



10 råd, du som fagperson kan give til en pårørende til en person, der potentielt udsættes for partnervold

1. **Forbered dig på, hvad du vil sige, inden du tager samtalen.** Tag eventuelt udgangspunkt i en konkret situation, hvor du lagde mærke til noget, der bekymrede dig ved partnerens adfærd, eller hvor du oplevede, at din bekendte virkede bange, usikker eller ked af det.
2. **Start med åbne spørgsmål.** Forbered nogle åbne spørgsmål, du kan starte med, såsom: ”Jeg synes, du har virket mere ked af det på sidste. Hvordan går det hjemme hos dig og [partner]?”, eller ”Jeg har lagt mærke til, at du virker usikker, når [partner] er der. Er der noget galt?”. Hvis vedkommende bekræfter, kan du stille mere uddybende spørgsmål, såsom: ”Har [partner] kaldt dig grimme ting/Er du nogensinde bange for [partner]/Er [partner] jaloux/Har [partner] slået dig?”.
3. **Sørg for, at du er alene med vedkommende, når du tager samtalen.** Det er tabubelagt at tale om, at ens partner er voldelig over for en, og du kan derfor risikere, at din bekendte ikke fortæller noget, hvis der er andre til stede. Særligt partneren skal ikke være til stede, når du sætter ord på din bekymring.
4. **Tydeliggør, at vedkommende har din fortrolighed,** og at du ikke fortæller andre om samtalen (medmindre du er nødt til dette af sikkerhedsmæssige grunde eller af hensyn til underretningspligt).
5. **Vis omsorg og forståelse for vedkommendes situation.** Hold fokus for samtalen på, at du er bekymret for din bekendte, og at du er der for vedkommende. Vis forståelse for den situation, som hun/han står i og de bekymringer, som hun/han har.
6. **Giv vedkommende tid til at svare og vær lyttende.** Det er ikke sikkert, det er nødvendigt, at du kommenterer på det, du får fortalt, eller at du giver råd. Det vigtigste er, at du lytter og skaber et trygt rum, hvor vedkommende kan fortælle om sine oplevelser.
7. **Undlad at være vurderende, kritiserende eller fordømmende.** Undgå at fordømme partneren eller at lægge pres på eller overtale din bekendte til at gå fra partneren, hvis hun/han ikke selv giver udtryk for at være klar til dette. Hun/han vil typisk elske partneren, selvom partneren har været voldelig, og vil være påvirket af ambivalente følelser. Du kan derfor risikere, at din bekendte lukker i, hvis du siger, at du ikke forstår, hvorfor hun/han bliver i parforholdet, og du kan risikere at skubbe vedkommende fra dig.
8. **Vær forberedt på, at vedkommende kan reagere afvisende i dit forsøg på at hjælpe.** Det er ikke sikkert, at din bekendte er klar til at gå, opsøge hjælp eller snakke om volden. Hvis hun/han er afvisende overfor din konfrontation, er det vigtigt, at du fortæller, at du fortsat er der, hvis vedkommende får brug for det, og at du fortsat inviterer vedkommende til at lave de ting, som I plejer at lave sammen. Det kan være, at du som pårørende har sat nogle tanker i gang hos vedkommende, som hun/han senere er klar til at tale med dig om.

- 9. Fortæl, at du er der uanset hvad.** Fortæl at du nok skal hjælpe, når og hvis hun/han ønsker at forlade partneren eller vil tale om det på et senere tidspunkt. Du kan efter noget tid forsøge at spørge ind til parforholdet igen med åbne spørgsmål og se, om vedkommende er mere klar til at tale om det.
- 10. Tilbyd at hjælpe med at søge professionel hjælp.** Informer vedkommende om muligheden for at søge professionel hjælp og tilbyd at hjælpe med at ringe til et krisecenter eller et ambulansetilbud. Du kan evt. også tilbyde at give en hånd med i hverdagen, fx med rengøring, indkøb, børnepasning mv.