

# Gode råd, når du taler med en voldsudsat

**Som fagperson er det vigtigt, at du er rolig og lyttende, bevarer roen gennem hele forløbet og undgår at dramatisere. Vær en nærværende og opmærksom lytter til den voldsramtes fortælling.**

## Brug et ressourceperspektiv

- Fokusér på personens ressourcer og beskriv dem. For eksempel: *"Godt, at du har fået børnene af sted hver dag i skole"/"at du kom til mødet"/ "at du har passet dit arbejde."* Volden kan medføre, at den voldsudsatte ikke ser sig selv som en person med ressourcer.
- Hjælp personen med at fokusere på hendes/hans egen mestring og erfaring.
- Hjælp den voldsudsatte til at forstå, at hun/han har reageret normalt på en unormal situation.

## Tal om volden

- Stil ikke spørgsmål om, hvorfor volden opstod. Vold er ofte kompleks, og spørgsmålet er derfor svært at svare på. Mange aspekter af volden kan desuden være uerkendte og for følsomme til at kunne bringe jeres samtale videre.
- Fortæl den voldsramte, at der er mange andre, som også har/har haft erfaringer med vold i deres nære relationer, så problematikken almengøres.
- Undgå at kritisere den voldsudsatte for ikke at have forladt den voldsudøvende partner, spørg fx ikke *"Hvorfor går du ikke bare?"*
- Spørg ind til, hvordan det er at være i parforholdet med den voldsudøvende. Hjælp den voldsudsatte med at se hendes/hans situation i en helhed. Nogle voldsudsatte opfatter volden som det normale.
- Hjælp den voldsudsatte til bedre at forstå sin situation ved at stille 'hvem, hvad, hvordan-spørgsmål'. Via fortælling kan den voldsudsatte komme frem til en afklaring af sin egen situation.
- Fortæl den voldsudsatte, at alle mennesker skal kunne føle sig trygge i deres nære relationer, og at psykisk som fysisk vold mod andre er ulovligt.

## **Tænk på børnene**

- Husk: Når du hjælper den voldsramte forælder i et forhold, hjælper du også de involverede børn.
- Vær opmærksom på, at tillid i relationen er vigtig. En voldsudsat kvinde vil ofte spekulere på, om hun er en dårlig mor og frygte, at børnene bliver fjernet fra hjemmet.

## **Dialog om hjælpen**

- Tilbyd aldrig fuld fortrolighed, da der kommer ting frem i samtalen, som du er nødt til at gå videre med.
- Vær særligt opmærksom på juridiske forhold i forbindelse med personer uden statsborgerskab og forhold, hvor forældremyndighed ikke er afklaret.
- Mød den voldsramte med konkret hjælp, anerkendelse og opmærksomhed.
- Vær opmærksom på, at hjælp til den voldsramte er en anerkendelse af voldsproblemet. At undlade at hjælpe kan opfattes som en legitimering af volden.
- Fortæl den voldsramte præcis, hvad hun/han kan regne med af hjælp.
- Vær opmærksom på, at den voldsramte kan have svært ved at bede om hjælp, da personen ofte vil tænke: "Jeg er selv skyld i volden."

Læs mere på [www.sbst.dk](http://www.sbst.dk)