

Helseplager relatert til psykisk vold

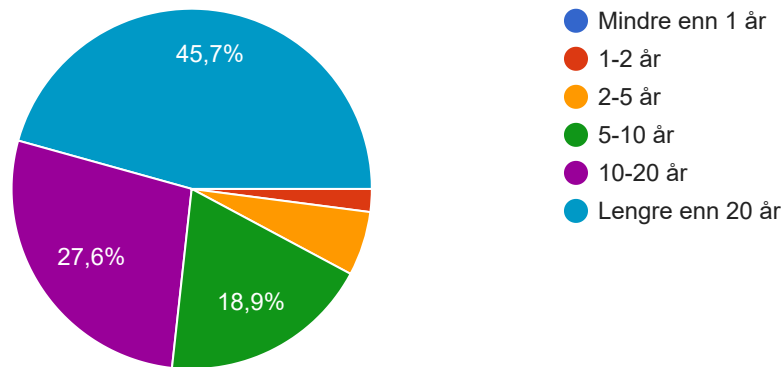
243 svar

[Publiser analytics](#)

Hvor lenge har du opplevd psykisk vold (gjennom hele livet)?

[Kopier](#)

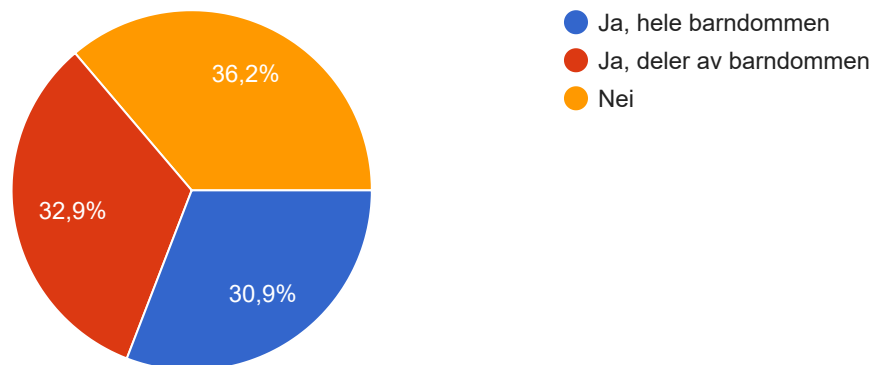
243 svar



Opplevde du psykisk vold i barndommen, fra familien?

[Kopier](#)

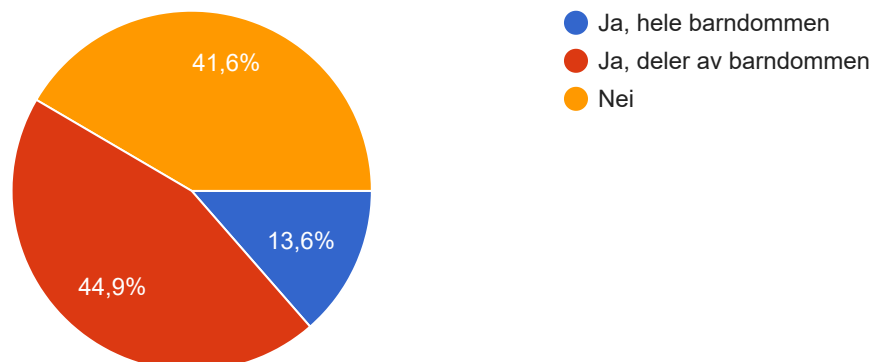
243 svar



Opplevde du psykisk vold i barndommen, fra noen utenfor familien (f.eks. mobbing på skolen)?

[Kopier](#)

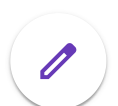
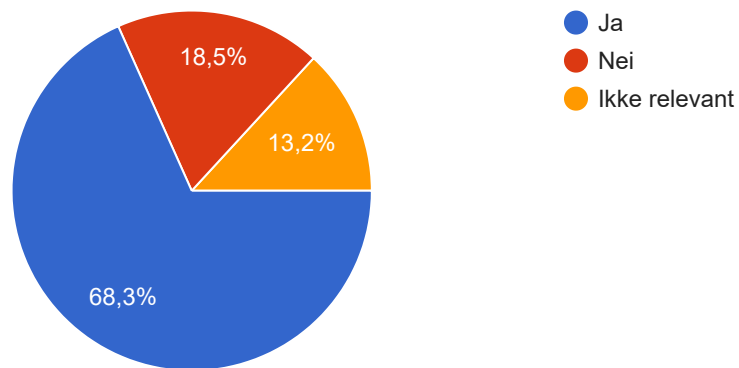
243 svar



Har du hatt helseplager som voksen på grunn av psykisk vold i oppveksten?

 Kopier

243 svar



Har du hatt følgende helseplager på grunn av psykisk vold (enten som barn eller voksen)?

 Kopier

243 svar

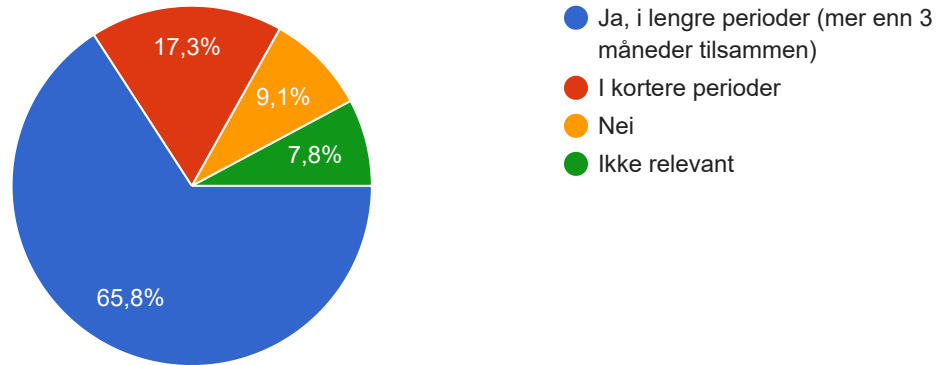




Har du vært sykemeldt i perioden du opplevde psykisk vold som voksen?

 Kopier

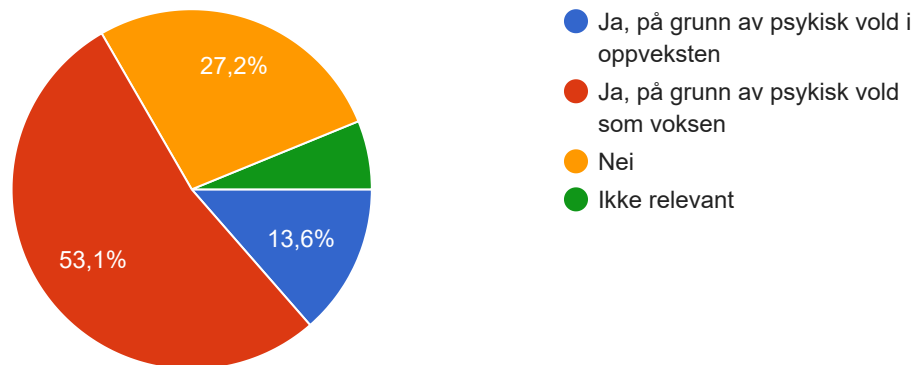
243 svar



Har du ramlet ut av arbeidslivet på grunn av psykisk vold?

 Kopier

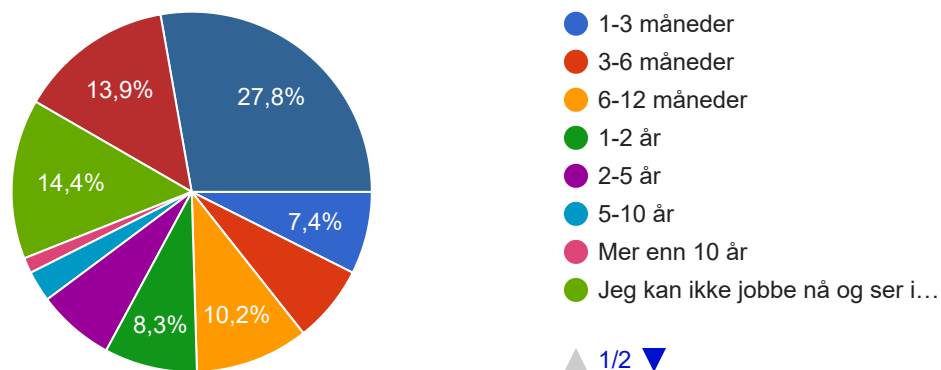
243 svar



Dersom du har vært helt ute av stand til å arbeide, hvor lenge varte det?

 Kopier

216 svar



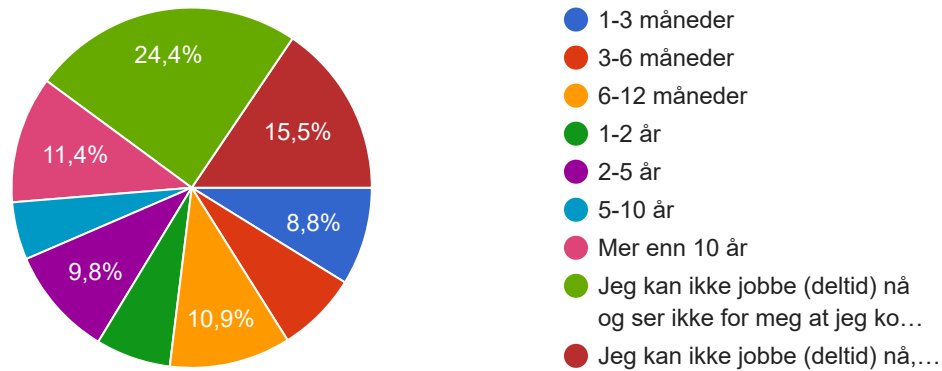
▲ 1/2 ▼



Dersom du har vært delvis ute av stand til å arbeide, hvor lenge varte det?

 Kopier

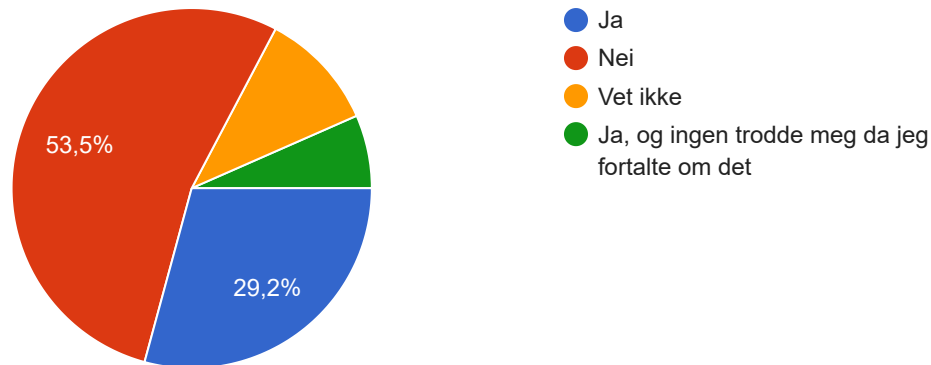
193 svar



Har du opplevd psykisk vold på arbeidsplassen?

 Kopier

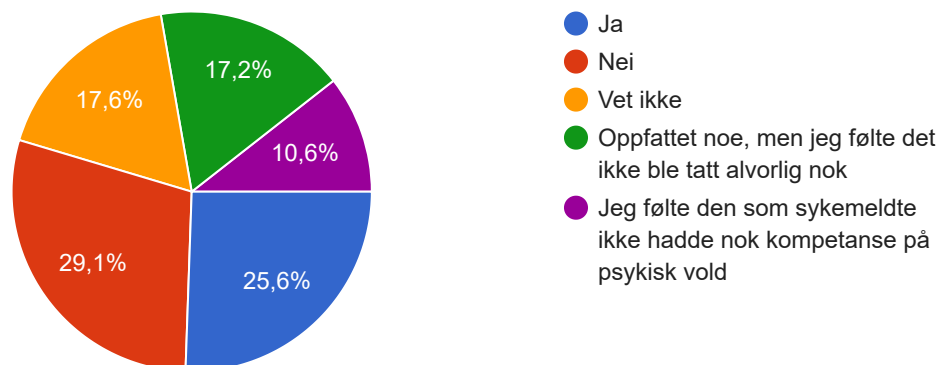
243 svar



Oppfattet den som sykemeldte deg at det gjaldt psykisk vold?

 Kopier

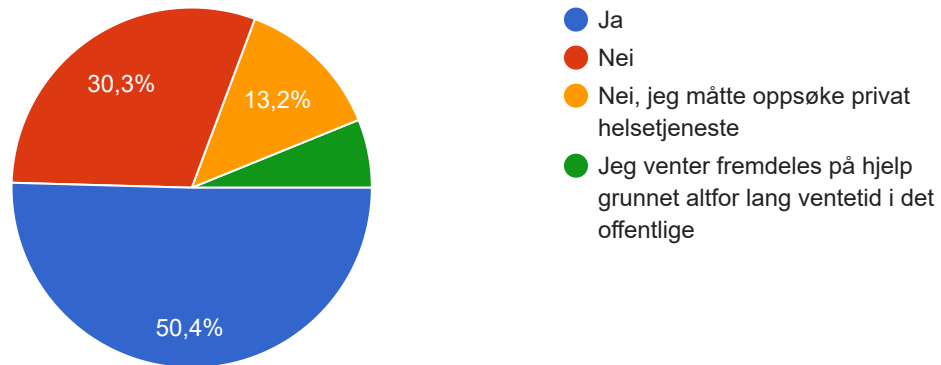
227 svar



Ble du henvist videre til psykolog eller annen hjelp av den som sykemeldte deg?

 Kopier

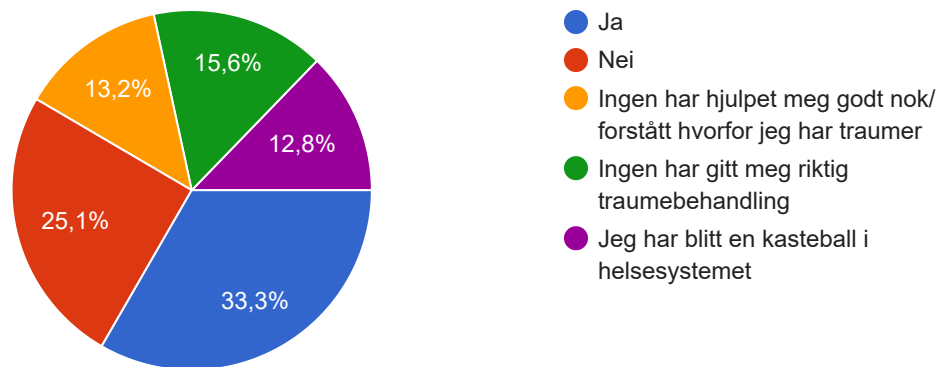
228 svar



Har du fått hjelp med traume(r) etter å ha opplevd psykisk vold?

 Kopier

243 svar



Hva savner du av kompetanse på psykisk vold i helsetjenesten?

185 svar

Generell kompetanse

Ja

At ting blir sett når man sier ting

Lære om psykisk vold allerede på barneskolen

Mer fokus på dette

Spesialister innen psykisk vold/vold i nære relasjoner . Psykologer osv

Kunnskap om tegn på at psykisk vold foregår. Kartlegging. Kunnskap om følgende av volden.

Kunnskap om at man blir syk

Savner rett og slett kompetanse og forståelse for hva det innebærer av mekanismer.

Helsepersonell tør å spørre - se omgivelsene / relasjonene til den som er dyk. Er de sunne / usunne

Hva det faktisk gjør med et menneske å oppleve psykisk vold over tid. Det har utrolig store konsekvenser

Møte mennesket uten å skulle diagnostisere. Jeg har ikke vært en del av helsevesenet i dette, gjort det meste selv

Hva psykisk vold egentlig er, emosjonell, økonomisk, materiell og seksuell vold ligger under dette. Hvordan gashlightning og traumbånd fungerer. Senskadene som følger med depresjon, høyt forsvar hvor en ikke kan kjenne på sine følelser og søvnvansker. Angst og overtenkning er en vant med og tror selv at det skal være slik.

Evne til å oppfatte det. Ikke bagatellisere. Opplevde at psykolog oppsummerte alt jeg hadde fortalt av galskap jeg ble utsatt for som " hun beskriver noe krangling i ekteskapet og hevder eksmannen var psykisk syk".Et skikkelig slag i ansiktet for meg.

Alt egentlig.. at det ikke er hovedsakelig meg som har tendenser mot et eller annet, men at det er en konkret følge av vold

Ett samordnet team mellom lege/psykolog/krisesenter/Nav, med tanke på alle følgene etter psykisk vold. (Psykiske plager/økonomi/avlastning og hjelp opp mot politi,

Generell kompetanse av alt egentlig



Forståelse for smerteuttrykk og at legene kan mer om hvilke fysiske- og psykiske helseutfordringer det kan gi.

Burde være en større del av utdannelsen. Psykologer/psykiatere/leger/sykepleiere. Både hva p. v. er og kan være, og hvilke (mange, ulike) utslag det kan gi hos den som er rammet. Også fysiske.

At de ser alvoret i at man er i fare og trenger beskyttelse fra voldsutøver. De bør slutte å ha vegring mot å snakke om vold når man er med de. De må slutte å påstå at man skal gå til politiet, det gjør bare alt mer farlig, politiet tar ikke vold på alvor.

Kunnskap

Traumebehandling

Generell forståelse

Personer som faktisk forstår psykisk vold.

Savner mer kunnskap for de som jobber med barn, både skole og barnehage, og spesielt familievernkantoret og barnevernet

Å bli hørt, å bli trodd, og også få tilbud om psykolog

Det må spørre om det, som en rutine, sammen med seksuelle overgrep

Hvordan håndtere psykiske senskader av å vært i relasjon med en voldelig psykopat/narsissist. Noen som stiller de riktige spørsmålene og vet hvordan man skal håndtere slike mennesker.

Kunnskap om alvorlighetsgraden av psykisk vold

Fastleger

JA, spesielt forståelse for foreldrefremmedgjøring

At de vet hva du snakker om og ikke sier at du har psykiske problemer.

Kompetanse om hva psykisk vold er, og behandling med fokus på hva psykisk vold er, og dens negative fysiske og psykiske følger/konsekvens.

At de forstår at psykisk vold er verre enn fysisk, at de oppdager det før en selv oppdager det, at de vet hvor man bør henvises og at de vet hva slags behandling som er mest effektiv

At systemvold eksisterer. Og selv om noe er nedfelt på papir i en journal, er det ikke automatisk sannhet. Systemet rundt kan påføre ofre for psykisk vold så mye merbelastning, for meg var denne opplevelsen det som tippet lasset og gjorde meg syk.



Faktisk komme inn og få hjelp

Jeg savner at de anbefaler at du blir henvist videre til spesialist, og at det blir tatt på alvor

Hos legen blir det sett på som noe midlertidig, men de ser ikke på det lange løp.

At det fanges bedre opp uten at den utsatte må forklare så mye. Kanskje et type krysskjema likt d man har for depresjon hadde vært et bra hjelpemiddel i å avdekke volden?

Jeg tror jeg har vært veldig heldig både med legen min og de han henviste meg til, jeg fikk hjelp fort og jeg fikk svært god hjelp

Vet ikke

Kompetanse om narsisisme, psykopati ,psykisk vold og mishandling i nære relasjon

At de kan for lite om npd og traumbånd

At det det er en norm å ha kunnskap om og innsikt i psykisk vold. At de med lavere fagkompetanse gis verktøy til å gjenkjenne mulig psykisk vold og få folk videre i systemet.

Mere opplyst om overgrep

Kompetanse på kombinasjon av psykisk vold i barndom og psykisk voldelig partner. Bedre kompetanse på partnere med personlighetsforstyrrelser som utøver psykisk vold på ektefelle/samboer/kjærest/barn/særkullsbarn. Partneren er ofte med i pårørendemøter til den voldsutsatte og overbeviser da behandler om at den som utsettes for vold er ustabil og alvorlig psykisk syk (snur virkeligheten på hodet).

Kunnskap om hvordan psykisk vold i oppveksten preger et barn og hvordan det påvirker den fysiske helsen over tid. Tenker ikke på fysiske skader barnet er påført, men f.eks. hvordan man blir mer mottakelig for infeksjonssykdommer når man er sliten av lang tids psykisk press (svækker immunforsvaret).

Kunnskap om at de som utsettes for psykisk vold, ikke vil si det rett ut med en gang. Det er skambelagt og offeret vil være ute av stand til å stå opp for seg selv eller åpne seg opp for noen de ikke er trygge på.

Evnen til å observere og tolke kroppsspråk.

At Politiet får gjort noko med det

Lettere tilgjengelig hjelp i akutte situasjoner.

Forståelse for området og hva som faktisk foregår. Fagfolk selv benevner det som "konflikt ". Svært provoserende uttrykk uten forankring i virkeligheten.

Forståelse av narcissistisk mishandling. Av manipulasjonen og det kompliserte og forvirrende
Av det ekstreme offerspillet og løgnnivået. Av at de ikke kan se narcissismen fra utsiden av de



nære relasjonene. Av at også kvinner mishandler psykisk, både sine barn og partnere (menn og kvinner). Av at skadene er omfattende og langvarige. Av at overgriperne lyver til alle instanser og myndigheter

Kunnskap om symptomer på psykisk vold, hva som skiller psykisk vold og krangling/streng forelder, at dem stiller spørsmål rundt dette, at dem vet hva slags hjelp man trenger, at dem hjelper deg med å bygge en trygg base rundt deg

Alt. At instanser gjenkjenner det og forstår senskadene

At det blir fanget opp og at man får hjelp. Fikk diagnosen depresjon og piller, alt av symptomer ble lagt under den diagnosen, de gadd ikke undersøke om det var noe annet. Man får ikke den hjelpen man trenger og blir kun tatt inn om du er suicidal og så blir du kasta ut igjen om det minsker. Man må trygle om utredning og behandling for ev diagnoser.

MER kompetanse

Kompetanse rundt den faktiske påkjenningen av manipulering av et annet menneskes virkelighet. Man kommer ut av et manipulativt helvete hvor man ikke har hatt råderett over sin egen virkelighet og så blir det behandlet som at man har "overdreven reaksjon på samlivsbrudd".

At helsepersonell har mer kunnskap om psykisk vold og voldens ettervirkninger

Psykisk vold på arbeidsplassen

større forståelse av alle mulige måter det kan påvirke offeret på

Lettere tilgjengelig

Synes kompetansen på psykisk vold er lik null i helsetjenesten, så ALT.

At behandler har nok kunnskap om tema, og ser behovet for behandling - henviser videre om de ikke har god nok kompetanse. Det er ikke alltid samtalerapi er viktigst, men andre former for terapi kan være mer aktuelle. Eks. Psykomotorisk fysioterapi, musikkterapi, gestaltterapi, i kombinasjon med fysoterapi. Sjelden tas det hensyn til både det fysiske (kroppslige) og det mentale (sinnet).

Forståelse. Aksept. Bli trodd.

Barnevernet har manglende kompetanse på psykisk vold

Hva det er og hvor mye det ødelegger et liv i ettertid også

Først å fremst å bli trodd, og evne til å forstå hva det gjør med helse

At det er lettere å identifisere/gjennomskue de som utøver psykisk vold og/eller de som er utsatt for det/ofrene. At man blir trodd og blir gitt «benefit of the dough» enn motsatt.



At leger og psykologer kan si rett ut at dette handler om personlighetsforstyrrelser og psykisk vold.

Evnen til å kommunisere kunnskap, og kunnskap i det hele!

Å kunne avsløre den som utøver psykisk vold. Min forrige fastlege avslørte min x

Noen lytter, tror meg, tar hensyn

Tiltak tidlig i prosessen slik at man ikke går lenge med ulike plager.

Generell kompetanse på hva psykisk vold innebærer og traumer som følge av det.

Mer kunnskap om hva de skal gjøre

Behandling pga PTSD, Fysiske plager pga PTSD. Innformasjon og veiledning/samarbeid.

Erfaringskonsulenter

At helsetjenesten forstår at det er vold det dreier seg om, og at når de først gjør det så tar de det på alvor. At de ikke bortforklarer eller bagatelliserer opplevelser.

De vet hva de driver med, desverre

Være offer av psykisk vold og når barn og er det

Aksept for hvor utbredt og inngripende det er

Tilgjengelighet og kompetanse

At de vet hva det er. Jeg forstod ikke selv at det var psykisk vold, før noen tok meg vekk, og forklarte hva det var. Først da etter en god stund forstod jeg hva det var. Psykisk vold er ikke så lett å få øye på, men man må vite hva man skal se etter. Eller høre etter.

Avvergningsplikt, krisesenter, veiledning, beskyttelse og forståelse

Helsetjenesten (med flere) har vært en av voldsutøverne i mitt tilfelle

Bidrag til å øke forståelsen hos arbeidsgiver/ skole/barnehage

Savner en generell forståelse av psykisk vold og konsekvensene av psy vold. Måter å kartlegge/avsløre psykisk vold. Samarbeid mellom instanser, som politi, helsetj. dommere og sakkyndige. Alle instanser burde ha kurs i dette.

At de anerkjenner det, at de lærer seg mere om det og ikke vender det andre kinn til.

Å bli sett da jeg kom med plager



Mer bevissthet hos fastlege og hos DPS. Psykisk vold er ikke noe de leter etter på skjemaene sine. De burde lage ett eget skjema for psykisk vold for å se hvor man slår ut.

at de forstår forskjell på et reelt offer for psykisk vold og en person som spiller offerrolle (som egentlig er narsissist og voldsutøveren). At de forstår at det ikke nødvendigvis er den som skriker høyest og først "x har gjort psykisk vold mot meg" som forteller sannheten. At de lytter til begge sider av saken før de "dømmer" (i barnevernsak). At de ikke bagateliserer det man forteller og ber deg "legge det bak deg". At de ikke ber voldsoffer "samarbeide bedre" med voldsutøver (ifm felles barn).

Hos fastleger: At de ikke vet hva som er tegn på psykisk vold, at de ikke vet hvordan de skal spørre om man er utsatt for psykisk vold, at de ikke vet at man ikke forteller om vold uoppfordret (ofte fordi den som er utstat ikke vet at det er vold hen er utsatt for, at de ikke vet at stress-realterte helseplager er et tegn på psykisk vold, at de ikke vet hvem som har størst risiko for å bli utsatt for psykisk vold etc etc

I BUP: mye av det samme som står over, men også at de ikke ser på det som sin plikt å utelukke psykisk vold som årsak til barnets vansker.

Påvirkning på barn. Dvs. at når man prøver å få hjelp til barna så står andre foreldren og blokkerer det fordi du trenger samtykke for psykolog/psykisk helsehjelp.

At selv om man ikke har blåmerker så er man allikevel skadet.

At det anerkjennes

Bli henvist videre

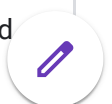
Det er generelt for lite kompetanse på psykisk vold hos fastleger og hos annet helsepersonell i førstelinjetjenesten. De klarer ikke å stille de riktige spørsmålene, og klarer derfor ikke å avdekke at det dreier seg om psykisk vold. Verktøy for å kunne avdekke psykisk vold er viktig. Ofte bagatelliseres volden som parkonflikt ("det kan da ikke være så ille", "alle krangler iblant" etc..) For voldsutsatte som gjennom vedvarende alvorlig manipulasjon og hjernevasking sliter med selvverdet, og ikke lenger tror på sin egen virkelighetsforståelse er det for det første vanskelig, om ikke umulig, å sette ord på det man har opplevd. Offeret kan også føle mye skyld, at det er ens egen feil. I slike situasjoner blir det da vanskelig å stå opp for seg selv - med det resultat at den psykiske volden ikke avdekkes.

Rett og slett kunnskap om hva psykisk vold er, slik at helsepersonell kan blir kjappere på å fange opp mennesker som utsettes for vold.

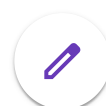
Vet ikke, for jeg har ikke vært i kontakt med helsetjenesten. Veldig lang ventetid hos psykolog.

Kunnskap og aksept for hvor mye skade individer med narsisstisk personlighet kan påføre sine medmennesker! Sånn at man blir møtt med forståelse!

At helsevesenet/psykologer kan å gjenkjenne psykisk vold. Jeg måtte selv finne ut av det med hjelp av ei vennine som er psykiater og har sin utdanning fra annet land som mente mine problemer ikke var kun fordi jeg var deprimert/utbrent



83 svar til er skjult



Hva mener du må forsterkes i helsetjenesten når det gjelder psykisk vold? Og hvordan?

186 svar

Alt

Vet ikke

Må bli flinkere til å oppfatte ting som psykisk vold p ikke bare konflikt

Mere forståelse og kunnskap. Ikke gi opp pasienten

Lettere tilgang på hjelp av psykolog

Folk som har spesial kompetanse innenfor psykisk vold/vold i nære relasjoner .

Vet ikke

Se over.

Utdanning og opplysning om psykisk vold og hva de skal se etter --se bakenfor "glansbildet" av hyggelige pårørende

Det å bli tatt seriøs, sett og hørt. Og få rett hjelp. Bedre tiltak og bedre tilbud

Direkte hjelp og steder å være på

Kompetansen hos behandlere gjennom kursing. Også ekstremt viktig hos fastleger. Og hos familievernkontoret, Avdekking, hvordan møte de som som har blitt utsatt. Tørre å stille spørsmål og skjønne at det tar tid.

Innføre pakkeforløp

Hvordan psykisk vold foregår, hva manipulering er

Se over. Samarbeid.

Forståelse, ett system som kan ivareta både meg og barna mine.

Billigere psykologer , en instanse som bare arbeider med dette (få riktig person inn som kan hjelpe til med alt av økonomi, og hva som skjer videre i prosessen , hjelp til å finne riktig personer som kan hjelpe med rettsinstansen, veien videre

Mer kunnskap. Bedre helhetlig tilbud og oppfølging til de som står i det og trenger hjelp.



Mange av oss vet det jo ikke selv, før etterpå. Og å sette ord på det er vanskelig. Men når ordene først kommer, da er det aller viktigste å bli hørt, trodd, og ikke retraumatisert. Så.. Samme svar som på forrige spørsmål.

Et legesenter bør ha spesifikk opplæring siden de ofte er første instans og det burde finnes hjelp til å bli frisk. Mine åtte samtaler med Dps har ingen hensikt, jeg er syk og ingen i helsevesenet gir behandling. Ventetiden på åtte samtale ved Dps etter opphold på krisesenter var over et år. Det kan ikke forklares hvordan ting bør forsterkes, først og fremst må jo noe finnes.

Mer Kunnskap allerede hos fastlege om dette. Pluss Flere psykologer.

Samhandling på tvers av instanser og kompetanse om psykisk vold.

Kompetanse

De eneste som forstår er de som har opplevd det. Er en vinn-tap eller tap-vinn situasjon. Men vi trenger dem som har opplevd psykisk vold for å forstå.

Det må mer kunnskap til hvordan de skal avsløre manipulasjon, og kunnskap om tegn og mønster blant barn som opplever psykisk vold

Forståelsen av hvordan dette henger sammen med fysisk helse.

Det må rase alvorlig. Flere krisesentre, flere eksperter på feltet. Hvem som utøver denne typen handlinger, hvor langt de er villige til å gå for å ødelegge andre mennesker.

Et protokoll med ulike instanser som settes inn når person melder fra til politi/krisesenter el om at det er ferde på fare.

Bedre kunnskap om psykisk vold. Dette burde vært i alle utdanninger til personer som jobber med mennesker. Og helst i grunnutdanningen på skolen for barn og unge. Evt. kurs/videreutdanning i første omgang.

Fastlege melder til politiet

Kunnskap og konkret handling/hjelp.

Det må inn på læreplanen til helsepersonell og skole. .

Kunnskap. Kunnskap. Og erfaringsbasert kunnskap, teori og praksis. Psykisk vold i nære relasjoner er tabubelagt. Mer åpenhet, og erfaringsbasert og forskning gir mer kunnskap og trygghet.

Øke kompetansen på hva psykisk vold er, at det tas like alvorlig som ved fysisk vold. Det må lages en egen utdanning/eget kurs som er pliktig å gjennomføre og som må vedlikeholdes minst 1 x pr år



Helsetjenesten må undersøke for psykisk vold. Barnevernet må leie inn uavhengige psykologer til å gjøre vurderinger ihht psykisk vold. Systemet må være klar over at de kan påføre vold, videreføre vold.

Kortere kø og bli tatt på alvor

Det bør være kortere venteliste til psykolog/terapeut

Kunnskap og mer tilpasset behandling

Helsepersonell må utdannes om psykisk vold, først og fremst.

Alle må kunne oppleve å få den hjelpen jeg fikk. Det burde være en standardisert pakke som alle som opplever psykisk vold får, på lik linje som det er et pakkeforløp for de som har kreft, burde det være et lignende opplegg for oss som opplever psykisk vold.

Har etikk og følger regler og plikt

Døgnåpent tilbud og strengere personvern

En generell kompetanseheving på alle nivå. Å erkjenne og arbeide utfra at ikke alle relasjoner kan løse konflikter fordi en part ikke ønsker det. At de innser at det ikke er vilje til samarbeid med overgripere og mishandlere og at de er mestere til å lyve og bedra og manipulere, ikke minst systemet. At høykonflikt oftest involverer vold og psykisk vold og at partene er og har vært i en asymmetrisk relasjon med mak-utbalanse. Med mye mer.

Bli tatt på alvor, og at helsetjenester får mere lærdom i slike situasjoner.

Bevilges mye mer penger til utredning og behandling av traumer forårsaket av psykisk vold. Dette gjelder både for helsetjenester til barn og voksne. F.eks. så trengs det flere psykologer og leger på dps'er for å ta unna ventelistene. Flere sertifiserte behandlere for ptsd/kptsd som følger flere av oss som er utsatt for psykisk vold.

Samtidig så har jeg tro på utbygging av kommunal tjeneste for oppfølging av psykisk sykdom (type «Mestringstjeneste») som er tilbud om samtale og evt. kurs/trening osv. som bidrar til å styrke den som sliter.

Det trengs også spesialkompetanse for barn/ungdom som blir utsatt for psykisk vold. Ofte er de så lojale at de ikke våger å fortelle hva som foregår og klarer ikke å sette ord på egne følelser. Dette vil på et punkt ta dem igjen i livet og koster samfunnet millioner fordi personen da ofte faller ut av arbeidslivet for en periode eller varig (ufør).

Kortere ventetid for å få psykisk helsehjelp, for de som ikke anses som akutt.

Raskere Henvisninger til psykolog.

Et bedre og mer stabilt fastlege tilbud, vil gjøre at pasienten tør å fortelle om det de står i. De fleste vil ikke snakke om intime detaljer til en legevakslege, eller turnuskandidat.

Sammarbeid mellom etater slik at du får hjelp i flere ledd også barna



Mere opplysning om hva som er psykisk vold. Beteinelsen for dem som blir utsatt for vold over tid . Lettere for den som blir utsatt kunne lese eller bli fortalt symptomer på hvordan kroppen og hodet reagerer.

Opplysninger, erfaringer på området. Og våge se det,.uten å skulle definere det som noe annet. (Blir ofte definert som konflikt)

Alt nevnt over. Og traumeresponsen vår må valideres som sykmeldingsgrunn, inkl langtids.

Ventetid for å få hjelp

Alt. Usikker, men mer kunnskap via kurs, at det kreves at psykologer, fastleger o.l går på intensive kurs om psykisk vold, evt at flere psykologer ansatt i kommunen er spesialisert på psykisk vold

Kompetanse økning av helsepersonell og hos advokater etc

Å gjenkjenne det

Kompetanseheving.

Tilbud om psykolog med kompetanse på feltet

At man får øyeblikkelig hjelp når man vurderer å bryte ut eller har brutt ut eller kastet ut av et forhold med psykisk midhandling. At man gjør nøye granskning av foreldre der det er barn involvert som manipuleres

Se svaret over. Føler at psykisk vold ikke blir tatt nok på alvor av helsepersonell, og at ringvirkningene den psykiske volden har på psyke og psykosomatiske plager ikke har noe godt helhetlig oppfølging

Kunnskap om psykopati og narsissisme

Helseansattes forståelse av konsekvensene av psykisk vold for pasienten. Alle mulige utfall for forskjellige personers sårbarhet bør kartlegges og forståes i større grad av alle helseansatte.

Lettere tilgjengelig

Lettere å få hjelp

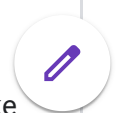
Forståelse

Kompetanse

Helhetlig hjelp

Forståelse for hvor ødelagt man blir, hvor hjernevaska man blir, og at det tar ekstremt lang tid å avprogrammeres.

Forebyggende tiltak, evne til å begrense kontaktpunkter mellom utsatt og utøver (skjerming), ivaretagelse av barna, kompetanse hos det enkelte senter på samtidig behandling av psykiske



og fysiske helsevansker knyttet til psykisk vold. Antall behandlere med særkompetanse på området, og økt antall øvrige behandlere (ikke psykologer, men andre terapeuter).

Bevissthet om psykisk vold på arbeidsplassen må tas på alvor.

Mer kunnskap om hvordan hjernen fungerer.

Mer fokus, spør om det

Flere psykologer som er utdannet til å forstå og hjelpe de som er utsatt for psykisk vold.

At de tilegner seg nok kunnskap til å forstå hvor ødeleggende dette er for den som blir utsatt for det, og at det også påvirker barna og familien rundt. Når et menneske blir utsatt for psykisk vold, som er "usynlig" påvirker det andre relasjoner. Det er vanskelig for dem rundt å forstå når det ikke er fysiske bevis. Det eneste som vises, er at den voldsutsatte blir forandret. Sliten, angst, depresjon, nervøsitet og manglende tillit til andre.

Kompetanse. Lovpålagt grunnleggende kunnskaper innen all helserettede utdanninger, i BV, politi, FVK

De må tro på oss

Det må bli tatt mere på alvor, vente lista er for lang,for få får hjelp

Måtte søke privat behandling grunnet ventelister og mistro til DPS etter dårlige erfaringer. Får i dag svært god hjelp, men det er en økonomisk byrde.

Kompetanse!

Ressursene og tilgjengeligheten

Mye bedre oppfølging etter utskrivelse . Ferre primærkontakter. Mer kompetanse på konsekvenser i forhold til manipulering og grooming av felles barn, og manipulering av fagpersoner.

Folk med erfaring, må mer kunnskap ut til folket generelt

Kunnskap til å avdekke vold. At helsepersonell tar det på alvor og er en klar støtte for de som er utsatt. Når det først avdekkes, at de er modige nok til å stå sammen med offeret i enhver situasjon der det er behov for støtte fra helsepersonell.

De må bli flinkere til å sile ut psykopater og narsissister FØR de får seg jobber som henholdsvis psykolog, fastlege, lærere, barnevern, etc.

Barns rettsvern og krav på hjelp uten at begge foreldre skal samtykke

Mer kompetanse. Når jeg feks har sagt at samboeren er slem mot meg,kaller meg mye stygt og er mye sinna. Så er det ingen som forteller meg hva det er..



Hurtig lavterskel tilbud. Mange kan være mer aktive i egen tilhelingsprosess om man får tidlig hjelp til å sette ord på hva som skjer, og bli sett, og få verktøy å jobbe med.

Tilgang på hjelp når man trenger det og terapeut med kunnskap om psyk.vold i nære relasjoner

De må ha kurs i hva det er, og da av noen som har opplevd det på kroppen. De bør egentlig være innoom ett krisesenter i praksis som en del av utdanningen. Eller som ett kurs over en periode. Vi hadde to politistudenter der jeg var på krisesenter og se fortalte at alt de så og opplevde der, gjorde at de lærte veldig mye om vold som skole ikke kunne lære de.

Kompetansen, ikke bare i helsevesnet, men også hos dommere i rettssystemet, nav, som kunne bistå med hjelp tidligere, gjerne om man sliter økonomisk etter vold. Sakkyndige/Barnevernet burde også ha høyere kompetanse om vold. Mange ser på offeret som ustabil når de ikke klarer å legge bak seg det de har opplevd.ingen forståelse.

Kanskje et tydeligere lovverk som holder helsearbeidere ansvarlige når/hvis de unnlater å hjelpe, eller når de selv blir den som utøver psykisk vold. Lyd og/eller bildeopptak som pasienten selv kan velge å bruke. Kanskje denne foreningen på sikt kan starte en ordning der de som føler seg utrygg/utsatt kan få med seg noen som skjønner seg på psykisk vold i møter med offentlige instanser?

Traumebehandling må være mer tilgjengelig for alle aldersgrupper

Burde være lettere å få psykiatrisk sykepleier, når legen ber deg om å søke hjelp.

Samarbeid mellom ulike etater, hjelper ikke med en god psykolog hvis sakkyndige/psykologspesialist ikke klarer å fange opp eller har forståelse for psykisk vold, i en barnefordeling sak. Mener det er en alminnelig foreldrekonflikt og tvinger foreldrene til å samarbeide. Finner ikke grunnlag for at den ene part er farlig å samarbeide med. Generelt alt for lite kunnskap om psykisk vold i hele samfunnet.

Kunnskap!

Tilbud om samtaler, kortete ventetid. Flere terapeuter med tilskudd.

at man skal slippe å bli kastet hit og dit og å få følelsen at ingen ønsker å hjelpe deg.

- Familievernkontoret hjelper kun hvis eks-par kommer sammen for å "samarbeide" om felles barn.

- Alternativ Til Vold hjelpe KUN de som har opplevd psykisk vold i ekteskapet/samboerskapet. De hjelper ikke hvis den verste volden starter etter bruddet.

- Raskere Tilbake, ønsker kun å hjelpe folk i KORT tid med mål om å få de tilbake i jobb.

- DPS avviste søknad om undersøkelse av PTSD fordi jeg står midt i konflikten nå (etter bruddet og må samarbeide om felles barn). Det nytter ikke behandle PTSD mens traumatet pågår.

- Fastlegen har begrenset tid og "kaster deg ut" når den korte legetimen er oppbrukt (forståelig fordi det er nye pasienter sin tur, men likevel sårt).

At man kan få den samme personen å snakke med over lengre tid, det hjelper lite å måtte fortelle hele historien på nytt hver gang.



At de forstår at den psykiske volden kan bli mye verre ETTER et brudd, spesielt om man må forholde seg til eksen ifm felles barn.

At de kan mer om manipulasjon og gaslighting, og forstår at dette er en del av psykisk vold .
Psykisk vold er mer enn bare "vanlig mobbing".

Det må bli plikt til å spørre (på egnede måter) om psykisk vold, hos fastleger, jordmødre, i BUP, DPS etc. Leger må få opplæring i hvordan man går fram for å avdekke psykisk vold, og de må følge gjeldende retningslinjer når det gjelder registrering av informasjon om vold i journalen. Man kan vurdere å ta i bruk kunstig intelligens for å avdekke psykisk vold.

Hvordan det utvikler seg og kompetanse for å avsløre det. Etter det kan det med psykiske og fysiske plager bli tatt men først må de kunne se det.

Kunnskap om manipulasjon, bli tatt på alvor, flere gratistilbud

At helsetjenesten ser at det gjelder psykisk vold, og tør å stille de riktige spørsmålene eller bekrefte at det er psykisk vold. Tro på ofrene av dette. Kartlegge situasjonen om det gjelder barn, andre familiemedlemmer eller omgangskrets. Tilby samtalehjelp/psykolog. Foreslå tiltak videre. Som et offer for psykisk vold kan det være vanskelig å be om hjelp eller bli trodd, så det å møte ofrene på en riktig måte er viktig.

Henvisning raskere til spesialisthelsetjeneste

God traumebehandling fra kompetente psykologer (individuell helsehjelp).Hjelpen må komme tidlig inn, for å forhindre utvikling av posttraumatisk stresslidelse, angst og depresjon. Jeg mener det bør opprettes et særskilt tiltak. Tidligere var det noe som het "Det Gule Huset". Det var et tiltak der voldsutsette for psykisk vold fikk hjelp. Jeg husker ikke om dette var et prosjekt eller et ildsjeltak. Det ble nedlagt på slutten av nittitallet. Man må etablere et tilsvarende fast, varig tiltak, ikke helsetiltak som er avhengig av midlertidig prosjektfinansiering, og som blir lagt ned etter kort tid.

Samtale/support grupper hvor man møter andre som har opplevd det sammen, gjerne ledet av en terapeut med kompetanse på psykisk vold.

Det må opprettes særskilte tiltak tilrettelagt for barn og unge.

Kompetanse på hva det er, samt hvordan det påvirker offeret.

Det må taes på alvor, rett og slett.

Lavere terskel for å få psykologhjelp

Å få styrket psykolog tilbudet så man slipper stå månedsvi i kø før man kommer til!

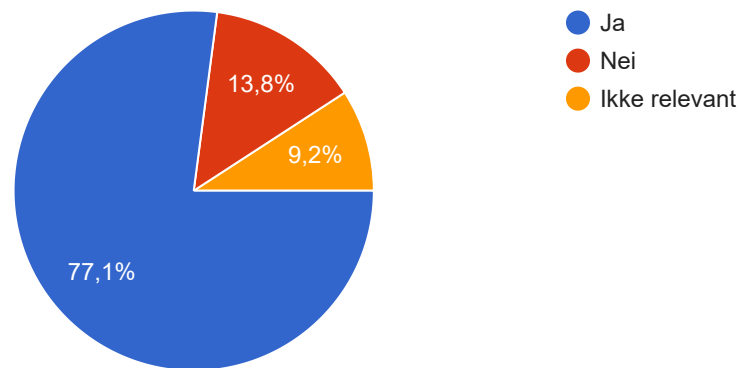
84 svar til er skjult



Har du lidd økonomisk tap som følge av at du ikke har kunnet arbeide
grunnet psykisk vold?

 Kopier

240 svar



Dersom du har vært utenfor arbeidslivet som en følge av psykisk vold: Hva tror du kunne fått deg raskere tilbake til arbeidslivet?

243 svar

Vet ikke

Vet ikke

Kunnskap

Traumebehandling

Vanskelig å svare på

Ikke relevant

Usikker

Jeg vet ikke.

Er ikke utenfor arbeidslivet

Psykolog

Jeg ble ufør pga sammensatte hendelser, bla veldig dysfunksjonell familie og veldig traumatiske opplevelser. Ikke bare psykisk vold

God terapi

Oftere hjelp

Vet ikke, tok meg lang tid å skjønne at jeg var utsatt for psykisk vold selv

Hjelpeapparat og team med riktig kompetanse som støtter opp på alle områder man må trenge det. Man kan gå fra det ene ekstreme til det andre følelsesmessig , noe som er utrolig slitsomt (nummenhet, anspenhet, angst , depresjon, sinne, tristhet osv). Viktig å få hjelp til å mestre dette

Å bli trodd, og få støtte- både med søknader, skjemaer, økonomi, barn, kunnskap og veiledning om hvordan volden kan påvirke kroppen, og hva som er vold. Tilrettelegging på arbeidsplassen, en stressende hverdag i helsevesenet er en elendig kombinasjon med stress fra vold hjemme.

At hjelpeapparat forsto alvor(politi, barnevern)

At noen stoppet volden mot meg og barna



Hjelp

Se over

Tidligere avdekking av volden og hjelp til å komme ut av relasjonen(e)

Riktig hjelp.

Jeg er selvstendig næringsdrivende så jeg har bare måttet fortsette

Jeg hadde kontakt med min jobb under sykemeldingen og var innstilt på å komme tilbake

Enda mer traumebehandling, kanskje.

Raskere behandling etter brudd med voldsutøvere. Måtte i stedet leve i frykt for at han skulle oppsøke meg i årevis etterpå. Politiet må få mer kunnskap om vold som ikke er fysisk, og andre lover for å kunne hjelpe voldsutsatte.

Mye mer støtte, ikke måtte gjøre alt alene, ikke måtte kjempe mot systemet hele tiden

At jeg slipper den økonomiske bekymringen hele tiden. Personlig så har jeg bedt om verge nå, for å slippe å bruke krefter på økonomi. Jeg har barn som også er utsatt og trenger alle mine krefter til henne, jobb og hverdag.

Slippe å kjempe en kamp om å bli trodd . Bruker all min energi på at det yngste barnet mitt ikke skal ha samvær med far

Et menneske som var spesialisert i dette og kunne hjelpe til med veien videre

Hjelp til å finne en arbeidsplass/ stilling som kunne passe bedre for en med slike erfaringer. Ikke alle stillinger passer etter slike erfaringer, men jeg har stor tro på at man kan være samfunnsnyttig i en annen stilling dersom man får prøve seg ut. Mange har lite selvtillit etter slike opplevelser og kunne trenge hjelp til å finne rett arbeidsplass.

Ikke direkte. Men ble fortalt at jeg gjorde mer nytte for meg hjemme, og ikke kom til å tjene så mye uansett. Ble isolert ut av arbeidslivet, hadde vært fullt ut i stand til å jobbe.

Behandling ville gjort meg frisk. Jeg får ikke bearbeidet alt alene, det er umulig, derfor vil jeg forbli ufør resten av livet.

Fått hjelp som liten.

Jeg ble sykemeldt pga langvarige påkjenninger over tid, både fysisk og psykisk vold. Mange instanser ble involvert ved brudd fra barnefar. Skulle ønske det var en koordinator som kunne holdt i prosessen, samt fått rask traumebehandling.

Det blir vanskelig å komme seg tilbake i arbeid og finne deg en plass du kan tjene nok til livsopphold for deg og 3 barn mens man har hull i CVn pga isolasjon og psykisk vold over flere



år

Psykedelika/cannabis som en del av behandling

Jeg utviklet ME på grunn av min fortid mest sannsynlig, det finnes dessverre ingen kur for dette.

Jeg ble ufør grunnet ulykke før jeg opplevde psykisk vold i ekteskapet

Traumebehandling og forståelse av hvor viktig det var å ikke ha kontakt med foreldre i voksne alder. Alt for mye fokus på å tilgi. Først skal vi tåle, så skal vi tilgi og så blir vi stemplet som vanskelige fordi vi ikke vil ha kontakt. Dette handler om mangel på kunnskap. Volden slutter ikke når man fyller 18, den vedvarer.

Jeg kom raskt tilbake

En annen livserfaring. Mer forståelser for at det er vanskelig å stole på mennesker.

Bedre hjelp til å holde voldsutøver på avstand. Generell aksept at null kontakt bør være et valg, selv om det er barn inne i bildet. Det er ikke til barnets beste at voldsoffer blir tvunget gjennom systemet til å samarbeide med voldsutøver.

Vet ikke for skadet meg tilfeldig

Arbeidsgiver som tar grep HMS

At mitt barn ikke lenger bor hos voldsutøver, som de siste 5 årene (fom barnet fylte 12 år og kunne bestemme bosted selv) har nektet/sabotert kontakt/samvær med barnet mitt.

Større forståelse og kunnskap og å bli trodd.

Adekvat behandling. Terapi, ene- og gruppesamtaler, respekt og aksept for at psykisk vold har skjedd. Nøkler til å mestre/forstå/komme seg bort fra helseskadelig mennesker kjapt.

Forståelse for at jeg ble utsatt for psykisk vold og kompetanse på hva psykisk vold er, og bli sendt til riktig traumebehandling

Å få tilpasset behandling raskere, bli identifisert som et offer raskere.

Behandling

Motivasjon.

Tilrettelagt arbeid.

Hjelp til å forstå hva jeg har vært utsatt for, mye tidligere (før kroppen sa stopp). Gode råd fra en person m kunnskap kunne spart meg for år m selvpining, da jeg ikke forstod omfanget av



hva jeg er utsatt for før jeg ble syk og sengeliggende, Ble m d "tvunget" til å begynne å ta tak i problemene, istedenfor å leve livet som "flink pike"

Det eneste som hjalp meg var å komme meg bort fra partneren min. Jeg vet ikke om jeg noen gang blir helt bra, men nå fungerer jeg i det minste i hverdagen, å det gjorde jeg ikke før

Vet ikke, bearbeide traumer, opplevelse av å være trygg, at arbeidsplassen har forståelse for at traumer tar tid. Jeg trenger å lære å regulere kroppen og få kroppen til å skjønne at jeg ikke er i fare. Alarmsystemet mitt er overaktivt

Økonomi og psykologi støtt

Raskere behandling og bedre støtteapparat

ingenting per i dag, for jeg er for gammel.

Mere hjelp fra helsetjenester .

Psykisk vold på arbeidsplass: Dersom nærmeste leder hadde brydd seg nok om sine ansatte slik at han/hun virkelig utførte lederoppgavene sine (f.eks. angret en «feilansettelse» og brukt prøvetiden for det den er ment til). Psykisk vold barndom/eks: Hjelp til å innse hva som har hendt og til å bryte usunne relasjoner raskere.

Forståelse

Tverrfaglig hjelp nav, politi, krisesenter, psykolog, sosionom, atv osv

Ledelsen hadde tatt kontakt tidligere.

At politiet og barnevernet tok dette på alvor.

Å bli fanget opp

Om NAV / lege osv hadde skjont at de konkret må gjøre enkelt arbeid tilgjengelig, og deltids/fleksibelt, for de som kan og ønsker.

Jeg er så knust, svak og uten tillit og selvtillit pga mishandlingen over mange år at jeg klarer ikke å søke / selge meg.

Raskere hjelp!

At jeg hadde blitt forstått og tatt seriøst, at psykologen kunne gått mer intensivt fremfor å bare fokusere på utredning.

Har ikke vært utenfor arbeidslivet grunnet vold

Hjelp før heg ble syk. Raskere og adekvat hjelp etter jeg ble syk



Raskere hjelp for reelle plager, forsto ikke selv hva "alt" kom av og ting måtte jo ha en diagnose for å få sykemelding. Da var det lettere å ha "vondt i ryggen"

Vet ikke om jeg kunne kommet tilbake i arbeidslivet, men behandling hadde jo vært ypperlig for å kunne prøve å leve et verdig liv i hvertfall

Mer strukturert hjelp. Liker ideén om et slags pakkeforløp

Raskere og seriøs oppfølging i det psykiatiske helsesvnet. Det å bli tatt på alvor og ikke avfeid som at jeg tåler samlivsbrudd dårlig

At jeg skjønnte tidligere at det var psykisk vold jeg var utsatt for, traume behandling og psykomotorisk fysio

Å bli sett og tatt på alvor

Har ikke vært utenfor arbeidslivet pga psykisk vold. Har opplevd utenforskap i arbeidslivet pga psykisk vold. Jeg kunne isåfall fått bedre hjelp til å håndtere sosiale utfordringer, slik at jeg i ytterste konsekvens slipper å falle utenfor arbeidslivet.

Støtte

Tilrettelegging

Tilrettelegging

At noen hadde lyttet, forstått, og hjulpet meg å forstå hva jeg hadde vært utsatt for slik at jeg hadde skjønnet at det ikke var meg det var noe galt med på et tidligere tidspunkt.

At ansvaret ble plassert der det hørte hjemme; hos utøver og ikke hos meg som var utsatt.

Støtte fra min leder da jeg ble utsatt for psykisk vold/ trakassering på jobben. (Jeg har ikke vært sykmeldt, valgte til slutt å si opp/ bytte jobb og skjønner ikke hvorfor jeg ikke gjorde det før, men jeg var redd for å få en dårlig referanse av min forrige leder. Jeg klarte ikke å sette grense overfor de som trakasserte meg/ brukte ropestemme. Har også opplevd grensekrenkelser i barndommen.)

Tilrettelagt jobb. Ikke for mye press i starten.

En psykolog med peiling på psykisk vold.

Jeg var sykmeldt kun to uker. Ingenting kunne fått meg raskere tilbake. Det var i forbindelse med brudd.

Å bli tatt på alvor av rettsystemet og få rett behandling hos psykolog.

Jeg er så skadet at jeg har ikke mulighet til å komme tilbake i arbeid



Kom aldri tilbake. Måtte flykte fra hjemmet. Min lege sa at jeg ikke kunne behandles pga den som utførte vold fortsatt er i verden

Bedre behandlings- og terapitilbud

At noen kunne forstå og bekrefte at det en har blitt utsatt for, er vold og at det er alvorlig.

Riktig hjelp på et tidlig stadie. Bli tatt på alvor

Hjelpeinstanser med kunnskap. Fått støtte i hjelpeinstanser.

Det vet jeg ikke

Fortere hjelp

Tidligere hjelp

Ikke relevant.

Rask hjelp

Forståelse og aksept

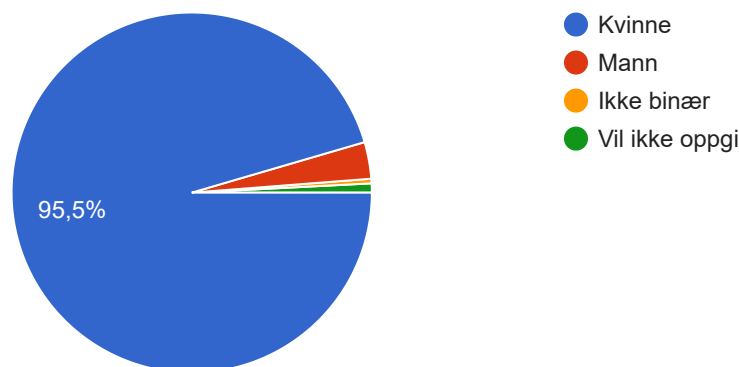
Vet ikke, Mere informasjon om psykisk vold

130 svar til er skjult

Kjønn

 Kopier

243 svar



Hvilket år er du født? Svar med fire sifre.

243 svar

1974

1988

1968

1981

1982

1978

1984

1972

1976

1973

1979

1983

1975

1986

1970

1980

1985

1987

1967

1969

1991



1963

1964

1977

1990

1965

1997

1989

1959

1971

1993

1999

1946

1956

1958

1952

1994

1962

1995

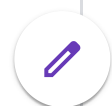
2001

1966

1989

77

1947



1992

2002

2003

1961

1957

1978

1950

1996

1969

03081975

Dette innholdet er ikke laget eller godkjent av Google. [Rapportér uriktig bruk](#) - [Vilkår for bruk](#) - [Retningslinjer for personvern](#)

Google Skjemaer

