



Ert þú beitt ofbeldi?

Á eitthvað af neðantöldu við um maka þinn?

- Óttastu hann undir einhverjum kringumstæðum?
- Er hann uppstökkuur, skapbráður og/eða fær bræðisköst?
- Verður hann auðveldlega reiður undir áhrifum áfengis?
- Reynir hann að koma í veg fyrir að þú farir þangað sem þú vilt fara eða að þú stundir vinnu, skóla eða áhugamál?
- Fylgist hann með þér hvar og hvenær sem er?
- Ásakar hann þig sífellt um að vera sér ótrú?
- Gagnrýnir hann þig, vini þína og/eða fjölskyldu?
- Ásakar hann þig stöðugt - ekkert sem þú gerir er rétt eða nógu vel gert?
- Segir hann að „eitthvað sé að þér“, þú sért jafnvel „geðveik“?
- Gerir hann lítið úr þér fyrir framan aðra?
- Hefur hann yfirráð yfir fjármálum ykkar og krefst skýringa á hverri krónu?
- Eyðileggur hann persónulegar eigur þínar af ásettu ráði?
- Hrópar/öskrar hann á þig eða börnin?
- Ógnar hann þér með svipbrigðum, hreyfingum eða bendingum?
- Hótar hann að skaða þig, börnin eða aðra þér nákomna?
- Þvingar hann þig til kynlífs?
- Hefur hann ýtt við þér; hrint þér; slegið til þín eða slegið/barið þig eða börnin?

(Assessing Woman Battering in Mental Health Services, 1998. Edward W. Gondolf, ISBN 0-77777619-1107-3).

Vilborg G. Guðnadóttir hjúkrunarfræðingur tók saman og þýddi 1998.