Utskriftvennlig versjon av handlingskorta finn du [her](#).

Handlingskorta skal gjerast kjent som verkty i arbeidet mot vald i nære relasjonar på Sunnmøre. Handlingskorta skal vere lett tilgjengeleg for tilsette og alle andre.

Ansvarleg: Rådmann/kommunedirektør

18.3 Flytskjema – barn og unge

Det er tatt utgangspunkt i flytskjemaet utarbeida av samarbeidsnettverket «Mission Possible». Flytskjemaet er for offentlig verksemd og private barnehagar/skular ved mistanke om at barn og unge er utsett for vald eller overgrep.

Flytskjemaet i utskriftvennlig versjon finn du [her](#).

Flytskjemaet skal gjerast kjent som verkty ved mistanke om vald og overgrep mot barn og unge.

Ansvarleg: Rådmann/kommunedirektør

18.4 Informasjon

Alle kommunar skal ha oppdaterte heimesider med link til:

- [Krisesenter for Sunnmøre](#)
 - Handlingsplan mot vald i nære relasjonar - Sunnmøre 2021 – 2025
 - Handlingskorta
 - Flytskjema – barn og unge
- [Dinutvei.no](#)
- [NKVTS sin veileder på nett](#)

Ansvarleg: Kommunedirektør/rådmann

18.5 Krisesenter for Sunnmøre som kompetanseinstans

Krisesenter for Sunnmøre skal:

- Vere tilgjengeleg som rådgjevande instans for fagpersonar og private
- Tilby informasjonsverksemd på førespurnad
- Sette vald i nære relasjonar på dagsorden ved å vere synleg på sosiale plattformer, media og gjennom informasjonsmateriell

Ansvarleg: Leiar ved Krisesenter for Sunnmøre/Samarbeidsutvalet for Krisesenteret på Sunnmøre

18.6 Opprette prosjektstilling - Koordinator

Sunnmøre har no ein felles handlingsplan mot vald i nære relasjonar. Arbeidsgruppa ser eit stort behov for å samordne kompetansehevinga og vidareutvikle tiltaka i handlingsplanen, på tvers av kommunegrensene. Dette arbeidet vil krevje ressursar utover det ein har i dag.

Arbeidsgruppa tilrår at kommunane går saman om å tilsetje ein koordinator som skal bistå kommunane med å implementere handlingsplanen og jobbe med kompetanseutvikling på tvers. Stillinga skal ligge til Krisesenter for Sunnmøre.

Koordinator skal:

- Bistå med å implementere handlingsplanen
- Jobbe med kompetanseheving
- Utvikle digitalt opplæringsmateriell/presentasjonar for
 - Barnehagar
 - Skular
 - Helsepersonell
 - Lag og organisasjonar

- Andre teneste
- Foreldregrupper
- Digitalise handlingsplanen
- Arrangere fagdagar i kommunane
- Vidareutvikle samarbeidet med frivillige organisasjonar

Ved å vedta handlingsplanen forpliktar kommunane seg til å følgje opp kompetanseheving for dei tilsette, samt sørge for at handlingsplanen blir implementert i kommuneorganisasjonen.

Arbeidsgruppa vil i samarbeid med Krisesenter for Sunnmøre bidra med å søkje eksterne midlar til kompetansehevande tiltak og prosjektstilling.

Ansvar: Rådmann/kommunedirektør

18.7 Kompetanseheving

Kommunale tenester med brukarretta verksemd skal legge til rette for at alle tilsette skal kunne ta minst eitt e-læringskurs om vald i nære relasjonar pr. år.

Forslag til e-læringskurs:

- [Vald og overgrep mot eldre](#)
- [Vald og overgrep mot eldre på sjukeheim/institusjon](#)
- [Våg å sjå, våg å handle – Kurs om vald og overgrep mot barn og unge](#)
- [Mishandlingsbestemmelsen - UDI](#)
- [Vald i nære relasjonar](#) – Nasjonalt kompetansesenter for legevaktmedisin

[Her](#) finn du nettsider, digitale rettleiarar og andre ressursar for både hjelpeapparat og valdsutsette som omhandlar vald i nære relasjonar.

Ansvar: Kommunedirektør/rådmann

19.0 NETTRESSURSAR:

Her har vi samla ei oversikt over nettsider som gir rettleiing og kunnskap om vald i nære relasjonar.

19.1 For alle

- [Nasjonal rettleiar for helse- og omsorgstenesta sitt arbeid](#)
- [Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress](#) - Forsking og rapportar om vald og overgrep
- [Dinutvei.no](#) - Nasjonal vegvisar til hjelpetilbod, informasjon og kunnskap om vald i nære relasjonar, valdtekt og andre seksuelle overgrep. Her finner du også ein spørsmål- og svarteneste, der du er anonym
- [Hvorlite.no](#) - Politiet si informasjonsside om vald i nære relasjonar
- [Plikt.no](#) - Nettside utarbeida i forbindelse med kampanje for å auke bevisstheita om avverjeplikta ved valds- og seksuallovbrot.
- [Vald og overgrep - Bufdir](#)

19.2 For deg som jobbar med barn og unge

- [Livet&Sånn](#) - Gratis opplæringsmateriale for folkehelse og livsmeistring, utarbeida av Ålesund kommune med støtte frå Møre og Romsdal fylkeskommune.
- [Kunnskapsgrunnlag – metoder for tidlig identifisering av risiko hos barn og unge](#) - rapport frå Helsedirektoratet.
- [Seksuellatferd.no](#) - Ressursside om normal seksuell utvikling, og handtering av bekymringsfull og eseksuell åtferd, utvikla av RVTS. Nettsida er for alle som i sitt arbeid kjem i kontakt med barn og unge med bekymringsfull eller skadeleg seksuell åtferd.
- [Snakkemedbarn.no](#) - Opplæringsprogram for deg som arbeider med å snakke med barn og unge, utarbeida av RVTS. Her kan du øve deg på å snakke med barn om vanskelege tema og trene på å avklare korleis barnet har det.
- [Jegvilvite.no](#) - Informasjon til barn, men inneheld også tips og råd til vaksne om korleis du på best mulig måte kan snakke med barn om vanskelege ting.
- [Rettentil.no](#) – Oversiktsverktøy, utvikla av RVTS, for deg som møter barn og unge som kan vere utsatt for negativ sosial kontroll, tvangsekteskap eller kjønnslemlesting. Inneheld artiklar, oppdaterte definisjonar og fenomenskildringar, samt konkrete råd og refleksjonsspørsmål. Her finn du også ei oversikt over viktige delar av hjelpeapparatet og referansar til aktuell faglitteratur.
- [Jegvet.no](#) – Kunnskapsbasert læringsressurs for alderstilpassa opplæring om vald, overgrep og mobbing i barnehagar og skular. «Jeg vet» skal bidra til at barnehagar, grunnskular og vidaregåande skular har eit valdsførebyggjande opplæringstilbod som fremjar livsmestring - og er systematisk, kunnskapsbasert og nasjonalt likeverdig.
- [RVTS informasjonsfilm](#) - For barn, om overgrep mot barn.
- [Kroppen min eier jeg](#) - Om overgrep, NRK Super.
- [NRK Super](#) – Filmar om vald.
- [Nora](#) - Nettstad som skal bidra i arbeidet mot negativ sosial kontroll. Her kan ungdom finne historier dei kan kjenne seg igjen i og informasjon om rettigheter og hjelpeapparatet.
- [Barnevernvakten.no](#) - Felles portal for barnevernvaktene i Norge.
- [116111.no](#) - Alarmtelefonen for barn og unge
- [littsint.no](#) - Sinnemestring for foreldre
- [Stine Sofie Foreldrepakke](#) - Gratis informasjonsprogram for alle blivande og nybakte foreldre. Programmet skal gi barn og foreldre ein god start på det nye livet, og gi støtte og verkty til å handtere det som er krevjande.

19.3 For deg som jobbar med eldre

- [Vern for eldre](#) - Informasjonsside og e-læringsprogram. Innehelder blant anna interaktiv nettressurs med oppgåver med fokus på:

- [Heimebuande eldre](#)
- [Eldre i institusjon](#)
- [Usynlige overgrep](#) - Brosjyre om krisesenteret sitt tilbod for alle som møter eldre gjennom sitt arbeid.
- [TryggEst.no](#) - TryggEst skal bidra til å forhindre, avdekke og handtere vald og overgrep mot vaksne som i liten eller ingen grad er i stand til å beskytte seg sjølv. TryggEst-modellen inneheld forslag til organisering av arbeidet mot vald og overgrep i ei kommune, og fleire verkty som kan brukast i dette arbeidet.

19.4 For deg som jobbar med vaksne med nedsett funksjonsevne

- [Retningslinjer og rettleiarar ved seksuelle overgrep](#) - Bufdir.
- [Den tause valden](#) – Krisesentersekretariatet si brosjyre om vald mot menneske med nedsett funksjonsevne.

19.5 For deg som jobbar med menneske med flyktning eller innvandrarbakgrunn

- [Flyktning.net](#) - Ressursportal om flyktningar og asylsøkjjarar.
- [Informasjonsskriv om arbeid med negativ sosial kontroll](#) frå regjeringa.
- UDI sin informasjonsside om [vald i familien/vald i nære relasjonar](#).
- [dinutvei.no](#) - Har informasjon på mange språk.
- [Tvangsekteskap og æresrelatert vald](#) - Bufdir si informasjonsside.
- [Brosjyrar, filmar og rettleiarar](#) frå Bufdir.
- [Brosjyre om juridiske rettigheter](#) for menneske som er utsatt for kriminelle handlingar - finnst også på desse språka: arabisk, bulgarsk, engelsk, kurdisk, russisk, somalisk, thai, tyrkisk, urdu.

20.0 EVALUERING

Handlingsplanen skal evaluerast årleg. Kvar kommune skal ha ein fast representant som deltek i evalueringa. Krisesenteret tek initiativ til evaluering.

21.0 LOVVERK

[Lov om barnehager \(barnehagelova\)](#), Kunnskapsdepartementet

[Lov om barneverntjenester \(Barnevernlova\)](#), Barne- og likestillingsdepartementet

[Lov om barn og foreldre \(barnelova\)](#), Barne- og likestillingsdepartementet

[Lov om behandlingsmåten i forvaltningssaker \(forvaltningslova\)](#), Justis- og beredskapsdepartementet

[Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. \(helse- og omsorgstjenestelova\)](#), Helse- og omsorgsdepartementet

[Lov om etablering og gjennomføring av psykisk helsevern \(psykisk helsevernlova\)](#), Helse- og omsorgsdepartementet

[Lov om straff \(straffelova\)](#), Justis- og beredskapsdepartementet

[Lov om erstatning fra staten for personskade voldt ved straffbar handling m.m. \(voldsoffererstatningslova\)](#), Justis- og beredskapsdepartementet

[Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa \(opplæringslova\)](#), Kunnskapsdepartementet

[Lov om kommunale krisesentertilbud \(Krisesenterlova\)](#), Barne- og familiedepartementet

[Lov om sosiale tjenester i arbeids- og velferdsforvaltningen \(sosialtjenestelova\)](#), Arbeids- og sosialdepartementet

[Lov om folkehelse \(folkehelselova\)](#), Helse- og omsorgsdepartementet

[Lov om tannhelsetenesta \(tannhelsetenestelova\)](#), Helse- og omsorgsdepartementet

22.0 RAPPORTAR, UNDERSØKINGAR OG LITTERATUR

Hafstad & Augusti (red.) (2019), [Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten: En nasjonal undersøkelse av ungdom i alderen 12 til 16 år](#). Oslo: Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. (Rapport 4/2019)

Aakvaag, H. F., & Strøm, I. F. (Red.) (2019). [Vold i oppveksten: Varige spor? En longitudinell undersøkelse av reviktimisering, helse, rus og sosiale relasjoner hos unge utsatt for vold i barndommen](#). Oslo: Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. (Rapport 1/2019).

Forandringsfabrikken (2019), [Rett og sikkert for oss - Om anmeldelse, avhør i barnehus og rettssak, Fra unge som har opplevd vold eller overgrep](#).

Barneombudet (2018), [Hadde vi fått hjelp tidligere, hadde alt vært annerledes. Erfaringer fra barn og unge utsatt for vold og overgrep – 2018](#).

Inge Nordhaug (2018), [Kva ser vi, kva gjer vi, Omsorgssvikt, vald og seksuelle overgrep. Skulen og barnehagen sine oppgåver](#), Fagbokforlaget.

Siri Søftestad (2018), [Grunnbok i arbeid med seksuelle overgrep mot barn](#), Universitetsforlaget.

NOU 2017:12, [Svikt og Svik – Gjennomgang av saker hvor barn har vært utsatt for vold, seksuelle overgrep og omsorgssvikt](#).

Askeland, I. R., Jensen, M., & Moen, L. H. (2017). [Behandlingstilbudet til barn og unge med problematisk eller skadeleg seksuell atferd - kunnskap og erfaringar frå dei nordiske landa og Storbritannia - forslag til landsdekkande struktur](#). Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. (Rapport 1/2017).

Øverlien, C., Hauge, M. I., & Schultz, J. H. (Red.) [Barn, vold og traumer. Møter med unge i utsatte livssituasjoner](#), Universitetsforlaget.

Mossige S., Stefansen K., [Vold og overgrep mot barn og unge. Omfang og utviklingstrekk 2007-2015](#), NOVA rapport 5/2016.

Øverlien, Carolina og Holen Moen, Linda (2016) [«Takk for at du spør!» - En oppfølgingsstudie om kunnskap om vold og seksuelle overgrep mot barn blant blivende barnevernspedagoger, grunnskolelærere og førskolelærere](#), Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. (Rapport nr 3/2016).

Holthe, M. E. G., Hauge, M. I., & Myhre, M. C. [Seksuelle overgrep mot barn og unge med innvandrerbakgrunn: En undersøkelse av forekomst og erfaring i hjelpeinstansene](#), Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. (Rapport 1/2016).

Øverlien, Carolina (2015), [Ungdom, vold og overgrep - Skolen som forebygger og hjelper](#), Universitetsforlaget.

[Alvorleg vald mot små barn \(2019\)](#), Kripos

[Opptrappingsplan mot vold og overgrep 2017-2021](#), Regjeringa

[Retten til å bestemme over eget liv 2017-2020](#), Handlingsplan mot negativ sosial kontroll, tvangs-ekteskap og kjønnslemlestelse, Justis og beredskapsdepartementet

[Barndommen kommer ikke i reprise 2014-2017](#), Regjeringens strategiplan for å bekjempe vold og seksuelle overgrep mot barn og ungdom

[Handlingsplan mot voldtekt 2019-2022](#), Justis og beredskapsdepartementet

[Et liv uten vold](#) – Regjeringens handlingsplan mot vold i nære relasjoner 2014-2017.

[Vold og voldtekt i Norge – en nasjonal forekomststudie \(2014\)](#), Nasjonalt senter for vold og traumatisk stress

[Meningen med volden \(2018\)](#), Isdal, Per.

[Vold og overgrep mot eldre personer i Norge: En nasjonal forekomststudie](#). NKVTS (Rapport 9/2017). Sandmoe, A., Wentzel-Larsen, T., & Hjemdal, O. K.

[Partnerdrap i Norge 1990-2012 - Studie av risikofaktorar for partnardrap \(2015\)](#), Vatnar

[«Alle kjenner noen som har opplevd det»](#) - Rapport om seksuelle krenkelser mellom ungdom. Barneombudet 2018

[Utviklingshemming og seksuelle overgrep, Rettsvern, forebygging og oppfølging](#). Eggen K., Fjeld W., malmo S. og Zachariassen P. (2014), Oslo Universitetssykehus.

[Overgrep mot eldre i Norge – erfaringer og løsningsstrategier](#), Jonassen, W., & Sandmoe, A. NKVTS, (Rapport 3/2012).

[Mellom frihet og beskyttelse?](#) Vold og seksuelle overgrep mot mennesker med psykisk utviklingshemming, en kunnskapsoversikt, Grøvdal, Y. (2013) NKVTS (Rapport 2/2013).

23.0 VEDLEGG

23.1 Handlingskort

23.1.1 Kva gjer du ved mistanke om vald og overgrep mot barn og unge

Utskriftsvennlig versjon finn du [her](#).



HANDLE

Kva gjer du ved mistanke om at eit barn er vitne til vald eller blir utsatt for vald eller overgrep?

Send bekymringsmelding til barnevernet og politi!
Den skal innhalde: Personalia, grunn til bekymring, skildre av kva du har sett, høyr, observert, og når. Oppgi kontaktperson og fortel kva som er gjort.

Rådføring
Er du usikker? Ring barnevern, politi, krisesenter eller barnehus for råd og rettleiing.

Meldeplikt
Du har sjølvstendig plikt til å melde frå til barnevernet og politi ved mistanke om vald eller overgrep. Dei har ansvar for å undersøkje saka og avgjere vidare tiltak.

ER DU FORTSATT BEKYMRA?

- Send ny melding til barnevernet
- Vurder på nytt om du har avvergeplikt!

VIKTIGE TELEFONNUMMER

Døgnopne telefonar
Politi: 112 eller 02800
Krisesenter for Sunnmøre:
- avdeling kvinner og barn: 70 16 33 33
- avdeling menn og barn: 90 70 74 33
Legevakta: 116 117
Barnevernvakta: 91 57 60 20
Overgrepsmottaket: 116 117
Telefon kun på dagtid
Statens Barnehus Ålesund: 70 11 88 50

<https://www.krisesenter-sunnmore.no/>

Illustrasjon: Lisa Heien
Design og trykk: Hstrykberiet, Ålesund kommune
Tilbak i handlingsplan mot vald i nære relasjonar - Sunnmøre 2021-2025

Kva gjer du VED MISTANKE OM VALD OG SEKSUELLE OVERGREP MOT BARN?



- for deg som jobbar med barn,
er offentlig tilsett, eller nabo



Krisesenter for SUNNMØRE

Eit interkommunalt samarbeid mellom

Fjord i Giske i Hareid i Herøy i Sande i Stranda

Sula i Sykkylven i Ulstein i Vanylven i Volda i Ørsta i Ålesund



SJÅ

- Sår og blåmerke
- Brann- og kuttskade
- Søvn- og spiseproblem
- Magesmerte
- Endring i sinnsstemning
- Sosial tilbaketrekking
- Utagerande eller «pleasande» atferd
- Sårheit, smerter i underliv
- Seksualisert atferd
- Sjølvskading
- Hyppige legebesøk og innleggingar på sykehus (med diffuse symptom)
- Dårlig tannhelse
- Familien motsett seg innsyn
- Bruk av rusmiddel

Vald handlar om meir enn å slå!

Å vere vitne til vald kan vere minst like skadeleg som å sjølv bli utsatt!

SPØR

Spør barnet kva som har skjedd, på ein ivaretakande måte. Ver nysgjerrig og utforskande.

Start gjerne med:
- Eg har lagt merke til at...

Skildre det du ser:
- du ofte har vondt i magen...
- du virkar sliten/trøtt/trist
- du har blåmerke på armen

TIPS

- Gjenta det barnet seier.
- Still opne spørsmål, ikkje leiande.
- Bruk støtteord som hmm... - ja, fortel, fortel meir
- Spør gjerne fleire gongar.
- Avtal gjerne eit nytt møte med barnet.
- Skrivlogg.

AKUTTE SITUASJONAR

Når du har grunn til å tru at eit barn blir utsatt for vald eller overgrep, eller kjem til å bli utsatt for det, har du plikt til å handle:

- ved fysiske skader
- ved alvorlege trugslar
- ved mistanke om seksuelle overgrep
- når barnet viser redsel for å gå heim
- når barnet blir henta av rusa foreldre
- ved mistanke om nært forestående/gjennomført kjønnslemlestelse eller tvangsekteskap

Varsle politi og barnevern umiddelbart!

AVKLAR

Eit barn kan fortelje om hendingar i f.eks. ei samlingstund. Ta opp igjen tråden så snart som råd.

- Det du sa i dag, kva meinte du då?
- Eg var ikkje der, fortel så godt du kan...
- Kva skjedde vidare då?
- Du har fortalt meg om...

Utvís varsemd og ikkje spør for detaljert. La barnet fortelje med egne ord. Lag utfyllande notat. Synleggjer at det barnet har fortalt er viktig.

Ikkje lov barnet at du ikkje skal seie det til nokon.
Forklar barnet at du må snakke med nokon andre vaksne om det barnet har fortalt.

- Du kan rådføre deg med barnevern, krisesenter, barnehuset eller politi.
- Informer leiar om di bekymring. Legg ein plan for vidare handtering.

NB! Ved mistanke om vald og overgrep mot barn skal IKKJE foresatte bli kontakta.

Avvergeplikt

Gjennom straffelova § 196 har vi alle ei personleg plikt til å anmelde eller på annan måte avverge og hindre straffbare forhold. Dette er eit personleg ansvar og det overstyrar teieplikta.

23.1.2 Kva gjer du ved mistanke om vald i nære relasjonar

Utskriftsvennlig versjon finn du [her](#).



AKUTTE SITUASJONAR

Ved alvorlege truslar og/eller fysiske skader, ring politiet 112!

Kontakt overgrepsmottaket eller legevakt for undersøking og sporsikring. Unngå kroppsvask før undersøkinga.

Ved halsgrep bør ein alltid ha legetilsyn.

Tilby den valdsutsatte å kontakte Krisesenteret for Sunnmøre.

Arvergeplikt

Gjennom straffelova § 196 har vi alle ei personleg plikt til å anmelde eller på annan måte avverge og hindre straffbare forhold. Dette er eit personleg ansvar og det overstyrar teleplukta.

KVA GJER DU?

Rådfering
Er du usikker på kva du skal gjere kan du drøfte saka med krisesenter eller politi.

Informasjon om hjelpetilbod
Hjelp den valdsutsatte med å komme i kontakt med hjelpeapparatet.

Krisesentertilbodet
Alle som er utsatt for vald eller overgrep frå partner, familie eller andre i nære relasjonar kan få tilbod om beskyttelse, sikkerheit, råd og rettleiing. Ein treng ikkje vere i akutt krise for å få hjelp. Tenesta er gratis og tilgjengeleg heile døgnet. Du kan ta direkte kontakt og treng ikkje tilvising.

VIKTIGE TELEFONNUMMER

Døgnopne telefonar
 Politi: 112 eller 02800
 Krisesenter for Sunnmøre:
 - Avdeling kvinner og barn: 70 16 33 33
 - Avdeling menn og barn: 90 70 74 33
 Legevakta: 116 117
 Barnevernvakta: 91 57 60 20
 Overgrepsmottaket: 116 117

Illustrasjonar: Liza Hæren
Design og trykk: Hushjydet, Ålesund kommune
Tilsk i handlingsplan mot vald i nære relasjonar - Sunnmøre 2021-2025

Kva gjer du som tilsett, kollega eller venn

VED MISTANKE OM VALD I NÆRE RELASJONAR





Krisesenter for SUNNMØRE

Eit interkommunalt samarbeid mellom
 Fjord | Giske | Hareid | Herøy | Sande | Stranda
 Sula | Sykkylven | Ulstein | Vanylven | Volda | Ørsta | Ålesund



SJÅ

- Sår og blåmerke
- Brann- og kuttskade
- Sjølvskading
- Konsentrasjonsproblem
- Søvn- og spiseproblem
- Endring i sinnstemning
- Avtalar blir ofte endra
- Familien motsett seg innsyn
- Hyppige legebesøk med diffuse symptom
- Reaksjonar ved kroppskontakt
- Bruk av rusmiddel

SPØR

Prev å få til ein dialog.

Start gjerne med:

- Eg har lagt merke til at...

Beskriv det du ser:

- du er ofte borte frå jobb
- du virkar sliten
- du har blåmerke på armen

Fortsatt med:

- Det gjeld kanskje ikkje deg, men mi erfaring er at mange som ikkje har det greit heime kan få slike plager.
- Korleis har du det eigentleg heime?

TIPS

- Prev å unngå ordet vald
- Still opne spørsmål
- Bruk aktiv lytting som - hmmm...fortell meir om det...
- Kva gjorde du? - Kvar var du? - Korleis opplevdes det? osv.
- Gjenta nøkkelord i det som blir sagt.
- Unngå vurderingar av det som har skjedd:
- Oi, så forferdelig, osv.

AVKLAR

Korleis artar valden seg?

- Slag, truslar, seksuell tvang
- Lugga, brent, audmjuka eller latterleggjort
- Manglande råderett over eigen økonomi
- Sosial kontroll
- Øydelegg ting vedkomande er glad i
- Kjæledyr blir mishandla
- Tvangsekteskap, kjønnslemlesting

Kor alvorleg er valden?

- Er det fare for liv og helse?
- Beskriv kva som skjedde.
- Er du redd noko skal skje i framtida?
- Har du tidlegare vore i kontakt med politi eller krisesenter?

OBS! Kan barn ha vore vitne til vald?
 Send bekymringsmelding til barnevernet. Å vere vitne til vald kan vere like skadelig som å sjelv bli utsett.

Risikofaktorar
 Samlivsbrot, tidlegare valdsepisodar, tap av ære, rus og tilgang til våpen kan gi auka risiko for grov vald og partnerdrap.



Vald handlar om meir enn å stå!

23.2 Flytskjema

Utskriftvennlig versjon finn du [her](#).

Retningslinjer for tilsette i offentlig verksemd og private barnehagar/skular ved mistanke om at barn blir utsett for vald eller overgrep

