

Bachelor i sosialt arbeid
Sosionomutdanning 2020

Med hjelpende hender ut av voldens grep

Hva skal til for at kvinner flytter fra voldsutøver?

Synne Mjåland

Studium: SASOS235

15.05.2020

Antall ord: 9728



HØGSKULEN
I VOLDA

Sammendrag

Denne bacheloroppgaven handler om hva som skal til for at kvinner flytter fra voldsutøver. Jeg presenterer tilgjengelig og relevant litteratur for å svare på problemstillingen, og teoridelen først i oppgaven belyser hva vold er og hva vold i et destruktivt parforhold gjør med en kvinne. Jeg nyanserer ikke ut ifra hvilken type vold kvinnen er utsatt for, men tar utgangspunkt i at det utøves vold i alvorlig grad. Avhengighet, frykt, skyld og skam, i tillegg til et negativt og nedbrutt selvbilde viser seg å være konsekvenser av voldsutsatthet. Oppgaven har et stort fokus på krisesenteret og sosialarbeideren på krisesenteret sin rolle i hjelpeprosessen, men andre hjelpetjenester blir også nevnt som en del av det tverrprofesjonelle samarbeidet. Attribusjon, volden i seg selv, trygghet og sosial støtte viser seg å være faktorer som påvirker kvinnens valg og sosialarbeiderens ferdigheter viser seg å være betydningsfull for arbeidsrelasjonen mellom hjelperen og kvinnen.

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	2
1.1. Bakgrunn for valg av tema	3
1.2. Avgrensing	3
1.3. Valg av litteratur.....	4
2. Teori	4
2.1. Krisesenter og sosialt arbeid.....	5
2.2. Vold og voldsspiralen.....	6
2.3. Hva gjør vold med voldsofferet?	7
2.3.1. Avhengighet	9
2.3.2. Frykt og traumer	10
2.3.3. Skyld, skam og attribusjon	11
2.4. Psykologisk teori til å forstå.....	12
2.4.1. Speiling og viktige andre.....	13
2.4.2. Forlate voldsutøver; Hvilke følelser mobiliseres?	14
3. Drøfting	15
3.1. Attribusjon.....	15
3.2. Krisesenterets arbeid	16
3.2.1. Sosial støtte og sosialfaglige ferdigheter	17
3.2.2. Praktisk støtte og tverrprofesjonelt arbeid.....	19
3.3. Videre oppfølging.....	23
4. Oppsummering og avsluttende refleksjon	24
5. Kilder	25

1. Innledning

Å finne en sjelevenn, en livsledsager og en trygg base er et mål i livet mange kan kjenne seg igjen i, men slik blir det ikke for alle. En av ti norske kvinner sier at de har blitt utsatt for «alvorlig fysisk vold» i nære relasjoner (Bufdir, 2018) og dette viser at vold er et aktuelt tema som dessverre rammer mange i samfunnet vårt. I praksisstudiene var jeg på et krisesenter og kom i kontakt med mange kvinner som hadde vært utsatt for partnervold. Opplevelsene der skapte en spesiell interesse for dette fagområdet, og for hvordan jeg som hjelper kan bistå voldsutsatte kvinner best mulig. Det skal jeg komme tilbake til senere i oppgaven.

Emnet kjærlighet er essensielt og omfattende, og jeg tar utgangspunkt i at de fleste parforhold på et tidspunkt inneholder og bygger på kjærlige følelser. Søren Kirkegaard skriver at «det ligger ingen sikkerhet i at denne kjærligheten skal vare om den ene part forandrer seg, opphever forholdet eller til og med dør» (Bostad, 2012, s. 18-19). Han hevder at det ikke er noen garanti for at kjærlighetsfølelser vil forbli gjennom livet og Nøttestad (2014, s. 182-183) skriver at tvang, trusler, isolering, minimalisering, benekting og skyldlegging er tilstedeværende i flere parforhold, med ulik grad av hyppighet og intensitet.

«Kjærligheten utholder alt, tror alt, håper alt, tåler alt» står det i 1.Korinterne 13:7 (Bibelen 2011), men hva med når partnervolden blir uutholdelig? Krisesentre over hele landet veileder og jobber med å ta imot kvinner som har blitt utsatt for partnervold, og i denne oppgaven vil jeg blant annet se på hvilken rolle krisesenteret og sosialarbeideren på krisesenteret kan ha i å hjelpe voldsutsatte kvinner ut av parforholdet. I tillegg vil jeg trekke inn andre faktorer som har vist seg å være betydningsfulle for å kunne ta et slikt steg. Denne våren, med koronapandemi og påbud om å holde oss hjemme, har jeg tenkt mye på kvinner som må tilbringe mer tid med voldsutøver. Jeg vil derfor i drøftinga komme inn på koronatiltakenes mulige innvirkning på om kvinner klarer å forlate voldsutøver. Krisesentre forventer økt pågang når tilstanden normaliserer seg (Myrvang, 2020), og kanskje blir sentrene en viktig faktor til at noen kvinner klarer å komme seg ut av et destruktivt parforhold.

Ut ifra temaet partnervold og min interesse for kvinner på krisesenteret har jeg kommet frem til denne problemstillingen:

Hva skal til for at kvinner flytter fra voldsutøver?

1.1. Bakgrunn for valg av tema

I ukene med praksisstudier fikk jeg ta del i mange historier om forhold hvor maktmisbruk og psykiske og fysiske overgrep var dominerende. Noen kvinner hadde tydelige spor i form av kroppsmarker etter fysisk vold, mens andre viste symptomer på psykisk vold. Flere av kvinnene som fortalte meg disse historiene valgte å reise hjem til voldsutøveren kort tid etterpå. Det kunne for eksempel være neste dag eller etter et 4 uker langt opphold på senteret. Jeg kjente på fortvilelse og hjelpeløshet når jeg så dem dra hjem igjen fordi historiene deres var ferske og hadde berørt meg. Men det var deres valg, der og da.

Erfaringene ifra praksisstudiet og teorien jeg har tilegnet meg gjennom studiet og gjennom arbeidet med bacheloroppgaven håper jeg kan styrke meg i min rolle som hjelper. Jeg var derfor veldig motivert for å søke informasjon omkring og å drøfte problemstillingen jeg har valgt.

Selv om kvinner har ulike forutsetninger for å bryte ut av et voldelig forhold, skal jeg i denne oppgaven vise hva som kan være utslagsgivende for valget.

1.2. Avgrensing

Ettersom oppgaven har en begrensning på 9000 ord +/- 10 %, så er det nødvendig å gjøre avgrensinger i problemstillingen. Jeg må presisere at voldsutøver i denne oppgaven sikter til partnervold og jeg har valgt å skrive utelukkende om kvinner som blir utsatt for vold av sin mannlige partner. Jeg avgrenser til kvinner uten barn, det vil si at barn ikke blir regnet som en faktor til at kvinner forlater det voldelige parforholdet. Jeg vil presentere ulike typer vold, men oppgaven avgrenses ikke ut fra hvilken type vold kvinnen blir utsatt for eller eventuelle tidligere voldserfaringer i egen barndom. Jeg tar imidlertid utgangspunkt i at de er utsatt for vold i alvorlig grad. Krisesenteret som hjelpeinstans er sentral i oppgaven, og oppgaven omfatter i størst grad de kvinner som benytter seg av botilbudet kontra dagtilbudet.

Koordinering av tjenester i forbindelse med reetablering er samordna, så jeg vil derfor komme inn på aktuelle samarbeidsparter i tjenesteapparatet. Jeg nyanserer ikke mellom etnisitet og alder, men forskningsartiklene jeg har brukt omhandler kvinner over 18 år.

1.3. Valg av litteratur

Med bakgrunn i problemstillingen så har jeg funnet det meningsfylt å finne litteratur omkring vold, konsekvenser av vold, sosialpsykologiske teorier, samt litteratur rundt krisesenteret og hjelperens rolle. Per Isdal og boken «vold mot kvinner» hvor Kjersti Narud er redaktør har jeg brukt mye, og jeg har også brukt fagbøker jeg har hatt i pensum gjennom årene på studiet, blant annet bøker som omfavner sosialfaglig arbeid, psykologi og også sosialpsykologi.

Det var mye fagstoff og forskning å finne rundt partnervold, og da jeg valgte ut litteraturen vurderte jeg tekstinhold, publiseringstidspunkt og om den var fagfellevurdert. Det meste av teorien jeg har tatt i bruk er fagfellevurdert, men jeg har også supplert med avisartikler, masteroppgave og relevante nettsider. Av digitale søkemotorer har jeg brukt Oria (biblioteket ved Høgskulen i Volda), Idunn, Google scholar og Nasjonalbiblioteket. I tillegg har jeg søkt frem rapporter og fagartikler på NKVTS, som spesialiserer seg på vold og traumatisk stress. Jeg har også tatt i bruk Bufdirs faglige veileder for innholdet i krisesentertilbudet. Søkord slik som «partnervold», «voldsutsatte» og «domestic violence» har blitt brukt i tillegg til søkesetninger som «konsekvenser av vold», «forlate det voldelige parforholdet» og «supporting women after violence». Jeg har benyttet meg av både norsk og internasjonal litteratur.

2. Teori

I denne delen av oppgaven vil jeg først gjøre rede for hva som blir definert som vold, alvorlighetsgrader av vold og jeg vil beskrive voldsspiralen. For å beskrive faktorer som kan medvirke til at kvinner forlater et voldelige parforhold, og for å prøve å forstå prosessen kvinner er i når hun tar valget om å flytte, ser jeg det som relevant å legge frem teorier om hva vold gjør med et menneske.

Til slutt skal jeg ta for meg ulike psykologiske teorier som kan beskrive forståelser av kvinners liv i voldelige samlivsforhold, og legge fram følelsesmessige reaksjoner som kan oppstå i det kvinnen forlater voldsutøver. Før jeg presenterer relevant teori som kan belyse dette fenomenet, vil jeg presentere krisesenterets rolle i samfunnet, samt viktige prinsipper innenfor fagfeltet sosialt arbeid. Dette fordi oppgaven fokuserer på hvordan krisesenteret og

sosialarbeideren på krisesenteret kan være en hjelpende faktor for voldsutsatte kvinner.

2.1. Krisesenter og sosialt arbeid

Krisesenteret er et lavterskel hjelpetiltak som skal beskytte, gi sikkerhet, råd og veiledning til alle som er utsatt for vold i nære relasjoner (Bufdir, 2020). Ifølge Krisesenterlova (2009, §2) skal krisesenteret også støtte og hjelpe brukerne til å kontakte andre aktører i tjenesteapparatet. Dagtilbud og døgntilbud skal være gratis og det skal gis oppfølging i reetableringsfasen gjennom samordning av tjenester, jf. §4. I løpet av 2018 overnattet 1706 kvinner på et krisesenter, og enda flere benyttet seg av dagtilbudet (Bufdir, 2019). I en tidligere studie gjort av NKVTS (Jonassen & Skogøy, 2010, s. 123-125) svarer kvinner at de er svært positive til hjelpen de har fått på krisesenteret, og 40 av 41 vil anbefale tilbudet videre. Krisesentrenes botilbud synes å ha stor betydning for kvinner uten andre muligheter i en bruddsituasjon og de trekker også frem at samtaler med ansatte, informasjon, omsorg, beskyttelse og praktisk hjelp har vært viktig bistand i prosessen de var i, i tillegg til å treffe andre kvinner i samme situasjon. Som sosialarbeider på krisesenteret vil jobben blant annet bestå i å hjelpe med disse formene for bistand (Bufdir, 2018), og det kan medvirke til at kvinnen kan forlate voldsutøveren (Hansen et al., 2009, s. 143). I drøftingsdelen vil jeg komme mer inn på hva sosialarbeideren og krisesenteret kan hjelpe med, men først nå skal jeg beskrive noen viktige prinsipper i sosialt arbeid.

I den globale definisjonen av sosialt arbeid står det blant annet at sosialarbeideren skal fremme sosial endring og utvikling, arbeide for sosial utjevning, myndiggjøring og frigjøring av mennesker (Berg, Ellingsen, Levin og Kleppe, 2015, s.21). Myndiggjøring og frigjøring er et sentralt mål for voldsutsatte mennesker som over lengre tid kan ha blitt brutt ned og umyndiggjort (Jonassen & Skogøy, 2010, s. 164). For at den utsatte skal få oppleve mestring og kjenne på kontroll over eget liv er det viktig med brukermedvirkning og anerkjennelse (Ellingsen & Skjefstad, 2015, s. 109). Sosialarbeideren jobber i spenningsfeltet mellom hjelp og kontroll, hvor det er en balansegang mellom å gi hjelp, men ikke for mye hjelp, samtidig som for mye eller for lite kontroll kan være lite hensiktsmessig for individet eller relasjonen til hjelper og bruker. En forutsetning for å klare å bidra til myndiggjøring av et annet menneske er å kunne sette seg inn i den andres situasjon. Hvert individ og hver situasjon er unik, dermed vil behovene til den enkelte være ulik, og med det utgangspunktet må grad av hjelp og kontroll tilpasses (Levin, 2015, s. 41). Individ og samfunn er et annet spenningsfelt,

og vi kan ikke se på individet uten å se på samfunnet, miljøet eller nettverket rundt. Vi må se individet i dets kontekst og derfor er det naturlig å jobbe både med grupper eller nettverk i tillegg til «personen i situasjonen» (Levin, 2015, s.37-39). Omsorg og rettferdighetsprinsippet er grunnleggende verdier å jobbe ut ifra (Eide & Oltedal, 2015, s. 87), og gjennom å vise omsorg kan sjansen øke for å bygge tillitt og en god relasjon til de vi skal hjelpe (Bufdir, 2020).

2.2. Vold og voldsspiralen

Hjemdal, Thoresen og Holth (2014, s. 31) skriver at vold forstås ulikt avhengig av hvilket perspektiv vi legger til grunn. Hvordan vi definerer vold vil variere ut ifra kontekst og vil påvirkes av kultur og normer. På flere av krisesentrenes hjemmesider blir Per Isdals definisjon av vold brukt og den lyder slik: «Vold er enhver handling rettet mot en annen person, som gjennom at denne handlingen skader, smerter, skremmer eller krenker, får denne personen til å gjøre noe mot sin vilje eller slutter å gjøre noe den vil» (Isdal, 2018, s. 7). På krisesentersekreteriatets (u.å) hjemmeside bruker de FN's definisjon som omfatter «...enhver form for vold som påfører, eller som kan påføre, en kvinne fysiske, seksuelle og/eller psykiske skader og inkluderer trusler, tvang og vilkårlig frihetsberøvelse». Senere i teoridelen skal jeg komme tilbake til eksempler på mulige konsekvenser av å bli utsatt for fysiske, seksuelle eller psykisk skadende handlinger. Det finnes ulike voldsformer og flere av disse kan gå over i hverandre eller være tilstede samtidig. Isdal og flere krisesentre utpeker fem hovedformer av vold spesielt. Jeg har allerede nevnt fysisk, seksuell og psykisk skadende handlinger, og i tillegg blir materiell og latent vold utøvd (Isdal, 2018, s. 7). Krisesentersekreteriatet (u.å) nevner også økonomisk, strukturell og digital vold samt vold i oppdragelsesøyemed.

Vold i nære relasjoner, slik som partnervold, utøves ofte i det skjulte og er gjentakende (Moen, Bergman & Øverlien, 2018, s. 37). Fra en rapport om vold i et livsløpsperspektiv gjennomført av NKVTS (Thoresen, Hjemdal & Wentzel-Larsen, 2014, s. 42-43), skiller de mellom mindre alvorlig vold fra partner og alvorlig vold fra partner. I studien blir mindre alvorlig fysisk vold definert som klyping, lugging, kloring eller slag med flat hånd. Slag med knyttneven eller med bruk av hard gjenstand, spark, kvelertak, å bli truet med våpen eller å bli banka opp er eksempler på grov vold. Andre faktorer som spiller inn på alvorlighetsgrad er hyppighet eller hvor lenge volden har pågått. Thoresen, Hjemdal & Myhre (2014, s. 115) sier

at når en skal skille mellom mindre alvorlig og alvorlig psykisk vold må graden av opplevd krenkelse, hyppighet og varighet tas i betraktning. 2437 kvinner deltok i undersøkelsen som er vist til i rapporten og resultatene viste at 9,2% var utsatt for alvorlig partnervold og at kontrollerende atferd ofte var sammenhengende med den alvorlige fysiske volden. 21,6% av kvinnene sa de hadde blitt utsatt for en form for vold eller seksuelt overgrep av partneren (Thoresen, Hjemdal, & Myhre, 2014, s. 119-220).

Voldsspiralen er en beskrivelse eller et bilde på hvordan volden kan utvikle seg i faser i et parforhold (Völinjen, u.å.). Det første steget er at det skjer en eller flere voldshendelser, etterfulgt av en «reparasjonsfase» som er det andre steget. I reparasjonsfasen er det vanlig at voldsutøveren ber om unnskyldning, er kjærlig og kommer med lovnader om at det ikke skal skje igjen. Dette kan skape forhåpninger hos den voldsutsatte om at partneren kan gå tilbake til hvordan det var. Denne rolige, kjærlige perioden kan vare lenge, men den blir ofte kortere når volden trappes opp. Steg nr. 3 i voldsspiralen er preget av spenning, og når spenningen i hjemmet øker ligger det i luften at det kommer til å skje en ny voldshendelse. Voldsofferet trør ofte varsomt for ikke å provosere voldsutøver på noen måte, men noen voldsofre velger å provosere partneren med vilje for å få volden overstått. Etter ny voldsepisode venter så en ny rolig fase før neste voldsepisode igjen.

2.3. Hva gjør vold med voldsofferet?

Å bli utsatt for vold er en avmaktsopplevelse og et voldsoffer kan føle seg liten, mener Per Isdal (2018, s. 138). I justis- og beredskapsdepartementets (2014, s. 6) handlingsplan mot vold står det at vold kan føre med seg åpenbare fysiske skader, og at det i tillegg er klare sammenhenger mellom vold og fysisk og psykisk helse. Gripsrud (2007) skriver i sin artikkel at kvinner kan ha problemer med å utvikle et godt forhold til seg selv og bevare sin helse etter å ha levd med en voldelig partner. Krenkelser fra partneren kan feste seg til identiteten, og de kan være vanskelig å bli kvitt. Selv om jeg ikke henviser til en spesiell form for vold eller vold i oppveksten, vil jeg ta med Kirsebom, Vatnar & Bjørkelys (2014) utsagn om at tidligere voldsutsatthet, type partnervoldserfaring og andre karakteristika ved partnervolden bør tas hensyn til for å få et reelt bilde av voldens konsekvenser på den voldsutsattes helse.

Flere av kvinnene Abrahams skriver om, fortalte at å være utsatt for psykisk vold var en større påkjenning enn andre former for vold, siden psykiske voldshandlinger er vanskelige og

nærmest umulige å bevisse (Abrahams, 2007, s.19). Lynum kaller kapittelet sitt om psykisk vold «den usynlige volden» og Isdal (2018, s. 50) bruker begrepet «kjærlighetsherper» om alle former for psykisk vold. Felles for disse er at de ved hjelp av en bakenforliggende makt eller trussel ønsker å styre eller dominere den andre. Forskning har vist at de som lever i psykisk vold binder seg sterkere i forholdet til voldsutøveren. Det vil gjøre det vanskeligere for henne å gå, og kvinnens psyke kan bli sterkt påvirket av kontinuerlig psykisk vold (Lynum, 2014, s. 97).

Abrahams (2007, s. 19) skriver at uforutsigbarheten ved å ikke vite når neste slag kommer eller hvor mange tallerkener som kommer til å bli knust, fører til en vedvarende uro og frykt som er psykisk utmattende. Videre skriver han at å være utsatt for vold kan føre til tap av sikkerhet, egen identitet og selvfølelse, tap av fysisk og emosjonell helse, tap av nettverk og jobb, i tillegg kan det bli vanskelig å stole på omverden (Abrahams, 2007, s. 25). Hirigoyens (sitert i Lynum, 2014, s. 97-98) tre hovedelementer av psykisk vold er at voldsofferet skal fratras makt, plasseres i en posisjon av underkastelse og avhengighet og bli satt merkelapp på. Den utsatte vil gradvis bli nedbrutt og miste evnen til å tenke kritisk og handle, og dermed blir hun på en måte medskyldig i egen undertrykkelse. Den emosjonelle mishandlingen har som mål å få voldsofferet til å føle seg liten, dårlig og uviktig (Isdal, 2018, s. 64) og denne typen vold legger grunnlaget for hvordan kvinnen oppfatter og forstår den fysiske volden (Lynum, 2014, s. 97).

Den fysiske volden har en tendens til å være målrettet og funksjonell. Hvilke metoder eller kroppsdelar som tas i bruk påvirker hvorvidt offeret får synlige fysiske skader (Isdal, 2018, s. 47). Fysisk og seksuell vold kan være vanskelig å skille, og ofte skjer slik vold i kombinasjon med den emosjonelle volden (Sørbo, 2014, s. 222). Isdal (2018, s. 48-49) sier at den seksuelle volden rammer vår mest private og sårbare side og er kanskje derfor den mest psykologisk nedbrytende formen for vold. Offerets lyst, glede og seksuelle nærhet kan ødelegges over tid. Samtidig med skyldfølelse og ubehag kan det også forekomme lyst og nytelse ved ufrivillig samleie mener Goldner (sitert i Nilsen, 2012, s. 29). Direkte fysisk traume, skader på eller inni kroppen, og økt stress er helsekonsekvenser kvinnen kan få (Sørbo, 2014, s. 214). I tillegg kan voldsepisoder oppleves som mangel på kontroll eller frykt for eget liv og psykiske traumer kan bli en konsekvens av det å være voldsoffer (Isdal, 2018, s. 139). Jeg skal komme tilbake til dette senere i teoridelen.

2.3.1. Avhengighet

Hansen, Thorsnes og Skjerve (2009, s. (142-144) intervjuet 10 kvinner som alle hadde levd i partnervold. Kvinnene håpte at den gode og positive siden av partneren var den som skulle dominere, og det var de gode periodene de levde på. De ga uttrykk for at de hadde ulike forståelser av volden til ulik tid, alt etter hvor de befant seg i voldsspiralen. «Det er mannens ansvar – det er min skyld, han er syk – det er meg det er noe galt med, volden vil opphøre – volden vil aldri slutte, han er god – han er ond» er eksempler på ambivalente følelser, noe flere av kvinnene i undersøkelsen strevde med. Ann-Sylvi Nilsen (2012, s. 29) skriver i sin masteroppgave at slike ambivalente følelser kan resultere i skyldfølelse. Mange kvinner hadde kortvarige brudd med mannen, men gikk tilbake til han i håp om at han skulle endre seg (Hansen et al., 2009, s. 142). Håpløshet og lært hjelpeløshet er noe kvinnen kan kjenne på hvis hun plasserer skylden hos seg selv for at bruddet ikke ble endelig. Det kan redusere motivasjonen til å forlate forholdet mener Strube (Siteret i Shurman & Rodriguez, 2006, s. 1419), mens Anderson og Saunders (2003, s. 176) på den andre siden skriver at bruddprosesser må ses på som et steg mot det endelige målet, og at bruddene kan øke selvtilliten, autonomien og mestringsstrategiene som må til for å klare å ta et endelig brudd.

Den som utøver vold og den som utsettes for vold er betydningsfulle i hverandres liv. Moen et al. (2018, s. 37) beskriver en parrelasjon med at de har en felles historie, gjensidige forpliktelser og avhengighet. Kjærligheten kan være sterk og kvinnen kan kjenne på omsorg og ansvar overfor mannen, og hvis den voldelige mannen, som hun elsker, viser tegn til bedring, så vil håpet om en voldsfri tilværelse vokse (Lynum, 2014, s. 84-85). Forbindelsen mellom vold og kjærlighet er tett (Lynum, 2014, s. 98-99) og voldsspiralen, som jeg tidligere har nevnt, er et eksempel på det. I tillegg kan isolasjon, som er en alvorlig voldsform, føre til at voldsofferet blir mer avhengig av voldsutøver. Gjennom å være isolert fra andre mister en kontraster og ser ikke lenger hva som er galt eller rett. Mannen blir den eneste som kan vise trøst og forståelse og volden oppleves etter hvert naturlig og kanskje også fortjent (Isdal, 2018, s. 64).

Noen kvinner har ikke egen økonomi og er avhengige av mannens inntekt og bankkonto. Økonomi er et område å utøve kontroll på og det er ønskelig for mange voldsutøvere at kvinnen er avhengig av han. Økonomisk usikkerhet kan spille inn på vurderingen om å forlate forholdet skriver Hansen og Finsrud (2014, s. 85). Anderson og Saunders (2003, s. 164)

presenterer tilgang på materielle ressurser som en viktig faktor for å forlate det voldelige parforholdet, spesielt ressurser slik som sysselsetting og inntekt. Helsemessige konsekvenser av volden kan redusere muligheten for utdanning og deltakelse i arbeidslivet (Justis- og beredskapsdepartementet, 2014, s. 6), og tanken på å ikke ha en jobb som gir inntekt eller betaler for bolig er stressende og derfor viktige elementer i prosessen med å klare seg selv (Anderson & Saunders, 2003, s. 181).

I tillegg til at kvinnen kan kjenne seg avhengig av voldsutøver, kan også voldsutøver gjøre seg avhengig av kvinnen slik at hun ikke reiser. Noen av kvinnene i Hansen et al. (2009, s. 142) sin studie sa at de syntes synd på mannen og kjente på et ansvar for å bli hos han. Det kan gi kvinnen verdi og en følelse av at «hun er viktig» (Hansen & Finsrud, 2014, s. 84), samtidig som det kan bli et argument som gjør det mulig å bli hos partneren og leve med volden (Hansen et al., 2009, s. 142).

2.3.2. Frykt og traumer

Volden, som kan virke både skremmende, smertefull og krenkende, vil feste seg som en sann erfaring i hukommelsen til den som har blitt utsatt for den. Noen hendelser vil sitte ekstra godt fast, og slike hendelser har potensiale til å bli traumer. PTSD (posttraumatisk stresslidelse) er en diagnose som blir brukt hos flere voldsutsatte. Ved gjentatte voldstraumer vil kroppen gå i beredskap for å beskytte seg mot neste hendelse og det betyr at kroppen er i konstant spenning og ikke får hvile. Denne beredskapstilstanden kan blant annet føre til muskelspenninger, søvn og konsentrasjonsproblemer, utmattelse og slitenhet (Isdal, 2018, s. 138-139).

Noen kvinner er redd for hva som kan skje hvis de forlater mannen. De frykter at alvorlighetsgraden av volden vil øke og noen frykter for eget liv hvis de forlater forholdet. Samtidig frykter de å bli alene (Hansen et al., 2009, s. 142-143). Alvorlige trusler fører med seg en redsel som overskygger alt annet og den kan gjøre kvinnen handlingslammet (Svindseth, 2014, s. 325). Dersom kvinnen blir værende i forholdet kan det tenkes at hun har mer kontroll over volden hun vil bli utsatt for. Hun kan forutsi og forebygge den på en annen måte (Hansen & Finsrud, 2014, s. 86), og livet blir på en måte «tryggere» enn om hun skulle flytte for seg selv og starte med blanke ark, uten å vite hva eksmannen vil gjøre (Svindseth, 2014, s. 327). Hansen et al. (2009, s. 143) fant at en økning i alvorligheten eller hyppigheten

av volden kunne være en faktor til at kvinnen ønsket seg ut av forholdet. I følge Eriksen (2014, s. 360) er kvinnen under stor risiko for å bli utsatt for vold i bruddfasen, spesielt hvis voldsutøver har truet med det. Det er heller ikke alltid sånn at volden opphører selv om forholdet gjør det. Ofte følger volden kvinnen. Vurderingene og avgjørelsene som omhandler om en skal bli i eller forlate forholdet er ikke enkle, og risiko og trygghet vurderes opp mot hverandre. «Er det verre for meg å bli enn å dra?» (Abrahams, 2007, s. 31).

2.3.3. Skyld, skam og attribusjon

Skam kan ikke oppstå når vi er kalde eller likegyldige, bare når vi bryr oss om noe skriver Geir Berg (2012). Jonassen (2014, s. 38) mener at det er få som lever i voldelig forhold som vil innrømme det, fordi det oppleves som flaut og nedverdiggende å være utsatt for vold. I likhet med Jonassen sier Abrahams (2007, s. 27) at kvinner sannsynligvis ikke vil dele hva de blir utsatt for fordi de synes det er for skamfullt å si og de er usikre på hvilken reaksjon de vil få fra omgivelsene. Vi mennesker reagerer ulikt på skam, men før vi har anerkjent og bearbeidet skammen nevner Marie Farstad (2011, s. 190) disse 4 måtene å reagere på; tilbaketrekning, unngåelse, angrep på selvet og angrep på andre. Disse reaksjonene kalles forsvarsmekanismer, og jeg vil komme mer inn på det under psykologisk teori til å forstå.

For å komme med et eksempel på unngåelse, så har Hansen et al. (2009, s. 142) gjennom sitt studie funnet at de fleste kvinnene aktivt prøver å glemme eller fortrenge volden og de forsøker å finne argumenter eller forklaringer på den. Flesteparten sa også at de aksepterte eller bortforklarte voldshandlingene med tiden, ettersom de ble vant til atferden. En annen måte å reagere med skam på er angrep på selvet. Noen kvinner skylder på seg selv for at de blir utsatt for vold av partneren. De tenker at de har gjort noe for å provosere voldsutøver (Jonassen, 2014, s. 38), og de kan også begynne å tro på uttalelser fra mannen ettersom de blir usikre på seg selv (Hansen et al., 2009, s. 141).

I en studie (Kirsebom et al., 2014) hvor 157 voldsutsatte kvinner deltok, svarte 41,8% at de hadde kjent på skyld knyttet til partnervolden og 58,9% oppga at de kjente på skam. Det er verdt å nevne at over halvparten av kvinnene hadde vært utsatt for vold i oppveksten og et resultat av undersøkelsen viste at tidligere voldserfaringer kan øke risiko for skyldfølelse, spesielt ved tilfeller av seksuell vold. Kirsebom et al. sier også at; «I hvilken grad en kvinne

tar ansvar for volden hun har blitt utsatt for henger sammen med hennes forståelse av årsakene til volden». Å attribuere betyr å tillegge noen noe. En er ute etter å finne årsaken til en handling eller atferd (Bunkholdt, 2002, s. 185). Attribusjon i denne sammenheng handler om i hvilken grad kvinnen ser på volden hun har blitt utsatt for som en indre eller ytre styrt handling hos mannen. Har han vært stabil eller ustabil, tilregnelig eller utilregnelig i voldshandlingene? (Kirsebom et al., 2014). Kvinnens attribusjonsstil kan altså være avgjørende for om hun ser på sin voldelige partner som egoistisk og klanderverdig eller om hun påtar seg skyld og skam selv (Shurman & Rodriguez, 2006, s. 142).

Hansen et al. (2009, s. 145) fant at endring i kvinnens attribusjon ofte forekommer og er nødvendig for å ta steget med å forlate det destruktive forholdet. Noen studier (Bunkholdt, 2002, s. 255) har funnet at flere systematisk tillegger seg skyld og ser på seg selv som årsaken til negative hendelser. Positive hendelser ser de på som flaks eller rene tilfeldigheter. Tanker slik som; «alt jeg gjør går galt. Det nytter ikke for meg», eller; «det er bare sånn jeg er», er eksempler på negativ attribusjonsstil, og det kan resultere i nedsatt aktivitet og lært hjelpeløshet. Raaheim (2002, s. 131) skriver at menneskets attribusjon av negative eller positive hendelser til egenskaper ved seg selv har sammenheng med selvbildet. En kvinne med et negativt selvbilde er mer utsatt for å se på seg selv som årsak til uheldige hendelser. Menneskets selvbilde skal jeg gå mer innpå under avsnittet som omhandler speiling og viktige andre.

2.4. Psykologisk teori til å forstå

For mange kvinner kommer den første voldshendelsen uventet og kan være svært stressutløsende (Nilsen, 2012, s. 19). Bunkholdt (2002, s. 256) beskriver ulike faser individet går gjennom i en krise. Den første fasen er preget av sjokk som fører til psykisk forsvar ved bruk av en forsvarsmekanisme. I fase to, reaksjonsfasen, slippes følelsene til og tankene arbeider rundt det som har skjedd. Situasjonen vil først kjennes urealistisk, men vil bli mer og mer realistisk gjennom det pågående tankearbeidet. Den siste fasen er en nyorienterings- eller bearbeidingsfase som betyr at individet tilpasser seg den nye livssituasjonen. Når en stress-situasjon har roet seg, vil mennesker intuitivt forsøke å finne løsninger som gjør at livet kan fungere videre. Mestringsmekanismer er sentralt for hvordan kvinnen håndterer stress. «Jeg»-psykologien tar utgangspunkt i at mennesket har ulike sansemessige og kognitive forutsetninger som benyttes (Nielsen & Binder, 2006, s. 84). Tidligere nevnte jeg fire

forsvarsmekanismer; tilbaketrekning, unngåelse, angrep på selvet og angrep på andre, og det finnes i tillegg en rekke andre mekanismer for å forsvare seg. «Jeg»-psykologien forklarer at individet bruker disse mekanismene når jeg-et ikke makter å stå imot presset fra omgivelsene. De psykologiske forsvarsprosessene som slår inn er ment for å beskytte individet mot angst fordi det er vanskelig å se en løsning på konfliktene mennesket står i (Nielsen & Binder, 2006, s. 85).

Under avsnittet som omhandlet sosialt arbeid var jeg inne på at hvert individ er unikt, og at vi må hjelpe ut ifra det. Bunkholdt (2002, s. 61-63) trekker fram personlighet, identitet og selvet som viktige begrep i personlighetsteorier, ettersom de er med på å beskrive hvem vi er og hvordan vi oppfatter oss selv. Vi utvikler oss i de ulike fasene av livet og vi søker en form for trygghet og tilknytning der vi er. Miljøet rundt mennesket har stor påvirkningskraft og det er i møte med andre at forestillingen om oss selv og opplevelsen og vurderingen av andre blir til (Bunkholdt, 2002, s. 78-79). Skjema er et begrep som kan knyttes til dette. Det er der våre organiserte forestillinger om mennesker, ting, situasjoner og hendelser lagres, og mange skjema vedvarer gjennom hele livet (Bunkholdt, 2002, s. 178).

2.4.1. Speiling og viktige andre

Vi oppfatter altså oss selv på bakgrunn av hvordan andre oppfatter oss. Dette kalles speiling og er sentralt for individets tanker om selvet. Vår mentale forestilling av oss selv legger føringer for selvregulering, selvtillit og for hvordan vi forholder oss til andre (Smith, 2006, s. 142). Speilingen er en slags bekræftelse på egen verdi. Vi speiler den andre når personen gjør noe og vi speiler den andre for den personen den er (Binder & Nielsen, 2006, s. 117).

Mangelfull speiling kan resultere i tanker og oppfatninger slik som «jeg er ufordragelig», eller «jeg er bare verdt å elske når jeg er flink, pen og glad» (Binder & Nilsen, 2006, s. 119). Noen mennesker er viktigere for oss enn andre, og måten de speiler oss på vil ha økt betydning for selvet (Bunkholdt, 2002, s. 79).

Svindseth (2014, s. 317-319) skriver at selvbildet vårt har sammenheng med selvfølelsen og selvtilliten vår. Hvor stor verdi vi selv tenker vi har, påvirker selvfølelsen vår og den er ofte stabil over tid. Selvtilliten varierer derimot mer og blir påvirket av hvor godt vi klarer å mestre oppgaver vi får. Ufortjente følelser slik som skam, ydmykelse, skyld eller forlegenhet

kan endre selvbildet over tid. Selvbildet vårt er en viktig faktor som spiller en rolle når vi skal vurdere hva som er rettferdig behandling eller ikke. Kvinner vil reagere ulikt ettersom alle har særegne personlighetstrekk, følelser og benytter ulike forsvarsmekanismer. Når det kommer til sårbarhet og mestring, viser det seg at flere har relativt like reaksjonsmønstre. Mange mishandlede kvinner sier at de ble behandlet som om de ikke hadde verdi. Ydmykelse påføres av andre og maktsjevheten som ligger til grunn begrenser kvinnens mulighet for å «ta igjen». De negative tilbakemeldingene fra mannen, som er hennes viktige andre, blir internalisert til hva kvinnen tror om seg selv. De få positive komplementene hun får overskygges av alle de negative. Hennes egenverd krymper og hun skammer seg over seg selv. «Dette er den jeg er», tenker hun. Stygge kommentarer, lite tilgang på sosialt nettverk og uoppfylte drømmer om det som skulle bli et godt liv drar ned selvbildet. Selvtilliten og selvfølelsen og troen på egen mestring reduseres. Skyld og skam har på ulike vis konsekvenser for selvfølelse og mestring (Kirsebom et al., 2014), og manglende tro på mestring kan nesten gjøre endringer umulige, skriver Svindseth (2014, s. 326-327).

2.4.2. Forlate voldsutøver; Hvilke følelser mobiliseres?

De kvinner som tar steget og bryter ut av parforholdet vil kjenne på betydelige og langsiktige følelsesmessige og materielle tap, og disse tapene har stor påvirkningskraft på beslutningsprosessen. Blandede og motstridende følelser slik som skam og skyld, kjærlighet og hat kan oppstå, og i tillegg mister kvinnen en som har vært betydningsfull i livet hennes og som mest sannsynlig har formet henne til den hun nå er (Abrahams, 2007, s. 25). Når kvinnen forlater voldsutøver vil hun, i likhet med Bunkholdts beskrivelse av reaksjonen i en krisesituasjon, først kjenne på sjokk, nummenhet, uvirkelighet og mistro. Neste periode kaller Abrahams en overgangsperiode og den inneholder anerkjennelse av hva som har skjedd. Dette er en tid for å sørge, desorganisere og tilpasse seg, og følelser slik som sinne, tap, depresjon, mangel på selvtillit og intense, ukontrollerte emosjonelle følelser vil strømme på. Siste periode handler om reorganisering, bedring, forandring og det er på tide å starte oppbyggingen av et nytt liv, og spørsmålet blir da; hvordan kan krisesenteret og sosialarbeideren der hjelpe til i denne fasen?

3. Drøfting

Etter gjennomgang av teori og forskning kommer det frem både hvordan kvinnen kan oppleve et voldelig parforhold og hva som er viktig for å kunne forlate voldsutøveren. Jeg vil nå drøfte disse faktorene som har vist seg å være betydningsfulle for om hun tar dette valget, og jeg vil se på hva krisesenteret og sosialarbeideren kan hjelpe med, samt hva som kan være utfordringer i prosessen. Etske og praktiske utfordringer vil bli drøftet og i tillegg vil jeg trekke inn nåtidens koronatiltaks mulige påvirkning på kvinnens vei ut av det destruktive parforholdet. Jeg vil ta i bruk eksempler fra egne erfaringer fra krisesenteret, men bygge opp refleksjonen rundt relevant teori.

3.1. Attribusjon

Skal vi følge Hansen et al. sine funn fra sitt studie, så har endring i attribusjon vist seg å være av betydning for om kvinnen klarer å forlate voldsutøver. Det betyr at voldsofferets håp om at mannen skal endre seg til det bedre må forsvinne, og kvinnen må plassere skylden hos voldsutøver i stedet for hos seg selv. Eller hun må plassere skylden på noe indre, uforanderlig hos voldsutøver, i stedet for å se på handlingene hans som noe tilfeldig og forbigående. Det vil være naturlig å tenke at alle kjærlighetsforhold har både gode og dårlige stunder. Men når det er overveiende dårlige perioder, maktmisbruk og voldshendelser, tenker kanskje de fleste av oss som ikke har opplevd vold i parforhold på nært hold; hvorfor går hun ikke bare? Men faktum er at det kan være mange bakenforliggende grunner som vanskeliggjør det å forlate mannen og hjemmet, grunner som har kommet til syne gjennom teoridelen. Selvbildet har vist seg å bli svært redusert i voldelige parforhold og som Bunkholdt (2002, s. 255) sa, så er noen kvinner lettere tilbøyelige til å attribuere skylden på seg selv. Hvis vi tar utgangspunkt i at endring i attribusjon er en sentral faktor for å komme bort fra voldsutøver, hva kan da sosialarbeideren på krisesenteret bidra med for å medvirke til en slik endring?

Vi mennesker er sosiale vesener og avhengige av interaksjon med andre for å utvikle oss, utfordre oss og bli kjent med oss selv, dette argumenterer både Bunkholdt (2002, s. 78-79) og Per Morten Schiefloe (2003, s. 293) for når de sier at forestillingen av oss selv blir til i møte med andre. Skam har vist seg å være en følelse som er sterkt knyttet til voldsofferet, og flere kvinner har forsøkt å fortrenge eller skjule volden over en lengre periode. I tillegg kan

kvinnen kan ha mistet retningen og oversikt over hvordan det er greit å bli behandlet etter å ha levd isolert og såpass avskåret fra den sosiale omverdenen, en omverden som normalt sett preges av jevnlig kontakt med venner og bekjente. Et annet aspekt er at de negative tilbakemeldingene har blitt internalisert i kvinnen fordi, som Binder og Nilsen har vist til, blir mennesker speilet av andre mennesker vi omgås, og spesielt de vi har en nær relasjon til. Støtte fra andre, for eksempel ved individuelle samtaler eller i samtalegrupper er til hjelp for kvinnen sier Jonassen og Skogøy (2010, s. 124-125), og en del av arbeidet på krisesenteret handler om å gi nettopp slike tilbud. Gjennom samtaler kan kvinnene fortelle hvordan de har det og få en bekreftelse på at det ikke er de som er «gale». Å ta for seg voldsspiralen sammen med kvinnen gir henne mulighet for å se mønsteret i volden hun har levd i. Hun kan reflektere rundt sin egen situasjon, oppleve gjenkjennelse og muligens bli klar over hvordan det vil bli om hun flytter tilbake igjen. Slike samtaler kan tenkes å ha betydning for om kvinnen ser mannen sin i et nytt lys, slik at hun kan plassere skylden der den hører hjemme.

3.2. Krisesenterets arbeid

Mennesker er ulike, alle har vi våre grenser for hva vi aksepterer eller tolererer. Det har vist seg at en økning i voldens grad av alvorlighet, hyppighet eller omfang kan bidra til at kvinnen ser mannen i et nytt lys. Dermed blir volden i seg selv medvirkende til en endring i attribusjon og som igjen kan føre til en avgjørelse om å forlate forholdet, dette forklarer både Anderson og Saunders og Hansen, Thorsnes og Skjerve. Men det kan også tenkes at noen kvinner er så psykisk nedbrutt at de ikke evner å se eller å eventuelt gjøre noe med at de utsettes for vold. De fortsetter å bli holdt i grepet, sannsynligvis ufrivillig, siden mannen leder an, eller frivillig fordi det også forekommer rolige og gode periode i voldsspiralen. Selv om Fyrand (2016, s. 68) mener at de fleste nordmenn har gode sosiale nettverk og tilgang på råd og praktisk hjelp, vil det være noen kvinner uten særlig familie eller venner. Kvinner som har levd i isolasjon eller som har levd et dobbeltliv, på grunn av skyld og skam, har kanskje ikke så mange rundt seg som kan hjelpe. Voldens grense tøyes, grepet strammes og kvinnen blir stadig mer umyndiggjort.

Krisesenteret skal være et allment kjent og tilgjengelig tilbud for alle som trenger krisehjelp etter voldshendelser. Dette vises til i krisesenterlova §2 og på Bufdirs (2018) informasjonsside om krisesentertilbudet. Senteret driver ikke oppsøkende arbeid, men får direkte henvendelse

enten av kvinnen selv, noen i nettverket til kvinnen eller andre deler av tjenesteapparatet, som for eksempel politi, lege eller advokat. Hvis ikke andre kjenner situasjonen og voldshistorikken, vil det være kvinnen selv som tar kontakt. Denne vårens koronatiltak har ført til at flere par tilbringer mer tid sammen nå enn hva de bruker å gjør. Flere avisoppslag har ytret at det er stille på krisesentrene, og at de frykter voldsofferet har vanskeligere for å finne en anledning til å si ifra eller kontakte hjelpeapparatet. Det kan tenkes at det blir mer pågang på krisesentrene når tilstanden normaliserer seg, fordi forskning (NKVTS, 2020) har konkludert med at ved økonomiske og sosiale kriser, så øker risikoen for vold i hjemmet. Dette viser at kvinnens tilgjengelighet og fysiske mulighet til å oppsøke krisesenteret også er av betydning for prosessen med å forlate voldsutøver.

3.2.1. Sosial støtte og sosialfaglige ferdigheter

Krisesenterets mål er at kvinnen skal bli styrket slik at hun kan meste hverdagen og ta tilbake kontroll over eget liv. Som med de fleste mål man setter seg, vil det være delmål som skal nås før man kommer dit man vil. For å nå krisesenterets mål om å styrke kvinnen, er det relevant å ha fokus på relasjonsarbeid. Å rekke ut sin hånd, å ta kvinnen godt imot gjennom å vise varm omsorg, vil være viktig for at hun skal føle seg velkommen. Tillitt har vist seg å være sentralt i hjelpearbeid, og ikke minst vil dette være viktig for de som har levd sammen med en utrygg og uforutsigbar mann. Shulman (2003, s. 148) viser til ferdigheter i kontaktarbeidet mellom hjelper og bruker og sier blant annet at de første møtene er spesielt viktige for hjelperelasjonen. Denne relasjonen mellom hjelper og kvinnen er sentral gjennom kvinnens opphold på senteret, og kanskje også i ettertid. En god og trygg relasjon skaper tillitt og dette støtter også Farstad (2011, s. 203), som i tillegg sier at gode relasjoner reduserer skam. Ikke bare kan gode relasjoner øke kvinnens tillitt til hjelperen på krisesenteret, men kanskje også øke tillitten til andre deler av hjelpeapparatet og andre mennesker i og utenfor nettverket hennes.

At kvinnen i det hele tatt kontakter og møter opp på krisesenteret viser etter min mening tegn på styrke og mestring, noe hun burde bli anerkjent for. Anerkjennelse er i likhet med speiling med på å bekrefte hvem vi er, som vist i Ellingsen og Skjefstad (2015, s. 99). For å styrke kvinnen må vi ha tro på kvinnen, og speile henne med vår tiltro. Empowerment som Askheim (2012, s. 67) har skrevet om handler om å mobilisere kraft og ressurser hos den enkelte slik at de kan mestre hverdagen sin og oppleve kontroll i eget liv. Empowerment betyr

«myndiggjøring» på norsk, og begrepet går hånd i hånd med mestring. Sosialarbeiderens ferdigheter er viktig i arbeidsrelasjonen til kvinnen, og det viser også Lawrence Shulman (2003, s. 51) til, i tillegg sier han at brukeren, kvinnen i dette tilfellet, også har påvirkningskraft på hjelperen og relasjonen de får. Smaadahl (2014, s. 257) mener allikevel vil det være hjelperen som må bærer ansvaret for å utvikle god kommunikasjon og samarbeid. Dette kan hjelperen gjøre gjennom å vise at «jeg vil deg vel». Det er verdt å ta med at det ligger en automatisk makt i det å ha en hjelpende rolle. Det kan by på etiske dilemmaer, eller som tidligere nevnt, en vanskelig balansegang mellom hjelp og kontroll. Siden de voldsutsatte kvinnene åpenbart har levd i en underlegen posisjon i hjemmet vil det være ekstra viktig å ha en avklart tilnærming til egen hjelperrolle.

Det er ønskelig at kvinnen skal kunne ta kontroll over eget liv etter å ha levd lenge som undertrykket. Hjelp til selvhjelp som vist til i Ellingsen og Skjefstad (2015, s. 105) er et passende begrep, som betyr at vi skal bistå kvinnen slik at hun kan hjelpe seg selv ved å finne støtte i sin egen kraft i stedet for at miljøet og hjelperne rundt henne må yte hjelp. Mestring og myndiggjøring er knyttet til en slik prosess. Det vil ligge en form for forventning om at kvinnen på et eller annet tidspunkt skal jobbe mot målet om å ta ansvar for seg selv og eget liv, samtidig vil det være nødvendig å hensiktsmessige utfordringer til rett tid. Hvis kvinnen er psykisk og fysisk tappet i starten av oppholdet på senteret, kan kanskje det å bli tilbudt en ansiktsmaske, en middag eller en stille stund foran tv-en i samvær med andre være noe som gjør at hun kjenner seg litt mer vel. Slike tiltak vil kanskje være tilstrekkelig for henne å i startfasen av krisesenteroppholdet og det å ha for store forventninger til kvinnen vil etter min mening kunne være ødeleggende for relasjonen. På den andre siden kan ikke hjelperen vente for lenge med å involvere kvinnen i hennes egen selvhjelpsprosess, og det er viktig, slik Tove Smaadahl påpeker (2014, s.256), at kvinnen gjennomgår en bevisstgjøring for hvordan hun kan øke sin egen sikkerhet, og dermed føle økt mestring og myndiggjøring. Vi kan ikke «tvinge» andre mennesker til å gjøre noe, kun vise interesse og fokusere på sikkerhet og konsekvenser og vi kan invitere og oppfordre, men kvinnen må velge selv, og som Tove Smaadal sier (2014, s. 255), så må krisesenteret støtte kvinnen i hennes valg. Her gjelder det å finne en balansegang mellom hjelp og kontroll. Å starte der klienten er, vil bli avgjørende for å sette forventninger til arbeidsprosessen. Dette er kjent basiskunnskap for sosialarbeideren og avhenger av at hjelperen evner å bruke skjønn og klarer å sette seg inn den andres situasjon.

Menneskets identitet og tankegang er ulik, og derfor vil ikke alle reagere på samme måte.

Mens Abrahams blant annet beskrev sjokk, sinne, mangel på selvtillit, intense emosjonelle følelser, bedring og reorganisering som faser i en bruddprosess, vil ikke nødvendigvis det være treffende reaksjoner for alle. Menneskets identitet, tankegang og mekanismer for å håndtere stress er ulike, og det må vi som hjelpere ta inn over oss for å kunne yte best mulig hjelp, som vist til i Svindseth (2014, s. 318). Sosialarbeideren skal forsøke å hjelpe kvinnen til å håndtere følelsene, og fokusere på mestringsmekanismer i arbeidet. Eksempler kan være å dele opp kvinnens problemer eller arbeide med sortering av følelser, slik at kvinnen kan plassere sannheter og usannheter om seg selv på riktig sted. Dette viser Svindseth (2014, s. 317) til og i tillegg mener Fyrand (2016, s. 53) at en gjennom mestringsmekanismer vil angripe eller ta stilling til problemet en har i stedet for å unngå det.

Å «stille seg inn» er et uttrykk Shulman (2003, s. 82) bruker og det handler i korte trekk om å gjøre seg klar for samtalen med bruker. Da vil sosialarbeideren måtte legge bort forstyrrelser og leve seg inn i følelser og problemer som kvinnen kan ha. Samtalen bør planlegges, og det bør gis rom for at kvinnen kan vise alle typer følelser og kroppslige reaksjoner hun måtte ha. Det ligger frigjøring i det. Men hjelperen er også bare et menneske og kan selvfølgelig få reaksjoner på det som blir sagt. Shulman kaller det for å ha kontakt med egne følelser (2003, s. 203). Det er min personlige mening at kroppslige reaksjoner som tårer, oppspærrede øyne osv. kan uttrykke medfølelse og menneskelighet. Men alt med måte, og det er en balansegang mellom å være personlig og profesjonell. Det kan tenkes at noen kvinner ville bli usikre og utilpasse hvis hjelperen viser kraftige reaksjoner på det som blir sagt. Med andre ord er det viktig å kjenne seg selv og sine egne følelsesregistre, og være var på hva som trigger. Uansett, så er vi sosialarbeidere ulike på dette feltet, og det kan jo også være bra for brukeren å møte ulike helpere med ulike reaksjonsmønstre.

3.2.2. Praktisk støtte og tverrprofesjonelt arbeid

En annen del av krisesenterets oppgave er å gi informasjon, råd og veiledning til den voldsutsatte. Noen kvinner har levd et tilbaketrukkent liv hvor mannen har tatt seg av det meste av praktiske gjøremål. Tidligere viste Hansen et al. til at kvinnen kan kjenne på redsel for å være alene, samtidig som hun frykter å fortsatt bo med voldsutøver. Informasjon og veiledning kan derfor være til hjelp for kvinnen så hun kan få oversikt over situasjonen og hvilke muligheter hun har. Jonassen og Skogøy mente at nettopp dette kunne trygge kvinnen.

Noen kvinner vil ha behov og ønske om råd for hva de bør gjøre, hjelperen vil kunne få spørsmål av typen; «hva ville du gjort hvis du var meg?». Schulman (2003, s. 264) sier i den forbindelse at å være tilbakeholden med svar, eller å stille et motspørsmål vil kunne drive kvinnens selvhjelpsprosess videre. Sosialarbeideren som jobber på krisesenteret, og selv har et avklart privatliv eller et relativt velfungerende ekteskap, vil kanskje aldri helt forstå hva det innebærer når hun sier til den voldsutsatte; «du bør forlate den voldelige partneren din». Det er viktig å huske på at kvinnen har reist ifra kjærligheten og at uansett så ligger det en vanskelig tidsperiode bak at hun nå er på et krisesenter. Slik teoridelen ga innblikk i, så må vi forholde oss til at kjærligheten til de gode sidene av mannen og håpet om at volden skal slutte, kan bidra til at hun vil reise hjem igjen. I tillegg må vi huske på at det ligger i menneskets natur å høre til et sted. Voldsutsatte kvinner har ytret at det var spesielt hjelpsomt med bekreftelse fra fagfolk fordi denne bekreftelse bidro til redusert respekt og sterkere negative følelser overfor mannen (Hansen et al., 2009, s. 143). Bekreftelse og råd er ikke likestilte prinsipper, og det kan kanskje være lurt å spørre seg; hvorfor gir vi råd? Er det for at vi ønsker det beste for kvinnen, eller er det for å vise vår makt og kunnskap? Et alternativ til rådgivning er samtale, refleksjon sammen med kvinnen, og ikke minst at hjelperen er i stand til å være avventende og mestrer fokusert lytting. Dette viser også Shulman (2003, s.212-215) til. Det vil være lurt å stille åpne spørsmål i starten og få henne delaktig i tankeprosesser. Dette er en del av brukermedvirkningen, som står sentralt i sosialt arbeid og vist til i Ellingsen og Skjefstad (2015, s. 106).

Noen kvinner gav uttrykk for at å møte andre kvinner i samme situasjon var nyttig hjelp under oppholdet på krisesenteret. Gruppeterapi, som vist til i Ken Heap (2005, s. 22-23) er en form for kollektiv støtte og kan være en ressurs for den enkelte. I tillegg til å dele følelser, holdninger og å hjelpe hverandre, er det også noe meningsfullt i seg selv å være en del av en gruppe. Å tilrettelegge for gruppeterapi på krisesenteret eller hjelpe med å få kvinnen inn i en gruppe når hun flytter fra senteret, kan med utgangspunkt i gruppeterapiens hensikt være positivt for kvinnen. En annen hjelpende og tryggende faktor for at kvinnen skal kunne se for seg å leve alene, er å være trygg på at hun har støttende mennesker rundt seg. Manglende nettverk eller mangel på at nettverket kjenner til kvinnens situasjon er noe sosialarbeideren på krisesenteret kan sette fokus på.

I teoridelen har det vært gjennomgående at kvinnen lider tap når hun forlater voldsutøver. Det

kan tenkes at voldsutøvers venner og familie går tapt, og da må kanskje krisesenteret forsøke å fylle noen av de viktige sosiale rollene som nå er borte. Nettverkskart, som Fyrand (2016, s. 157-158) skriver om har som mål å få oversikt over hvem brukeren har relasjoner til, kvaliteten på relasjonene og potensielle ressurser som kan mobiliseres. Det kan tenkes at for noen så vil krisesenteret eller andre hjelpeinstanser utgjøre de nærmeste relasjonene på nettverkskartet, og etter min mening vil kanskje det å delta i en gruppe eller i organisert aktivitet, som eksempelvis gågruppe, treningsgrupper eller håndverksarbeid være en fin måte å utvide nettverket til kvinnen på. Jonassen (2014, s. 42) viser til at flere av kvinnene som møtes på krisesenteret har videre kontakt med hverandre etter oppholdet, og det sier noe om båndene som kan knyttes når en møtes og har noe til felles.

I tillegg til samtaler, informasjon og veiledning er også krisesenteret et sted for beskyttelse, sikkerhet og praktisk hjelp. Beskyttelse og sikkerhet kan bidra til økt trygghet, og hvor omfattende situasjonen til kvinnen er vil påvirke hvor lenge hun vil ha behov for å bli på senteret. Når den tid kommer at hun er over i Abrahams tredje fase i bruddprosessen, som handler om reorganisering og oppbygging av et nytt liv, kan krisesenteret eller andre deler av tjenesteapparatet bistå med hjelp av mer praktisk art.

Voldsutsatte kvinners tap av materielle goder har vist seg å være avgjørende for om hun ser for seg at hun klare seg alene mente Anderson og Saunders. Bolig, økonomi og jobb er spesielt stressende faktorer og derfor kan det være nødvendig å bistå på disse områdene. Det ligger sterkt i menneskets natur å ville klare seg selv. Men ikke alle har muligheten til det, og kvinner i destruktive parforhold kan være en utsatt gruppe. For å komme videre og skape et selvstendig liv igjen, kan NAV være en instans det er naturlig å koble på. NAV kan blant annet bidra med økonomisk hjelp og arbeidsavklaring. Å føle anerkjennelse ved å være i lønnet arbeid er verdifullt, dette påpeker også Kjersti Alsaker (2014, s. 237). Det er videre viktig at hjelpen kan bidra til at kvinnen får et eget hjem, et sosialt liv og en hverdag som gir mening. Vi må sikre disse godene for så mange som mulig, sier Kjersti Alsaker (2014, s. 239). Min mening er at rutiner og former for forpliktelser gir mestring.

Krisesenteret er et trygt sted å oppholde seg på, siden voldsutøveren ikke har mulighet til å komme inn. I teoridelen kom det frem at volden ikke nødvendigvis gir seg når forholdet er slutt. Innretninger og tiltak i den fremtidige boligen kan tenkes å være med på å trygge

kvinnen slik at hun kan se for seg å leve der alene. Dette støtter Hansen og Finsrud (2014, s. 86) som mener kvinnen må være helt trygg før hun tar steget ut av relasjonen. Derfor kan trygghetsalarm, kamera ved inngangsdøren og sikre vinduer bidra til økt sikkerhet. I tillegg kan besøksforbud eller omvendt voldsalarm være nyttig å få på plass dersom det er fare for gjentagende vold. Besøksforbud og voldsalarm er noe politiet må bistå med og politietaten vil være en aktuell samarbeidspart i mange tilfeller. De vil også kunne hjelpe med anmeldelse hvis kvinnen velger å gjøre det, og advokat kan kobles på for å få hjelp i prosessen. Etter år med å leve i frykt kan kvinnen ha flere psykiske og fysiske plager og flere av voldshendelsene kan sitte friskt i minne. Traumene kan sette begrensninger for hvordan hun kan leve og kanskje det vil ta tid før tilværelsen blir tilnærmet normalt. Samtaler på krisesenteret vil være nødvendig og hjelpende nok for noen. Andre trenger kanskje mer omfattende behandling, både for somatiske og psykiske plager. Spesialisthelsetjenesten i form av psykolog eller sykehus kan kontaktes, og bli med i det tverrprofesjonelle arbeidet for å styrke kvinnen.

Tverrprofesjonelt arbeid er en sentral del av sosialarbeiderens måte å jobbe på, og det står også henvist til i krisesenterlova §2, at krisesenteret skal yte hjelp gjennom samordning av tjenester, og gi oppfølging i reetableringsfasen. Gjennom tverrprofesjonelt arbeid kan tilbudet skreddersys i større grad, men arbeid med andre profesjoner kan også by på utfordringer ettersom alle instansene vil representere sin tjeneste. Avklaring og bevisstgjøring av hverandres forventinger, som vist til i Willumsen (2015, s. 159) kan være en nødvendighet for samarbeidet. Det viktigste fokuset må være brukers beste, uansett hvem som jobber sammen. Og hva trenger egentlig kvinnen? Hun er jo selv den beste til å svare på det spørsmålet. Brukermedvirkning er grunnleggende og igjen avgjørende for hvordan relasjonen blir. Det er sannsynlig at voldsutsatte har hatt manglende brukermedvirkning i parforholdet sitt, og det blir desto viktigere at kvinnen nå får oppleve at hennes tanker og ønsker blir tatt på alvor. Å skulle sjonglere brukermedvirkning kan også potensielt bli en utfordring for sosialarbeideren. Det er igjen en balansegang mellom hjelp og kontroll og det er heller ikke alltid brukerens ønske kan få gjennomslag på krisesenteret. Siden krisesenteret blir et felles hjem for de som til enhver tid bor der, vil det være visse retningslinjer og regler som må følges. Å følge regler kan potensielt komme i konflikt i forhold til at brukerens mål er selvstendige valg og kontroll over eget liv.

3.3. Videre oppfølging

Min erfaring fra krisesenteret er som nevnt at en del kvinner reiser tilbake til voldsutøver etter et opphold på senteret, og i teoridelen viste flere til forskning knyttet samlivsbrudd. Anderson og Saunders mente blant annet at kvinnens tidligere forsøk på å bryte ned voldsutøver burde ses på som mestring, et steg i riktig retning som den endelige målet. Det er min personlige mening at det vil være en fordel om kvinnen klarer å flytte for seg selv etter et opphold på krisesenteret, uten å reise hjem til voldsutøver igjen, for da å måtte gjennom en ny runde med negativ speiling og skyld og skam. Et godt grunnlag med positiv speiling, lærte mestringsstrategier, informasjon om vold og ulike valgmuligheter kan tenkes å være med på å bidra til at hun kan få dette til, samt tilbud fra andre hjelpeinstanser i form av økonomisk støtte og en trygg bolig., Ettersom sosial støtte er en viktig faktor for individet under og i etterkant av en ny livssituasjon kan det være hensiktsmessig at kvinnen fortsetter som dagbruker på krisesenteret, og komme til samtaler når hun har behov for. Kanskje også sosialarbeideren på krisesenteret, eller en eventuell kontaktperson på Nav, kan ha anledning til å komme på besøk i kvinnens egen bolig og treffe henne på hennes nye arena?

Mennesker i nettverket til kvinnen kan så vel som krisesenteret bidra med veiledning, følelsesmessig og praktisk støtte, og dette mener også (Fyrand, 2016, s. 53). Mennesker i kvinnens nettverk vil kanskje også ha et forhold til voldsutøver og kan derfor forstå kvinnen bedre enn den tilfeldige sosialarbeideren kan. Grupper og organisert aktiviteter i etterkant av krisesenteroppholdet kan også tenkes å være positivt, men vel og merke, så er det er ikke sikkert at alle kvinner har slike behov eller ønsker. Det vil kvinnen kunne avgjøre selv når hun forhåpentligvis har blitt styrket nok i troen på å tenke, vurdere og handle selvstendig.

4. Oppsummering og avsluttende refleksjon

Problemstillingen for denne oppgaven har vært: *Hva skal til for at kvinner flytter fra voldsutøver?* Gjennom teori og drøfting har jeg funnet flere faktorer som har vist seg å være av betydning for kvinnens valg om å forlate forholdet. Jeg har sett på økonomiske, materielle og sosiale faktorer, og gitt mye plass til å drøfte hva krisesenteret og sosialarbeideren der kan bidra med. Endring i attribusjon, økonomisk trygghet, kvinnens potensielle sikkerhet og sosial støtte er blant faktorene. Volden i seg selv kan bidra til at kvinnen ser på mannen i nytt lys, så vel som bekreftelse fra andre om at hun lever i et destruktivt parforhold, kan bidra til at hun gir opp håpet om at mannen skal endre seg.

Støtte fra familie og venner er uvurderlig for mange i en slik prosess, men jeg er overbevist om at sosialarbeideren på krisesenteret i mange tilfeller utgjør en betydelig faglig støtte og hjelp som bidrar til at kvinner frigjør seg fra menns voldsgrep. Et slikt voldsgrep er fast og hardt, og sett i lys av teoridelen og for eksempel de konsekvensene Abrahams knytter til det å bli utsatt for vold, så ser vi at det er mange tap som skal bygges opp igjen og repareres så godt det lar seg gjøre. Tap av sikkerhet, identitet og selvfølelse, tap av fysisk og emosjonell helse, nettverk og jobb, i tillegg til mangel på tillit til omverdenen, var blant disse. Av stor betydning for hjelperen i arbeidet med å frigjøre og å bygge opp kvinnen, er å trygge kvinnen, speile henne, koble på helsehjelp, bidra til økonomisk hjelp og ikke minst, bygge en tillitsskapende relasjon til henne. Om hjelpeprosessen blir enkel eller utfordrende vil variere ut i fra den enkelte kvinnens situasjon og avhenge av sosialarbeiderens hjelpende hender, i form av ferdigheter til å se personen i situasjonen og evne til å kunne starte der klienten er. Vi kan gi veiledning og råd, men til syvende og sist tror jeg det viktigste er at kvinnen må ville ut av forholdet selv.

En bakenforliggende grunn til at jeg valgte å fordype meg i denne problemstillingen, var fordi jeg ønsket å utvide kunnskapen min om voldsutsatte kvinner og deres vei mot et liv uten voldsutøver. Når jeg nå har fått mer forståelse for hvor vanskelig det kan være å ta valget, både av materielle og psykiske grunner, vil jeg ha en bedre forutsetning for å kunne sette meg inn i den hjelpetrengendes situasjon, og dermed er jeg i stand til å være en bedre sosialarbeider.

5. Kilder

Abrahams, H. (2007). *Supporting Women after Domestic Violence: Loss, Trauma and Recovery*. London og Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Alsaker, K. (2014). Voldens virkninger på kvinners sosiale liv og arbeidssituasjon. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 229-240). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Anderson, D. K. & Saunders, D. G. (2003). Leaving An Abusive Partner: An Empirical Review of Predictors, the Process of Leaving, and Psychological Well-Being. *Trauma Violence & Abuse*, 4(2), 163-191. <https://doi.org/10.1177/1524838002250769>

Askheim O. P. (2012). *Empowerment i helse- og sosialfaglig arbeid: Floskel, styringsverktøy eller frigjøringsstrategi?*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Berg, G. (2012). Skammens kompass: Fire retninger i en skamproduserende tid. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 49(4), 360-364.

Berg, I., Ellingsen, I. T., Levin, I. & Kleppe, L. C. (2015). Hva er sosialt arbeid?. I I. T. Ellingsen., I. Levin., B. Berg & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s. 19-35). Oslo: Universitetsforlaget.

Binder, P.-E., & Nielsen, G. H. (2006). Selvet og relasjonene – nyere psykoanalytiske perspektiv. I L. M. Gulbrandsen (Red.), *Oppvekst og psykologisk utvikling: Innføring i psykologiske perspektiver* (s. 104-139). Oslo: Universitetsforlaget.

Bostad, I. (2012). Filosofi og kjærlighet. *Norsk filosofisk tidsskrift*, 47(3), 17-29.

Bufdir. (2018, 3. oktober). Informasjon om krisesentertilbudet. Henta fra https://bufdir.no/vold/Et_helhetlig_krisesentertilbud/Informasjon_om_krisesentertilbudet/

Bufdir. (2020, 11. mars). Ivareta voksen beboer ved ankomst. Henta fra https://bufdir.no/vold/Krisesenterveileder/Under_oppholdet/Ankomst/Ankomst_til_krisesentret/

Bufdir. (2020, 28. februar). Krisesentre. Henta fra https://bufdir.no/vold/Krisesentre_incestsentre_og_botilbud_for_utsatt_ungdom/Krisesentre/

Bufdir. (2019, 15. august). Om beboerne. Henta fra https://bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Vold_og_overgrep_tall_og_statistikk/Krisesentertilbudet_i_norske_kommuner/Om_beboerne/#heading46772

Bufdir. (2018, 14. desember). Om partnervold. Henta fra https://bufdir.no/vold/Vold_og_overgrep_mot_voksne/Partnervold/

Bufdir. (2018, 8. mai). Under oppholdet (botilbudet). Henta fra https://bufdir.no/vold/Krisesenterveileder/Under_oppholdet/

Bunkholdt, V. (2002). *Psykologi: En innføring for helse- og sosialarbeidere* (2.utg). Oslo: Universitetsforlaget.

Eide, S. B. & Oltedal, S. (2015). Verdiens betydning for vår forståelse og vår handling. I I. T. Ellingsen., I. Levin., B. Berg & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s. 80-96). Oslo: Universitetsforlaget.

Ellingsen, I. T. & Skjefstad, N. S. (2015). Anerkjennelse, myndiggjøring og brukermedvirkning. I I. T. Ellingsen., I. Levin., B. Berg & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s. 97-111). Oslo: Universitetsforlaget.

Eriksen, I. (2014). Forlate eller forlate? Et essay om kvinners vei ut av voldelige forhold. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 353-363). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Farstad, M. (2011). *Skammens spor: Avtrykk i identitet og relasjoner*. Oslo: Conflux.

Fyrand, L. (2016). *Sosialt nettverk: Teori og praksis* (3.utg). Oslo: Universitetsforlaget.

Gripsrud, S. (2007, 23. november). Mishandlede kvinner mister seg selv. Henta fra <https://forskning.no/universitetet-i-bergen-sosiale-relasjoner-psykiske-lidelser/mishandlede-kvinner-mister-seg-selv/997625>

Hansen, L. & Finsrud, A.-M. (2014). Fysisk vold. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 81-90). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Hansen, H. K., Thorsnes, T. & Skjerve, J. (2009). Kvinners erfaring med partnervold – en kvalitativ studie. *Fokus på familien*, 37(2), 136-147.

Heap, K. (2005). *Gruppemetode: For sosial- og helsearbeidere* (5.utg). Oslo: Gyldendal Akademisk.

Hjemdal, O. K., Thoresen, S. & Holth, I. K. (2014). *Vold og voldtekt i Norge: En nasjonal forekomststudie av vold i et livsløpsperspektiv* (NKVTS-rapport 3/2014). Henta fra https://www.nkvts.no/content/uploads/2015/11/vold_og_voldtekt_i_norge.pdf

Isdal, P. (2018). *Meningen med volden*. Oslo: Kommuneforlaget.

Jonassen, W. (2014). Vold mot kvinner – historikk og status. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 37-51). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Jonassen, W., & Skogøy, E. (2010). *Et hjem for oss, et hjem for deg": En kartlegging om endringer i brukersammensetningen og bruk av krisesentrene* (NKVTS-rapport 1/2010). Henta fra <https://www.nkvts.no/content/uploads/2015/08/ethjemforossethjemfordeg1.pdf>

Justis- og beredskapsdepartementet. (2014). *Et liv uten vold: Handlingsplan mot vold i nære relasjoner 2014–2017* (Meld. St. 15 (2012-2013)). Hentet fra https://www.regjeringen.no/contentassets/97cdeb59ffd44a9f820d5992d0fab9d5/hplan-2014-2017_et-liv-uten-vold.pdf

Kirsebom, B. M., Vatnar, S. K. B., & Bjørkly, S. (2014). Partnervoldserfaringer: Helseplager, skyld, skam og Ansvarsattribution. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 51(11), 951-959.

Krisesentersekretariatet. (u.å). Vold og overgrep. Henta fra <https://www.krisesenter.com/fakta-om-vold/>

Krisesenterlova. (2009). Lov om kommunale krisesentertilbud. (LOV-2009-06-19-44). Henta fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2009-06-19-44?q=krisesenterlova>

Levin, I. (2015). Sosialt arbeid som spenningsfelt. I I. T. Ellingsen., I. Levin., B. Berg & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s. 36-46). Oslo: Universitetsforlaget.

Lynum, C. (2014). Psykisk Vold – den usynlige volden. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 91-103). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Moen, L. H., Bergman, S., & Øverlien, C. (2018). *Forebyggende tiltak mot vold i nære relasjoner. Kartlegging av kunnskap for veien videre* (NKVTS-rapport 2/2018). Henta fra https://www.nkvts.no/content/uploads/2018/06/Rapport_2-18_Forebyggende-tiltak.pdf

Myrvang, S. E. (2020, 25. mars). Bekymret for vold i norske hjem under coronapandemien. VG. Henta fra <https://www.vg.no/nyheter/innenriks/i/6jAkq3/bekymret-for-vold-i-norske-hjem-under-coronapandemien>

NKVTS. (2020, 6. april). Korona, smitteverntiltak og voldsutsatte. Henta fra <https://www.nkvts.no/aktuelt/korona-smitteverntiltak-og-voldsutsatte/>

Nilsen, A.-S. (2012). *Vold mot kvinner i nære relasjoner- Hva bidrar til og hva motvirker at voldsutsatte forlater voldsutøveren?* (Masteroppgave, Universitetet i Tromsø). Henta fra <https://munin.uit.no/bitstream/handle/10037/4359/thesis.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Nielsen, G. H., & Binder, P.-E. (2006). Den klassiske psykoanalysens grunnbegreper: Normalutvikling og psykopatologi hos barn og unge. I L. M. Gulbrandsen (Red.), *Oppvekst og psykologisk utvikling: Innføring i psykologiske perspektiver* (s. 72-103). Oslo: Universitetsforlaget.

Nøttestad, J. A. (2014). Menn som er voldelige i samliv. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 177-187). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Raaheim A. (2002). *Sosialpsykologi*. Bergen: Fagbokforlaget.

Schiefloe, P. M. (2011). *Mennesker og samfunn: Innføring i sosiologisk forståelse* (2.utg). Bergen: Fagbokforlaget.

Shulman, L. (2018). *Kunsten å hjelpe: Individer og familier*. Oslo: Gyldendal.

Shurman, L. A. & Rodriguez, C. M. (2006). Cognitive-Affective Predictors of Women's Readiness to End Domestic Violence Relationship. *Journal of Interpersonal Violence*, 21(11), 1417-1439. <https://doi.org/10.1177/0886260506292993>

Smaadahl, T. (2014). Krisesentrene som intervensjonsarena for voldsutsatte kvinner og deres barn i et livsløpsperspektiv. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 249-266). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Smith, L. (2006). Bowlbys teori om barnets bånd og empiriske studier av tilknytning. I L. M. Gulbrandsen (Red.), *Oppvekst og psykologisk utvikling: Innføring i psykologiske perspektiver* (s. 139-171). Oslo: Universitetsforlaget.

Svindseth, M. F. (2014). Overgrep – maktrelasjonen og ydmykelsesprosessen. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 315-329). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Sørbo, M. F. (2014). Helsekonsekvenser av vold mot kvinner. I K. Narud (Red.), *Vold mot kvinner* (s. 211-226). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Thoresen, S., Hjemdal, O. K., & Myhre, M. C. (2014). *Vold og voldtekt i Norge: En nasjonal forekomststudie av vold i et livsløpsperspektiv* (NKVTS-rapport 3/2014). Henta fra https://www.nkvts.no/content/uploads/2015/11/vold_og_voldtekt_i_norge.pdf

Thoresen, S., Hjemdal, O. K., & Wentzel-Larsen, T. (2014). *Vold og voldtekt i Norge: En nasjonal forekomststudie av vold i et livsløpsperspektiv* (NKVTS-rapport 3/2014). Henta fra https://www.nkvts.no/content/uploads/2015/11/vold_og_voldtekt_i_norge.pdf

Volinjen. (u.å). Henta fra <https://www.volinjen.no/derfor-er-det-sa-vanskelig-a-ga/>

Willumsen, E. (2015). Tverrprofesjonelt samarbeid i sosialt arbeid. I I. T. Ellingsen., I, Levin., B. Berg & L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s. 154-170). Oslo: Universitetsforlaget.