



Om din partner slår dig

umf
Ungdomsmottagning
Falun

Om din partner slår dig

Killar som slår är "vanliga" killar ur alla samhällsklasser. Det är heller inte en viss 'typ' av tjejer som drabbas. Att du blir slagen är inte ditt fel. Ansvaret ligger endast på killen som slår.

Texten är skriven till killar som slår tjejer men det förekommer även mellan killar, tjej mot kille och mellan tjejer.

Sällan börjar misshandeln på en gång i ett förhållande. Det är snarare en kontroll som ökar gradvis. Det kan börja med att han surar när du ska träffa dina vänner för att så småningom förbjuda dig att göra något utan hans godkännande. Det leder ofta till att du börjar göra som han vill för att slippa bråk och tjafs.

Tecken på att något är fel

Våldsamma killar har ofta ett beteendemönster som du tidigt kan upptäcka:

- Han har ett ombytligt humör och blir lätt våldsam och aggressiv.
- Han är mycket svartsjuk.
- Han försöker att kontrollera din tid.
- Han försöker att förändra dig och skala bort det som är du.
- Han ringer dig mer än normalt, dyker upp på ditt jobb eller liknande.
- Han har en nedlåtande syn på tjejer och kallar till exempel lättklädda tjejer för horor.
- Han kan "prata" sig ur situationer och charmar omgivningen för att få som han vill.

Du måste komma ihåg att han har ett val. Han kan välja att inte slå men gör det ändå.

Psykisk misshandel

Psykisk misshandel gör att du snabbt bryts ned och börjar tro på allt dåligt han säger om dig

Den psykiska misshandeln kan innebära:

- Kränkande ord och handlingar - Ena dagen är du underbar för att nästa dag bli kallad hora.
- Han utnyttjar dina svaga punkter och hemligheter du har berättat för honom.
- Han förlöjligar dig och hånar dig.
- Han anklagar dig för saker du inte gjort.
- Vad du än gör är det fel – du anpassar dig efter hans humör.

Fysisk misshandel

- släpar dig, knuffar eller håller fast dig.
- sparkar eller slår dig med knytnäve eller föremål.
- kastar något på dig.
- tar stryptag på dig.
- bankar ditt huvud mot något.
- använder sexuellt våld.

I många fall slutar också misshandeln med "försoningssex" vilket många gånger är en form av våldtäkt.

Varför stannar du?

T ex kan det vara att:

- Du är psykiskt nedbruten och orkar inte ta tag i situationen.
- Du kan inte försörja dig själv och/eller saknar ekonomisk trygghet.
- Du har inga vänner eller släktingar att vända dig till för stöd och hjälp.
- Du stannar för att du tycker att det är fel eller dåligt med separation.
- Du älskar honom fortfarande och hoppas att han ska ändra sig.
- Du vågar inte lämna honom av rädsla för att han kommer att söka upp dig igen.
- Du är så pass rädd för honom att du inte ens vågar fantisera om att lämna honom.
- Du har åtminstone "koll" på honom och hans humör så länge du stannar.

Kom ihåg att vad han, du själv eller andra än tror, så är du ingen svag person.

Din mamma eller pappa får ALDRIG slåss

Vuxna får enligt lag aldrig slå en annan människa, varken vuxen eller barn.

Alla vuxna bråkar ibland. Det är också viktigt att dom efteråt förklarar för dig och dina syskon vad bråket handlade om och att de är vänner igen. Att bråka och bli sams är en del av livet.

Från bråk till slag

Men ibland blir bråket värre. Det är aldrig okej att slå eller skrämna någon.

Bestäm dig

Du kan inte förändra honom. Det första slaget är sällan det sista även om han lovar dyrt och heligt att aldrig slå dig igen. Erkänn för dig själv att han faktiskt gör fel. Det är förstäeligt och naturligt att du är rädd för vad som händer om du lämnar honom, men du är inte ensam. Bestäm dig för att han inte får behandla dig som han gör och att nu får det vara nog.

Hjälp finns att få

Om du vill prata om din situation kan du vända dig till personalen på ungdomsmottagningen. Du kan även prata med vänner, någon vuxen du litat på eller skolans kurator.

Det är aldrig ditt fel. De vuxna gör det inte för att du har gjort något fel, för att du är dålig i skolan eller för att du har glömt göra något du skulle.

Vad säger lagen?

Lagar är till för att hjälpa oss. När vuxna slåss, hotar eller skräms kallas det för misshandel som är ett brott.

Vad är fysisk misshandel?

Fysisk misshandel är när den vuxne gör illa någon annans kropp. Man kan slå, sparka, kasta saker på någon, dunka kroppsdelar som till exempel huvudet i väggen eller golvet, skaka någon annans kropp, bita eller riva någons kropp. Inget av detta får man göra.

Vad är psykisk misshandel?

Psykisk misshandel är när en person hotar, kritiserar, förolämpar, skrämmer eller på andra sätt inte visar att han eller hon bryr sig om en annan människa. Det spelar inte så stor roll vad den vuxne säger, det räcker att du blir rädd och inte vågar lita på din pappa eller mamma

igen. Kanske blir du så rädd att du drar dig undan på ditt rum eller inte vågar ta hem kompisar.

Hjälp finns att få

Prata med en vuxen

Om dina föräldrar slår varandra eller dig ska du prata med en annan vuxen som du litar på. Du ska inte behöva vara rädd för dina föräldrar, eller någon annan vuxen. Du ska heller inte vara rädd för att du skvallrar. Att tala om för någon annan att dina föräldrar eller någon annan vuxen slåss är inte att skvallra. Du kan alltid prata med någon på ungdomsmottagningen eller skolan.

Ungdomsmottagningen, Daljunkaregatan 4, 791 37 Falun

Tel 023-49 08 08. Direkt till kurator 023-49 08 05

www.ltdalarna.se/ungdomsmott_falun