

INTERNATIONALE DAG TEGEN INTRAFAMILIAAL GEWELD

Aandacht voor slachtoffers is belangrijk. Luisteren naar hun ervaringen en emoties is nog belangrijker. Herken signalen en leer aandachtig luisteren naar wat de slachtoffers écht voelen en denken.

LICHAMELIJKE SIGNALLEN

- Herhaalde verwondingen zoals brandwonden, blauwe plekken, ...
- Ontwrichtingen van bijvoorbeeld kaak of schouder
- Ontbreken van tanden
- Hoofdletsel of andere abnormale verwondingen zonder verklaring
- Gewichtsverlies



GEDRAGSMATIGE SIGNALLEN

- Praten in termen van 'ik mag niet van mijn partner'
- Een onderdanige houding aannemen
- Onzekerheid, een negatief zelfbeeld
- Onduidelijke hulpvragen
- Angst en stress

Tips om écht te leren luisteren

- Vraag eens hoe het echt gaat
- Laat de ander uitpraten, probeer niet te onderbreken
 - Luister zonder een oordeel te vellen
 - Let goed op de lichaamstaal van de ander
- Geef erkenning voor het probleem en minimaliseer niet
 - Laat weten dat het oké is om je eens slecht te voelen
- Het is normaal als je zelf niet goed weet wat zeggen, deel dit gevoel met de ander
 - Vraag wat je kan doen om te helpen
 - Zoek samen hulp als dit nodig is