



Den psykiske vold gør vel så stor skade som den fysiske vold. Hvordan får vi synliggjort og arbejdet godt med den usynlige vold?

Odense, 30.11 – 01.12 2017

Marius Råkil
 Psykologspesialist / daglig leder
 Alternativ til Vold (ATV)

ALTERNATIV
 TIL VOLD

Alternativ til Vold (ATV)

ATV ble startet i 1987, som det første spesialiserte behandlingstilbudet til mannlige utøvere av vold i nære relasjoner i Europa.

I dag: Kompetansesenter på vold I nære relasjoner.

- Behandling (utøvere, utsatte, barn og ungdom)
- Kunnskapsutvikling
- Kunnskapsdeling / formidling

Fra 2017: **Familiemandat** (tilbud til både mændene, kvinderne og børnene).

Ideell stiftelse (NGO)

13 kontorer i Norge

7 nordiske avdelinger

ALTERNATIV
 TIL VOLD

ATV INTERNASJONALT

Prosjektsamarbeid:

- Domestic and Gender-based Violence & Mainstreaming Gender Equality (Praha, Tsjekkia)
- Centro liberiamoci dalla violenza – LDV (Modena, Italia)
- Masimanyane Women Support Center (East London, Sør-Afrika)

Nettvekssamarbeid:

- Work With Perpetrators – European Network (WWP-EN)
Medlemsorganisasjon. (Berlin, Tyskland)

ALTERNATIV
TIL VOLD

Dagen i dag

- Hva er psykisk vold?
- Hvordan kan vi begrepsliggøre og forstå den psykiske vold i nære relationer, samt effekterne af volden?
- Hva betyr det ift. den måte vi arbejder med kvindene på?
- Er der noget man skal være særligt opmærksom på, i forhold til de andre kategorier af vold (fysisk, materiel, økonomisk, seksuelle vold)?
- Hvordan får vi **synliggjort den usynlige vold**, i forhold til de myndigheder den voldsudsatte kvinde skal samarbejde med? (Kommune, Statsforvaltning og retssystem.)
- Hva betyr det ift. kvindene og barnene, at vi kan synliggjøre den psykiske vold og hvordan skal vi gribe det an ift. En sikkerhedsvurdering?

ALTERNATIV
TIL VOLD

HVA VI MÅ GJØRE FOR Å FÅ SAMFUNNET TIL Å ANERKJENNE PSYKISK VOLD PÅ LINJE MED FYSISK VOLD?

- Politisk?
- Kunnskapsmessigt?
- Juridisk?
- Holdningsmæssigt?
- ?
- ?

KUNNSKAP – SYSTEMATISERING - DOKUMENTASJON

ALTERNATIV
TIL VOLD

HVAD ER PSYKISK VOLD?

- Psykisk vold er noget andet end de sporadiske skænderier og vredesudbrud, som er en helt normal del af et parforhold.
- ”I et forhold med psykisk vold er magtbalancen skæv, så den ene part dominerer, og den anden lader sig dominere. Og hvis den ene partner systematisk håner, ydmyger, nedgør og devaluerer den anden, så er der tale om psykisk vold”

Ask Elklit, Professor ved Videnscenter for Psykotraumatologi ved Syddansk Universitet.

ALTERNATIV
TIL VOLD

PSYKISK VOLD

Psykisk vold er alle måter å skade, skremme eller krenke på som ikke er direkte fysiske i sin natur, eller måter å styre eller dominere andre på ved hjelp av en bakenforliggende makt eller trussel.

Per Isdal, 2000

ALTERNATIV
TIL VOLD

EN DEFINISJON AV VOLD

”Vold er enhver *maktmisbrukende* handling rettet mot en annen person, som gjennom at denne handlingen skader, smerter, eller krenker, får den personen til å gjøre noe mot sin vilje eller å slutte å gjøre noe den vil”

Isdal, 2000 (kursiv: Råkil).

ALTERNATIV
TIL VOLD

PSYKISK VOLD

- *«Most of the women ... describe incidents involving psychological humiliation and verbal harassment as their worst battering experiences, whether or not they have been physically abused» (Leonore Walker, 1979).*
- *Hvordan kan det ha seg at den psykiske vold gjør like stor / større skade enn den fysiske*
- Den psykiske vold minner oss på de **psykologiske** skadevirkningene

ALTERNATIV
TIL VOLD

VOLD OG KRISECENTRE

- Cirka 1.800 kvinner og 1.800 barn har hvert år opphold på et kvindekrisecenter.
- 97 prosent af de kvinder var i 2015 utsat for psykisk vold.
- 80 prosent af kvinderne var utsat for fysisk vold.

(Stine Rought)

ALTERNATIV
TIL VOLD

PSYKISK VOLD

- Man kan utøve psykisk vold uten å samtidig utøve fysisk vold.
- Men man kan ikke utøve fysisk vold (eller andre former) uten å samtidig utøve psykisk vold

ALTERNATIV
TIL VOLD

REFLEKSJON / OPPGAVE / BRAINSTORM

Hvilke former for psykisk vold kjenner du / kan du genkende i dit møte med de voldsramte kvinner?

Hvordan beskriver I den psykiske vold i dag?

Hvordan dokumenterer I den psykiske vold i dag i jers arbejde?

ALTERNATIV
TIL VOLD

PSYKISK VOLD

*Svært at skille konsekvensene av fysisk og psykisk vold fra hverandre. Dette betyr at det er like viktig å snakke om og **kartlegge** konsekvensene når det ikke er fysisk vold, men «bare» psykisk vold.*

ALTERNATIV
TIL VOLD

FORMER FOR PSYKISK VOLD

- Direkte trussel
- Indirekte trussel
- Nedlatende / nedvurderende atferd
- Sykelig sjalusi
- Kontrollering
- Isolering
- Verbal vold
- Emosjonell vold
- Stalking

ALTERNATIV
TIL VOLD

FELLES FOR ALLE VOLDSFORMER

- Kontrollere gjennom å skape redsel?
- **Krænkelsen**
- (kontrollere eget følelsesmessige ubehag gjennom at kontrollere dennandre?)

ALTERNATIV
TIL VOLD

OPPGAVE

På deres respektive arbeidsplasser:

- Hvordan kommer I i kontakt med kvindernes erfaringer med psykisk vold?
- Hva gjør i med den kunnskapen når I har fået den?

ALTERNATIV
TIL VOLD

ET EKSEMPEL

- Kvinne (38)
- Jurist
- Et bilde av seg selv som en uavhengig og sterk person
- Utsat for psykisk vold over mange år....

ALTERNATIV
TIL VOLD

KONSEKVENSER AV VOLD OVER TID FOR VOLDSUTSATTE KVINNER

SOSIALE KONSEKVENSER

- Sosial isolasjon
- Sykefravær
- Bekymringer / problemer med barna
- Stemplingsprosesser i nærsamfunn / hjelpeapparat
- Økonomiske problemer
- Brudd i forholdet
- Kontakt med rettsapparat / barnevern
- Forringer hennes mulighet til at være en god nok mor

PSYKOLOGISKE KONSEKVENSER

- Angst
- Depresjon / avmakt
- Sinne og raseri
- Skam skyld
- Dissosiering
- PTSD symptomer
- Lavt selvbilde
- Seksuelle problemer
- Rus / medikament(mis)bruk
- Somatiske plager
- Afmagt / maktesløshed

ALTERNATIV
TIL VOLD

NORMALREAKSJONER ETTER TRAUMER/ VOLD

- Utrygg
- Redd
- Søvnproblemer
- Mareritt
- Ambivalens
- Konsentrasjons problemer
- Angst
- Nummenhet
- Uro
- Slitenhet
- Hukommelsessvikt
- Spiseproblemer
- Manisk
- Deprimert
- Grader av dissosiasjon/ utmelding
- Kronisk kroppslig aktivert

ALTERNATIV
TIL VOLD

TRAUMERS NATUR

Traumereaksjoner handler ofte om at fortiden styrer nåtiden

ALTERNATIV
TIL VOLD

ARBEID MED RELASJONSTRAUMER

- Nødvendigheten av å få *gyldiggjort* hendelsen som har vært traumatisk
- Fokus på sikkerhet (på en helt annen måte enn ved enkeltstående traumer og overgrep).
- Arbeide med skammen, skyldfølelsen og selvforakten, ansvarstagelsen
- *Stabilisering når det er nødvendig*

ALTERNATIV
TIL VOLD

PTSD SYMPTOMER

- Flashbacks/gjenopplevelser
- Mareritt
- Søvnproblemer
- Konsentrasjonssvikt
- Hukommelsesvansker
- Forstyrret tidsopplevelse
- Ikke kontroll på symptomene
- Nummenhet

ALTERNATIV
TIL VOLD

OVERLEVELSESSTRATEGIER

- Fight (kamp)
- Flight (flukt fysisk eller mentalt)
- Freeze (frys)
- Submission (underkastelse)

ALTERNATIV
TIL VOLD

2 ULIKE TRAUMESITUASJONER:

Type 1 traume:

- Omfatter enkelthendelser, eks en ulykke, plutselig dramatisk dødsfall, overfallsvoldtekt, el en annen dramatisk hendelse.

Type 2 traume:

- Omfatter situasjoner hvor personen gjennomlever en serie traumatiske hendelser, eks. seksuelle overgrep, familievold, mishandling, krig.

(Leonore Terr 91)

ALTERNATIV
TIL VOLD

DEFINISJON AV AVMAKT

«En tilstand knyttet til faktiske, biologiske, opplevelsesmessige, eller følelsesmessige forhold som karakteriseres ved at behov, målsettinger eller forventninger ikke oppfylles, ved at en hindres i å gjøre noe en vil, eller ved at en opplever sitt liv eller sin integritet truet eller angrepet»

(Isdal, 2000)

ALTERNATIV
TIL VOLD

AVMAKT SOM MANGEL PÅ:

- Forutsigbarhet
- Oversikt
- Kontroll
- Innflytelse
- Påvirkningsmuligheter
- Løsningsmuligheter
- Utveier
- Beskyttelse/trygghet
- Det å bli sett, hørt og forstått

ALTERNATIV
TIL VOLD

AVMAKT KOMMER AV:

TILSTEDEVÆRELSE AV:

- OVERGREP
- GRENSEKRENKELSER
- YDMYKELSE
- DOMINANS
- VOLD
- AVVISNING

ALTERNATIV
TIL VOLD

OPPLEVELSESMESSIG AVMAKT

- Hvordan vi opplever situasjoner avgjørende for om vi føler avmakt
- Tidligere opplevelser og historikk som fortolkningsramme
- Selvfølelse og selvbylde

ALTERNATIV
TIL VOLD

SEARCHING FOR EXPLANATIONS AND UNDERSTANDING

- For at forstå effekterne av psykisk vold, må vi ha kunnskap om vold i **nære** relasjoner og **utviklingspsykologi**
- All vold mot mor er psykisk vold mot barna!
- Psykisk vold har store konsekvenser for barns utvikling

ALTERNATIV
TIL VOLD

ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE - THE ACE STUDY

Vincent Felitti (2009)

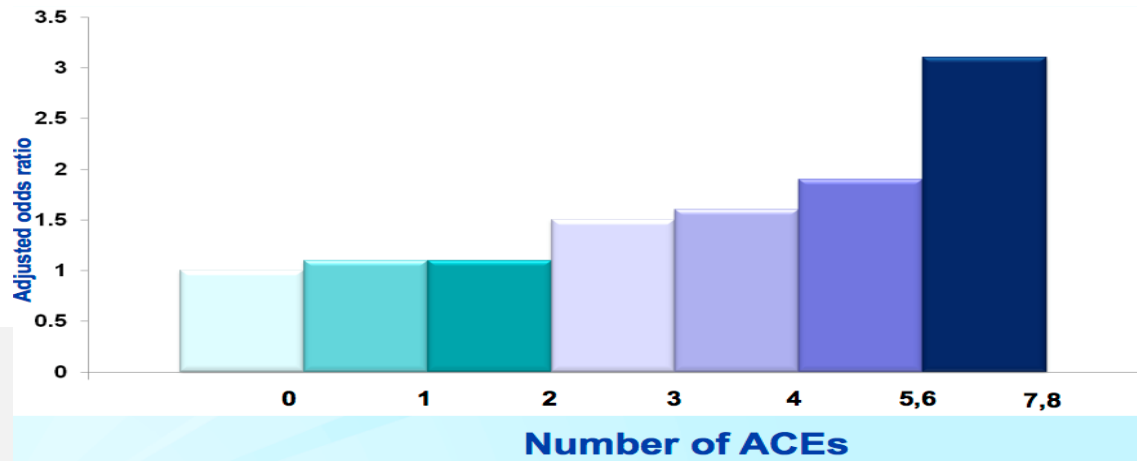
- Longitudinell studie.
- n: 17 000 barn og ungdommer
- Fulgt opp over 15 år.

Studiet dokumenterer en sterk sammenheng mellom ACE'er i barndommen og somatiske, sosiale og psykologiske problemer som voksne – **i allmennhet.**

Å vokse opp med vold som barn (vitne /utsatt) representerer den desidert sterkeste risikofaktoren for tidlig død.

ALTERNATIV
TIL VOLD

ACE SCORE AND ADULT CARDIOVASCULAR DISEASE



Dube, SR, Williams JE, Chapman DP, Anda RF (2004). Insights into causal pathways for ischemic heart disease: Adverse Childhood Experiences Study. *Circulation*;110:1761–1766.

VOLDSUTSATTE BARN OG PSYKISK VOLD

ALTERNATIV
TIL VOLD

BARNES REAKSJONER PÅ VOLD

- Eksternaliserte adfersvansker (gutter overvekt, etter 10-års alder)
- Internaliserte vansker (angst, tristhet, redsel, selvbilde) (jenter overvekt etter 10-års alder)
- Felles: Voldsutsatte barn er mer deprimerte.
- Svekket evne til å håndtere frustrasjoner og stress, svekket evne til å regulere følelser/affekt i samvær med andre og svekket evne til problemløsning og konflikthåndtering. Disse barna misforstår og feiltolker i større grad tvetydige sosiale og relasjonelle situasjoner som potensielt truende (forstår ofte andre som fiendtlig innstilt).

ALTERNATIV
TIL VOLD

BARNES REAKSJONER PÅ VOLD

- Utviklingsmessig skårer voldsutsatte barn lavere på kognitive mål sammenlignet med normative jevnaldrende barn.

De viser oftere skolerelaterte vansker som:

- oppmerksomhetsvansker, hyperaktivitet, lett å distrahere,
- stort fravær, gjenglemte skolemateriale, m.m. (ADHD??)
- Bogat et al. (2006) fant traumesymptomer hos ettåringer som hadde opplevd alvorlig vold mot mamma.

ALTERNATIV
TIL VOLD

BARNES REAKSJONER PÅ VOLD

Den mest nærliggende forståelsen av eksemplene over er at barn som lever med vold i familien opplever et følelsesmessig kaos.

- Ambivalens
- Tar på seg ansvaret
- *Tilknytningsskader*

ALTERNATIV
TIL VOLD

FAMILIEVOLD

- Relasjonsvansker og utrygg tilknytning i familier med vold
 - Omsorgsrelasjonen kobles til angst/ frykt
 - Oppmerksomheten rettes mot voldsutøveren
 - Morens affektive inntoning overfor barnet reduseres eller forstyrres
 - Mangelfull utvikling av følelser

ALTERNATIV
TIL VOLD

BARNES REAKSJONER PÅ FAMILIEVOLD

- Irritabilitet og uro
- Forsinket utvikling (bla språk, uten bleie)
- Søvnforstyrrelser
- Spiseproblemer
- Emosjonelt ubehag
- Redd for å være alene
- PTSD – lignende symptom

ALTERNATIV
TIL VOLD

BARNETS OPPLEVELSE AV TRYGGHET

- Trygghet er en grunnmur for utvikling
- Familie vold rører ved barnets fundamentale opplevelse av trygghet

ALTERNATIV
TIL VOLD

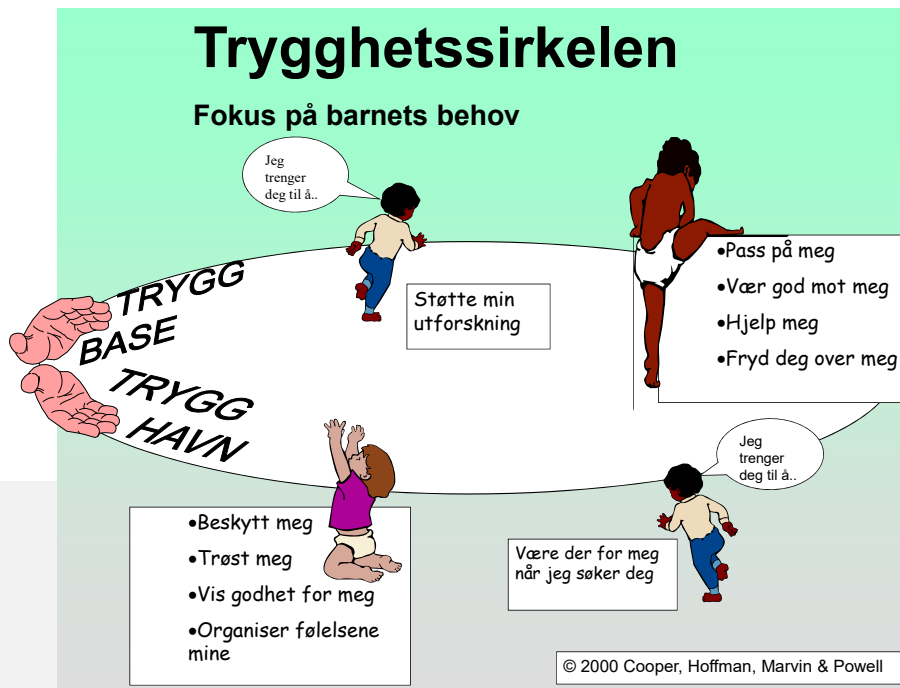
TILKNYTNING

Kjernen i barnets tilknytningsforstyrrelse er opplevelsen av frykt uten løsninger

(Main & Hesse, 1990)

ALTERNATIV
TIL VOLD

39



OPPGAVE

(HVORDAN SYNES DEN PSYKISKE VOLDS VIRKNING?)

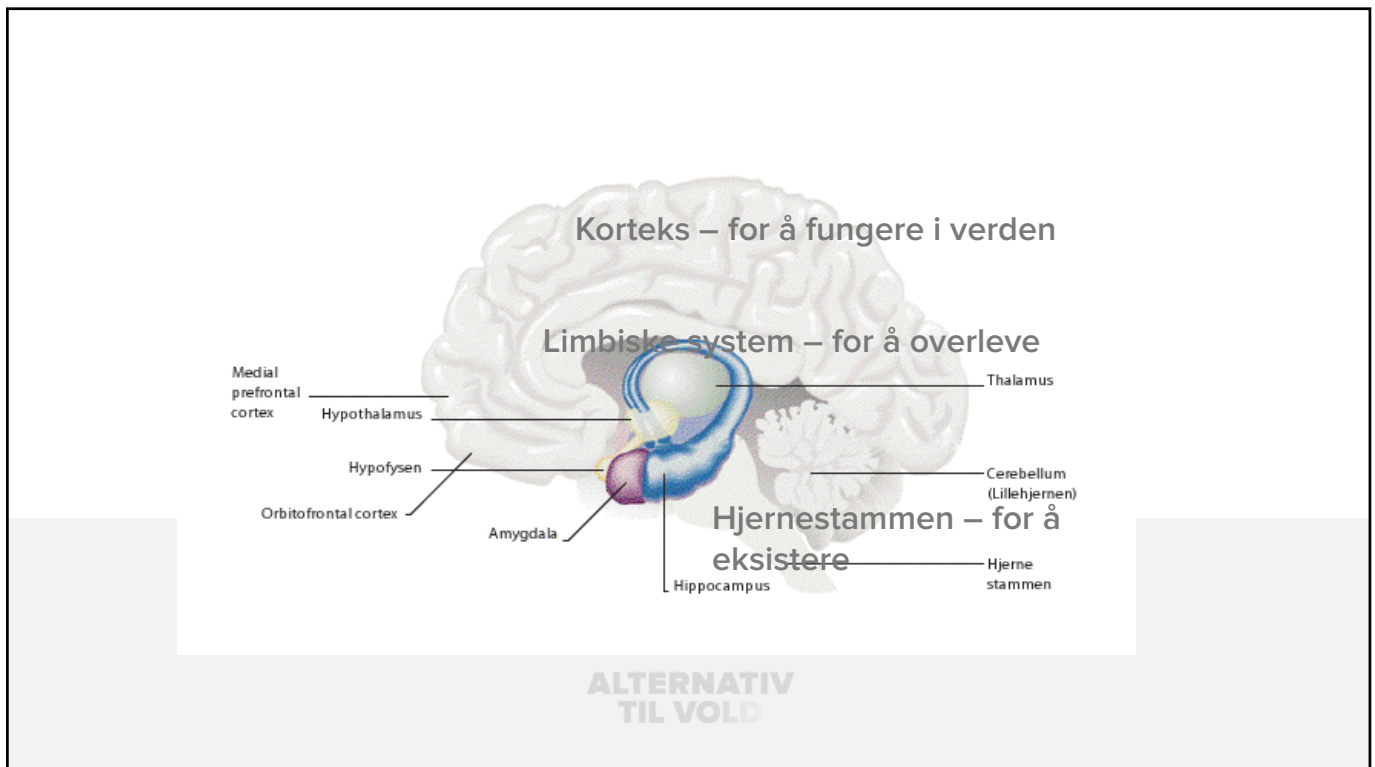
Hvordan reagerer barnene på den psykiske vold?

- Eks:
- Eks:
- Eks:
- Eks:

ALTERNATIV
TIL VOLD

HJERNEN, VOLD, TRAUMER OG UTRYGGHET

ALTERNATIV
TIL VOLD



Hjernestammen

Eksistens

Styrer grunnleggende funksjoner som

- Pust
- Autonom aktivering (hjerterytme etc.)
- Reflekser
- Blodtrykk

ALTERNATIV
TIL VOLD

Det limbiske system

Overlevelse

Styrer

- Hukommelsesreaksjoner
- Tilknytning
- Overlevelsesreaksjoner -> aktivering
- Grunnleggende emosjonelle reaksjoner
- Det hormonelle (endokrine) systemet

ALTERNATIV
TIL VOLD

Cortex

Fungere

Styrer

- Evne til å tenke
- Evne til å ressonere
- Språk
- Viljestyrte motoriske handlinger
- Persepsjon
- Evne til praktisk problemløsning

ALTERNATIV
TIL VOLD

LITTERATUR

- Leonore Walker (1979): The Battered Woman Syndrome.
- Judith Herman: I voldens kølvand. Hans reizel.
- O'Leary & Maiuro (2001). Psychological Abuse in Violent Domestic Relations. Springer Publ. Co.
- Per Isdal (2000). Meningen med volden. Kommuneforlaget.

ALTERNATIV
TIL VOLD

Kontakt: Marius Råkil
Tel: +47 91363022
marius@atv-stiftelsen.no
<http://atv-stiftelsen.no>

ALTERNATIV
TIL VOLD