

Signalenlijst

Herken intieme terreur

Intieme terreur is een ernstige vorm van **partnergeweld** en kenmerkt zich door een **patroon van controle en dwang**. Dit kan zich uiten in het **isoleren**, **vernederen**, **intimideren** van de partner tot **ernstig fysiek**, **emotioneel** en **seksueel geweld**. Ook kan het gaan om **controle van de financiën en dreigementen** (tegen het slachtoffer, de kinderen of huisdieren).

Het **doel** is om het slachtoffer **angst** in te praten. Vanuit deze angst ontstaat er **macht** voor de pleger naar het slachtoffer toe.

Herken jij signalen? Wees dan alert!

Er is kans op een fatale afloop als er niet wordt ingegrepen.

Dit moet je weten:

- Vrouwen zijn vaker slachtoffer van intieme terreur. Maar dit neemt niet weg dat er geen vrouwelijke plegers zijn.
- Intieme terreur kent meerdere slachtoffers; vrouwen, mannen, kinderen en huisdieren.
- Kinderen en/of huisdieren worden vaak ingezet om angst aan te jagen en macht uit te (blijven) oefenen.
- Intieme terreur komt voor in alle lagen van de bevolking.
- Intieme terreur stopt (vaak) niet bij het verbreken van de relatie.
- Intieme terreur kan gepaard gaan met verzet door het slachtoffer. Denk dus niet te snel "Waar twee vechten hebben twee schuld."

Herken jij signalen? Wees dan alert!

Mogelijk kan iemand slachtoffer zijn van intieme terreur. Onderneem direct actie. Als de signalen niet goed worden (h)erkent en opgevolgd, kan het fatale gevolgen hebben.

Volg altijd je niet **pluis gevoel**...

Rode vlaggen van intieme terreur

- ▶ Het gedrag verandert snel in een korte tijd;
- ▶ De persoon wordt geïsoleerd en/of isoleert zichzelf;
- ▶ Het contact met de buitenwereld wordt geminimaliseerd;
- ▶ Alle activiteiten (ook digitaal) van deze persoon worden gevolgd;
- ▶ De afhankelijkheid wordt vergroot;
- ▶ De weerbaarheid wordt ondermijnd;
- ▶ De autonomie wordt beperkt/ontzegd;
- ▶ Psychologische manipulatie (gaslighting);
- ▶ Het zelfvertrouwen wordt ondermijnd door middel van uitschelden, vernederen en bekritisieren;
- ▶ De kinderen worden tegen de partner opgezet (parental alienation);
- ▶ Derden worden gebruikt of opgezet tegen het slachtoffer;
- ▶ De eisen en wensen van de pleger zijn bepalend;
- ▶ Er is sprake van seksuele dwang.

▣ Niet-fatale verwurging

Signalen intieme terreur



Het slachtoffer:

- ervaart het gevoel van constante bedreiging en onveiligheid;
- heeft extreme angst over of zijn/haar leven in gevaar is of dat van de kinderen;
- durft niet te spreken in de buurt van de partner en/of toont angst voor de partner;
- vertoont mogelijke tekenen van mishandeling;
- is (bijna) nooit in afwezigheid van zijn/haar partner;
- conformeert zich aan de eisen en wensen van de pleger;
- heeft snel wisselende emoties en plotselinge gedragsveranderingen;
- heeft lage zelfwaardering;
- heeft opeens afwijkende normen;
- durft of kan geen grenzen aangeven;
- wordt beperkt in het contact met de familie en/of vrienden;
- beheert niet zijn/haar eigen social media en/of financiën;
- ervaart stress gerelateerde klachten. Denk aan:
 - slaapproblemen
 - burn-out klachten
 - depressieve gedachten
 - suïcidale gedachten

Do's

- Neem het slachtoffer serieus!
- Spreek apart met de betrokkenen en vraag door op de feiten.
- Ga het gesprek aan met de kinderen en zorg voor een vertrouwenspersoon.
- Maak gebruik van hulpvragen.
- Bespreek de onveiligheid samen met het slachtoffer.
- Maak concrete en haalbare afspraken over vervolgstappen.
- Biedt een plek van rust en (directe) veiligheid (veiligheidsplan).
- Betrek andere professionals en de sociale context (het eigen netwerk, lotgenoten, lokaal wijkteam).

Don'ts

- Het slachtoffer veroordelen.
- Het gesprek aangaan met het slachtoffer terwijl de partner erbij zit.
- Zaken beloven die je niet kunt waarmaken.
- De rol als mediator aannemen.

Ik zie een of meerdere signalen!

Wat kan ik nu doen?

Bij acuut gevaar bel je altijd 112.

Neem contact op met Veilig Thuis.

📞 0800-2000

🌐 www.veiligthuis.nl

Neem gerust contact met ons op!

Contact Expertisebureau Lifeline

consultatie en advies / hulpverlening / training / preventie

Neem gerust contact met ons op.

📞 +31 6 14 85 65 13

✉ info@expertisebureaulifeline.nl

🌐 www.expertisebureaulifeline.nl