

Gunhild Vehusheia, Ellen Roberg og Wanja J. Sæther

VEIEN UT AV VOLD, OVERGREP OG UTNYTTELSE

HÅNDBOK MED
PRAKTISKE RÅD



 Universitetsforlaget

VEIEN UT AV VOLD,
OVERGREP OG
UTNYTTELSE

*Gunhild Vehusheia, Ellen Roberg
og Wanja J. Sæther*

VEIEN UT AV VOLD, OVERGREP OG UTNYTTELSE

HÅNDBOK MED PRAKTISKE RÅD

UNIVERSITETSFORLAGET

© Universitetsforlaget 2022

ISBN 978-82-15-04617-4

Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelser. Uten særskilt avtale med rettighetshaverne er enhver eksemplarframstilling og tilgjengeliggjøring bare tillatt i den utstrekning det er hjemlet i lov eller tillatt gjennom avtale med Kopinor, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk. Utnyttelse i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning og kan straffes med bøter eller fengsel.

Boken er gitt ut med støtte fra Kompetansesenter for kriminalitetsforebygging og Kriesenteret i Salten.

Henvendelser om denne utgivelsen kan rettes til:

Universitetsforlaget AS
Postboks 508 Sentrum
0105 Oslo

www.universitetsforlaget.no

Omslag: Universitetsforlaget / Sissel K. Tjernstad

Illustrasjoner: Lisa Aisato

Sats: ottaBOK

Trykk og innbinding: 07 Media – 07.no

Boken er satt med: Stempel Garamond LT Std 10,5/14

Papir: 100 g Amber Graphic



Forord

Denne boka er skrevet for deg som lever i vold og overgrep, som har opplevd vold, ulike former for overgrep og andre integritetskrenkelser eller som ønsker å være en hjelper til et menneske i en slik situasjon. Målet med boka er at alle – både de som er utsatt for ulike former for integritetskrenkelser og hjelperne deres – på en enkel måte skal få bedre oversikt over hvilken hjelp som finnes, hvilke rettigheter utsatte har, hva man bør huske på og hvilke spørsmål som bør stilles. Vi håper boka gir noen svar, formidler håp og bidrar til at det blir lettere å ta egne valg.

I mange kapitler vil du få praktiske råd. Du får tips om hva som kan være nyttige bevis og dokumentasjon som kan sikres av deg eller andre til eventuell senere bruk. Du får også forslag til hvordan du bør forberede deg dersom du befinner deg i en utnyttelsessituasjon og ønsker å planlegge før du drar. Boka inneholder huskelister og ulike maler som kan brukes når man skal be om hjelp. Du finner en liste over disse i sin helhet på side 17.

Noen av våre råd og tips vil du kanskje mislike eller være uenig i. Da har vi oppnådd ett av våre formål, nemlig å få den som er utsatt for vold og andre krenkelser, og vedkommendes hjelper til å ta stilling til og finne ut av hva som er best i den enkeltes situasjon. Ingen liv er like, og ingen løsninger passer alle.

Boka skal klargjøre hva de ulike hjelperne, både profesjonelle og private, skal eller kan bidra med. På den måten håper vi samarbeidet kan flyte lettere. Den vil også hjelpe ansatte i førstelinjetjenestene som ønsker å bidra med praktiske tips og råd. Vi håper at boka inspirerer til deg som hjelper slik at også du makter å strekke deg litt ekstra for å hjelpe en person eller en familie som trenger drahjelp i en krise. I en del tilfeller klarer ikke systemet vårt å hjelpe mennesker ut av en utnyttelsessituasjon og inn i et liv hvor de kan gjøre bruk av alle sine ressurser uten at enkeltpersoner tar litt ekstra ansvar.

Boka er også et oppslagsverk. Her finner du navn på instanser som kan kontaktes og kan hjelpe den som er fornærmet videre. I margin i boka vil du finne en del lovtekster eller begreper, i sluttnotene vil du finne alle andre henvisninger: fullt navn på lovene, henvisning til forskrifter, retningslinjer,

rundskriv, dommer fra Høyesterett (rettspraksis). Det forklares litt om reglene, men den er ikke ment å være utfyllende om lov- og regelverket. Rettsregler endrer seg hele tiden. Denne boka er oppdatert i henhold til gjeldende rett per august 2021. Dersom det brukes ord og begreper du ikke forstår, har vi et eget kapittel bakerst med forklaringer på ord og begreper som brukes mye i boka.

Vi som utgjør redaksjonen og har skrevet det meste av boka er Ellen Roberg, Wanja J. Sæther og Gunhild Vehusheia. Ellen Roberg har selv vært utsatt for vold. Hennes erfaringer og kampen for å få leve et liv i frihet har gjort at hun i dag har stor kunnskap om voldsofres rettigheter og hvor de kan søke hjelp. Hun holder foredrag for blant annet krisesentre og på Politihøgskolen. Wanja J. Sæther er daglig leder ved Krisesenteret i Salten, og har lang erfaring med å jobbe med og for voldsutsatte og deres rettigheter. Gunhild Vehusheia er advokat, og har i hovedsak oppdrag som bistandsadvokat og i foreldrekonflikter. Vehusheia har tidligere blant annet vært daglig leder i Juridisk rådgivning for kvinner (JURK). Kapittel 4.3 og kapittel 6 er skrevet i samarbeid med professor Kjersti Alsaker.

Takk til referansegruppen for gode innspill både innledningsvis og avslutningsvis i skrivearbeidet. Takk til styringsgruppen for det faglige overordnede blikket, for kloke refleksjoner og for at dere har stilt klare forventninger til oss. Takk til Silje Marie Finsæther Lourens, Peder Furu Flingtorp, Astrid Kristensen Haldorsen og Lise J. Thomassen for hjelp med innspill til boka og til korrekturlesing. Takk til Universitetsforlaget og redaktørene Kristiane Bjørkøy Fimland Solvin og Mina Hennem Mohseni. Takk til Kompetansesenter for kriminalitetsforebygging og Krisesenteret i Salten for tildeling av midler til prosjektet og utarbeidelse av boka. Stor takk til brukerreferansene våre! Dere vet hvem dere er, selv om vi ikke kan nevne dere med navn.

Mest av alt – takk til de største heltene i våre liv: alle dere som tar de tunge, tøffe skrittene ut av krenkelser, dere som har tillit til oss som tar imot dere, dere som lar oss ta del i historiene deres, i redsel, i sorg og i glede. Takk for tilliten dere viser oss! Dere er vår største inspirasjon, og hver dag gir dere oss kraft til å fortsette kampen mot vold, krenkelser og utnyttelse.

Oslo, 16. mai 2022

Gunhild Vehusheia, Ellen Roberg og Wanja J. Sæther

Innhold

Forord	5
Huskelister og maler	17
KAPITTEL 1	
Innledning	19
1.1 Du har rett til å være trygg	20
1.2 Mer om bakgrunnen for boka	22
KAPITTEL 2	
Hva kan jeg gjøre med min vanskelige situasjon?	23
2.1 Sikring av bevis	26
2.1.1 Huskeliste: Til deg som er utsatt	26
2.2 Kan jeg få hjelp hvis jeg ikke anmelder eller hvis det ikke er begått en straffbar handling?	27
2.3 Konkrete råd til deg som forlater en trussel- eller voldssituasjon	27
2.3.1 Huskeliste: Dersom jeg skal forlate situasjonen ...	28
2.3.2 Huskeliste: Rett etter at jeg har forlatt situasjonen ..	29
2.4 Hva risikerer jeg om jeg oppsøker hjelp? Om taushetsplikt og meldeplikt	30
2.5 Konkrete råd til deg som vurderer å bli i en trussel- eller voldsrelasjon	33
2.5.1 Huskeliste: Hvis jeg blir værende	34
2.6 Hvorfor kan det være vanskelig å bryte ut av en destruktiv relasjon?	34
KAPITTEL 3	
Hvordan kan hjelpere bidra?	36
3.1 Hvordan kan du hjelpe?	36
3.2 Hvordan kan du sikre bevis som profesjonell aktør?	37

3.2.1	Huskeliste for profesjonell aktør som ønsker å notere ned fra samtaler/hendelser	38
3.3	Hvordan kan du sikre bevis som familie, pårørende og nabo?	38
3.3.1	Huskeliste til hvordan familie, pårørende og naboer kan notere ned fra samtaler/hendelser	39
3.4	Må du melde fra om mistanke om vold og mishandling? Om avvergingsplikten	40
3.5	Andre rettslige grunnlag som gir plikt til å melde fra	42

KAPITTEL 4

	Hva kan være straffbare integritetskrenkelser i Norge?	44
4.1	Vold	46
4.1.1	Kjærestevold	48
4.1.2	Vold på arbeidsplassen og på skolen	48
4.2	Mishandling i nære relasjoner	49
4.2.1	Psykisk vold	52
4.2.2	Digital vold	54
4.2.3	Materiell vold	54
4.2.4	Økonomisk vold	54
4.2.5	Latent vold	54
4.2.6	Seksuell vold	55
4.2.7	Fysisk vold	55
4.2.8	Motvold	55
4.3	Drap i nære relasjoner	55
4.3.1	Forklaringsmodeller på vold i nære relasjoner	57
4.4	Straffbare seksuelle overgrep	58
4.4.1	Ulike former for seksuelle overgrep	59
	Seksuell omgang (voldtekt)	60
	Seksuell handling	61
	Seksuell adferd	62
4.4.2	Andre straffbare seksuallovbrudd	63
4.4.3	Seksuell omgang med barn	63
4.4.4	Seksuelle overgrep mot barn på nett	63
4.4.5	Andre definisjoner på seksuelle overgrep	64
4.5	Menneskehandel og tvangsarbeid	64

4.5.1	Huskeliste: Innledende avklaring av hvorvidt en person er utsatt for menneskehandel	65
4.6	Økonomiske krenkelser og lønnstyveri	66
4.6.1	Forslag til mal: Skriftlig anmeldelse av lønnstyveri/utnyttelse i arbeidslivet	68
4.7	Identitetstyveri (ID-tyveri)	70
4.7.1	Forslag til mal: Anmodning om opplysninger på mitt navn	71
4.8	Straffbare trusler	72
4.9	Hensynsløs adferd, alvorlig personforfølgelse (stalking) og deling av krenkende bilder	73
4.10	Tvangsekteskap	75
4.11	Tvang til å utføre handlinger, unngå å gjøre noe eller holde ut	76

KAPITTEL 5

	Alle kan utsettes for vold og overgrep	78
5.1	Barn	78
5.2	Barn vitne til vold	79
5.3	Gravide og mødre	80
5.4	Eldre	81
5.5	Personer med samisk bakgrunn	82
5.6	Personer med minoritetsbakgrunn	82
5.7	Mennesker med nedsatt funksjonsevne	83
5.8	Mennesker med rusproblematikk	83
5.9	LHBTIQ	84
5.10	Forskjell på volden mot kvinner og volden mot menn? ...	84

KAPITTEL 6

	Hva er virkninger og konsekvenser av å være utsatt for vold og andre alvorlige integritetskrenkelser?	86
6.1	Helseproblem og voldserfaringer	86
6.2	Følelsesmessige konsekvenser og reaksjoner	87
6.3	Psykiske traumer	90
6.4	Kan man bli kvitt ettervirkninger av å være utsatt for vold og krenkelser?	92

KAPITTEL 7

Har jeg rett på gratis advokat?	93
7.1 Bistandsadvokat	93
7.2 Fritt rettsråd og fri rettshjelp	95
7.3 Gratis advokat gjennom egen forsikring eller fagforening	98
7.4 Forvaltningsloven § 36	98
7.5 Advokatvakt eller Kontoret for fri rettshjelp	99
7.6 Studentrettshjelpiltakene	99
7.7 Gatejuristen og Barnas jurist	100

KAPITTEL 8

Skal jeg anmelde til politiet?	101
8.1 Når anmelder politiet på eget initiativ?	103
8.2 Offentlig påtale?	103
8.3 Hvis jeg anmelder og politiet oppretter en straffesak – hva skjer da?	104
8.4 Jeg er usikker på om jeg skal anmelde – hvem kan jeg snakke med?	106
8.5 Om anmeldelse	107
8.5.1 Huskeliste: Forberedelse før avhør	108
8.5.2 Forslag til mal: Skriftlig anmeldelse	112
8.6 Bistand av en tiltroperson i avhøret hos politiet?	113
8.7 Om politiets etterforskning	114
8.8 Er saken min blitt for gammel til at den kan anmeldes? ...	115
8.9 Spesielt om anmeldelse av arbeidslivskriminalitet og mulig menneskehandel	116
8.10 Hva skjer med gjerningspersonen dersom jeg anmelder? ..	116
8.11 Avslutning av saken din hos politiet	116
8.11.1 Forslag til mal: Klage på henleggelse	117

KAPITTEL 9

Kan jeg få økonomisk hjelp fra NAV eller andre?	120
9.1 Huskeliste til informasjon du bør ha tilgjengelig når du skal søke om støtte fra NAV	121
9.2 Statlige støtteordninger – trygdesystemet	122
9.3 Kommunale støtteordninger – sosialsystemet	122

9.4	Råd og veiledning og eventuelt en individuell plan	125
9.5	Særlige kommentarer knyttet til noen grupper fornærmede	126
9.5.1	Mennesker utsatt for vold i nære relasjoner eller tvangsekteskap	126
9.5.2	Mulig offer for menneskehandel, offer for tvangsarbeid eller utnyttelse i arbeidslivet	126
9.5.3	Du som må leve i skjul – hvor politiet har gitt deg fortrolig eller strengt fortrolig adresse	127

KAPITTEL 10

	Har jeg rett til hjelp fra lege og annet helsepersonell?	128
10.1	Rett til psykisk helsehjelp	129
10.2	Spesielt om helsehjelp til fostre, barn og unge	130
10.3	Rett til tannbehandling	132
10.4	Rettigheter til ulike grupper som ikke er norske statsborgere	133

KAPITTEL 11

	Har jeg rett til tilrettelegging på skolen og på arbeidsplassen?	135
11.1	Utdannelse og arbeid – en rettighet	135

KAPITTEL 12

	Fortsatt opphold i Norge eller støtte til retur til hjemlandet?	137
12.1	EU-borgere eller familiemedlem til EU/EØS-borger – hovedregler	137
12.1.1	Huskeliste: Avklaring av oppholdsrett i Norge	139
12.2	Borgere fra land utenfor EU/EØS – hovedregler	140
12.3	Særlig rett til å bli i Norge for spesielle grupper fornærmede	141
12.3.1	Rett til midlertidig opphold og økonomisk støtte ved utnyttelse i arbeidslivet	141
12.3.2	Rett til midlertidig opphold i Norge dersom man er et mulig offer for tvangsarbeid – refleksjon	141
12.3.3	Midlertidig oppholdstillatelse for ofre for menneskehandel	143

12.3.4	Oppholdstillatelse til offer eller vitne etter endt straffesak vedrørende menneskehandel	143
12.3.5	Rett til opphold på selvstendig grunnlag grunnet vold fra partner eller omsorgsutøver	144
12.3.6	Rett til opphold i Norge på humanitært grunnlag	145
12.4	Returnere til hjemlandet sitt med hjelp fra IOM	146

KAPITTEL 13

Hvordan kan politiet eller domstolen hjelpe og beskytte meg?		147
13.1	Politiets vurderinger og analyser	149
13.2	Voldsalarm	149
13.3	Besøksforbud	151
13.3.1	Hva med samvær mellom barn og foreldre ved besøksforbud?	154
13.3.2	Forslag til mal: Anmodning om besøksforbud	154
13.3.3	Forslag til mal: Begjæring om forlengelse av besøksforbud	156
13.3.4	Forslag til mal: Begjæring om utvidelse av besøksforbud til å omfatte et geografisk område	157
13.4	Kontaktforbud	158
13.5	Kontaktforbud med elektronisk kontroll – eller omvendt voldsalarm	159
13.6	Brudd på besøksforbud og kontaktforbud	160
13.6.1	Forslag til mal: Anmelde brudd på besøks- og kontaktforbud	161
13.7	Fortrolig og strengt fortrolig adresse i folkeregisteret	162
13.8	Politiets forebyggende arbeid	164
13.9	Andre sikkerhetstiltak	165
13.9.1	Liste over mulige sikkerhetstiltak	165

KAPITTEL 14

Særlige rettigheter til barn og unge som er fornærmet?		167
14.1	Når er et barn utsatt for vold, og hva bestemmer den unge selv?	168
14.2	Hvis du er under 18 år og trenger advokathjelp – hva gjør du?	169

14.3	Skal jeg snakke med barn hvis jeg mistenker at det kan ha skjedd noe kriminelt?	169
14.4	Avhør av barn – tilrettelagt avhør	170
14.5	Rett til å få snakke – plikt til å forklare seg	170
14.6	Kort om verge og setteverge	171
14.7	Barn som lever med en (tidligere) voldsutsatt mor eller far	172
14.8	Særlig om oppfølging av barn og unge	172
14.9	Særlig om oppreisningserstatning til barn	173

KAPITTEL 15

Hva skjer i en rettssak og etter at rettssaken er ferdig?	174	
15.1	Lukkede dører eller at siktede forlater rettssalen under din forklaring	175
15.2	Vitneplikt i retten?	176
15.3	Om den fornærmedes forklaring i retten	177
15.4	Ditt vitnemål – praktiske tips og råd	177
15.5	Bruk av tolk	178
15.6	Trusler fra andre i forbindelse med ditt vitnemål	178
15.7	Vitner og bevis i saken hvor jeg er fornærmet	179
15.8	Mine rettigheter som fornærmet eller pårørende etter domfellelsen	179

KAPITTEL 16

Har jeg rett på erstatning etter vold og overgrep?	180	
16.1	Hva kan jeg kreve erstatning for, og hvordan gjør jeg det?	180
16.2	Erstatningsrettslige prinsipper og vilkår	182
16.2.1	Voldsoffererstatning	183
16.2.2	Påførte og fremtidige utgifter	183
16.2.3	Påført og fremtidig inntektstap	183
16.2.4	Påført og fremtidig hjemmeervvstap	184
16.2.5	Menerstatning	184
16.2.6	Forsørgertaperstatning	184
16.2.7	Barneerstatning	184
16.2.8	Rettferdsvederlag fra staten	185

16.3	Kontoret for voldsoffererstatning/erstatningsnemnda for voldsofre	185
16.4	Erstatningspostene – spesielle forhold hvis barn er fornærmet	185
16.5	Forsikringer/forsikringselskap	186
16.6	Foreldelse	186

KAPITTEL 17

Hva med livet etter volden?	187	
17.1	Psykisk og fysisk helse	188
17.2	Separasjon og skilsmisse	189
17.3	Om å få lov til å slippe å ha samme adresse som gjerningsmannen	189
17.4	Kredittsperre	190
17.5	Gjeldsordning	190
17.6	Fremtidsfullmakt og viljeserklæring	190
17.7	Jeg velger å bryte ut av ekteskapet/samboerskapet – hvordan får jeg verdiene mine?	191
17.8	Når man har barn sammen med voldsutøveren	193
17.8.1	Hvordan foregår et rettsmøte?	195
17.8.2	Tips til dagen rettsmøtet finner sted	196
17.8.3	Dine forberedelser	196
17.9	Praktisk bistand til flytting, barnepass osv.	197
17.10	Nye trusler eller skremmende opplevelser	197

KAPITTEL 18

Hvor kan jeg få hjelp?	199	
18.1	Innledning	199
18.2	De ulike instansene og hvilken rett på hjelp og tilrettelegging du har	200
18.2.1	Lege	200
18.2.2	Psykolog og psykisk helsehjelp	201
18.2.3	Skole	202
18.2.4	Jordmor	203
18.2.5	Helsestasjons- og skolehelsetjenesten	203
18.2.6	Barnehage	204
18.2.7	Familievernkontoret	204

18.2.8	Tverretatlig konsultasjonsteam	206
18.2.9	Barneverntjenesten	206
18.2.10	Forslag til mal: Bekymringsmelding til barneverntjenesten	208
18.2.11	Forslag til mal: Klage på barneverntjenestens arbeid	209
18.2.12	TryggEst	210
18.2.13	Krisesenter	210
18.2.14	Overgrepsmottak	212
18.2.15	Akuttilbudet ved overgrepsmottaket	213
18.2.16	Oppfølgingstilbudet ved overgrepsmottaket	214
18.2.17	Konfliktrådet	215
18.2.18	Støttesenter for kriminalitetsutsatte	216
18.3	Andre som kan hjelpe deg og nyttige nettsider	216
18.3.1	Utsattmann.no	217
18.3.2	DIXI Ressurssenter	217
18.3.3	NOK- og SMISO-sentrene	217
18.3.4	Krisesentersekretariatet	217
18.3.5	ROSA	218
18.3.6	Safe House Filemon	218
18.3.7	Kontoret for voldsoffererstatning	219
18.3.8	Stine Sofies Stiftelse	219
18.3.9	Reform	219
18.3.10	Alternativ til vold	220
18.3.11	Din utvei	220
18.3.12	Slettmeg.no	221
18.3.13	Røde Kors	221
18.3.14	Home-start Familiekontakten	221
18.3.15	Mennesker til salg (eller utnyttelse)	222
18.4	Andre nyttige nettsteder og hjelpetelefoner/ chatte-tjenester	222

KAPITTEL 19

	Juridiske ord og begreper	224
19.1	Ord og begreper i en straffesak	224
19.1.1	Hvem er hvem i en straffesak?	224

19.1.2	Hva er hva i en straffesak?	227
19.2	Ord og begreper i en sivil sak	232
Noter	235
Lovverk og litteraturliste	246
Stikkordregister	257

Huskelister og maler

Gjennom boka vil vi presentere ulike huskelister og maler. Her får du en oversikt over alle disse og sidehenvisninger til hvor du finner dem.

2.1.1	Huskeliste: Til deg som er utsatt	26
2.3.1	Huskeliste: Dersom jeg skal forlate situasjonen.	28
2.3.2	Huskeliste: Rett etter at jeg har forlatt situasjonen	29
2.5.1	Huskeliste: Hvis jeg blir værende	34
3.2.1	Huskeliste for profesjonell aktør som ønsker å notere ned fra samtaler/hendelser	38
3.3.1	Huskeliste til hvordan familie, pårørende og naboer kan notere ned fra samtaler/hendelser	39
4.5.1	Huskeliste: Innledende avklaring av hvorvidt en person er utsatt for menneskehandel	65
4.6.1	Forslag til mal: Skriftlig anmeldelse av lønnsstyveri/ utnyttelse i arbeidslivet	68
4.7.1	Forslag til mal: Anmodning om opplysninger på mitt navn	71
8.5.1	Huskeliste: Forberedelse før avhør	108
8.5.2	Forslag til mal: Skriftlig anmeldelse.	112
8.11.1	Forslag til mal: Klage på henleggelse.	117
9.1	Huskeliste til informasjon du bør ha tilgjengelig når du skal søke om støtte fra NAV	121
12.1.1	Huskeliste: Avklaring av oppholdsrett i Norge	139
13.3.2	Forslag til mal: Anmodning om besøksforbud	154
13.3.3	Forslag til mal: Begjæring om forlengelse av besøksforbud.	156
13.3.4	Forslag til mal: Begjæring om utvidelse av besøksforbud til å omfatte et geografisk område	157
13.6.1	Forslag til mal: Anmelde brudd på besøks- og kontaktforbud	161

13.9.1	Liste over mulige sikkerhetstiltak	165
17.8.2	Tips til dagen rettsmøtet finner sted	196
18.2.10	Forslag til mal: Bekymringsmelding til barneverntjenesten	208
18.2.11	Forslag til mal: Klage på barneverntjenestens arbeid.	209

Innledning

ELLEN: Da jeg ble utsatt for grov vold, trusler og forfølgelse over mange år, savnet jeg sårt en veileder med informasjon for voldsutsatte, om hvor jeg kunne finne hjelp og hva slags rettigheter jeg hadde.

Jeg satt med utrolig mange spørsmål, men det var ingen å spørre. Jeg fikk opplyst av politiet at jeg hadde rett til bistandsadvokat noen timer, og at om jeg hadde innboforsikring kunne jeg få dekket noen timer hos psykolog gjennom den. Jeg sto der alene, med fire små barn og en telefonkatalog å lete i. Jeg visste ikke hvem eller hvor jeg skulle be om hjelp, eller om jeg hadde rett til hjelp. Dette endte i en lang og vond reise for meg og mine barn. Dette kommer jeg tilbake til senere i boka.

Opplevelsen har gitt meg erfaring og kunnskap som voldsutsatt, og i dag reiser jeg rundt og holder foredrag. Jeg kjemper for at de voldsutsatte skal bli synlige og for å understreke at de også har rettigheter.

Underveis på min lange reise møtte jeg advokat Gunhild Vehusheia, som hørte min historie. Vi snakket mye sammen om utfordringene jeg og barna hadde møtt på. Jeg fortalte til Gunhild at det fantes en brosjyre med oversikt over rettigheter for de voldsutsatte. Jeg viste Gunhild det tynne heftet med fem punkter jeg hadde fått på støttesenteret for kriminalitetsutsatte. Jeg viste også Gunhild de domfeltes veileder, «Fangehåndboken», med nærmere fire hundre sider med informasjon om deres rettigheter.

Gunhild tente på ideen om å skrive en bok for voldsutsatte. Hun laget utkast til innholdsfortegnelse og innledning, og tok ideen videre til en fantastisk dame, Wanja J. Sæther, som er leder ved Krisesenteret i Salten. Hun gjenkjente straks de utfordringene jeg påpekte.

Og dermed var vi i gang.

1.1 Du har rett til å være trygg

Det er en menneskerett å være trygg.¹ Det er en menneskerett å få mulighet til å bruke sine egne ressurser. Likevel brytes de grunnleggende menneskerettighetene hver dag, og det er derfor vi har lover og regler, både nasjonalt og internasjonalt. Slik tydeliggjøres hvilke rettigheter hver enkelt har, hva man kan og skal gjøre dersom de brytes og hvilket ansvar staten har for å sikre ivaretagelsen av disse rettighetene.

Norge har vedtatt en rekke lover og sluttet seg til mange internasjonale avtaler som forplikter staten til å beskytte egne borgere mot vold, overgrep og annen inhuman behandling. Det internasjonale samfunnet – med de store organisasjonene som FN, Europarådet, EU (for Europa) og ILO (Den internasjonale arbeidsorganisasjonen) – har gjennom de siste 70 årene vedtatt ulike konvensjoner og traktater som binder de ulike nasjonene til å sikre ulike rettigheter for borgerne i sine respektive land. Det internasjonale rettskildet bildet er svært omfattende, og vi tar kun mål av oss å nevne noen av de viktigste konvensjonene og artikkelene.

Staten har en sikringsplikt og en aktivitetsplikt i sitt arbeid for å ivareta de grunnleggende menneskerettighetene til borgerne i Norge. Statens overordnede sikringsplikt fremgår i Grunnloven § 102 andre ledd: «Statens myndigheter skal sikre et vern om den personlige integritet.» Staten har gjennom denne fått en klar positiv forpliktelse til å sikre enhver borgers integritet. Forarbeidene til Grunnloven § 102 andre ledd² peker klart i retning av at bestemmelsen er ment å verne om privatlivets fred, personvern og personopplysningsvern.

Staten har en plikt til å gjøre aktive grep for å ivareta sin sikringsplikt – en aktivitetsplikt. Det er ikke tilstrekkelig at det finnes lover som kan beskytte – staten er også gjennom for eksempel politiet pliktig til å sørge for reell beskyttelse. Det inkluderer i noen tilfeller at ulike ofre må få beskyttet botilbud eller økonomisk støtte, for uten tak over hodet eller mat på bordet har ikke den som krenkes en reell mulighet til å komme seg bort fra den som utnytter og krenker. Staten har derfor en plikt til å bidra på ulike måter for å sikre dine menneskerettigheter, og denne plikten ivaretas delvis gjennom de offentlige tilbudene og delvis ved å overføre midler til private.

Norsk lovverk er i prinsippet likt for alle, men virkeligheten vi lever i er ulik. Vi har ulik kunnskap om regler og rettigheter, og for mange

er det vanskelig å vite hvor og hvordan man skal henvende seg for å få hjelp. Derfor vil det være forskjell på å ha en rettighet og å få realisert en rettighet. Når lovverket utformes, tas det i for liten grad høyde for at virkeligheten vi lever i er så ulik.

Fordi den virkeligheten vi lever i er ulik og fordi hjelpeapparatet, inkludert politiet, møter den som er utsatt for ulike kriminelle handlinger med en forforståelse, vil forskningen som finnes knyttet til de ulike gruppene kunne være til hjelp når man skal forklare og begrunne behov for ytterligere tiltak. Det vil også, dessverre, være store forskjeller på hvilke hjelpetilbud du kan få tilgang til avhengig av hvor i landet du bor. Statens aktivitetsplikt er likevel lik for alle. Og det betyr at du – uavhengig av hvor i landet du bor, hvilket kjønn du har, alder, legning, etnisitet, utdanning osv. – har rett til den samme beskyttelsen og den samme hjelpen. Dessverre må noen kjempe hardere enn andre for å få den beskyttelsen og hjelpen de har krav på.

Det finnes ulike politiske styringsdokumenter som ligger til grunn for samfunnets arbeid med å sikre et liv uten vold, overgrep og tvang. Regjeringen la for eksempel frem ny handlingsplan mot vold i nære relasjoner i 2021 («Frihet fra vold – Regjeringens handlingsplan for å forebygge og bekjempe vold i nære relasjoner 2021–2024»). I 2021 kom også handlingsplanen «Frihet fra negativ sosial kontroll og æresrelatert vold (2021–2024)». Sammen med andre styringsdokumenter på sentralt og kommunalt plan presenterer de gode mål og konstruktive strategier for samfunnets arbeid. Men de politiske styringsdokumentene viser imidlertid også at det er et stykke igjen før vi som samfunn har et tilstrekkelig vern og gode nok tiltak for de utsatte. Det betyr at du kanskje vil oppleve at det kan skje feil når du oppsøker hjelpeapparatet og politiet. Du kan også møte både uforstand og dårlige holdninger i kampen for et liv uten vold, overgrep og utnyttelse. Dersom du opplever at grunnleggende behov som for eksempel fravær av trusler eller vold ikke blir ivaretatt etter at du har søkt hjelp, håper vi at denne boka kan gi deg innspill til hvordan du kan ta saken din videre, både for å få ivaretatt dine rettigheter og for å klage dersom noen ikke gir deg den hjelpen de plikter å gi deg.

Vårt håp og ønske er at du ikke gir opp. For det finnes en vei ut og et liv etterpå.

1.2 Mer om bakgrunnen for boka

Retten til et liv i trygghet er en grunnleggende menneskerettighet og en forutsetning for å kunne bidra i samfunnet. I mange år har vi i Norge arbeidet for å gi alle et liv uten vold eller andre krenkelser. Likevel er de siste undersøkelser³ nedslående – det er mange som lever med vold, krenkelser og undertrykking i Norge i dag.

I den nasjonale undersøkelsen «Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten»⁴ kom det frem at 19 prosent av ungdom i alderen 12–16 år har opplevd en eller annen form for fysisk vold minst én gang i oppveksten.⁵ Av disse er det 4 prosent som forteller om alvorlig fysisk vold.⁶ I samme undersøkelse rapporterte 6 prosent, i alt 543 personer, at de hadde opplevd en eller annen form for seksuelt overgrep fra en voksen minst én gang i oppveksten.⁷

Integritetskrenkelse: Når noen skader deg, din person, din kropp, dine psykiske grenser, din trygghet, din frihet eller dine eiendeler, er du utsatt for integritetskrenkelse.

Vi som har skrevet denne boka har møtt mange mennesker i alle aldre som har blitt utsatt for ulike typer integritetskrenkelser. Det vi ofte får høre i samtale med dem, er frustrasjonen over mangel på oversikt og kontroll, mangel på koordinering av hjelp og ikke minst mangel på hjelp til reetablering. Vi opplever at manglende kunnskap gjør at mange utsatte og deres hjelpere for ofte må bruke unødvendig mye krefter for å få hjelp og bistand.

Mange fagfolk er usikre. Ellen, som selv er et voldsoffer, har fått flere henvendelser fra fagfolk i senere tid. De spør hva de kan gjøre i ulike situasjoner, og flere opplever at det er uklart hvordan de kan hjelpe og hva de bør eller kan gjøre.

Vi håper at vi med denne boka kan bidra til at hjelpeapparatet kan settes i bedre stand til å SE DEG som er fornærmet, slik at alle kan få den hjelpen de trenger for å bli satt i stand til å bruke sine ressurser.

Hva kan jeg gjøre med min vanskelige situasjon?

ELLEN: Det er viktig å sikre beviser, enten det er skader på kropp eller gjenstander, trusler eller andre krenkelses. Beviser kan være skriftlige, som for eksempel trusler på SMS, e-post eller per brev. Ta gjerne bilder og/eller lydopptak av trusler om det er mulig. Hver gang det skjer et brudd på besøksforbud, eller du mottar trusler, er det lurt å notere dato, klokkeslett og innhold. Venn deg til å føre en logg over hendelsene. For å få noen dømt må det være bevis. Kanskje tenker du ikke at du vil ha noen dømt eller kanskje orker du ikke å dokumentere noe nå, men det kan være viktig for senere.

I min sak kom truslene via brev, SMS, telefon og muntlig. Jeg tok med alle bevisene til politiet og anmeldte.

Mange vil tenke at de kan kvitte seg med bevisene straks de har anmeldt saken. Det skjønner jeg godt. Bevisene er ofte skremmende, og de gjenskaper frykten. Jeg tok vare på de fleste bevisene etter at jeg hadde anmeldt – hvorfor vet jeg ikke. I senere tid ble bevisene gull verdt.

Min sak eskalerte. Ingen klarte å stoppe trusselutøveren, og det endte med at jeg og barna måtte flytte på hemmelig adresse. Trusselutøveren fant oss, og trusselen fortsatte. I senere tid fikk jeg bruk for alle beviser. Jeg hadde mange av dem.

Sammen med Stine Sofies Stiftelse⁸ stevnet vi staten for brudd på menneskerettigheter. Fordi jeg hadde tatt så godt vare på alle bevis, hadde jeg en sterk sak. Det endte med at staten ble dømt i Høyesterett.



«Sorg» av Lisa Aisato

Det er en menneskerett å få lov til å ta sine egne valg. Dette gjelder også når omgivelsene ser på dette som dårlige valg eller om det i ettertid viser seg å være et dårlig valg. Dersom du vurderer å fortsette relasjonen til den personen som krenker deg eller på andre måter utnytter deg, så ber vi deg ta deg tid til å aktivt vurdere din og eventuelt dine barns sikkerhet og trygghet sammen med noen du stoler på. Du bør også sikre dokumentasjon. Du må vite at du har en plikt til å beskytte barna dine fra både fysisk, psykisk og latent vold. Du kan i stor grad bestemme over deg selv, ditt liv og dine valg. Andre kan, imidlertid, ha en plikt til å bidra til at du

#kroppskrenkelse


Veien ut av vold, overgrep og utnyttelse gir en oversikt over rettighetene til personer som er utsatt for vold, seksuelle overgrep og andre integritetskrenkelser. Den inneholder informasjon om hvor de kan søke hjelp, hva de skal etterspørre, og hvordan de skal komme seg ut av situasjonen. Boken klargjør de juridiske og praktiske sidene av hva ulike hjelpere skal bidra med, slik at samarbeidet flyter lettere.

Boken fungerer som en håndbok og inneholder praktiske maler og huskelister. Den vil være nyttig både for personer som selv er utsatt for ulike integritetskrenkelser, og for ansatte i førstelinjetjenesten. I tillegg er den nyttig for etterlatte og pårørende til personer som har vært utsatt for integritetskrenkelser.

Gunhild Vehusheia er advokat og har i hovedsak oppdrag som bistandsadvokat og som advokat i foreldrekonflikter. Hun har tidligere vært leder for JURK – juridisk rådgivning for kvinner.

Ellen Roberg har selv vært utsatt for vold. Hennes erfaringer og kampen for å få leve et liv i frihet har gjort at hun i dag har stor kunnskap om voldsutsattes rettigheter og hvor de kan søke hjelp. Hennes historie går som en rød tråd gjennom boken.

Wanja J. Sæther er daglig leder ved Krisesenteret i Salten og har lang erfaring med å jobbe med voldsutsatte og for deres rettigheter.

 Universitetsforlaget

ISBN 978-82-15-04617-4



9 788215 046174