

# Kommunikáció kapcsolati erőszak esetén

## Ismerettár

“Sohase feltételezz, és mindig kérdezz!”<sup>(1)</sup>

A kapcsolati erőszak elszenvetői [különbéle kihívásokkal](#) szembesülhetnek (pl. a biztonsággal kapcsolatos aggályok, a lehetséges következményektől való félelem vagy a bizalom hiánya), amelyek megnehezíthetik számukra azt, hogy merjenek nyíltan beszélni a helyzetükről.

Az átélt erőszakról szóló, tiszteletet és bizalmat sugárzó kommunikáció elősegítése érdekében biztosítani kell az áldozatok számára egy olyan [privát teret, ahol nincsenek jelen az őket kísérő személyek](#) (pl. partner, gyermekek, más családtagok vagy családon kívüli gondozók), hogy nyugodtan, kötetlenül és kényelmesen beszélhessenek. Általában hasznos ilyenkor az egyes szám első személyű, úgynevezett "én-üzenetek" és más erőszakmentes kommunikációs módszerek alkalmazása. Ez a megoldás kifejezetten alkalmas az áldozat ambivalenciáinak feloldására a tanácsadás során vagy abban az esetben, ha a tanácsadásra csak kevés idő áll rendelkezésre.



----

Információk az erőszak **indikátorairól** a [2es Module-ban](#).

## Kérdések a kapcsolati erőszak kiszűréséhez

Alapvető fontosságú, hogy a kapcsolati erőszak feltérképezésekor szűrő kérdéseket tegyünk fel anélkül, hogy erősítenénk az áldozatok és gyermekeik sérülésének kockázatát. A szűrést a kérdések bevezetése és a kommunikáció normalizálása érdekében érdemes egy keretező kijelentéssel kezdeni, mint például a következő: “Van néhány kérdés, amelyet minden páciensemnek felteszek. Ezeket a kérdéseket most Önnek is szeretném feltenni.”<sup>(2)</sup>

**Kezdjük általános kérdésekkel:** Használjuk az alábbi, vagy ahhoz hasonló megfogalmazásokat az erőszak témájának felvezetésére, még mielőtt konkrét, közvetlen kérdéseket teszünk fel! Ezek nyitott, azaz kiegészítendő kérdések legyenek, hogy az *igen* vagy *nem* helyett a válaszai kifejtésére, beszélgetésre ösztönözzük az áldozatot. Kerüljük az olyan kérdéseket, amelyekből az áldozat úgy érezheti, hogy őt hibáztatjuk!

- "Hogy mennek a dolgok otthon?"
- "Tudom, hogy sok ember szembesül erőszakkal a partnere, családtagjai vagy esetleg más részéről, akivel egy fedél alatt él. Lehetséges, hogy ez az ön esetében is így van?"



-----

**A különböző kulturális háttérű egyének az erőszak tüneteit nagyon különböző módokon jelentíthetik meg.** Fontos, hogy tudatosak legyünk saját **szempontjainkkal, esetleges torzításainkkal, sztereotípiáinkkal**, amikor egy lehetséges áldozattal beszélünk. Erről további információk a [8-as Modulban](#)

**A kérdés keretezése:** Teremtsünk csendet és nyugalmat, hagyjunk időt az érintettnek, hogy összeszedhesse gondolatait! Tanusítsunk türelmet iránta és viselkedjünk nyugodtan! Hagyjuk kifejezésre jutni az érzelmeket, és bátorítsuk a páciens, hogy a neki megfelelő, kényelmes tempóban ossza meg velünk a történetét!

- "Mivel az erőszak sajnos széleskörben elterjedt a társadalmunkban, minden páciensem megkérdezem róla."<sup>(3)</sup>
- "Felteszek Önnek egy kérdést, amelyet minden kliensemnek fel szoktam tenni."

**Közvetlen kérdéseket fogalmazzunk meg:** Az alábbiakban felsorolunk néhány egyszerű és közvetlen kérdést, amellyel kezdhethetjük a beszélgetést. Ezek azt fejezik ki, hogy érdeklődünk az érintett problémái iránt. A válaszoktól függően folytassuk a kérdések feltevését és hallgassuk meg az egész történetet. Ha a kérdések bármelyikére igen választ kapunk, biztosítsuk az áldozatot a támogatásunkról! Ne mondjuk azt az áldozatnak, hogy nem is olyan vészes a helyzet, és ne bagatellizáljuk a fájdalmait!

- "Szokott-e félni/Félt-e már valaha otthon vagy a kapcsolataiban?"
- "Megpfozta-e már, lökdöste-e vagy dulakodott-e már önnel olyanvalaki, aki közel áll önhöz?"

## Reakció az erőszak feltárására



Ha egy áldozat feltárja a kapcsolati erőszak megtörténtét, ajánlja fel a támogatását az érintett és a családja számára. Amikor valaki megnyílik az őt ért erőszakra, hallgassuk végig aktívan, anélkül, hogy ítélnénk vagy megoldásokat kínálnánk, és teremtsük meg a körülményeket ahhoz, hogy kifejezhesse szükségleteit és igényeit.

Miközben kérdések feltevésével próbáljuk tisztázni a helyzetet, összpontosítsunk arra, hogy lehetővé tegyük az érintett számára, hogy megossza velünk érzéseit. Használjuk a következő technikákat, hogy segítsünk megfogalmazni az igényeit és szükségleteit, így biztosítva a pontosabb megértést.

- "Van valami, amire szüksége van, vagy ami miatt aggódik?"
- "Említette, hogy nagyon frusztráltak érzi magát."
- "Ez úgy hangzik, mintha dühös lenne emiatt..."
- "Ez nem az ön hibája. Nem ön a hibás."
- "Nyugodtan beszélhet erről."
- "Tudom, hogy erről nem könnyű beszélni, de nekem nyugodtan elmondhatja."
- "Nincs egyedül. Én itt vagyok önnel."
- "Nem ön a felelős azért, ami történik."
- "Itt van a kapcsolati erőszakkal foglalkozó szervezet / segítő telefonszáma. Ők tudnak segíteni önnek menedékhellyel és tanácsadással."



----

[Itt](#) elérhető egy videofelvétel, amely elmagyarázza, hogyan reagáljunk az erőszak megtörténtéről szóló beszámolóra.



----

Konkrét információk elérhetők itt a következő témakörökről: [Nőgyógyászat/ Szülészet, Sebészet, Gyermekgyógyászat](#) és [Fogászat](#).

## Vizuális Kommunikáció

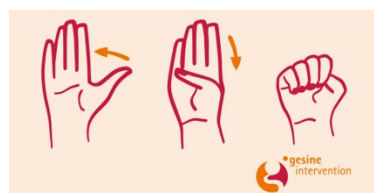
A kapcsolati erőszakot elszenvedők számára gyakran komoly kihívást jelent az információkhoz vagy támogató szolgáltatásokhoz való hozzáférés. A [vizuális kommunikáció](#) döntő szerepet játszik a kapcsolati erőszakkal összefüggő tudatosság erősítésében olyan környezetben, mint a kórházak és orvosi rendelők. A várótermekben, mosdókban és más látható helyeken stratégiaileg elhelyezett plakátok (pl. QR-kódokkal), szórólapok vagy brossúrák rendelkezésre bocsátása kulcsfontosságú. Helyezzük el az áldozatsegítő szolgáltatásokkal kapcsolatos információkat a mosdókban (megfelelő figyelmeztetésekkel, hogy ne vigyék haza, amennyiben az elkövető megtalálhatja ezeket).

### Ne feledjük:

- o Használjunk olyan inkluzív képanyagokat, amelyek pontosan ábrázolják az erőszak áldozatainak sokféle tapasztalatát (nemektől függetlenül, sztereotípiák nélkül)!
- o Amennyiben lehetséges, használjunk több nyelven elérhető információkat!
- o Válasszunk olyan hatásos képeket, amelyek pozitív üzenetet közvetítenek! Kerüljük az olyan káros képi megjelenítéseket, mint amilyen a fizikai erőszak ábrázolása (mivel a kapcsolati erőszak gyakran nem fizikai természetű), az áldozatok-túlélők sexualizált ábrázolásai, valamint a kizárólag bizonyos demográfiai csoportokat megjelenítő képek!

### Nemzetközi segélykérő jelzés

Ez egy nemzetközileg elfogadott félkezes gesztus, amellyel a kapcsolati erőszakra hívhatja fel a figyelmet az áldozat. Olyankor alkalmazható, ha a segítségre szoruló személy valamilyen okból nem szólalhat meg hangosan, például azért, mert az elkövető a közelben van (ugyanabban a járműben vagy otthon stb.).



"A jelzéshez az egyik kezét felfelé tartva, a hüvelykujjat a tenyérbe rejtjük, majd a négy másik ujjat behajtjuk, jelképezve, hogy a hüvelykujjat csapdába ejti a többi ujj."

Kattinson [ide!](#) A linken elérhető video bemutatja, **hogyan használhatjuk ezt a jelzést egy videohívásban anélkül, hogy digitális nyomot hagynánk magunk után.**

## Hasznos források

Elérhetők [itt](#).

- <sup>(1)</sup> The Royal Australian College of General Practitioners (RACGP). *Factsheet: Improving Responses*. Felkeresve 2024.01.10: <https://www.racgp.org.au/familyviolence/resources.htm>
- <sup>(2)</sup> Coalition Ending Gender-Based Violence (2016). *Working together for gender equity and social justice in King County. Screening for Domestic Violence*. Felkeresve 2024.10.11: <https://endgv.org/wp-content/uploads/2016/05/Screening-for-Domestic-Violence-00000002.pdf>
- <sup>(3)</sup> Ashur, M. L. (1993). Asking about domestic violence: SAFE questions. *JAMA*, 269(18), 2367.