

- Du trenger omsorg og kjærlighet
- Du trenger bekreftelse, anerkjennelse og respekt for din person
- Du trenger trygge omgivelser, uten frykt for avvisning
- Du er ikke skyld i konflikter mellom de voksne



Hvordan får du tak i oss?

Helsesykepleier ved din skole:

Tlf. nr.: _____

Helsestasjon for ungdom
på Moa helsestasjon
er åpent onsdag og
torsdag

kl 16.00 - 19.00



ÅLESUND KOMMUNE

Ungdom og vold



Hva er vold

Fysisk vold

Fysiske handlinger som skader eller kontrollerer et annet menneske. Eksempler kan være slag, sparring, dytting, angrep med ulike gjenstander, lugging, biting, knivstikking, brennmerking, bruk av våpen, kvelertak eller forsøk på drukning.

Psykisk vold

Bruk av ord eller stemme som kontrollerer, skader eller krenker, og som gjentar seg igjen og igjen og uten hensyn til den andres følelser.

Eksempler kan være utskjelling, direkte trusler, indirekte trusler, truende kroppsspråk, gjentatt sårende kritikk, ignorering, ydmykelser, uriktige anklager, forhør og kontroll.



Materiell vold

Vold som går utover gjenstander, for eksempel å knuse ting, rive i stykker eller kaste gjenstander, ødelegge ting, slå i vegger og dører. Dette er vold fordi det er skremmende å se et annet menneske ødelegge ting i sinne, og det krenker den andre ved at det ødelegger noe som har betydning.

Seksuell vold/overgrep

Seksuelle overgrep inkluderer: Uønsket berøring, påtvunget seksuell aktivitet, smertefull seksuell aktivitet, voldtekt, sadistiske seksuelle handlinger, uønsket seksuell aktivitet med andre, uønsket seksuell aktivitet mens andre ser på.

Seksuell vold i et kjæresteforhold kan være at man blir presset til å ha sex eller til å ha sex på måter som man ikke vil, ubehagelige seksuelle kommentarer eller kroppsspråk.

Digital vold

Med digital vold menes mobbing på internett, trusler og trakassering via meldinger, overvåking og kontroll via mobilen eller sosiale medier.

Vi ønsker å hjelpe

Om du føler deg krenket, opplever eller har opplevd en eller flere former for vold, kan du be om hjelp hos helsesykepleier, helsestasjon for ungdom, fastlege, barnevernet eller familievernkontoret.

Du kan også ringe:

Alarmtelefonen

116111

Barn og unges kontaktttelefon

800 33 321

Disse tjenestene er gratis.