

# Innlit í harðskapsfakið og økið

Lýsing av: hvat harðskapur er, hvat hann ofta snýr seg um, og hvat kann ávirka avgerðina hjá harðskapsraktum at søkja sær hjálp.

Framløga 7. desember 2023

Eyðvør Tausen Olsen, M.Sc. Í heilsuvísindum

Leiðari í Kvinnuhúsinum



## Hvussu útbreiddur er trupulleikin?

- Fjóðra hvør kvinna
- Tíggindi hvør maður
- Sætta hvørt barn
- Rakar fólk í øllum aldri og samfelagsløgum



# Stutt innlit í söguna

- Kvinnurørslan
- Sjálvbodnar
- Kreppumiðstöðin hjá Kvinnuhúsinum lat upp í 1990
- Fokus var á líkamligan harðskap



# Hugburðarbroyting

- Fatan av kompleksa trupulleikanum økist
- Langur vegur eftir á mál

Liv uttan  
harðskap

## Noyddust út at skilja sundur í parlagi

Í tveimum førum noyddist lögreglan út, tí fólk vóru drukkin og komin til ilnar.



Vilmund Jacobsen  
27.11.2023 (08:37)

Í gjárkvøldið noyddist lögreglan tvær ferðir heim til fólk at greiða fløkjuna, tikið seg upp.

Vaktleiðarin sigur í morgun, at rúsdrekka var uppi í báðum umrøddu hendingum.

- Í tí eina førinum var talan um harðskap í einum parlagi, har vit máttu heim at skilja sundur.

Sagt verður, at annar parturin í ósemjuni varð sendur til lækna, og hin varð tikin við í brummuna.

- At annar parturin varð sendur til lækna, var meira fyri at skjalfesta skaðarnar, sigur vaktleiðarin.

### Starvslýsing



ENDURL  
Námsfrøðingur  
Stro

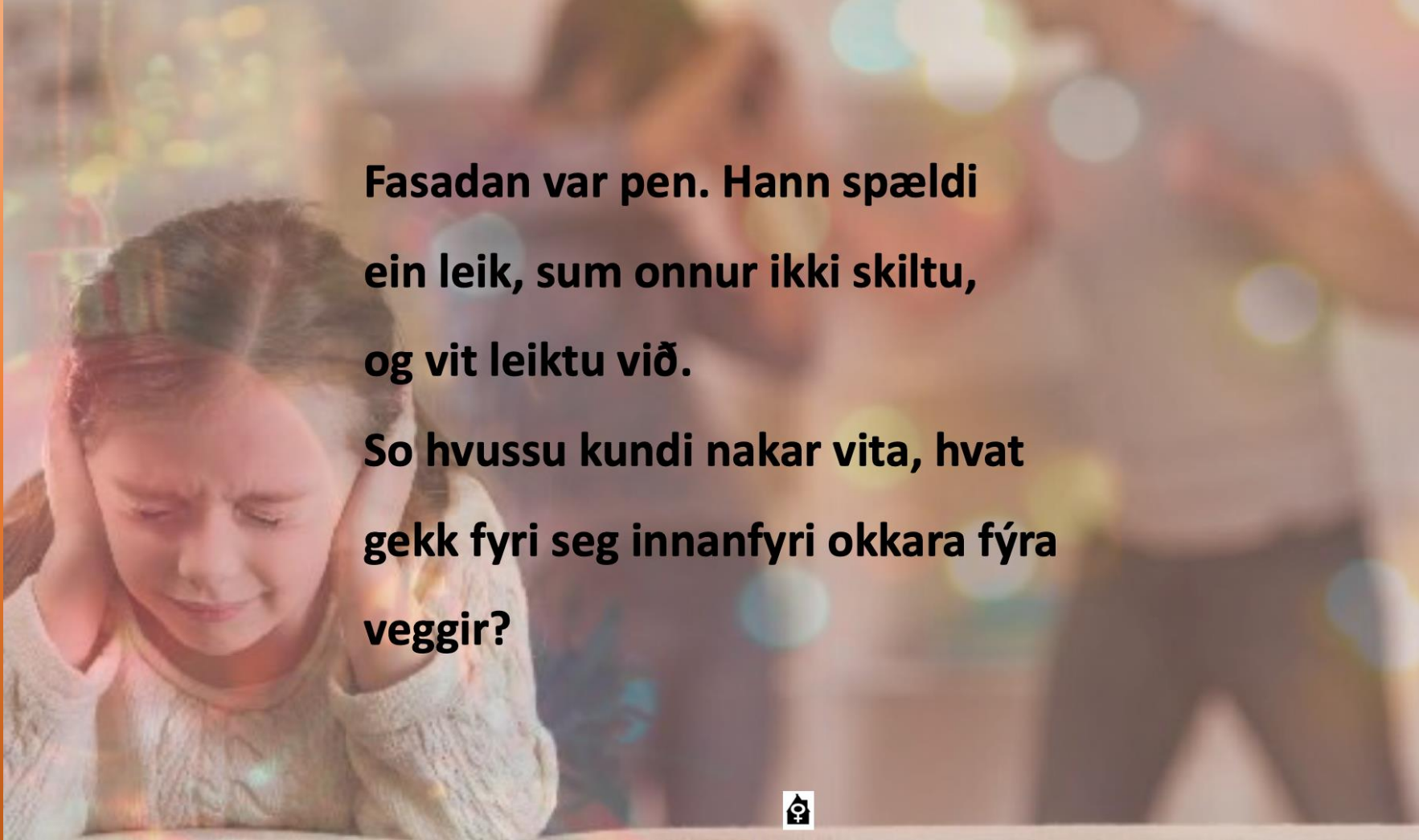
Fuglafjarðar

Kambsdalu

Fulltíðar

Vælsignaðu haldi politi  
uttanfyri slíkt, reina vanvid  
at blanda teir uppí

Like · Reply · 1w

A young girl with her hands covering her ears, looking distressed, in a noisy party setting with blurred figures and lights in the background.

**Fasadan var þen. Hann spældi  
ein leik, sum onnur ekki skiltu,  
og vit leiktu við.**

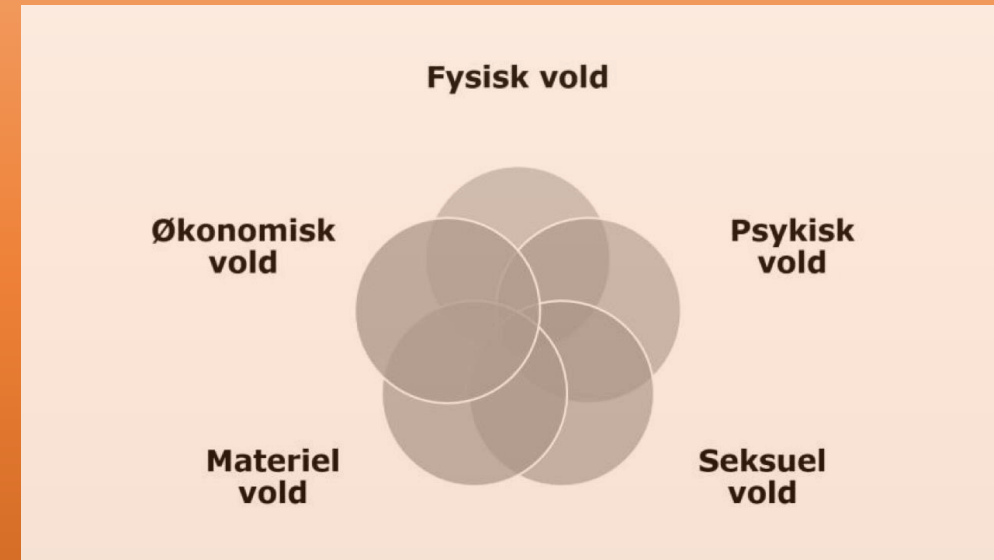
**So hvussu kundi nakar vita, hvat  
gekk fyri seg innanfyri okkara fýra  
veggir?**



# Harðskapsástøði

Liv uttan  
harðskap

- Typir av harðskapi
  - Likamligur
  - Sálarligur
  - Seksuellur
  - Fíggjarligur
  - Materiellur
  - Talgildur
  - Tráfylging



## Avleiðingar av harðskapi hjá:

### Vaksnum

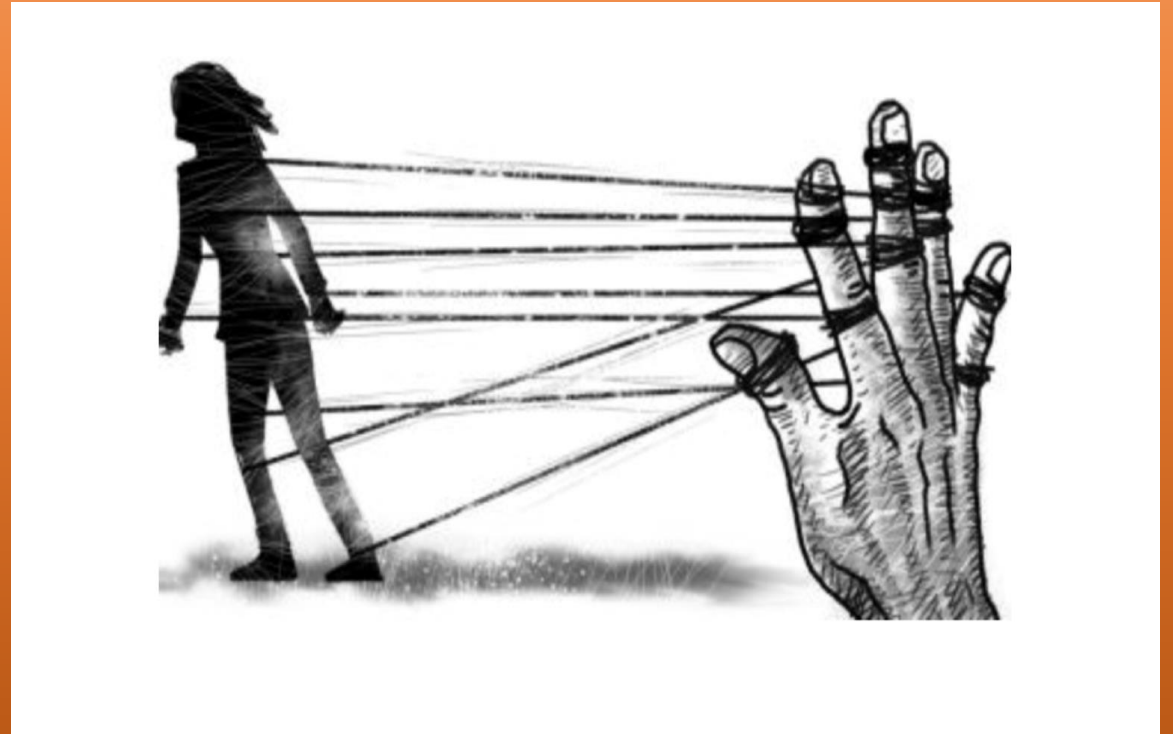
- Likamligir skaðar
- Lágt sjálsvirði
- Isolatión
- Sosialar avbjóðingar
- Langtíðar sjúkur
- Mistan arbeiðsførleika og lívsgóðsku
- PTSD
- Normalisering av harðskapinum

### Børnum

- Vánaligan trivna
- Truplari at læra
- Truplari at uppbyggja sunn sosial sambond
- Lágt sjálsvirði
- Óttafull
- Aggressiv
- tunglyndi

# Harðskapsástøði – hvat snýr harðskapurin seg um?

- Harðskapur snýr seg um makt og kontroll
- Endamálið er at burturbeina frælsi hjá tí harðskapsrakta
- At elva til ótta

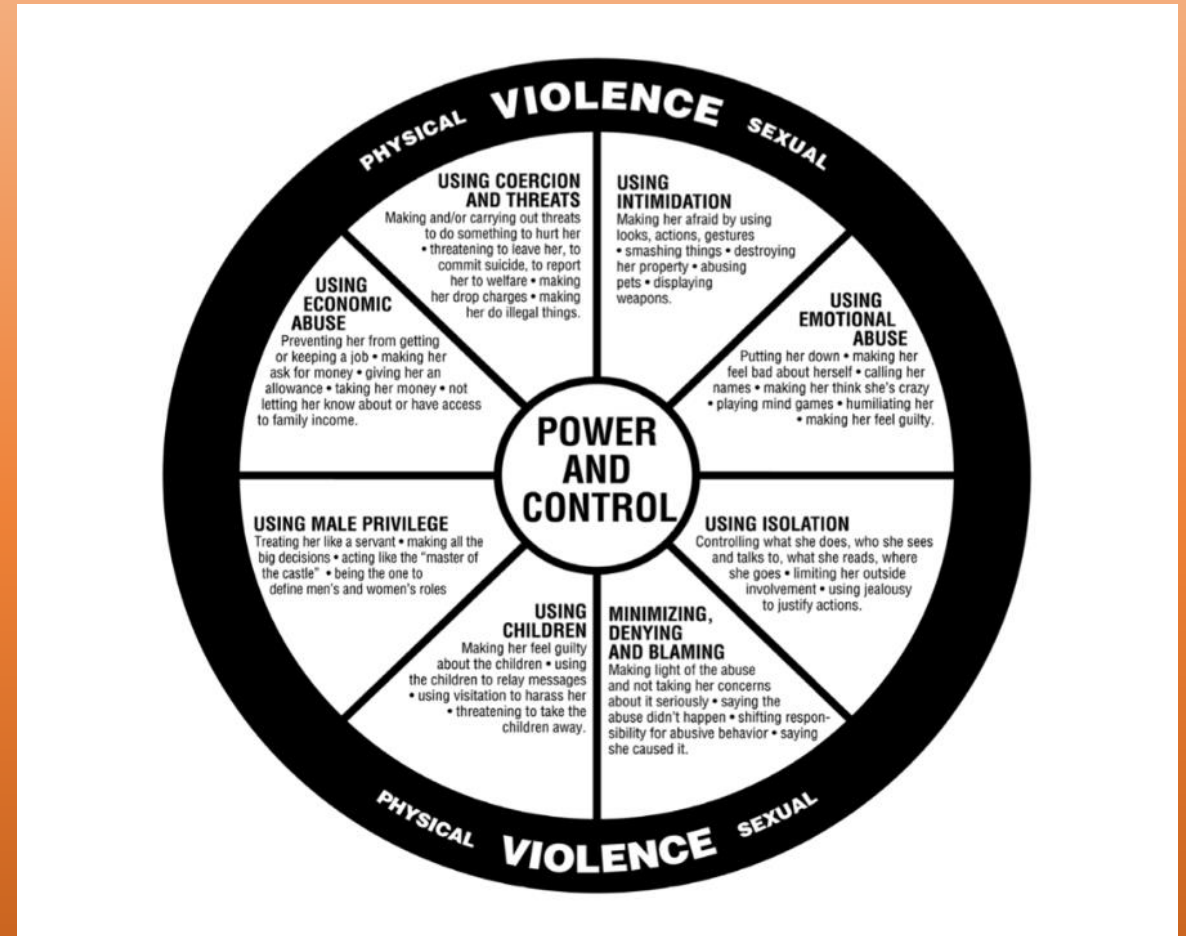


Liv uttan  
harðskap



# Makt og kontroll hjólið

- Hjólið er gjört sum eitt námsfrøðiligt amboð
- Er ment við støði í samrøðu kanning við meira enn 200 harðskapsraktum kvinnum



## Hvussu hjólið kann nýtast

- Í møtinum við harðskapsrakt
- Umráðandi at spyrja nærri inntil harðskapin
- At lurta
- Vera viðurkennandi

## Mynstir av kontrollerandi atferð

- Egernini kunnu yvirlappa hvørt annað

# Hvussu vegurin úr harðskapinum mangan vísir seg

- og hvørjum umstøðum harðskapsrakt ofta eru í, tá tey mæta fakfólki

- Avgerðin er torfør at taka
- Tvangskontroll og ótti sum fylgisveinar
- Skuldarkensla
- Skomm
- Stigmatisering
- Foreldramyndugleiki

Liv uttan  
harðskap

# Hvussu vegurin úr harðskapinum mangan vísir seg

- og hvørjum umstøðum harðskapsrakt ofta eru í, tá tey mæta fakfólki

- Fara ígjøgnum fimm stig

- Førovervejelse

- Overvejelse

- Forberedelse

- Aktion

- Vedligeholdelse

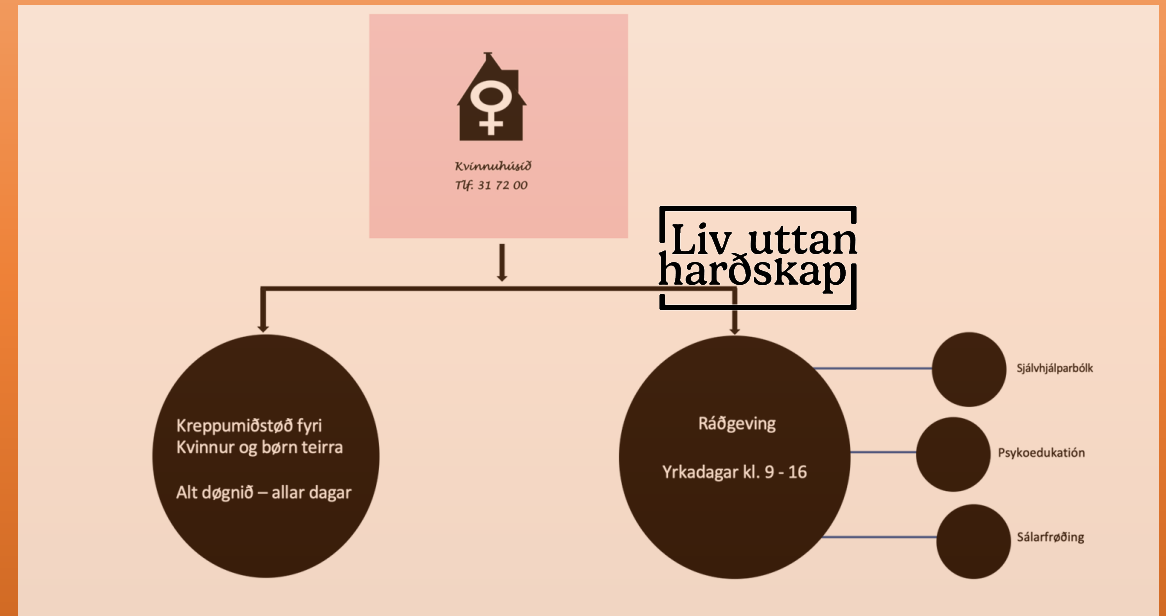
Liv utan  
harðskap

## Hví fara fleiri aftur til makan?

- Hóttanir
- Plágan
- Ótti
- Tráfylging

# Tilboð hjá Kvinnuhúsinum

- Tilboðini eru í høvuðsheitum býtt í tveir partar
- Kreppumiðstöð
- Ambulanta ráðgevingin:  
Liv uttan harðskap



# Kreppumiðstöðin hjá Kvinnuhúsinum

- Pláss til 3 – 4 kvinnur og børn teirra
- Fáa fastan kontaktpersón
- Skipaðar samrøður
- Viðtalur hjá sálarfrøðingi
- Hjárítar



# Ambulanta ráðgevingin Liv uttan harðskap



- Ráðgeving til harðskapsraktar kvinnur, menn og avvarðandi
- Starvast einans fakfólk
- Heildarorienterað tilboð
- Psykoedukatión
- Málrættað ráðgevingar-gongd
- Kontinuitet



Eg kendi meg sum ein skerdan fugl,  
sum sat í einum búri við opnari hurð,  
men fuglurinn var so særdur, at hann  
kláraði ikki á flog.

Við góðari hjálp, byrjaði fuglurinn at  
styrkna, til hann ein dag sat í opinum og  
hugdi rundan um seg. Enn var hann ikki  
klárur at fara á flog, men við tíðini hættaði  
hann sær útum, og seinni á flog.

Takk fyri



Vit skulu  
~~ikki~~  
tosa um  
harðskap

Ring **32 00 32**

Millum 10.00 – 15.00 yrkadagar.

Liv uttan  
harðskap