

«HADDE VI FÅTT HJELP
TIDLIGERE, HADDE ALT
VÆRT ANNERLEDES»



Barneombudet
Mars 2018

FORSIDEBILDE:
Adam Bendjaima

BILDER HENTET FRA:
[Unsplash.com](https://unsplash.com)

DESIGN:
Sveinung Arnestad

PRINT:
Nilz & Otto Grafisk AS

ISBN Norsk utgave 978-82-7987-053-1
ISBN Norsk utgave (pdf) 978-82-7987-054-8

FORORD

Tusenvis av barn i Norge opplever å bli utsatt for vold eller seksuelle overgrep. Historiene de forteller er så grove at vi reagerer med både tårer og sinne. Hvordan kan voksne mennesker utsette sårbare barn for slike handlinger? Mange av disse barna sviktes ikke bare en, men to ganger. Først gjennom den ødeleggende volden og overgrepene. Deretter gjennom opplevelsen av å ikke bli trodd når de forsøker å fortelle, eller mangel på hjelp til å bearbeide det de har opplevd.

I arbeidet med rapporten «Hadde vi fått hjelp tidligere, hadde alt vært annerledes» har vi snakket med barn og unge som har blitt utsatt for vold og overgrep. Vi har samlet kunnskap fra dem, for at deres egne råd skal bli tilgjengelig for alle som jobber på feltet. Barn med egne opplevelser har det beste utgangspunktet for å gi råd om hva barn i samme situasjon trenger, både umiddelbart og senere. Vi ønsker å dele barnas erfaringer om hvordan det ble slutt på volden, hvem de snakket med, hva slags hjelp de fikk, og hvordan de tenker at hjelpen burde vært.

Alt for mange har ikke fått den hjelpen de trengte. Og selv om volden og overgrepene har blitt oppdaget, er det ingen selvfølge at barn får hjelp til å bearbeide de vonde opplevelsene sine. Mange har gode opplevelser med hjelpe og støtte i første fase, for eksempel fra krisesenter og barnehus. Men når den første fasen er over og livet skal gå videre, er de kommunale tjenestene ofte fraværende. Når hverdagen kommer og man skal leve videre i en familie preget av traumene etter et liv med vold, blir mange i stor grad overlatt til seg selv. Særlig markant er fraværet av helsetjenestene, de tjenestene man vil tenke er nærmest til å hjelpe familiene med å bearbeide traumene før de blir ødeleggende for liv og utvikling.

Vold og overgrep mot barn og unge er en av våre store samfunnsutfordringer. Det er et betydelig, men undervurdert folkehelseproblem. Det er ødeleggende for det enkelte utsatte barn, og etterlater barn i stor fare for å utvikle fysisk og psykisk uhelse. Mange barn og unge som har vært utsatt for vold og overgrep, forteller om utenforskap og læringstap. Men, det trenger ikke å bli sånn. Mange vil klare seg godt, særlig hvis de får god hjelp. Det forutsetter at vi finner dem, at krenkelsene tar slutt og at de får bearbeidet traumene på en hensiktsmessig måte.

Barn har et sterkt vern i FNs barnekonvensjon, og det skal oppfylles. Artikkel 19 pålegger myndighetene å iverksette tiltak for å beskytte barn mot alle former for vold og overgrep. Artikkel 34 pålegger myndighetene å beskytte barnet mot alle former for seksuell utnyttning og seksuelt misbruk. Artikkel 42 forplikter myndighetene å gjøre barn kjent med sine rettigheter.

Likevel er det store hull i systemet som skal beskytte og hjelpe. Barn forsøker å fortelle uten å bli tatt på alvor. Noen opplever at volden fortsetter og tør aldri mer å fortelle. Ofte går de under radaren i de kommunale tjenestene, inntil de blir så dårlige at de får rett til helsehjelp i barne- og ungdomspsykiatrien. Ingen tjenester har et definert ansvar for å følge opp barn med slike erfaringer. Basert på det barna forteller ser vi at det er svært tilfeldig hvem som har hjulpet dem, og om de i det hele tatt har fått nok hjelp til å bearbeide opplevelsene og lære mestingsstrategier for å gå videre i livet. Dette er alvorlig, og sånn kan det ikke være.

Vi vil rette en stor takk til alle modige barn og unge voksne som har delt sine erfaringer og råd med oss. Dere har fortalt oss at dere ikke vil ha tårer eller sinne, men god hjelp og oppfølging. Tiden er inne for å forsterke sikkerhetsnettet for å forebygge, avdekke, få slutt på og følge opp barn med tilsvarende erfaringer som dere.

Anne Hindbæ





FOTO: Sveinung Arnestad, Barneombudet

FOTO: Gaelle Marcel



INNHOLDSFORTEGNELSE

INNHALDSFORTEGNELSE

<i>Forord</i>	5
<i>Innledning – Bakgrunn og metoden «Unge eksperter»</i>	8
DEL 1 – Å LEVE MED VOLD OG OVERGREP	
<i>All vold er like ille</i>	10
<i>Familiesituasjonen er ofte vanskelig, også etter at volden har opphørt</i>	11
<i>Forholdet til voldsutøveren er ofte vanskelig for barna</i>	12
<i>Hvorfor sier ikke barn ifra om vold og overgrep?</i>	12
<i>Anledninger der voksne kunne ha oppdaget volden</i>	16
<i>Når du sier ifra, men de voksne ikke tror på deg eller gjør vondt verre</i>	17
DEL 2 – EKSPERTENES MØTE MED HJELPEAPPARATET	
<i>Ukoordinert hjelp og brutte relasjoner</i>	20
<i>Barnevernet – blandede erfaringer</i>	22
<i>Krisesentre – oppleves positivt og trygt</i>	24
<i>Familievernkontoret – god hjelp bår de har spisskompetanse på vold</i>	24
<i>Frivillig sektor – fleksible og tilgjengelige</i>	24
<i>Skolen har en viktig rolle i barnas liv</i>	26
<i>Helsesøster – hvor er hun?</i>	26
<i>Fastlegen er til liten hjelp</i>	27
<i>Barne- og ungdomspsykiatrien (BUP) – lite tilgjengelig og for de få</i>	28
<i>Medisinering med og uten oppfølging</i>	31
<i>Barnehus er bra, men straffesaken er belastende</i>	32
<i>Besøksforbud fungerer ikke</i>	33
EKSPERTENES RÅD	34
DEL 3 – BARNEOMBUDETS BEKYMRINGER OG ANBEFALINGER	
<i>Barneombudets bekymringer</i>	36
<i>Våre anbefalinger</i>	
<i>1. Barn og unge må ha mer kunnskap om hva som ikke er lov</i>	37
<i>2. Barn må sikres voksne de opplever som trygge og tilgjengelige</i>	38
<i>3. De voksne må kunne tolke barns signaler og være trygge på hva de skal gjøre</i>	41
<i>4. Barn og unge må få oppfølging basert på sine individuelle behov</i>	42
<i>5. Én tjeneste må få et særlig ansvar for barn utsatt for vold og overgrep</i>	44
<i>6. Tilbudene må være tilgjengelige der barna er</i>	46
BARNEOMBUDETS ANBEFALINGER OPPSUMMERT	48

INNLEDNING

Bakgrunn og metoden «Unge eksperter»

Altfor mange barn i Norge utsettes for fysisk og psykisk vold eller seksuelle overgrep, uten at samfunnet klarer å beskytte dem. Hver 20. barn i Norge har opplevd alvorlig fysisk vold fra foreldrene, de fleste gjentatte ganger. 30 prosent av alle barn har opplevd å bli utsatt for vold i sitt eget hjem. Blant norske kvinner oppgir mer enn 1 av 5 at de ble utsatt for en form for seksuelle overgrep i barndommen, mens nesten 1 av 10 menn oppgir det samme. En av 10 kvinner i Norge har opplevd å bli voldtatt, de fleste før de fyller 18 år. Hvert år bor mer enn 1500 barn på krisesenter i Norge, hundrevis av barn lever med voldsalarm og ca. 450 barn lever på det politiet omtaler som sperret adresse. Tallene er hentet fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, krisesentersekreteriatet og Kripas.

I Norge er all form for vold mot barn forbudt. Likevel opplever tusenvis av barn at det som skulle vært deres trygge base er et sted de er utrygge og redde, fordi de utsettes for fysiske og psykiske krenkelser. Disse barna er i konstant beredskap, noe som fører til utskillelse av stoffer som i for store mengder skader kroppens naturlige immunforsvar. I tillegg påføres barna traumer som kan ha alvorlig innvirkning på deres utvikling og fremtidige helsetilstand.

Personer som har opplevd vold, seksuelle overgrep og omsorgssvikt i barndommen er overrepresentert blant dem som faller fra i skolen, og i statistikk fra barnevern, psykisk helsevern, rus- og kriminalomsorg. De har også større risiko for å utvikle fysiske helseproblemer.

Men det trenger ikke å bli slik. Barn og unge som har opplevd vold eller overgrep har stort potensiale til å klare seg godt i livet dersom de får god omsorg og riktig hjelp. Barna og ungdommene Barneombudet har møtt i dette prosjektet, er flotte personer som klarer seg bra tross sine opplevelser.

Barneombudet ønsker at voksne skal få mer kunnskap om barn og unges erfaringer med å leve med vold og seksuelle overgrep. Vi tror det vil bidra til at voksne blir mer bevisste på å beskytte barn, og sikre at barna får den oppfølgingen de trenger.

UNGE EKSPERTER

Barnekonvensjonen artikkel 12 sier at alle barn har rett til å bli hørt og gi uttrykk for sine meninger i alle saker som vedrører barnet. Barn

som har blitt utsatt for vold og overgrep har også rett til å bli hørt. Når myndighetene skal ta beslutninger som angår barn og unge utsatt for vold og overgrep, må de lytte til deres råd og anbefalinger. Bare barn utsatt for vold og overgrep har førstehåndskunnskap om dette. Og barn med denne erfaringen er nærmest til å si noe om hva som fungerte bra i den oppfølgingen de fikk, hvordan det burde ha vært og hvordan for eksempel en voksen skal være for at barn skal ha lyst til å snakke og fortelle. Barn utsatt for vold og overgrep er eksperter på dette.

Barneombudet er barnas ombud. Vår oppgave er å fremme barns interesser og å følge med på barns oppvekstvilkår. For å kunne ivareta denne rollen, er en viktig del av jobben vår å snakke med barn og unge. Dette gjør vi for eksempel i våre ekspertmøter, der barna er ekspertene. Vi bruker metoden Unge eksperter, som står beskrevet i Barneombudets ekspert håndbok. I rapporten omtaler vi alle barn og unge - uansett alder - som eksperter.

Denne rapporten er en presentasjon av barns erfaringer, råd og anbefalinger. Denne kunnskapen har en helt særegen funksjon og verdi. Vi har derfor valgt å la informasjonen fra ekspertene stå alene, uten referanser til forskning og annen kunnskap på feltet.

Høsten 2017 besøkte Barneombudet seks fylker, hvor vi hadde ekspertmøter med barn som har vært utsatt for vold og/eller overgrep i løpet av oppveksten. Vi snakket med 37 barn og unge i alderen 4 – 23 år. I tillegg har vi snakket med unge voksne som har levd med vold og overgrep i oppveksten. I utgangspunktet var dette et ekspertmøte med nitten unge voksne som spilte inn sine erfaringer og anbefalinger til Barnevoldsutvalget våren 2017. Høsten 2017 samlet vi ti av ungdommene igjen for å samle deres erfaringer med helsetjenestene spesielt.

Alle ekspertene har forskjellig alder, bakgrunn og familiesituasjon. De kommer fra ulike deler av landet, både fra større og fra mindre steder. Ingen erfaring er lik. Utgangspunktet for å snakke med både barn og unge voksne som har erfaringer med vold og overgrep, er å finne ut hvordan samfunnet best kan hjelpe denne gruppen barn. Derfor har det vært viktig å snakke med barn i alle aldre. Barneombudets mandat omfatter barn opp til 18 år. Vi erfarte likevel at det har vært nyttig å få erfaringene fra dem som er eldre enn 18 år, og som har



FOTO: Rene Bohmer

fått overgrepene og volden på avstand i tid.

Fordi Barneombudet gjennom årene har erfart at det særlig er mye ugjort i helsetjenes arbeid med vold og overgrep, har vi valgt å fokusere særlig på denne delen av tjenesteapparatet. Når disse barna og de unge voksne ser tilbake, hva tenker de om den hjelpen de fikk? Hvordan burde den ha vært? Og har de noen tanker om hvordan man kan forebygge at barn utsettes for denne typen krenkelser?

De fleste av ekspertmøtene vi hadde med barna, var i form av enkeltsamtaler. Barneombudet snakker oft e med barn i grupper, men for noen temaområder har vi erfart at det kan være best å snakke med barna alene. Vold og overgrep er sensitive temaer, og når de fleste av barna ikke kjente hverandre, viser tidligere erfaring at barn føler seg mer komfortable og vil fortelle mer når de snakker med oss alene. Vår erfaring er at barn gjerne vil dele sine erfaringer og komme med råd, hvis de tror det kan hjelpe andre med tilsvarende erfaringer som dem selv.

I ekspertmøtene fulgte vi en intervjuguide med klart definerte temaer. Ofte passet denne godt. Andre ganger hadde barnet erfaringer og synspunkter som gjorde at guiden ble overflødig. Vi var alltid to ansatte fra Barneombudet med i samtalen.

Barneombudet hadde ikke enkeltsamtaler med de unge voksne ekspertene. Her gjennomførte vi ekspertmøter i form av gruppesamtaler.

I forbindelse med at vi besøkte Stine Sofies Senter, fikk vi samtale med en gruppe foreldre som har erfaringer med vold i familien. De gav oss god tilleggsinformasjon om hvilke utfordringer disse familiene ofte møter, og hva slags oppfølging barna kan trenge i etterkant.

Vi har kommet i kontakt med barna gjennom Stine Sofies Senter, barnehusene, krisesentre, SMISO (Støttesenteret mot incest og seksuelle overgrep), familievernkontor og veiledningssentre for pårørende (Norske Kvinners Sanitetsforening). De unge voksne er rekruttert bredt, fra ulike brukerorganisasjoner, støttesentre og gjennom Barneombudets øvrige kontakt med barn.

I ekspertmøtene fikk vi mange råd om hvordan man kan forhindre at barn blir utsatt for vold og overgrep. I tillegg ga ekspertene råd om hva barn med slike erfaringer ofte trenger. De hadde også råd om hvordan tjenestene kan gi bedre hjelp til barn som har opplevd vold og overgrep. Ekspertene kom også med konkrete råd om hvordan en god voksenperson bør være for at barn skal kunne klare å fortelle om det de har opplevd til ham eller henne. Barneombudet har gått gjennom alle rådene og tillatt oss å sammenfatte disse. Du finner dem på side 34 og 35.

Alle barn har rett til at ingen skader eller misbruker dem

DEL 1

Å LEVE MED VOLD OG OVERGREP

«Jeg var flink til å dekke til blåmerker.»

Barneombudet har snakket med barn og unge voksne som har blitt utsatt for seksuelle overgrep, psykisk og fysisk vold. Noen få har avgrensede voldsopplevelser, mens nesten alle vi snakket med har levd med vold og overgrep over lang tid, mange i flere år og mesteparten av livet.

«Jeg tenkte at det var normalt, så hvorfor skulle jeg bry meg?»

Gjennomgående trodde ekspertene det var normalt å leve med vold og overgrep. Mange var redde for å si fra om det de opplevde. Dette er trolig noen av årsakene til at det tok lang tid før ekspertene fortalte noen om volden. Og av dem som fortalte om volden til en voksen de stolte på, har mange dårlige erfaringer med hvordan den voksne fulgte det opp. Mange fortalte heller aldri noen om hva de opplevde, men det ble oppdaget på andre måter. Flere forteller også at familiene sliter etter at volden og overgrepene opphørte.

ALL VOLD ER LIKE ILLE

Alle ekspertene forteller at volden opplevdes like ille, enten den var psykisk eller fysisk, eller om de var vitne til vold, for eksempel mellom foreldrene. Av dem som har opplevd både psykisk og fysisk vold, sier flere at den psykiske volden er verst. Det er også den det er vanskeligst å fortelle om.

«Jeg sliter med dårlig selvtillit og dårlig selvfølelse. Jeg har en stemme inne i hodet som hele tiden sier at jeg ikke er bra nok. Mamma forsøkte å gi kjærlighet, men når det er tre voksne rundt som sier det motsatte, at du ikke er bra nok, så tror du jo på det.»

I tillegg til den utryggheten som volden i seg selv medførte, opplever ekspertene fremdeles utrygge og ustabile livssituasjoner, familiekonflikter, flyttinger og mangel på tilhørighet. Dette igjen fører til problemer med skole og venner. Mange forteller også at de sover dårlig. I tillegg må de leve med tapet av familien de mistet eller aldri fikk, eller tapet av hjemmet og venner de har måttet flytte fra.

«Vi hadde alt der vi bodde før.»

Mange av ekspertene har utfordringer og behov for ulik type oppfølging. Andre forteller at de helst vil legge historien og opplevelsene bak seg. Ofte kan det ta tid før det går opp for dem hva de har blitt utsatt for. Mange har derfor behov for støtte og oppfølging først etter en stund. Noen er sinte når de ser tilbake på hva som har skjedd, og sinte for at de måtte holde ut så lenge.

«Første gang jeg husker at faren min banket meg, var jeg 5 år. Jeg hadde fortalt i barnehagen at jeg skulle bli storebror.»

FAMILIESITUASJONEN ER OFTE VANSKELIG, OGSÅ ETTER AT VOLDEN HAR OPPHØRT

Ekspertene forteller at familiene har det vanskelig, også etter at volden har tatt slutt. Det kan være mangel på tillit til omsorgspersonen som er igjen, eller ansvarfølelse for foreldre som sliter. Selv om foreldrene ikke bor sammen lenger, kan det fremdeles være mye krangel og mange konflikter mellom dem.

En ekspert forteller at volden har ført til at familien er splittet. Broren hennes bor hos faren, og han har ikke snakket med moren på mange år. Eksperten sier at hos faren snakker de mye stygt om mor, og hun tror broren blir påvirket av dette. Det er mye drittsslenging mellom foreldrene. Mor og stefar snakker også stygt om far. Det er veldig vanskelig å være i midten av alt.

Flere av ekspertene har foreldre som sliter, fordi både de selv og barna har blitt utsatt for vold. Mange av disse ekspertene er veldig opptatt av at den forelderens de har igjen har det vanskelig, og de gir uttrykk for bekymring for den voksnes behov. Noen synes det er vanskelig at for eksempel mor klandrer seg selv, gjerne fordi hun ikke oppdaget hva barna ble utsatt for.

Samtidig møter vi også eksperter som bærer vedvarende nag til den gjenværende omsorgspersonen, hvis denne ikke trodde på barnet da han eller hun fortalte om overgrepet.

Der far eller stefar har vært voldsutøver eller overgriper, er flere av de litt eldre eksper-

«Ubehagelig å gjøre noe.

Bedre å late som om det ikke

skjer hvis det for eksempel blir

en rettssak eller lignende.»

tene opptatt av at gjenværende omsorgsforeldre bør få, eller burde fått, bedre oppfølging og hjelp. Flere av disse ekspertene føler seg særlig krenket hvis de har opplevd at barnevernet mistenkeliggjør den gjenværende forelderens omsorgsevne, fremfor å støtte familien. Foreldre vi snakket med, understreker den manglende støtten fra barnevernet, men også manglende støtte og kunnskap i andre deler av hjelpeapparatet.

Mange av ekspertene er veldig opptatt av at hele familien skal ha det bra, ikke bare den gjenværende forelderens. Særlig de ekspertene og foreldrene vi møtte på Stine Sofies Senter understreker hvor vanskelig familiene har det, også etter at volden har stanset. Familiene trenger hjelp til å orientere seg i tjenestetilbudene, og de trenger hjelp til å gjenopprette relasjonene og et sosialt samspill som gjerne har vært skadelidende over tid. Ekspertene her ga også uttrykk for hvor viktig det er at foreldrene lærer om hva som er normale reaksjoner for barn som har levd med vold og overgrep.

«Jeg gikk med

skuldrene oppe hele

tiden, for jeg var

så redd.»

«Det var ganske
grusomt å være på
samvær.»

FORHOLDET TIL VOLDSUTØVEREN ER OFTE VANSKELIG FOR BARNA

Noen synes det er vanskelig å måtte ha samvær med den som har utsatt dem eller forelderen for vold. En ekspert var vitne til at faren utsatte mor for vold gjennom mange år. Hun har samvær med far, men vil helst ikke være der. Faren forsøker å manipulere henne til å være hos ham. Han maser mye, og blir sur eller lei seg hvis hun ikke kommer.

En ekspert er redd for søknene når de er på samvær med far. Selv om alle ble utsatt for vold, var det han som fikk gjennomgå mest. Gutten har derfor ikke lenger samvær med far, men de to yngre søknene hans har det. Han er redd for dem, selv om søknene sier at faren er snillere nå.

En annen ekspert forteller at søstrene ble utsatt for grov fysisk og psykisk vold og seksuelle overgrep av faren. Hun opplevde minst, fordi hun var det hun beskriver som «gromjenta hans». I begynnelsen hadde hun samvær med faren, mens han hadde besøksforbud overfor søstrene.

«Jeg hadde egentlig ikke lyst til å besøke ham, men reglene var jo slik. (...) Jeg syntes det var urettferdig at jeg måtte være hos ham, mens de andre slapp.»

Mange av ekspertene er redde for voldsutøveren, selv om volden har opphørt og de ikke bor sammen eller må på samvær. En gutt sier han er redd for å møte far en mørk kveld, særlig hvis han er langt fra huset. En jente som ble utsatt for psykisk vold fra faren, forteller at hun ikke har sett ham på to år, men vet at han bor i samme by. Hun forteller at hun så ham da hun øvelseskjørte, og ble så nervøs at det var vanskelig å kjøre. Hun sier:

«Hvis jeg tror at jeg ser ham, får jeg klump i magen, angst, kaldsvetter og får lyst til å spy.»

HVORFOR SIER IKKE BARN IFRA OM VOLD OG OVERGREP?

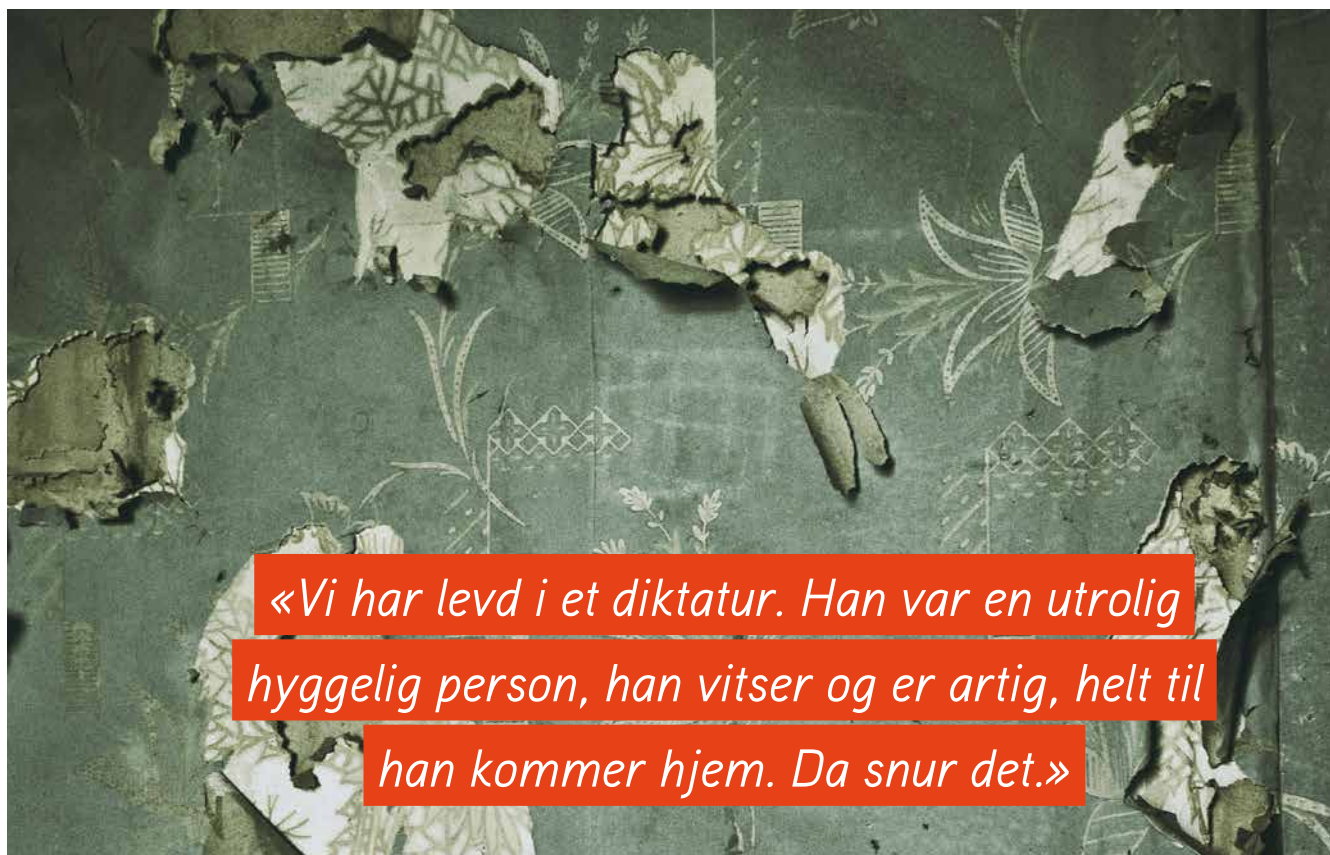
Vi har snakket med barn og ungdom om hvordan man kan fange opp at barn blir utsatt for vold. Vi spurte hvordan volden ble oppdaget, om de fortalte det til noen, og ikke minst hva de tror skal til for at barn vil fortelle. Og visste ekspertene at det de ble utsatt for ikke var lov?

For ekspertene fremstår det som tilfeldig om det ble oppdaget hva de ble utsatt for. Noen ganger var det hjelpeapparatet rundt barnet eller familien som oppdaget det. I to tilfeller ble det oppdaget i forbindelse med mekling på familievernkantoret, fordi terapeuten snakket med barnet alene. Kun én ekspert forteller at helsetjenesten avdekket volden, fordi legen reagerte da han kom med brukket arm. Det var faren som hadde brukket armen hans.

Et par av ekspertene hadde lærere som reagerte. Utover dette var det ingen av ekspertene som ble fanget opp av andre hjelpetjenester, uten at de selv, eller noen i familien, hadde tatt initiativ.

Noen av ekspertene forteller at de selv sa ifra til lærer og helsesøster, etter at de hadde hatt seksualundervisning eller vold som tema på skolen. På grunn av den undervisningen skjønnte de mer, og kunne fortelle at «sånn har jeg det hjemme.» En ekspert forteller at hun sa fra til en utvalgt lærer fordi hun ikke klarte å konsentrere seg på skolen, og ville ha hjelp.

«En ung lærer som visste litt mer om hvordan det var å være barn på vår alder. Jeg visste at hun var flink til å snakke med barn. Jeg følte at hun trodde på meg.»



«Vi har levd i et diktatur. Han var en utrolig hyggelig person, han vitser og er artig, helt til han kommer hjem. Da snur det.»

REDDE FOR Å SI FRA

Mange av ekspertene var veldig redde for å fortelle om volden og overgrepene. Selv om forelderen utsatte dem for vold, var mange redde for å miste forelderen. En ekspert forteller at det en gang var noen som spurte, men at han ikke visste hva han skulle svare, og bare ble lei seg fordi han ikke kunne fortelle. En annen ekspert mener at det er vanskelig å fortelle i det hele tatt, selv om et barn skjønner at det som skjer er galt. Hun sier:

«Man er jo glad i faren sin, det er jo pappa, og du vil ikke at det skjer noe med ham. Du vil jo ikke ha ham fengslet.»

Noen av ekspertene turte ikke å si ifra, fordi de ble truet av voldsutøveren eller familien. En ekspert hadde synlige blåmerker og noen på skolen spurte om hun opplevde vold, men hun svarte nei. Hun ble truet av familien til å ikke fortelle det, og ble ofte holdt hjemme hvis hun hadde blåmerker. En ekspert som ble utsatt for seksuelle overgrep, sier:

«Jeg visste i starten ikke at det ikke var lov det han gjorde med meg. Jeg kunne uansett ikke si noe, for han truet med at han skulle drepe mamma om jeg sa noe. Da turte jeg ikke si noe. Så skulle han komme på besøk en gang, og mamma spurte om jeg ville det. Da fortalte jeg det til henne.»

TRODDE DET VAR NORMALT

Veldig mange forteller at for dem var det

så normalt at de ikke skjønnte at det var galt. Mange hadde opplevd volden siden de var små, og var så vant til den at de ikke kjente til noe annet. En ekspert sier det sånn:

«Det var jo normalt det livet vi hadde hjemme. Vi trodde det skulle være sånn.»

En ekspert forteller at hun visste at det ikke var lov å slå, men hun trodde det bare var mellom voksne. En annen var vitne til vold mellom foreldrene. Uten at foreldrene var klar over det, var hun i mange år vitne til at far utsatte mor for vold. Hun tror det ville vært lettere å si fra hvis hun hadde visst at voksne ikke skal slå hverandre.

En ekspert sier at det ikke er lett for barn å si ifra fordi man tror det er normalt, og man heller ikke vet hvem man skal si ifra til. Hun sier at å bli utsatt for vold liksom var noe dagligdags. Og siden man ofte blir slått når man har gjort noe galt, så tenker man kanskje at man har skyld.

Mange sier at det hadde vært lettere å fortelle hvis de visste at det som skjedde var galt. Først i ettertid har ekspertene forstått at det ikke skulle være sånn, og at det som skjedde hjemme ikke var normalt. En ekspert forteller at faren forgrep seg på henne som om det var normalt. Hun fortalte det ikke til noen. I stedet fortrengete hun det.

«Det var så vanlig
– du sier ikke fra
om at pappa skal
i butikken.»

Hun sier at barn må lære fra tidlig alder å sette grenser, og de må lære om hva som er lov og ikke lov. Det vil fortsatt være vanskelig å si fra, men hun tror det kan virke forebyggende. Da vet en potensiell overgriper at barnet kan komme til å si ifra til noen. Faren visste jo at hun ikke kom til å si noe, og derfor kunne han fortsette. Hun forklarer det sånn:

«Det er større sjanse at en raner en butikk som ikke har alarm. Forhindre at én blir overgriper kan man ikke, men det kan være forebyggende at en overgriper tenker: «Bedre å ikke ta dette barnet, fordi det kommer til å si fra. Barnet har en alarm.»

En ekspert som hadde blitt voldtatt av en jevnaldrende gutt, forteller at hun verken visste om det var en voldtekt eller noe hvilke rettigheter hun hadde. Hun hadde sagt nei, men ikke skreket eller gjort motstand. Var det kanskje hun som hadde gjort noe galt?

En ekspert forteller at hun levde med vold fra hun var veldig liten. Hun ble også omskåret. Hun sier at hvis hun hadde fått seksualundervisning som liten, ville hun skjønt at omskjæring og vold ikke var normalt. Hun sier det er veldig tilfeldig om man får seksualundervisning eller ikke. Hun skjønnte først at det var unormalt å være omskåret da hun dusjet med andre 11-åringer i klassen.





*«Føler meg relativt trygg, har ikke sett ham på 5 år.
Men ser jeg en bil som han har, blir jeg redd»*



ANLEDNINGER DER VOKSNE KUNNE HA OPPDAGET VOLDEN

Mange av ekspertene forteller at de har forsøkt å si ifra, eller at det var anledninger hvor det kunne blitt oppdaget. De forteller at de selv har vært i kontakt med hjelpeapparatet. Eller de forteller at foreldrene har vært i kontakt med politiet eller psykisk helsevern i årevis på grunn av egne problemer, men at ingen har grepet inn overfor barna.

Noen har vært hos helsesøster og prøvd å be om hjelp. Eksperten som ble omskåret, spurte helsesøster om omskjæring, men helsesøster sa hun ikke kunne noe om det. En annen ekspert, som ble utsatt for vold hjemme, gikk til BUP fordi han har Tourettes syndrom. Men der snakket de aldri om volden:

«Jeg trodde ikke det gjorde noen forskjell om jeg fortalte om volden til behandleren. Jeg håpet bare for hver dag at han [faren] hadde skjerpet seg.»

En annen ekspert forteller:

«Jeg prøvde å få kontakt med helsesøster indirekte. Jeg dro til henne og sa at jeg var forkjølet. Turte ikke fortelle henne hva som egentlig plaget meg. Håpet at hun skulle fange opp at jeg opplevde overgrep, men jeg ble avvist. Skulle ønske hun hadde sett signalene.»

Noen har vært hos legen og legevakten med skader etter vold, uten at noen spurte hva som lå bak.

En ekspert forteller at hun hadde flere sår i ansiktet som måtte sys etter at faren hadde utsatt henne for vold. Han kjørte henne til legevakten. Jenta sa ikke et eneste ord da hun kom dit. Hun stusser i etterkant over hvorfor det ikke ringte noen bjeller da det kom inn et skadet barn som ikke sa et ord. De som jobbet på legevakten forsøkte ikke å snakke med henne om skadene i ansiktet.

Hun mener at legene må være oppmerksomme på vage plager hos barn. Jenta kom senere på legevakten på grunn av et panikk-anfall, men de forsøkte ikke å finne ut noe mer da heller. Det forsøkte de heller ikke da hun lå en ukes tid på sykehuset på grunn av udefinert magevondt.

En annen ekspert mener flere burde ha skjont at noe var galt. Da hun var 13, fikk hun p-piller på helsestasjonen. Hun sa hun hadde kjæreste, men mener det burde vært fulgt opp. Også lærerne burde ha sett at noe var galt. Hun endret oppførsel og mistet konsentrasjonen.

«Lærere bør se etter forandret atferd, plutselig dårligere konsentrasjon, og se etter blåmerker.»

«Mest redd for hva som skulle skje hvis jeg fortalte om det. Redd for å si noe feil til barnevernet sånn at jeg måtte dra fra mamma»

NÅR DU SIER IFRA, MEN DE VOKSNE IKKE TROR PÅ DEG ELLER GJØR VONDT VERRE

Noen ganger våger barna å fortelle, men opplever at de voksne enten ikke tror på barnet, eller at de tror på barnet, men bare gjør situasjonen verre. Ekspertene vi snakket med, forteller at hvis de omsider har våget å fortelle, men opplevde at de ikke ble tatt på alvor, tok det lang tid før de snakket med en voksen om volden igjen.

Noen av ekspertene forteller at voldsutøveren var en velansett og respektert person i lokalsamfunnet. Dette gjorde det vanskeligere å bli trodd, både av hjelpeapparatet og av politiet. En ekspert sier at noe av problemet var at «alle» i byen visste hvem faren hennes var. Han er kjent som litt voldelig og tøff, og ingen tør å si ham imot. Alle har «respekt» for ham, og han har en posisjon der han har mulighet til å ødelegge for andre.

FLERE FORTELLER AT DEN DE SA FRA TIL KONTAKTET VOLDSUTØVEREN

En ekspert levde med psykisk vold. Hun forteller om en lærer på barneskolen som så at hun hadde det veldig vondt. Til slutt åpnet hun seg for læreren, men læreren ringte hjem og konfronterte faren med det hun hadde fortalt. Faren ble rasende, og hun ble låst inne på rommet i timevis uten mat, drikke og mulighet til å gå på do.

«Han knuste bordet og ødela ting hjemme. Jeg var så redd for at han skulle slå meg.»

Jeg har alltid vært redd for faren min, aldri vært glad i ham.»

Hun føler seg enormt sviktet av læreren:

«Jeg var både sint, frustrert og lei meg. Egentlig mest lei meg. Jeg følte at hun begikk et nytt overgrep mot meg.»

En annen ekspert fortalte om forholdene hjemme til helsesøster på skolen da hun var ti år.

«Helsesøster sendte brev til pappa, som åpnet det da jeg sto der. Han ble dritsur.

Jeg snakket aldri med helsesøster igjen.»

En ekspert forteller at han flere ganger prøvde å ringe politiet for å fortelle at faren var voldelig, men ingenting skjedde. Et par måneder senere kom likevel barnevernet hjem til dem, på grunn av noe annet. Da fortalte barnevernet til foreldrene at gutten hadde ringt for å anmelde far. Han sier at barnevernet aldri skulle ha gjort det. Heldigvis tok faren det

«Jeg kjenner igjen
følelsen, men husker ikke alt i
hjernen min. Har fortrenget det.»

med ro etterpå, men han sier det like gjerne kunne blitt farlig.

En annen ekspert fortalte foreldrene sine at han ble misbrukt av familiemedlemmer, men av ulike grunner ville ikke foreldrene hans at de skulle gå videre med det. Senere klar- te gutten å fortelle om overgrepene til en ansatt på institusjonen han bodde. Han er vel- dig skuffet fordi han opplever at barnevernet ikke gjør noe med saken.

En ekspert sier at han fortalte hva som skjedde hjemme både til lærer, helsesøster og familie, men at ingenting skjedde. Dette var veldig tøft for ham, og han sier at han gav opp å fortelle det siden han ikke ble trodd. Han tror kanskje ikke han ble trodd på fordi han ikke utagerte nok.

«Jeg opplevde det som noe jævla drit å ikke bli trodd på. (...) [Vi] levde i en boble hvor ingenting hjalp.»

Søsteren sier at de også fortalte det til noen av farens venner og familie, men at de «holdt med pappa». Hun tror de syntes det var ubehagelig å gjøre noe, og at det var bedre å late som om det ikke skjedde.

En ekspert som hadde vært utsatt for sek- suelle overgrep forteller at hun sa i fra både til en på skolen og til moren. Men ingenting skjedde egentlig:

«Jeg holdt det egentlig hemmelig, men så fortalte jeg det til noen på skolen. Da fikk mamma vite det, og hun kjeftet på pappa. Flere ganger. Da flyttet han til en annen eta- sje i huset, men ikke noe mer skjedde. Han har ikke fått straff. Stefaren min trodde hel- ler ikke på det jeg sa om pappa.»

En annen ekspert sa først i fra til helse- søster, som så sa fra til en lærer, med de trodde ikke på det hun fortalte. Hun sier at læreren jo ofte er den første barn sier noe til, og når man ikke blir trodd er det også vanske- ligere å si fra flere ganger. Jenta sier hun ble flink til å skjule ting.

En ekspert forteller om hvordan det var å vokse opp i et lukket trossamfunn og opple- ve mye psykisk vold. Han forteller at en læ- rer i 9. klasse oppdaget det, og snakket med ham. Samtidig opplevde han at denne læreren begynte å sette tvil ved troen hans, noe som gjorde det vanskelige for gutten. Han tror det hadde hjulpet om læreren hadde snakket mer med han. Gutten tenkte på barnevernet, men trodde ikke det han opplevde var noe for dem. Han sier at folk ofte begynner å le når de hø- rer hva du tror på, eller når du forteller at du tilhører et lukket trossamfunn. Da åpner man seg ikke, spesielt ikke barn. Han sier at problemet med psykisk vold er at det ofte ikke blir tatt på alvor.



*«Jeg føler at psykisk vold er tabu.
Det snakkes det ikke om.»*

DEL 2

EKSPERTENES MØTE MED HJELPEAPPARATET

«Vi trenger støtte og forståelse, ikke medlidenhet, ikke sånn stakkars deg liksom.»

De ekspertene vi har snakket med, har vært i kontakt med ulike tjenester som barnehus, helsesøster, skole, familievernkontor, fastlege, barnevern, støttesentre mot incest, krisesentre, Stine Sofie Senteret, veiledningssentre for pårørende og spesialisthelsetjenesten, først og fremst psykisk helsevern for barn og unge (BUP). Det varierer i stor grad hvem de har kommet i kontakt med og hvilke tilbud de har fått.

Ekspertene har ulike erfaringer med hjelpeapparatet. Noen er fornøyd, mens mange fikk hjelp for sent. Det var også noen som fikk feil hjelp, eller ikke fikk hjelp i det hele tatt. Når ekspertene snakker om hva som har fungert og hva som ikke har fungert, er det noen ting som går igjen. Et gjennomgående funn er at ingen har hovedansvaret for barn som har opplevd traumer som vold eller seksuelle overgrep. Mange faller gjennom, selv om det er kjent at de trenger hjelp. Det er ofte uklart hvilken instans i kommunal sektor som skal ta ansvar for å følge opp barn og familier med traumer. Og skal barnet få hjelp i BUP, må tilstanden være så alvorlig at det helst kvalifiserer til en diagnose.

Ekspertene forteller at systemene ofte er rigide, og at dette skaper utfordringer med å få den hjelpen de har behov for. Jevnt over kan det virke som om tilbudene drevet av frivillig sektor i større grad møter barnas behov. De har lav terskel, og er utformet på barn og unges premisser. Dessuten rommer de barnas ulike behov, slik at barna slipper å oppsøke forskjellige steder med ulike problemstillinger, slik de ofte må i offentlige hjelpe-tjenester.

Det er også store forskjeller på hva slags

hjelp barna trenger. Noen savner et tilbud, andre sier at de ikke orker å snakke så mye om det, og at de heller trenger å få ting på avstand. For andre igjen melder behovet seg først etter en stund, og så er det de som har behov for et tilbud som er der over tid. En ekspert sier det sånn:

«Da de [foreldrene] flyttet fra hverandre hadde jeg ikke lyst til å snakke med noen. Behovet kom etter hvert.»

UKOORDINERT HJELP OG BRUTTE RELASJONER

Mange har positive erfaringer med enkeltpersoner, men det er få historier hvor systemet har fungert godt. Ekspertene forteller at systemet er tungvint og lite samkjørt. De som har fått samtaletilbud i BUP forteller at de ofte har måttet bytte behandlere. Det betyr at de må bygge opp en ny relasjon og fortelle historien sin på nytt, gjentatte ganger. Dette har igjen ført til at de har mistet tillit til systemet, og at de etter hvert har fortalt mindre og mindre.

En ekspert forteller at hun har forsøkt å prate med voksne opp gjennom årene, men har opplevd at hjelpere stadig blir borte. Hun har hatt to helsesøstre, tre fastleger og to behandlere i BUP. En annen ekspert sier at det er vanskelig å måtte fortelle alt gang på gang. Hun synes det er dårlig kommunikasjon mellom dem som hjelper, og at hun ikke vet noe om hvordan denne kommunikasjonen foregår.

En annen ekspert forteller at han har hatt kontakt med store deler av hjelpeapparatet, og sier han er dritlei av å gjenta sin historie. Det er mange møter og samtaler, og det føles

som avhør der han må fortelle igjen og igjen om hva som har skjedd. Det hadde vært fint om de kunne være mer samkjørt, at de har lest journaler og oppdatert seg, sier han.

«De voksne profesjonelle burde være mer forberedt. Snakket sammen og lest referat fra møter. Alt trenger jo ikke å gå så sakte når de skal samarbeide. Vi lever i 2017, trenger ikke å være avhengig av posten.»

En tredje ekspert synes det er veldig tilfeldig hvilken hjelp du får fra hvilket kontor, hvilke personer og hvilken saksbehandler du har. Hun sier:

«Mange fraskriver seg ansvaret med at de ikke har kunnskap, og henviser ofte til et annet sted. For eksempel «Nå nærmer du deg 18 år, da har [voksen]psykiatrien ansvaret for deg.»

I alle våre ekspertmøter er det bare én positiv historie hvor eksperten har opplevd at alt fungerte. Denne eksperten ble voldtatt, og fortalte det til moren sin. Etter dette gikk alt veldig fort. Mor begynte å ringe rundt. Så fikk hun legetime på dagen, og kontaktlærer og helse-søster ble kontaktet. Hun fikk også tilbud om psykolog, og ble spurt om hun ville anmelde til politiet. Jenta følte seg godt mottatt av alle. Hun sier:

«Velferds-Norge på sitt beste.»

Denne jenta opplevde at systemet fungerte så godt fordi moren kontaktet alle for henne. «Det var som et hjul som gikk av seg selv.» Hjelperne oppsøkte henne, avtaler ble laget. Hun sier det ville vært en barriere å gjøre det selv da alt sto på.

«Det er ikke så lett å ta initiativ når du er i en slik situasjon. Da trenger du en slags koordinator.»

I mitt tilfelle var det mamma, men det kunne være fint om det var en tilgjengelig person som er lett å kontakte som kan ta denne rollen og koordinere.»

BARNEVERNET – BLANDEDE ERFARINGER

Erfaringene med barnevernet er blandede. Noen er redd for å snakke med barnevernet, og for hva som kan skje. En ekspert sier det sånn:

«[Jeg var] redd for å si ifra til dem, redd for å si noe feil, så jeg kunne bli tatt bort fra mamma.»

Noen har positive erfaringer. En ekspert forteller at de fra barnevernet var veldig greie, og han ble lettet etter å ha fortalt dem hvordan han hadde det hos faren. En annen ekspert sier det var lett å snakke med dem. Hun hadde vært redd i forkant.

«Alle snakker jo hele tiden veldig negativt om barnevernet, men de er jo der for å hjelpe deg. Det var ikke så skummelt som jeg trodde.»

En ekspert flyttet til et beredskapshjem fordi moren er rusavhengig. Han sier det var et fint sted, og at han fant på mye fint sammen med de som jobbet der. En annen ekspert forteller om en institusjon han likte veldig godt. Institusjonen følte som et «ordentlig hjem». De voksne brydde seg om ham, og hadde en perfekt balanse mellom å være seriøse og litt artige. De var strenge om nødvendig, og det ga trygghet. Og de var rettferdige.

En yngre ekspert forteller at det er fint at barnevernet kommer på besøk, men at det er litt dumt at det er så mange ulike personer som kommer.

De fleste vi snakket med har dessverre negative erfaringer med barnevernet. En ekspert sier at barnevernet snakket med andre om det hun hadde opplevd, mens hun var tilstede, men de snakket aldri med henne om det hun hadde opplevd. En annen ekspert har en bror som er rusavhengig. Barnevernet har fulgt opp broren, men aldri spurt hvordan hun har det. Barnevernet snakket ofte med moren, men hun fikk aldri være med på samtalene.

«Barnevernet snakket ikke med meg, bare

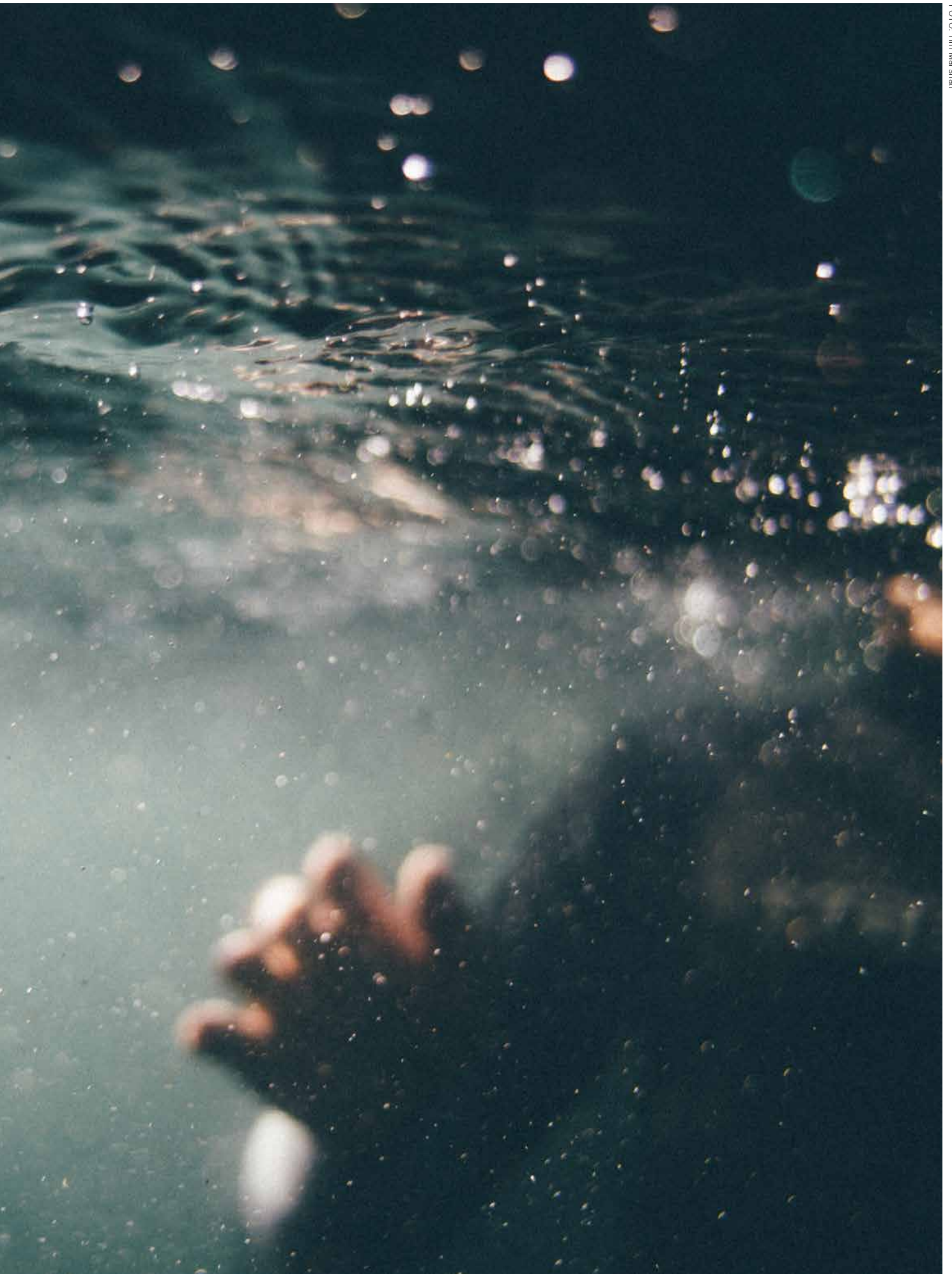
hvis de lurte på noe om broren min (...) Jeg følte jeg ikke fikk vite hva som skjedde i mitt liv. Det er jo mitt liv.»

Noen føler at barnevernet har tatt voldsutøverens side. En ekspert forteller at hun ikke føler seg trygg på barnevernet. Da hun fortalte at faren drakk, reagerte de ikke noe særlig, og jenta mener at de var altfor mye på hans side. To andre eksperter, som har vært utsatt for seksuelle overgrep, forteller at barnevernet beskytter voldsutøveren for mye, og at under samvær sitter tilsynspersonen og ser på at far kjefter uten at de gjør noe. Også en søskenflokk som var utsatt for vold fra far, har dårlige erfaringer med barnevernet. De opplevde møtene som avhør, følte at barnevernet mistenkeliggjorde moren og beskyttet faren. Den ene i søskenflokken sier det sånn:

*«Vi opplevde at
barnevernet beskyttet
pappa, ikke mamma.
Det betydde for oss
at de beskyttet
overgriperen og
ikke offeret.»*

En annen ekspert forteller at han har svært liten tillit til barnevernet. Han føler ikke at barnevernet tror på at han har blitt utsatt for vold og overgrep. Derfor gjør de ikke noe med saken. Han har også blitt fra flyttet fra en barnevernsinstitusjon til en annen, mot sin vilje. Han forstår ikke hvorfor han har blitt flyttet, for han likte seg veldig godt på den første institusjonen. Gutten sier han ikke stoler på barnevernet på grunn av alt som har skjedd.





KRISESENTRER – OPPLEVES POSITIVT OG TRYGT

I prosjektet besøkte vi flere krisesentre som har fokus på barn. Mange av ekspertene hadde derfor opplevd å være på krisesentre sammen med den ene omsorgspersonen. Nesten alle har positive erfaringer med oppholdet på krisesenteret. De liker samtaler med de voksne, og gruppene for barn. En jente sier det var fint at de gikk tur mens de snakket. Mange sier at det er «gøy» og «moro» der. Det er fint å få leke og være sammen andre barn, og det er fint at det er mange aktiviteter. Flere forteller at det var trygt og godt å komme dit, og de setter pris på at det er rolig der.

Likevel er det noen som synes det er litt vanskelig å være på krisesenteret. De savner hjemmet sitt og vennene sine, og kunne ønske de kunne gå mer ut eller besøke noen. En gutt på 8 år forteller at han savner skolen, klassen og venner. Han savner også hjemmet sitt, lekene, fetterne og pappa.

En gutt på 17 år forteller at han ikke fikk bo på krisesenteret fordi han var en ung mann. Han sier det var forferdelig, og at han måtte skaffe bosted selv.

FAMILIEVERNKONTORET - GOD HJELP NÅR DE HAR SPISSKOMPETANSE OM VOLD

Ekspertene vi har snakket med har gode erfaringer med familievernkantorene. I den sammenheng er det viktig å merke seg at vi besøkte familievernkantor med stor kompetanse på nettopp vold. Noen forteller at det var der volden ble oppdaget, fordi foreldrene og familien var inne til samtale og oppfølging. Flere sier det er bra at familievernkantorene snakker med barna alene, i tillegg til at de snakker med familien samlet.

For en ekspert ble volden fra far avdekket fordi faren hadde kontaktet familievernkantoret for å få mer samvær. Barna ble innkalt til en samtale alene, og da fortalte jenta

hvordan det hadde vært hjemme. Etter dette fikk hun tilbud om samtaler på kontoret.

«Jeg fikk ganske god hjelp der [på familievernkantoret]. Jeg møtte forståelse for at jeg ikke ville møte faren min.»

En yngre ekspert forteller at familievernkantoret brukte ansiktssymboler, sånn at han kunne svare ved hjelp av ansiktsuttrykk. Han sier han brukte «strekansikter» når de spurte hvordan det var der faren bor, og at han brukte smilefjes om hvordan ting er nå. Han synes det er fint å snakke med smilefjes.

En ekspert som var blitt voldtatt, fikk tilbud om psykolog fra familievernkantoret. Hun er veldig fornøyd med den hjelpen. Psykologen stilte først for mange spørsmål, men da hun sa ifra, endret det seg. Nå har de brutt det opp, og tar noen spørsmål hver gang. De går steg for steg gjennom hendelsen, og så påpeker psykologen når overgriperen skulle ha stoppet. Dette har hjulpet henne til å forstå at det ikke var hennes skyld. Han hjelper henne med å bearbeide det som skjedde.

Selv om de fleste er fornøyd med hjelpen de har fått på familievernkantoret, er det en ekspert som føler at de satte ord på hennes opplevelser. Disse ordene stemte ikke med det hun hadde sagt.

FRIVILLIG SEKTOR – FLEKSIBLE OG TILGJENGELIGE

Mange av ekspertene har fått hjelp av sentre drevet av frivillige organisasjoner og stiftelser. De var langt mer fornøyd med disse enn med de offentlige tjenestene. Disse organisasjonene virket i mye større grad å være fleksible, barnevennlige og tilgjengelige.

Mange av ekspertene trekker frem verdien av å treffe andre med tilsvarende erfaring som de selv. Som én uttrykker det:

«Det er viktig å snakke med noen andre som vet hvordan det er å ha det vondt inni seg.»

En annen sier at det er tryggere og lettere å

snakke da, og at man kan fortelle hverandre mer:

«Alle trenger en som vet hva du har opplevd og som du kan snakke med.»

STINE SOFIE SENTERET – NASJONALT MESTRINGSSENTER FOR VOLDSUTSATTE BARN

De ekspertene vi snakket med på Stine Sofie Senteret, var svært positive til ukesoppholdet de hadde her sammen med hele familien. Her lærte de om egne reaksjoner, og om hvordan de kan mestre hverdagen og livet, samtidig som de opplevde at omsorgspersonen fikk hjelp og støtte. I tillegg var oppholdet ispedd mye aktivitet og latter, og ikke minst møtte de omsorgsfulle voksne og barn med tilsvarende erfaringer som dem selv. Gjennom samtalene vi hadde med ekspertene her, fikk vi et klart inntrykk av at alt dette betydde mye for dem.

VEILEDNINGSSENTRE FOR PÅRØRENDE

Ekspertene som hadde fått hjelp på et slikt veiledningssenter, var også veldig fornøyde. Det handlet både om selve samtaletilbudet, fleksibiliteten i tilbudet og tilbudet om aktiviteter og kontakt med andre med lignende erfaringer. Her kan de få hjelp så lenge de vil, og noen sier de får mer konkrete råd her. Veiledningssentret kan tilby et mer åpent og tilgjengelig sted, noe som passer ungdommenes behov bedre enn for eksempel BUP.

«Her på senteret er det hjemmekoselig og mye lettere å snakke. Dette er som et hjem, BUP er et kontor.»

En av ekspertene har en far som er rusavhengig. Hun forteller at damen på veiledningssenteret er «for alltid i hennes hjerte.» Kontakten gikk av seg selv. Ville hun snakke, snakket de, ville hun gjøre noe annet var det greit. Hun kan også sende meldinger eller e-post, og opplever at denne damen er der når hun trenger det.

«X tilpasset seg meg. Det var ikke slik at vi måtte sette oss i sofaen og snakke. Jeg hadde lov å være overalt i kontoret og sette meg hvor jeg ville. Det handler om hva jeg

opplever og når jeg har behov for å snakke om det. Det er fint å få hjelp når du trenger det. For en psykolog må du åpne opp når de bestemmer det. Du må snakke om hva du føler hele tiden. I X har jeg funnet en som jeg føler meg komfortabel med. Alt er mulig, alt er lov.»

En annen ting mange liker, er at de har aktivitetsskvelder med for eksempel ridning, fotball og styling. Da kan de kose seg og glemme alt annet. Det er også viktig for dem å møte barn og ungdom som har opplevd det samme som dem selv.

STØTTESENTER MOT INCEST OG SEKSUELLE OVERGREP

Noen av ekspertene har også god erfaring med Støttesenter mot incest og seksuelle overgrep (SMISO).

«På SMISO får jeg virkelig snakke med folk som forstår. På BUP så føler jeg at de som er der har lest i en bok hvordan de skal prate med meg, men de skjønner egentlig ikke.»

SKOLEN HAR EN VIKTIG ROLLE I BARNAS LIV

Skolen har en viktig rolle i ekspertenes liv. Skolen er viktig både for å forebygge gjennom å snakke om vold og overgrep, og en lærer kan være en viktig voksen å snakke med. Læreren er også en person som kan følge opp eleven og tilrettelegge skolehverdagen i etterkant.

De fleste ekspertene er opptatt av at problemene påvirker skolehverdagen og gjør det vanskelig å være til stede og konsentrere seg. En ekspert sier at til å begynne med handlet det mest om å klare å møte opp, og etterhvert klarte hun å fokusere på fagene igjen. Mange snakker også om søvnproblemer. De forteller at det er til stor hjelp når skolen har forståelse for hvordan de har det, og legger til rette. Det kan for eksempel være at de får mer tid på prøver og oppgaver, eller at skolen tillater noe ekstra fravær.

Mange opplever fraværsgrensen som et press, og de er redde for å være for mye borte. En ekspert sier det er slitsomt å tenke på, og hun får dårlig samvittighet hver gang hun ikke orker å møte.

FOR MANGE FÅR VOLDEN STORE KONSEKVENSER FOR SKOLEGANGEN VIDERE

En ekspert må ta videregående over lengre tid, og har ikke kommet inn på skolevalget hun ønsker og brenner for. En annen sier det tok tid før hun fikk hjelp på skolen. De sa bare at hun kunne gå ut av klassen hvis hun ville, men da mistet hun undervisning og det ble enda vanskeligere å henge med. Til slutt begynte hun på spesialskole tilpasset elever med særlige utfordringer.

En ekspert måtte til slutt bytte skole, noe som har vært veldig vanskelig. Hun føler ikke hun får hjelp og støtte til de vanskelige følelsene.

Læreren har sagt til barnevernet at hun kom så mye for sent på skolen at hun ødela skolens rykte.

Noen forteller at de blir mobbet på skolen. En ekspert forteller at alle på skolen fikk vite om problemene, og at det førte til mobbing. En annen ekspert sier han ble mobbet mye på skolen. Han var overvektig og flyttet fra sted til sted, og hadde ingen venner.

En ekspert som ble utsatt for overgrep fra en lærer, opplever at skolen gjør mye for å følge ham opp. Blant annet har han en lærer han kan snakke med når han ønsker det, og fast tilbud om samtale to ganger i uken. Han synes det skolen gjør er veldig bra.

Flere av ekspertene gir uttrykk for at de skulle ønske at nettopp en lærer eller andre på skolen kunne fulgt dem opp:

«Det er lettere å snakke med læreren enn med psykologen. Man får bedre oppfølging, for læreren ser deg hver dag og hver uke, den vet og kan se hvordan du har det. Det er flere som sier at BUP/psykolog ser du kanskje en gang i uken. Det er lettere og mer naturlig å snakke til for eksempel lærer og helsesøster, som er i nærheten, som du kjenner og er trygg på.»

HELSESØSTER – HVOR ER HUN?

Noen få av ekspertene forteller at helsesøster har vært en kjempegod hjelp. De forklarer det med at hun har vært lett tilgjengelig i hverdagen deres.

En ekspert forteller at hun hadde det veldig vanskelig på ungdomsskolen, og gikk til helsesøster to ganger i uken. Hun likte henne veldig godt, hun var blid hele tiden og sa alltid hei. Dessverre sluttet hun, og det kom en ny hun ikke likte like godt. Og bare etter to uker

«I ettertid tror jeg ingen kunne ha sett det på meg».

Hvordan kunne en helsesøster vite om det når hun så oss bare en gang når hun snakket om puberteten i 6.klasse?»

sluttet den nye helsesøsteren også, og da gadd hun ikke gå dit mer.

En ekspert som ble voldtatt, forteller at helsesøsteren har vært den største hjelpen ved siden av moren. Helsesøster var alltid tilgjengelig for henne, og hun var der flere ganger i uken. Hun var veldig fin å snakke med. Samtidig ble hun ikke tvunget til å snakke, og kunne også bare sitte der med telefonen eller en bok. Det var som et fristed.

Helsesøsteren tar fortsatt kontakt med henne hver uke, og hun kan komme dit ved behov. Hun synes det er veldig fint at helsesøsteren fortsetter å kontakte henne. Hun føler at døren alltid står åpen.

«Jeg gleder meg til møtene – som en sten som blir løftet fra hjertet.»

En ekspert som var utsatt for psykisk vold, forteller at hun fikk hjelp av helsesøster i en periode hun drev med selvsikring. Men det ble vanskelig å gå til helsesøster, fordi hun opplevde at læreren hang henne ut i klassen når hun hadde vært der.

«Læreren hånte at jeg hadde vært hos helsesøster. De andre elevene også. Så da sluttet jeg å gå.»

Av de ekspertene vi har snakket med, er det gjennomgående at få har snakket med helsesøster. Enten har hun ikke vært tilgjengelig, eller så forbinder de henne med en som gir vaksine og som man kan gå til med fysiske helseplager, som for eksempel magevondt. De forbinder ikke helsesøster med én de kan snakke med om vanskelige ting.

Det er også et problem at helsesøster ikke er nok til stede. Hun er der kanskje bare en gang i måneden eller uken. Da passer det kanskje ikke å snakke, eller man ikke er i humør til det akkurat da. Noen vet ikke engang hvem helsesøster er.

Disse utsagnene er ganske typiske for hva ekspertene sa om dette:

«Det hadde vært tryggere om hun hadde vært der hver dag.»

Da kan du snakke med henne ved behov.»

«Hvordan kunne hun se noe, hun var jo ikke der.»

«Hvis det skulle hjelpe, måtte man i så fall justere når man hadde det dårlig da.»

«Jeg tenkte aldri på helsesøster som noen hjelp. Var bare tilgjengelig en dag i uka, fra ti til to. Visste ikke hvem det var en gang.»

FASTLEGEN ER TIL LITEN HJELP

Veldig få av ekspertene har fått noe særlig hjelp av fastlegen. En ekspert forteller at det var legen som oppdaget volden, fordi han kom til legen med brukket arm. Det er imidlertid litt usikkert om dette var fastlegen eller en lege på legevakten. Utover det er det ingen vi har snakket med som har blitt fanget opp hos fastlegen.

«Fastlegen snakket jeg med én gang, og hun satt bare og sa stakkars deg. Det trenger jeg ikke! Trenger ikke medlidenhet, men støtte og forståelse. Jeg har gått mye i gruppeterapi, og aldri møtt noen som synes det er greit med "stakkars deg". Det gjør oss liten.»

En ekspert gir uttrykk for å ha hatt positiv erfaring ved at hun fikk tilbud om samtaler med fastlegen mens hun sto på venteliste hos BUP. Hun sier at fastlegen var veldig støttende.

«I fjor fikk jeg flashbacks, så da snakket jeg med fastlegen. Han var kjempeforståelsesfull.»

Selv om fastlegen er den som vanligvis henviser til BUP, blir de færreste fulgt opp der mens de venter på time. Og ventetiden på plass i BUP kan være lang. Noen sier også at de har hatt så mange fastleger at det er vanskelig å få god kontakt.

BUP – LITE TILGJENGELIG OG FOR DE FÅ

De som forteller at de har fått god hjelp av BUP, er i hovedsak de som har vært så dårlige at de har blitt innlagt. Så godt som alle som har fått poliklinisk behandling, opplever at BUP er rigide og lite tilgjengelige for dem. Flere forteller om metoder som ikke passer dem, og at de presser for hardt. Mange opplever at de må forholde seg til flere behandlere. Noen av ekspertene opplever at BUP ikke ser og tar tak i problemene deres. En jente opplevde at de bagatelliserte problemene til foreldrene, og aldri meldte fra til barnevernet. En annen forteller at det ikke hjalp å snakke med psykologer, fordi de ikke vet nok om vold, og heller ikke forsto hva hun hadde vært utsatt for.

Det er også et problem at noen må vente for lenge på hjelp, eller at de ikke er «syke nok» eller har «stort nok problem» til å få hjelp fra BUP.

En ekspert hadde store psykiske problemer etter at hun var vitne til vold mot moren. Jenta ble ikke fulgt opp av noen kommunal tjeneste. Hun forteller at hun var på BUP en gang da hun var 10 år, men ble avvist fordi det ikke var alvorlig nok. Jenta ble stadig dårligere, og søkte på nytt da hun var 15 år, men opplevde å få avslag igjen. Nå har hun store problemer, og i en alder av 17 år får hun omsider komme inn til samtaler. Familien har også store problemer seg imellom. Hun sier:

«Hadde vi fått hjelp tidligere, hadde alt vært annerledes.»

En annen ekspert sier at problemene burde vært tatt mer alvorlig i starten, så det ikke utviklet seg. Hun ble veldig dårlig mens hun ventet på å få time på BUP. Etter at fastlegen hadde skrevet henvisning, sto hun et halvt år i kø, og deretter fikk hun avslag. Da snakket moren med fastlegen igjen, og hun fikk hjelp.

Men så ble psykologen syk.

«Hadde jeg fått hjelp tidligere, hadde det ikke utviklet seg sånn det gjorde.»

Hjelpen i BUP kan være vanskelig tilgjengelig. En ekspert forteller at selve behandlingen var grei, men det ble lite kontinuitet. Psykologen ble ofte syk og avlyste timene. Det var vanskelig å tilpasse besøket til skolen, og det var en del rot hos BUP. En gang hun ikke kunne komme, fikk hun beskjed om at hvis hun ikke møtte ville hun miste behandlingstilbudet på BUP, selv om hun hadde gitt beskjed og hadde god grunn. Hun syntes det var veldig ubehagelig å få en sånn beskjed. Etter hvert fikk hun heldigvis faste timer i fritimen på skolen, og det ble bedre.

Én som var fornøyd med hjelpen, sier likevel at det var litt unaturlig å sitte stille på hver sin side av et lite bord.

«Synes det er litt rart å sitte og snakke, rett overfor hverandre, ved et bord. Jeg tenker i ettertid at det kanskje kunne vært annerledes.»

En ekspert mener BUP er veldig firkantet og burde være mer fleksible. Det hadde vært fint med en blanding av behandling og aktiviteter, for eksempel å gå tur. De var også for pågående, og det er viktig å bli kjent for å få en god relasjon. Hun mener det er viktig at BUP tilpasser seg til hver enkelt person.

«Hvis jeg avbestilte timer, fikk jeg beskjed om at det kunne bli lenge til neste gang. Man skal liksom være takknemlig for at man får tilbud på BUP.»

Ekspertene forteller at de ofte må snakke med mange ulike voksenpersoner i BUP. Noen forteller at de slutter fordi de ikke orker å fortelle alt på nytt. En ekspert forteller at hun var på tre forskjellige BUP kontorer og hadde åtte-ni forskjellige behandlere. Det fikk henne til å føle at hun var et håpløst tilfelle.

«Når du opplever så mange relasjonsbrudd gir du opp. Slutter å stole på folk og slutter å fortelle.»

Flere opplever at BUP har for dårlig tid, og at de legger for mye press på dem i samtalen. Noen sier at BUP er veldig opptatt av å bruke bestemte metoder som kanskje fungerer for mange barn, men som ikke har fungert for dem. En ekspert sier BUP er veldig opptatt av å

«Hvis jeg avbestilte timer, fikk jeg beskjed om at det kunne bli lenge til neste gang. Man skal liksom være takknemlig for at man får tilbud på BUP.»



utrede og diagnostisere, og av å finne feil istedenfor å fokusere på det positive. Samtidig var det ting som var alvorlige, men som det ikke ble gjort noe med, for eksempel at hun ruset seg i flere år. Hun ble også veldig skremt av metodene de brukte i samtalene. De spurte om hun kunne tegne hele overgrepshistorien, og det ble for mye for henne. Siden hun også flyttet mange ganger, ble det for mange mennesker, og saken måtte utredes på nytt og på nytt. Hun opplevde at samarbeidet mellom BUP, skole, helsesøster, og andre var veldig dårlig. Hun kjenner seg ikke lenger igjen i journalen, fordi historien forandret seg for hver instans.

«Det blir så mange instanser at det blir mye søl.»

En ekspert sier at da hun begynte i BUP, ville terapeuten at hun skulle snakke om alt med en gang. Det førte til at hun droppet timer, for hun orket ikke. En annen forteller at han ikke liker å snakke med psykologen og sier at de presser for mye, og han må snakke om det samme om og om igjen.

«De må vente litt mer til ungdommene er klare for å snakke.»

Noen føler at de blir sykelliggjort, eller at de må forte seg å «bli friske». To eksperter opplevde å bli nærmest presset av behandlerne til å bli friske:

«Ikke så bra opplevelser med BUP, fordi de sa at hvis du ikke blir bedre, legger vi deg inn. Da sluttet jeg å prate med dem.»

«Jeg var ikke klar for å dele ting, men så fikk jeg beskjed om at dersom du ikke deler det så blir du ikke frisk. Det føles som en trussel når man er så liten.»

En ekspert som ble utsatt for seksuelle overgrep i oppveksten, sier at hun opplevde et stort press fra BUP. Hun var 16 år, og det hadde nettopp gått opp for henne hva hun var blitt utsatt for i barndommen. Hun var egentlig i sjokk, men alle presset på for at hun skulle bli «frisk». Alt skulle skje med en gang, og BUP gikk alt for rask fram. Timen var også så korte at hun kun rakk å bli lei seg, og hun gråt hver gang hun gikk derfra. Til slutt orket hun ikke å gå dit lenger.



FOTO: Brandon Wong

«Hvorfor er de detaljene så viktige? Er det ikke viktigere hvordan jeg har det? (...) De spurte meg hva jeg trengte, men jeg visste jo ikke selv hva jeg trengte.»

Denne ekspertene har nå blitt så gammel at da hun trengte hjelp noen år senere, fikk hun hjelp fra psykisk helsevern for voksne. Her har hun møtt en psykolog som bruker tid på å bygge opp tillit. Psykologen spør også om hvordan alt som har skjedd har påvirket jenta, istedenfor å spørre om detaljer. Jenta mener at prosessen hos BUP må ta tid, og at det ikke går fortere når folk presser.

«Det er ikke noe hast for skaden har skjedd. Her er det reparasjon som gjelder. Det tar tid.»

MEDISINERING MED OG UTEN OPPFØLGING

Flere av ekspertene har blitt medisinert. Noen forteller at det har vært viktig for dem å ta medisiner i kortere eller lengre perioder, særlig hvor dette har vært i tillegg til annen behandling. Andre forteller at de ble satt på antidepressiva uten at de fikk oppfølging, for eksempel gjennom terapi. En ekspert forteller at hun etter fem år omsider har klart å slutte med anti-depressive, etter at hun forsto at det kunne være farlig.

En annen ekspert forteller at BUP «tvang» henne på flere forskjellige medisiner. Hun trodde hun måtte ta medisiner for å bli frisk. Hun gikk derfor på medisiner i tre år uten at det hjalp, og hun ble dårlig av dem. Hun følte seg ikke som seg selv, og siden hun allerede var usikker på hvem hun var, ble hun enda mer forvirret. I mellomtiden sluttet hun å gå til BUP fordi hun fikk det verre av samtalene der, og fikk ingen annen oppfølging enn medisinsk. Det endte med at hun på egenhånd sluttet med medisiner på dagen, og ble fysisk og psykisk dårlig i flere måneder.

En ekspert fikk antidepressiva av fastlegen. Imidlertid fikk hun ingen oppfølging av legen parallelt med at hun tok medisiner. Da hun ikke syntes medisinerene fungerte, og følte seg dårlig av å bruke dem, sluttet hun å ta medisiner da brettet var brukt opp. Da hun oppsøkte fastlegen, kunne han ikke huske at han hadde skrevet ut antidepressiva, og hun måtte selv ta initiativ til å fortelle om medisiner og at hun hadde sluttet med disse.

BARNEHUS ER BRA, MEN STRAFFESAKEN ER BELASTENDE

De fleste av ekspertene har gode erfaringer med barnehusene. De forteller at det var fint å komme dit, de likte veldig godt å være der og de følte de ble tatt på alvor. En ekspert sier at avhøret var ok, og at hun ikke trengte å fortelle mer enn nødvendig. Flere forteller at det er bra å ha flere avhør, for det kan bli for mye å fortelle alt på en gang.

En ekspert sier at de eneste som har hørt på henne, er barnehuset. Hun følte hun fikk mye hjelp der:

«Politidama på barnehuset var veldig, veldig flink. (...) De faktisk hører på det du har å si.»

Etterforskningen er likevel belastende for barna. Noen forteller at det tar veldig lang tid før saken kommer opp, og at avhørene er krevende. En ekspert sier det sånn:

«Det tok to og et halvt år før saken kom opp. Pappa forlangte nye avhør på grunn av det. Det hadde ikke de små søsknene mine orket, de hatet de avhørene. Og da ville det ikke bli noen sak. Heldigvis ble det kravet avvist.»

En annen ekspert forteller at hun var i mange avhør da hun var 15 år, uten å oppleve at hun fikk noen støtte.

En annen forteller at de måtte gjennom to instanser, og at straffen ble satt ned. Hun sier at den andre rettssaken var en forferdelig påkjenning. Hun måtte vitne i retten, og det var vondt da forsvarsadvokaten gravde i detaljer om overgrepene som faren hadde utsatt henne for. For eksempel:

*«Hvordan kunne
du vite at han
fikk utløsning?»*



BESØKSFORBUD FUNGERER IKKE

Flere av ekspertene forteller at besøksforbud ikke fungerer. Noen har opplevd at far har oppsøkt dem, selv om han har hatt besøksforbud. Mange har erfart at det er vanskelig for dem å melde fra til politiet når besøksforbudet blir brutt, og at det ikke hjelper å melde fra.

Det er også flere eksperter som har erfaring med at forelderen, tross besøksforbud, kontakter dem på mobilen eller presser dem gjennom sosiale medier.

En ekspert forteller at faren bor rett i nærheten. Han fikk besøksforbud, men snakket med henne likevel. Dessuten varte besøksforbudet kun i tre måneder. Ingen har spurt om hun vil ha besøksforbudet videreført.

En annen ekspert forteller at faren har besøksforbud, men at alle søsknene har opplevd at han følger etter dem. Han har stått utenfor butikken hvor de jobber, eller kommet bort til dem på gata. Hun sier at de har meldt fra til politiet, men at de sier de ikke kan gjøre

noe annet enn å gi advarsler. Hun sier det er viktig at besøksforbudet fungerer.

En ekspert i begynnelsen av tyveårene forteller at hun aldri følte seg trygg i hjembyen, fordi faren ikke lot familien være i fred. Hun har flyttet til en annen by nå. Når hun er hjemme, ser hun seg over skulderen hele tiden. Hvis hun skal i butikken, går hun inn og skanner hele lokalet før hun bestemmer seg for å handle. Heldigvis føler hun seg trygg i den nye byen:

«Det er deilig å bare kunne gå rundt. Gå på butikken uten først å forsøke å se inn om han er der.»

Hvordan hindre at vold og overgrep skjer?

- Barn må få mer informasjon om hva som er greit, og at det ikke er normalt å leve med vold og overgrep.
- Barn må lære om rett og galt, grenser, og om egen kropp. Informasjonen må gis i veldig ung alder, helst barnehagealder.
- Det må være informasjon i skolen, men ikke som noe ekstraordinært. Det bør være en del av vanlig undervisning og læreplaner.
- Minoritetsfamilier må få mer kunnskap om psykisk vold og hjelp til å tenke annerledes.

Hvordan oppdage vold og overgrep?

- Barn må få flere muligheter til å si ifra. Ikke forvent at barn sier ifra selv.
- Spør alle barn i skolen om det skjer noe hjemme som ikke er greit.
- De voksne må bli flinkere til å se og høre. Barn må få følelsen av at de voksne er tilstede.
- Lærere og helsesøstre trenger mer kunnskap om å fange opp signaler.
- Voksne må være oppmerksomme på små signaler; se om man endrer seg. F.eks om karakterene går ned eller man blir trøttere.
- Ikke finn andre forklaringer dersom du ser signalene. Voksne må ikke la være å spørre fordi de ikke har lyst til å starte noe som ikke er kjekt.
- Ta alle signaler på alvor, spør! Spør konkret; har du vært utsatt for vold hjemme?
- Hjelpere må ikke bare henvende seg til de voksne.

Hvem kan oppdage vold og overgrep?

- Barn trenger informasjon om hvem de kan snakke med.
- Lærere som bryr seg, som er «til stede».
- Mer helsesøster – må være der hver dag.
- Helsesøstre må få mye mer kunnskap om hva de skal se etter.
- Legevakten må fange det opp og snakke med barn alene.
- Tannlegen kan finne mange tegn.
- Hvis noen i familien har psykiske problemer eller rusproblemer må helsetjenestene gripe inn, sette inn tiltak for å hjelpe barnet og sende bekymringsmelding.
- De må følge med når de pårørende er i hjelpeapparatet.
- Helsepersonell og andre må gjøres tryggere på at de kan melde.
- Det må være lavere terskel for å sende bekymringsmelding. Det må ikke få konsekvenser dersom man melder en gang for mye.

Hvordan bør en helper være?

- Rolig, imøtekommende, omsorgsfull, ærlig, snill, tålmodig, interessert, oppmuntrende, forståelsesfull og fortrolig
- Vær til stede, både fysisk og mentalt
- Det er viktig for barnet å bli sett
- Bry deg, vær opptatt av hvordan barnet har det
- Vis at du vil hjelpe
- Vær hyggelig og imøtekommende.
- Trygghet er viktig. Barnet må kunne stole på deg.
- Du må være modig, tåle det du hører, og stå i det.
- Ikke vær en du ikke er. Barn vet når du er ekte.
- Hold løftene dine.

Om å ta barn på alvor

- Tro på barnet når det sier noe.
- Ta meg på alvor, ikke tro at jeg lyver!
- Når barnet tar kontakt må du ikke ignorere barnet eller virke som du ikke hører. Kropp og stemme har mye å si.
- De voksne må gjøre seg fortjent til tillit; «speile at de er troverdige»
- Når man sier ifra til en voksen må de gjøre noe med det.
- De voksne må ikke fortelle til foreldrene hva barnet har fortalt.

Om å gi råd og hjelp

- Bruk tid på å bli kjent med barnet. Skap trygghet først.
- Ta det rolig - i barnets tempo. Ikke press!
- Fortell meg hva du gjør og skap forutsigbarhet.
- Tørr å spørre, vær direkte – men se an personen og gå forsiktig frem.
- Still forståelige spørsmål.
- Ikke si hele tiden «hva kan jeg hjelpe deg med?». Det vet jo ikke jeg. Det er derfor jeg er her.
- Kom med forslag, slik at jeg kan klare å ordne opp selv.
- Ikke avbryt, la meg prate ferdig. Når du avbryter får jeg inntrykk av at jeg ikke får prate.
- Gi rom for å prate om andre ting, kanskje ting som er gøy også.
- Vær fleksibel. Gå tur, eller gjør noe annet utenfor kontoret, hvis barnet vil det.
- Det må være lett å gjøre avtale, med sms eller ringe.
- Det er viktig å få snakke med noen når man trenger det, og slippe hvis man ikke vil.

Hva voksne ikke skal gjøre

- Ikke overse signaler jeg sender ut om at noe er galt.
- Ikke slutt å spørre selv om jeg ikke forteller noe første, andre eller tredje gang du spør.
- Ikke fortell det jeg har fortalt deg videre til de som utøver volden. Det kan være farlig for meg, og hvis jeg i det hele tatt forteller om det igjen kommer det til å gå lang tid.
- Ikke lov noe du ikke kan holde.
- Ikke snakk bare til de voksne. Det er meg det dreier seg om.
- Ikke gjør ting uten at jeg vet om det. Da blir det vanskelig for meg å stole på deg.
- Ikke gå for fort frem, og ikke press, da lukker jeg meg.
- Ikke si hvor forferdelig du synes det er, det er ikke du som har opplevd det.
- Ikke stakkarliggjør meg, det gjør meg liten.
- Vi trenger støtte og forståelse, ikke medlidenhet.
- Ikke fokuser på adferden min, se MEG.

Råd til barn som opplever vold og overgrep

- Ikke hold det inni deg.
- Si ifra til en voksen du stoler på. Si ifra til foreldre, en lærer eller helsesøster!
- Ikke hold det inne. Det er lurt å snakke om det når du føler deg litt nede.
- Det hjelper alltid å fortelle – hvis ikke så føler man at man sitter fast.
- Finn noe du liker, prøv nye ting, sport, musikk eller liknende.
- Prøv å ha det gøy.

DEL 3

BARNEOMBUDETS BEKYMRINGER OG ANBEFALINGER

På bakgrunn av det ekspertene har fortalt oss, er Barneombudet bekymret for at:

- barn mangler kunnskap om hva som ikke er greit å gjøre mot dem

- barn mangler tilgjengelige voksne de kan si ifra til

- det er manglende handlingskompetanse hos voksne som jobber med barn

- oppfølgingstilbudet ikke tar utgangspunkt i barnets individuelle behov

- ingen sektor eller tjeneste har et særlig ansvar for barn utsatt for vold og overgrep

- hjelpen ikke foregår på barnas arena

Basert på de seks bekymringene, vil vi komme med følgende anbefalinger:

1. Barn og unge må ha mer kunnskap om hva som ikke er lov

«Vi skulle hatt seksualundervisning som fortalte mer.»

«De burde snakke mer med barn om det. Også små barn. De må skjønne at det ikke er greit.»

Kunnskap er et viktig verktøy for å forebygge vold og overgrep mot barn. Barn og unge som ikke vet hva som er lov, og hva som ikke er lov, blir fratatt mulighet til å søke beskyttelse.

Barneombudet er bekymret for at mange av ekspertene ikke hadde noen klar oppfatning om at det de ble utsatt for ikke var greit.

Barna og ungdommene syntes det de opplevde var vanskelig, og at det ikke føltes bra, men mange beskrev situasjonen som normal for dem. Dette gjorde at de ikke hadde noe intensiv til å fortelle noen om volden og overgrepene. «Det var jo bare sånn det var hjemme hos oss.»

FNs barnekonvensjon artikkel 19 pålegger myndighetene å iverksette tiltak for å beskytte barn mot alle former for vold og overgrep. Slike beskyttelsestiltak omfatter blant annet ulike former for forebygging. Artikkel 6 pålegger myndighetene, så langt det er

mulig, å sikre barns rett til optimal utvikling. Artikkel 42 forplikter myndighetene til å gjøre barn kjent med sine rettigheter. Barneombudet mener at for å oppfylle FNs barnekonvensjon, er Norge forpliktet til å sikre at barn har nødvendig kunnskap om sin rett til beskyttelse mot vold og seksuelle overgrep.

Vi spurte ekspertene om hva som kan gjøres for at barn og unge ikke skal bli utsatt for vold og seksuelle overgrep. Etter å ha tenkt seg om svarte nesten alle, både barn og ungdom, at barn må lære mer om hva som er greit og hva som ikke er greit. Vi forstår uttrykket «greit» som at barn må lære hva som er greit å gjøre mot et barn, og hva som er ikke er greit å gjøre mot et barn. Ekspertene knyttet automatisk denne opplæringen til de arenaene hvor barn og unge allerede oppholder seg: barnehage og skole. I noen tilfeller hadde ekspertene sagt fra nettopp fordi de hadde lært på skolen at det de opplevde ikke var lov.

«Det hadde vært veldig smart om man allerede i barnehagen fikk vite mer om min kropp og din kropp og sånn.»

Barneombudets anbefalinger

- *Kunnskaps- og integreringsdepartementet må sikre at alle barn har tilstrekkelig kunnskap om hva som ikke er greit å gjøre mot barn både fysisk og psykisk.*
- *Barn må få alderstilpasset opplæring i gode relasjoner, dårlige relasjoner, retten til utvikling, kropp, seksualitet, grenser, vold, overgrep og retten til beskyttelse. Opplæringen må skje fra barnehage til videregående skole.*
- *Departementet må sikre at barn og unge selv får medvirke i hvordan denne opplæringen skal foregå, og at barnehagen og skolen gir dem mulighet til å være aktive deltakere i undervisningen i form av samtaler og diskusjoner.*

2. Barn må sikres voksne de opplever som trygge og tilgjengelige

Når barn blir utsatt for noe som ikke er greit, enten psykisk eller fysisk, må de ha noen å fortelle det til.

Barneombudet er bekymret for at mange av ekspertene manglet trygghet til å fortelle en voksen hvordan de hadde det.

Mange av ekspertene ga uttrykk for at de ikke vet hvem som kan hjelpe dem. Ekspertene la stor vekt på at de er redde for å fortelle, dersom de ikke vet hva som kommer til å skje når de har fortalt. I mange tilfeller fører dette til at barn lever under forhold som skader deres helse og utvikling, uten at de sier ifra til noen om hvordan de har det.

Mange av ekspertene ga uttrykk for at det var vanskelig å fortelle, men at det er noen ting som ville gjort det lettere. Ekspertene understreket særlig betydningen av en hyggelig voksen, «en som bryr seg.» Det må være en de kjenner og har tillit til, en som har tid og er tilgjengelig.

Alle ekspertene refererte til voksne på skolen når de vurderte hvem som kunne være en voksen å fortelle til. «En lærer jeg liker» ble mest nevnt. Mange elever fortalte at det kun

var kontaktlæreren de kjente godt, og dette ble sårbart for dem.

Noen hadde fortalt det til foreldre eller en lærer, mens andre hadde fortalt det til en venn som de visste ikke ville fortelle det videre. Flere hadde ikke fortalt det til noen før det ble avslørt på andre måter, for eksempel på familiekontoret eller at de kom på krisesenteret. Noen av ekspertene ga uttrykk for at de forsto at vold og overgrep var en skam for familien, og at dette gjorde det vanskelig å fortelle.

Mange av ekspertene svarte at helsesøster var så lite på skolen at de enten ikke visste hvem det var, eller at de ikke kjente han eller henne. Barneombudet mener at å styrke skolehelsetjeneste kan ivareta en del av de manglene barn og unge har gitt uttrykk for. Tjenesten har et stort potensiale til å forebygge psykisk uhelse hos barn og unge som sliter, blant annet på grunn av vold eller overgrep. Skolehelsetjenesten må derfor være en sentral aktør i skolens tilbud til barn som har det vanskelig. Dette er ikke mulig dersom helsesøster er så lite til stede på skolen som det mange av ekspertene fortalte om.

«Når det har skjedd noe sånn som har skjedd med meg så må man ha trygghet. Man må ha lærere man kan stole på.»

«Det må bli mer realistisk innhold i utdanningene, at de må få prøvd seg om det er dette de vil jobbe med og om de takler det. Det bør være en prøvetid.»

Barneombudets anbefalinger

- Skoleeieren og rektor må sikre at det er voksne på skolen som barn kan snakke med om vanskelige ting. Dette må være voksne som har kunnskap om vold og seksuelle overgrep, hvilke signaler de skal være oppmerksomme på, hvordan de skal snakke med barn om vanskelige ting og hvordan de skal reagere når barn forteller. Helsesøstre, miljøarbeidere, miljøterapeuter og sosiallærere vil være sentrale personer i dette arbeidet. Det må være kjent for barna hvem disse voksne er, de må være tilstede og ha tillit blant barna på skolen.
- Helse- og omsorgsdepartementet må øremerke midlene til skolehelse-tjenesten, slik at tjenesten blir et reelt tilbud til barn og unge der de faktisk kan få hjelp.
- Kunnskaps- og integreringsdepartementet må sikre at skolen har plikt til å samarbeid med skolehelsetjenesten.
- Kunnskaps- og integreringsdepartementet må i samarbeid med Helse- og omsorgsdepartementet avklare hvem som har det overordnede ansvaret for arbeidet med elever som har vært utsatt for vold eller seksuelle overgrep.



«Lærer spurte konkret om det var problemer hjemme og jeg svarte ja. Hadde hun ikke stilt det konkrete spørsmålet hadde jeg aldri åpnet meg.»

3. De voksne må kunne tolke barns signaler og være trygge på hva de skal gjøre

Det er vanskelig for barn å fortelle hva de er utsatt for. Derfor er det viktig for barn at det finnes voksne som gjenkjenner de signalene barn sender ut om at noe er galt, som kan snakke med barn om vanskelige ting og vite hvordan de skal håndtere saken videre. Vi tolker det ekspertene beskriver som manglende handlingskompetanse hos de voksne de møter.

Barneombudet er bekymret for at voksne ikke evner å «se» barna og å ta sitt ansvar for å beskytte barn mot vold og overgrep på tilstrekkelig alvor.

En del av ekspertene mente det var mange tegn som de voksne burde sett, for eksempel endret adferd, mangel på konsentrasjon og mangel på søvn. Flere hadde opplevd at ingenting skjedde etter at de hadde fortalt, og tolket det som at de ikke var blitt trodd. De voksne barn og ungdom betror seg til, må vite hva de skal gjøre med informasjonen.

Mange av ekspertene fortalte at de fikk lite eller ingen informasjon om hva som ville skje fremover. Mangel på informasjon kan føre til usikkerhet og dermed større utrygghet for barna og ungdommene, og for familiene. FNs barnekonvensjon artikkel 12 og 13 bestemmer

at barn har rett til å delta i sin egen sak, og har krav på nødvendig informasjon for å sikre dette. De som jobber med barn, må derfor sikre barn nødvendig informasjon.

Barneombudet tror at de opplevelsene ekspertene rapporterer om, kunne vært annerledes dersom de voksne hadde hatt tilstrekkelig kompetanse, og at det fantes klare rutiner for hvordan håndtere saken videre. Kommunale handlingsplaner er et viktig verktøy for at kommunale tjenester skal kunne oppdage og følge opp barn utsatt for vold eller seksuelle overgrep. Det er særlig viktig at skoler og barnehager har rutiner og kompetanse til å håndtere saker om vold eller seksuelle overgrep på en god måte.

Det er også et problem at flere av ekspertene har opplevd at den de fortalte til, brakte informasjonen direkte tilbake til foreldre som hadde utsatt dem for vold eller overgrep. Dette gjelder både lærere, helsesøstre og barnevernet. Barn har etter barnekonvensjonen artikkel 16 rett til beskyttelse av sitt privatliv og sin personlige integritet. Det er en stor utfordring at barnas rett til beskyttelse av informasjon sjelden vurderes, og at foreldrenes rett til informasjon om barna sine anses som nærmest ubegrenset.

«Når en tenåring sier noe og virker sur, betyr ikke alltid det at de er sure. Det kan godt være noe annet. Ta dem på alvor.»

«Viktig at de vi prater med har taushetsplikt. Jeg fortalte ikke helsesøster noe fordi det ville komme hjem til min mor»

Barneombudets anbefalinger

- **Justis-, beredskaps- og innvandringsdepartementet og Kommunes sentralforbund (KS) må styrke innsatsen for at alle kommuner skal ha handlingsplaner mot vold og overgrep. Planene må fungere som praktiske verktøy for de ulike tjenestene. De må inneholde en kompetanseplan og ansvarsoversikt, rutiner for hva den enkelte skal gjøre når vold eller overgrep avdekkes, og en plan for kollega- og ledelsesstøtte til de som jobber med sakene.**
- **Justis-, beredskaps- og innvandringsdepartementet må utrede om foreldres rett til informasjon om barna sine er for sterk, sett opp mot barns rett til beskyttelse og barnets rett til privatliv og personlig integritet.**

4. Barn og unge må få oppfølging basert på sine individuelle behov

Barn og unge som har vært utsatt for vold og seksuelle overgrep er en mangfoldig gruppe med ulike behov. Mange vil ha behov for en form for oppfølging - individuelt tilpasset i metode, omfang og til hvilken tid.

Barneombudet er bekymret for at tilbudet til barn og unge utsatt for vold og overgrep i for liten grad er tilpasset den enkeltes behov.

Ekspertene Barneombudet har snakket med, er svært forskjellig i alder, bakgrunn, familie-situasjon, forholdene der de bor, hva de har opplevd og hvordan de håndterer sine opplevelser. De er individuelle personligheter som har svært ulike ønsker og behov, hvor det samme hjelpetilbudet neppe ville fungert for alle. I tillegg er det et viktig perspektiv at hjelpetilbudet lokalt der barna bor er veldig ulikt.

Barna og ungdommene i denne rapporten representerer en liten andel av alle de tusenvis av barn og unge som utsettes for vold i Norge, men deres fortellinger understreker et svært viktig poeng: Alle har sine individuelle opplevelser og reaksjoner på det de har opplevd - også søsken. Dette understreker hvor viktig det er at oppfølgingstilbudet blir tilpasset det enkelte barns behov. Noen vil prate

om det, andre vil helst ikke prate om det i det hele tatt, noen vil at de på skolen skal vite om det, andre vil ikke at noen skal vite om det, noen er klare for å åpne seg fort, andre bruker lang tid på å bli klare for å prate om det.


Kun et fåtall av ekspertene hadde fått noen form for kartlegging av hva de trenger. Mange fortalte også at behovene meldte seg først etter en stund. Ingen ga uttrykk for at de kjente til noen individuell plan. I den grad dette fantes, virker det derfor usannsynlig at barna hadde fått medvirke til denne.

Det var også et fremtredende trekk at familier fikk svært varierende oppfølging. Flere av ekspertene ga uttrykk for at de var bekymret for den gjenværende omsorgspersonen. Det kunne være på grunn av hva hun/han hadde vært utsatt for over mange år, at de hadde fått for lite hjelp, at de hadde dårlig råd eller at barnevernet «overvåket» omsorgspersonen, og at de derfor var redde for å bli flyttet hjemmefra.

Barneombudets anbefalinger

- *Kommunene må sikre at barn og unge som har vært utsatt for vold og seksuelle overgrep, får et individuelt tilpasset oppfølgingstilbud der barna selv får medvirke. Risikoen for utvikling av uhelse tilsier at helsetjenestene må ha et særlig ansvar i dette arbeidet.*
- *Myndighetene må gjøre ytterligere undersøkelser blant barn og unge om hvilke ulike oppfølgingstilbud som hjelper.*
- *Barne- og likestillingsdepartementet må samarbeide med Helse- og omsorgsdepartementet om å sikre familiene bedre hjelp. Den gjenværende omsorgspersonen, eventuelt fosterforeldre eller institusjon, må få forståelse for hva det innebærer å ha vært utsatt for vold eller seksuelle overgrep, og få støtte til å være gode omsorgspersoner for barna.*





«Jeg skulle ønske jeg hadde en plass å gå til. Hvor jeg kunne tenk på andre ting. En trygg plass å gå til.»

«Det er ikke lett å forstå hvordan det er å gjennomgå en voldtekt. Da trenger du å høre fra en som har vært der at du aldri kommer til å glemme det, men at det likevel blir bedre.»

«Man må være omsorgsfull. Ikke bare grave i vonde ting.»

«Barn trenger en pause, å tenke på noe annet. Barn trenger å ha det moro.»

«Noen ganger bør man snakke om noe helt annet. Man må se an dagsformen.»

5. Én tjeneste må få et særlig ansvar for barn utsatt for vold og overgrep

I Norge har arbeidet mot vold og seksuelle overgrep tradisjonelt vært knyttet til justis-sektoren. For barn har barnevernet i tillegg vært en viktig aktør. Det er imidlertid ikke slik at det å ha vært utsatt for vold eller overgrep utløser ansvar etter et særskilt lovverk. Dermed er det heller ikke én sektor eller hjelpe-tjeneste som har ansvaret for oppfølgingen. I våre samtaler med barna har mangel på sektoransvar fremstått som en sentral del av bakteppet for de utfordringene ekspertene og deres familier har møtt i hjelpeapparatet.

Barneombudet er bekymret for at det er svært tilfeldig hva slags oppfølging barn og unge får. Hva som skjer når det blir oppdaget at et barn har vært utsatt for vold eller overgrep, synes å være avhengig av hvilken tjeneste de var i kontakt med, og av enkeltpersoner i disse tjenestene. Det er også avgjørende hvor i landet barna og ungdommene bor. Det er et gjennomgående trekk at det er et «hull» i hjelpeapparatet mellom kommunale tjenester, og mellom kommunale tjenester og spesialisthelsetjenesten, representert ved BUP.

De fleste ekspertene har vært i kontakt med minst én offentlig instans som hadde god kunnskap om barn som er utsatt for vold og overgrep: krisesenteret, barnehuset eller familievernkantoret. Ekspertenes erfaringer med disse tjenestene er i stor grad positive. Problemet er at disse tjenestenes ansvar normalt opphører etter en viss tid. Basert på det ekspertene fortalte, var det tydelig at familiene etter en tid var blitt overlatt til selv å finne ut av hjelpesystemene. Mange av familiene var så nedkjørte at dette bød på store utfordringer.

I de tilfellene hvor barnevernet var den tjenesten som fulgte opp, varierte det hvordan de klarte å ivareta barnas behov. Noen av ekspertene var fornøyd med oppfølgingen, men dette gjaldt slett ikke alle. Flere av de som flyttet fra voldsutøveren med den andre forelderen, opplevde at barnevernet kontrollerte familien, uten å være til nevneverdig støtte og hjelp.

Primærhelsetjenesten i kommunen var i stor grad fraværende i det ekspertene beskriver. De fleste hadde kun hatt sporadisk kontakt med fastlegen. De fleste ekspertene hadde hatt lite kontakt med helsesøster. De fortalte at helsesøster sjelden var tilstede på skolen. Ingen av ekspertene hadde hatt kontakt med en kommunepsykolog.

Noen av ekspertene hadde veldig positive erfaringer med tiltak drevet av frivillig sektor, slik som Stine Sofie Senteret, veilednings-sentre for pårørende og SMISO. De forteller at disse tilbudene, i motsetning til spesialisthelsetjenesten, tilbyr dem tilpasset hjelp på egne premisser, og tilbud om aktiviteter med andre barn med samme erfaringer. Problemet er at det er tilfeldig hvor disse tjenestene finnes, og om barn kommer i kontakt med dem.

De ekspertene som ble så dårlige at de (om-sider) hadde rett til behandling i BUP, fortalte om et rigid system som det var vanskelig å følge. Mange følte seg presset og sykeliggjort. Flere fortalte at de følte at det var veldig unaturlig å sitte på hver sin side av et bord, til en fastsatt tid, og snakke med en voksen som de ikke kjente. De som hadde vært innlagt i BUP, var imidlertid stor sett fornøyd med hjelpen de hadde fått.

Barnekonvensjonen gir klare forpliktelser om oppfølging av barn som har vært utsatt for vold og overgrep. Artikkel 19 og 39 gir barn og unge en direkte rett til oppfølging. De generelle prinsippene i artikkel 6 og 3 sikrer barnets rett til optimal utvikling, og at hensynet til barnets beste skal ligge til grunn i utformingen av tilbudet. Det er godt dokumentert at vold og seksuelle overgrep gir risiko for utvikling av fysisk og psykisk uhelse. Retten til helsehjelp etter artikkel 24 er derfor også sentral i det oppfølgingstilbudet barnet har rett til, etter å ha vært utsatt for vold eller seksuelle overgrep.

Det har de siste årene vært et stort fokus på at ulike tjenester skal bli flinkere til å avdekke vold og seksuelle overgrep mot barn. Både helsetjenestene, barnevernet og familievernet har i sitt rammeverk fått klare føringer og bedre rutiner for å avdekke vold og overgrep mot



«Barn skal ikke måtte fikse alt selv.»

«Må få hjelp med en gang når man trenger det.»

«Tilbudet må være der lenge selv om man i perioder ikke ønsker å bruke det.»

Barneombudets anbefalinger

- **Myndighetene må sikre at én tjeneste har det overordnede ansvaret for å kartlegge behov og følge opp barn og familier som har opplevd vold i nære relasjoner. Dette må utredes, og helsetjenestenes rolle må vurderes særskilt.**
- **Regjeringen må starte en utredning med sikte på å lovfeste barn og unges rett til samordnede tjenester.**
- **Det må utarbeides en oversikt over hvilke hjelpetilbud som finnes for barn utsatt for vold og seksuelle overgrep og deres familier. Barne- og likestillingsdepartementet må ta ansvar for at dette gjøres raskt, og at ulike hjelpetjenester blir gjort kjent med denne oversikten**

«Behovet for hjelp kan endre seg over tid. Må ikke bli avvist.»

barn. Dette gjelder ikke minst helsetjenestene, gjennom både presisering av ledelsesansvaret i lovverket, og nye retningslinjer for helsestasjon og skolehelsetjenesten.

Når de ulike tjenestene skal bli bedre til å avdekke vold og overgrep, må det finnes et dedikert tilbud, eller en spesifisert tjeneste, som har ansvar for å følge opp barnet. Barneombudet mener det er uansvarlig dersom satsningen på å avdekke vold og overgrep mot barn ikke følges opp av en tilsvarende satsning på å sikre barna den oppfølging og behandling de har behov for. Hvem skal ha det overordnede ansvaret for dette? Her må myndighetene gi tydelige signaler og føringer.

Stortinget har bedt regjeringen vurdere et

krav om at kommunene definerer hvem som har overordnet ansvar for hjelpetjenester til barn og unge. I dette arbeidet vil det være viktig å se på ansvaret for barn utsatt for vold og seksuelle overgrep. Barneombudet mener det også er på tide å utrede om barn skal ha en lovfestet rett til samordnede tjenester. En lovfestet rett vil gi barn, unge og deres foreldre mulighet til å kreve koordinering og en individuell plan, og kommunen vil få et ansvar for å sikre dette. Dette vil gi bedre helhet i tjenestetilbudet, noe som er sårt tiltrengt i saker om vold og seksuelle overgrep.

6. Tilbudene må være tilgjengelige der barna er

Barneombudets målsetting med ekspertsamtalene var primært å snakke om oppfølgingen fra de ulike delene av hjelpeapparatet, med et særlig fokus på helsetjenestene. Det viste seg imidlertid tydelig gjennom samtalene, at for barn og unge er skolen den viktigste arenaen. Det var gjennomgående i samtalene at skolen betyr svært mye, både på godt og vondt.

Barneombudet er bekymret for at tilbudet til barn er for lite tilgjengelig, at tjenestene i for stor grad er utformet etter eget behov, og at tilbudet derfor ikke foregår på barnas arena. Ekspertene snakket om skolens betydning i alle faser, både for å forebygge og avdekke, og som del av oppfølgingen. Mange av ekspertene knyttet mye av sitt hjelpebehov til ting som ble løst på skolen: en hyggelig lærer som følger opp, tilrettelagt undervisning, mulighet til å trekke seg tilbake, fleksibilitet i kravene skolen stiller, en helsesøster med åpen dør, og at noen ser deg hver dag.

Erfaringene fra prosjektet gir etter Barneombudets syn grunnlag for å tenke nytt om hvilken rolle skolen kan ha som arena for arbeidet med barn utsatt for vold og seksuelle overgrep. Dersom skolen i større grad får

bistand av andre tjenester, som for eksempel skolehelsetjenesten, Pedagogisk Psykologisk tjeneste (PP-tjenesten) og BUP, bør det være mulig å tilpasse et tilbud som foregår der barna og ungdommene er, nemlig på skolen.

Det er svært viktig at helsetjenestene blir en sentral del av tilbudet til utsatte barn og unge - med skolen som arena. Det er stor risiko for at det å bli utsatt for vold og traumer fører til uheld. Tilgang på et lavterskeltilbud er viktig for å forebygge at traumer utvikler seg. For noen eksperter er helsesøster et lavterskeltilbud hvor barnet kan komme når ting blir vanskelig. De fleste ekspertene vi snakket med, beskriver dette som positivt og trygt. De aller fleste ekspertene hadde imidlertid ikke tilgang på en helsesøster på sin skole. De var heller ikke klar over at helsesøster kunne hjelpe med noe annet enn vaksinerings eller magevondt. Det er viktig at skolehelsetjenesten rustes opp, for å kunne ta en sentral rolle i tilbudet til utsatte barn og unge.

«Lærere må vise forståelse for situasjonen og tilrettelegge skolehverdagen.»

«Det hadde vært fint om det var flere helsesøstre. Forferdelig vanskelig å få plass til å snakke med henne når hun er der en gang i uka.»

«Barnevernet kan komme på skolen og fortelle. De må snakke med barn og vise at det ikke er farlig å si ifra.»

«En idé hadde vært om lærere, miljøarbeidere og helsesøster hadde hatt ukentlige møter hvor de snakket om barnet.»

«Jeg går til psykolog, men det går veldig utover skolen siden jeg er så mye borte.»

Barneombudets anbefalinger

- Skolen må være arena for et nært og forpliktende samarbeid mellom ulike tjenester for å forebygge, avdekke og følge opp vold og seksuelle overgrep mot barn.
- Kunnskaps- og integreringsdepartementet må i samarbeid Barne- og likestillingsdepartementet og Helse- og omsorgsdepartementet ta ansvar for å sette i gang et pilotprosjekt med et antall skoler, der skolen er arena for et nært og forpliktende samarbeid med andre tjenester, i arbeidet med å forebygge, avdekke og følge opp barn og unge som er utsatt for vold og seksuelle overgrep.

Barn og unge må ha mer kunnskap om hva som ikke er lov

- Kunnskaps- og integreringsdepartementet må sikre at alle barn har tilstrekkelig kunnskap om hva som ikke er greit å gjøre mot barn både fysisk og psykisk.
- Barn må få alderstilpasset opplæring i gode relasjoner, dårlige relasjoner, retten til utvikling, kropp, seksualitet, grenser, vold, overgrep og retten til beskyttelse. Opplæringen må skje fra barnehage til videregående skole.
- Departementet må sikre at barn og unge selv får medvirke i hvordan denne opplæringen skal foregå, og at barnehagen og skolen gir dem mulighet til å være aktive deltakere i undervisningen i form av samtaler og diskusjoner.

Barn må sikres voksne de opplever som trygge og tilgjengelige

- Skoleeieren og rektor må sikre at det er voksne på skolen som barn kan snakke med om vanskelige ting. Dette må være voksne som har kunnskap om vold og seksuelle overgrep, hvilke signaler de skal være oppmerksomme på, hvordan de skal snakke med barn om vanskelige ting og hvordan de skal reagere når barn forteller. Helsesøstre, miljøarbeidere, miljøterapeuter og sosiallærere vil være sentrale personer i dette arbeidet. Det må være kjent for barna hvem disse voksne er, de må være tilstede og ha tillit blant barna på skolen.
- Helse- og omsorgsdepartementet må øremerke midlene til skolehelse-tjenesten, slik at tjenesten blir et reelt tilbud til barn og unge der de faktisk kan få hjelp.
- Kunnskaps- og integreringsdepartementet må sikre at skolen har plikt til å samarbeid med skolehelsetjenesten.
- Kunnskaps- og integreringsdepartementet må i samarbeid med Helse- og omsorgsdepartementet avklare hvem som har det overordnede ansvaret for arbeidet med elever som har vært utsatt for vold eller seksuelle overgrep.

De voksne må kunne tolke barns signaler og være trygge på hva de skal gjøre

- Justis-, beredskaps- og innvandringsdepartementet og Kommunes sentralforbund (KS) må styrke innsatsen for at alle kommuner skal ha handlingsplaner mot vold og overgrep. Planene må fungere som praktiske verktøy for de ulike tjenestene. De må inneholde en kompetanseplan og ansvarsoversikt, rutiner for hva den enkelte skal gjøre når vold eller overgrep avdekkes, og en plan for kollega- og ledelsesstøtte til de som jobber med sakene.
- Justis-, beredskaps- og innvandringsdepartementet må utrede om foreldres rett til informasjon om barna sine er for sterk, sett opp mot barns rett til beskyttelse og barnets rett til privatliv og personlig integritet.

Barn og unge må få oppfølging basert på sine individuelle behov

- *Kommunene må sikre at barn og unge som har vært utsatt for vold og seksuelle overgrep, får et individuelt tilpasset oppfølgingstilbud der barna selv får medvirke. Risikoen for utvikling av uhelse tilsier at helsetjenestene må ha et særlig ansvar i dette arbeidet.*
- *Myndighetene må gjøre ytterligere undersøkelser blant barn og unge om hvilke ulike oppfølgingstilbud som hjelper.*
- *Barne- og likestillingsdepartementet må samarbeide med Helse og omsorgsdepartementet om å sikre familiene bedre hjelp. Den gjenværende omsorgspersonen, eventuelt fosterforeldre eller institusjon, må få forståelse for hva det innebærer å ha vært utsatt for vold eller seksuelle overgrep, og få støtte til å være gode omsorgspersoner for barna.*

Én tjeneste må få et særlig ansvar for barn utsatt for vold og overgrep

- *Myndighetene må sikre at én tjeneste har det overordnede ansvaret for å kartlegge behov og følge opp barn og familier som har opplevd vold i nære relasjoner. Dette må utredes, og helsetjenestenes rolle må vurderes særskilt.*
- *Regjeringen må starte en utredning med sikte på å lovfeste barn og unges rett til samordnede tjenester.*
- *Det må utarbeides en oversikt over hvilke hjelpetilbud som finnes for barn utsatt for vold og seksuelle overgrep og deres familier. Barne- og likestillingsdepartementet må ta ansvar for at dette gjøres raskt, og at ulike hjelpetjenester blir gjort kjent med denne oversikten*

Tilbudene må være tilgjengelige der barna er

- *Skolen må være arena for et nært og forpliktende samarbeid mellom ulike tjenester for å forebygge, avdekke og følge opp vold og seksuelle overgrep mot barn.*
- *Kunnskaps- og integreringsdepartementet må i samarbeid Barne- og likestillingsdepartementet og Helse- og omsorgsdepartementet ta ansvar for å sette i gang et pilotprosjekt med et antall skoler, der skolen er arena for et nært og forpliktende samarbeid med andre tjenester, i arbeidet med å forebygge, avdekke og følge opp barn og unge som er utsatt for vold og seksuelle overgrep.*

