

# Storasystrerappen 2022

FOKUS: ANHÖRIGA

”

Viktigast tror jag nog egentligen  
bara är att anhöriga ska vara öppna  
för att prata om det.  
Hellre att något ord 'blir fel'  
ibland, än att inte säga  
något alls.

”

**Storasyster**

**Storasystrerapporten 2022**  
**Fokus: Anhöriga**

Producerad av Storasyster 2022  
Copyright © Storasyster 2022

Rapportförfattare: Linnéa Hall  
Grafisk formgivning: Ca/Bom  
och Saga Åkerman, Storasyster

Storasyster  
Hesselmans Torg 5  
131 54 Stockholm

[storasyster.org](https://storasyster.org)



# STORASYSTERRAPPORTEN 2022

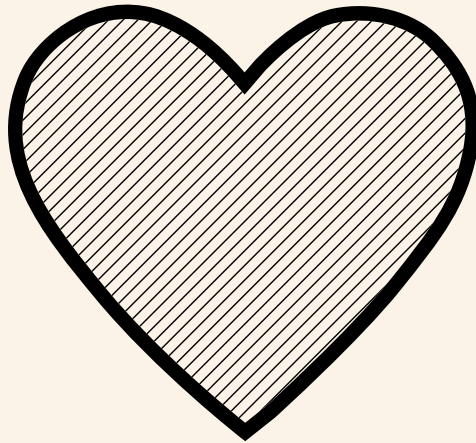
FOKUS: ANHÖRIGA

# Innehåll

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| TACK .....                                              | 5  |
| OM STORASYSTER .....                                    | 6  |
| SAMMANFATTNING .....                                    | 7  |
| INLEDNING .....                                         | 8  |
| BAKGRUND .....                                          | 19 |
| SEXUELLT VÅLD .....                                     | 10 |
| KONSEKVENSER FÖR DEN UTSATTA .....                      | 10 |
| KONSEKVENSER FÖR ANHÖRIGA .....                         | 11 |
| KUNSKAP OCH STÖD FÖR ANHÖRIGA .....                     | 11 |
| STÖD TILL ANHÖRIGA .....                                | 13 |
| VANLIGA SVÅRIGHETER .....                               | 14 |
| STORASYSTERS ANHÖRIGSTÖD .....                          | 16 |
| TILLVÄGAGÅNGSSÄTT .....                                 | 18 |
| ÖVERGRIPANDE FRÅGESTÄLLNINGAR .....                     | 18 |
| MATERIAL & METOD .....                                  | 18 |
| RESULTAT .....                                          | 25 |
| UTSATTAS RELATION TILL SINA ANHÖRIGA .....              | 25 |
| DET FÖRSTA BEMÖTANDET .....                             | 25 |
| KOMMUNIKATION OCH BEMÖTANDE PÅ LÄNGRE SIKT .....        | 28 |
| BEHOV HOS UTSATTA I RELATIONEN TILL SINA ANHÖRIGA ..... | 30 |
| ANHÖRIGAS UPPLEVELSE .....                              | 34 |
| FÖRÄLDRAR/STYVFÖRÄLDRAR/VÅRDNADSHAVARE .....            | 34 |
| PARTNERS .....                                          | 42 |
| SYSKON .....                                            | 46 |
| VÄNNER .....                                            | 51 |
| BEHOVET AV ANHÖRIGSTÖD .....                            | 54 |
| FÖRBÄTTRINGSFÖRSLAG .....                               | 58 |
| VÄGEN FRAMÅT .....                                      | 60 |
| KÄLLFÖRTECKNING .....                                   | 62 |

# Tack

Tack till samtliga informanter som tog av er tid och energi för att intervjuas, tack för förtroendet. Tack till er som besvarade enkäten och för att ni ville dela med er av era ovärderliga erfarenheter. Utan er hade vi aldrig kunnat skriva Storasysterrapporten 2022 och på så sätt fått möjlighet att sprida denna viktiga kunskap om erfarenheten av att vara anhörig till någon som utsatts för sexuella övergrepp. Ett särskilt tack till Julia Engström och Malin Junker Englund på Storasyster för ert bidrag till rapporten.



# Om Storasyster

Storasyster är med våra 140 volontärer Sveriges största stödorganisation för den som utsatts för sexuella övergrepp. Vi tar årligen emot omkring 2500 personer som annars inte skulle haft någon att vända sig till. Vi erbjuder stöd till alla oavsett könsidentitet från 13 år och uppåt som utsatts för våldtäkt eller andra sexuella övergrepp. Vi erbjuder även stöd till anhöriga till den som utsatts.

Storasyster har hela Sverige som upptagningsområde och arbetar aktivt för att motverka sexuellt våld genom stödjande och kunskapshöjande insatser.

Vi erbjuder stöd genom:

- mejl- och chattjour
- onlinesysterar/onlinebröder (stödperson online)
- juridisk rådgivning
- medföljning till polis, vård- eller behandlingsinstanser
- samtalsmottagning med stöd, rådgivning och traumabearbetande samtal
- samtalsgrupper för utsatta och föräldrar till utsatta barn.

Storasysters kunskapshöjande arbete syftar till att öka medvetenheten om och minska förekomsten av sexuellt våld i samhället. Vi erbjuder utbildningar, publicerar rapporter och är aktiva i samhällsdebatten om sexuellt våld.

Storasyster grundades 2012 och drevs under två år helt på ideell basis. Idag har vi elva anställda på vårt kansli i Stockholm.

Vi får stöd från bl.a. Socialstyrelsen, Jämställdhetsmyndigheten, Brottsoffermyndigheten, Postkodsstiftelsen, Stockholms stad och Region Stockholm.

Storasyster tilldelades Kvinnofridspriset 2019 av Operation Kvinnofrid, Stockholms stads Trygghetspris 2020, Arvsfondens Guldkorn 2020, Unizons Idépris 2021 och Child10 Awarded Member 2022.

Storasyster har 90-konto och står under Svensk Insamlingskontrolls tillsyn. Storasyster är även medlemmar i Giva Sverige och innehar märkningen Tryggt givande.

Storasysters arbete bidrar till FN:s hållbarhetsmål där delmålen 3, 4, 5, 10 och 16 har en extra tydlig koppling till vårt arbete.



# Sammanfattning

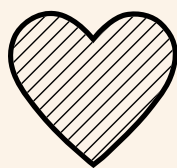
Årligen utsätts tusentals personer, främst tjejer och kvinnor, för sexuellt våld i Sverige. Runt den utsatta finns det anhöriga med olika mycket inblick i den utsattas liv och mående. Det kan exempelvis vara en förälder, en partner, ett syskon eller en vän. Anhöriga kan ha en mycket viktig roll i den utsattas process i att må bättre efter att ha utsatts för sexuella övergrepp. Storasysterrapporten 2022, fokus: Anhöriga syftar till att fördjupa förståelsen för hur det kan vara att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld och hur den anhörigas bemötande kan påverka den som utsatts. Vår ambition är att rapporten ska leda till ett förbättrat stöd för den anhöriga vilket i förlängningen bidrar till en bättre situation för den som utsatts.

För att öka kunskapen om anhörigas situation har vi intervjuat 26 utsatta personer om relationen till deras anhöriga. Samtliga identifierade sig som tjejer/kvinnor och var över 18 år. Vi valde även att samla in information om anhörigas upplevelse av att ha en närstående som utsatts genom en enkätstudie med 294 svarande. Majoriteten av dessa var kvinnor/tjejer och det var vanligast att vara i åldern 14-25 och 41-60 år.

Resultaten visar att anhöriga oroar sig mycket för sina närståendes psykiska mående och för deras framtid. I både utsatta och anhörigas utsagor framkommer svårigheter i kommunikationen mellan utsatta och anhöriga. Det kan handla om hur den anhöriga ska bemöta den utsatta, rädsla för att göra eller säga fel vilket i många fall leder till att man inte pratar om utsattheten, och dess konsekvenser, i relationen. Rapporten visar också på hur vanligt det är att behoven mellan utsatta och anhöriga inte matchar. Det kan handla om att den anhörigas känslor tar över och att den inte kan ge ett bra stöd utifrån var den utsatta befinner sig i sin bearbetningsprocess. Något som både utsatta och anhöriga lyfter fram är betydelsen av att förstå det sexuella våldets konsekvenser för den utsatta på lång sikt.

Sammanfattningsvis så behövs än mer kunskap om situationen för anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld. Vi ser att behovet och betydelsen av stöd och en ökad kunskap om sexuellt våld för anhöriga är stor. Detta är något som både utsatta och anhöriga lyfter fram i vår rapport. Ett sätt att erkänna och tillgodose denna gruppns behov är att den inkluderas i regeringens nationella anhörigstrategi inom vård och omsorg.

Storasystems arbete fokuserar alltid på att förbättra situationen för utsatta och vi hoppas att denna rapport kan bidra till ett kunskapslyft kring hur samhällsproblemet sexuellt våld påverkar både utsatta och anhöriga samt relationen mellan dem.



# Inledande ord

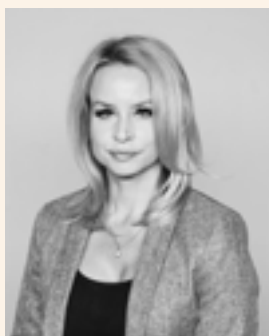
Sedan Storasyster grundades för tio år sedan har vi gett stöd till tiotusentals personer som är eller har varit utsatta för sexuellt våld. Varje berättelse om utsatthet är unik, men vi ser ofta liknande behov hos de personer som söker stöd hos oss. Inte sällan spelar anhöriga en viktig roll i den utsattas bearbetning. Anhöriga och andra närstående till den utsatta kan fungera som ett otroligt viktigt stöd i bearbetningsprocessen, men kan också innebära en extra belastning för den utsatta om relationen eller stödet inte fungerar. Vi möter utsatta som inte törs eller kan berätta om sin utsatthet för sina anhöriga, vi möter utsatta som upplever en stor besvikelse över anhörigas reaktioner och bemötande när den utsatta har berättat, och vi får ta del av känslor av ensamhet när det upplevs som att nära anhöriga svikit.

Vi har sedan start erbjudit stöd till anhöriga i samtliga våra stödfunktioner, men framförallt fokuserat på och utvecklat stödet för vår primära målgrupp. Vi har dock sett ett stort behov av stöd från anhöriga, och ett stort behov från utsatta att deras anhöriga ska erbjudas stöd. Från 2022 har vi fått möjlighet att anställa en anhörigsamordnare för att utveckla och stärka Storasysters stöd till anhöriga, vilket i förlängningen innebär ett förbättrat stöd till vår primära målgrupp.

I denna rapport framträder en bild av anhöriga till personer utsatta för sexuellt våld möjligtvis som en bortglömd grupp. För många andra anhöriggrupper finns etablerade stödfunktioner, och många av de anhöriga som deltagit i studien som ligger till grund för rapporten vittnar om att de inte vetat var de ska vända sig för stöd.

Det arbete vi nu gör för att stärka och utveckla stödet till anhöriga är en del i vårt strategiska arbete för att förbättra livssituationen för personer som är eller varit utsatta för sexuellt våld. Storasyster arbetar för en allmän kunskapshöjning i samhället om sexuellt våld och konsekvenser av utsatthet - för att samhället i stort ska ha den kompetens och kapacitet som krävs för att möta målgruppens behov. Anhöriga till utsatta är en viktig grupp i detta kunskapshöjande arbete.

Jag hoppas denna rapport hjälper till att sätta ljuset på en tidigare bortglömd målgrupp. En målgrupp som har en viktig roll att spela i arbetet för vår vision om ett jämställt samhälle fritt från sexuellt våld.



**Cecilia Bødker Pedersen**  
Generalsekreterare

”

Hur ofta ska vi prata om det? kommer vi att ha pratat klart någon gång? Min skuld finns fortfarande kvar och jag har svårt att sätta gränser i förhållande till min dotter då jag tycker att jag varit en dålig mamma.

”

- förälder, respondent anhörigenkät

# Bakgrund

## Sexuellt våld

Mäns och killars våld mot kvinnor och tjejer är ett av våra mest allvarliga och akuta samhällsproblem. Sexuellt våld innefattas i begreppet mäns våld mot kvinnor och innebär alla typer av kränkningar och övergrepp som har sexuella förtecken. Sexuellt våld handlar om att tvinga någon att delta i, utföra eller bevittna sexuella handlingar mot sin vilja. Det kan ske genom sexuella trakasserier eller kränkningar, att tvingas se på porrfilm, utsättas för ofrivillig beröring eller våldtäkt. Det sexuella våldet kan ske såväl online som offline.

Att utsättas för sexuellt våld i en nära relation, av en ny bekantskap, av en familjemedlem eller av en okänd innebär ofta ett stort lidande för både den utsatta individen och dess anhöriga. Våldet kan få allvarliga konsekvenser för den utsattas psykiska, fysiska och sexuella hälsa. Det sexuella våldet bidrar också till enorma samhällsekonomiska kostnader i form av stora utgifter för bland annat hälso- och sjukvården och rättsväsendet.<sup>1</sup> Enligt European Institute for Gender Equality beräknas mäns våld mot kvinnor kosta det svenska samhället 87 miljarder kronor årligen.<sup>2</sup>

Under 2021 anmäldes 27 639 sexualbrott i Sverige och 9962 av de anmälda sexualbrotten utgjordes av våldtäkter (inkluderat oaksam våldtäkt).<sup>3</sup> 98 procent av de som misstänks för våldtäkt är män, och i 93 procent av fallen är den brottsutsatta en kvinna eller flicka.<sup>4</sup> Brottsförebyggande rådet uppskattar att omkring var tionde sexualbrott anmäls, vilket innebär att mörkertalet kan vara så högt som 90%.<sup>5</sup> Den senaste Nationella trygghetsundersökningen visar att 367 000 personer utsattes för ett eller flera sexualbrott under 2021.<sup>6</sup> En särskilt utsatt grupp är

unga kvinnor där drygt var fjärde kvinna mellan 16-24 år uppgav att de hade utsatts för något typ av sexualbrott under 2021.<sup>7</sup>

## Konsekvenser för den utsatta

Att ha blivit utsatt för övergrepp leder inte sällan till psykisk ohälsa i form av oro, rädsla, nedstämdhet/depression och sexualitetsproblematik. Det är mycket vanligt med skuld- och skamkänslor, vilket många gånger bidrar till att den utsatta inte berättar om sina erfarenheter. Den psykiska ohälsan hos vår målgrupp är i många fall allvarlig och får svåra konsekvenser för den som utsatts. År 2019 publicerade Storasyter en rapport som baserades på en enkätstudie med 5200 respondenter som alla hade utsatts för sexuellt våld. Respondenterna fick bl.a svara på frågor om sitt psykiska mående efter att ha utsatts. Resultaten visade att 32% hade haft suicidtankar till följd av att ha blivit utsatt för sexuellt våld och 16% hade gjort suicidförsök.<sup>8</sup> Detta är otroligt allvarliga siffror som visar på konsekvenser av utsatthet och vikten av att få rätt stöd och hjälp.

Utsatta upplever ofta att kunskap om reaktioner efter, och konsekvenser av, sexuella övergrepp saknas i yrkesverksammas bemötande. Många vi möter i Storasyters stödverksamhet har aldrig fått frågan om de har utsatts för sexuellt våld när de varit i kontakt med vården. Stödet och vården som finns i Sverige för utsatta och deras anhöriga idag är bristfälligt. Insatserna som erbjuds är inte tillräckliga för att möta behoven och idag varierar tillgången till stöd mycket beroende på var man bor i landet. Sveriges kommuner och regioners kartläggning om vården efter att ha utsatts sexuellt våld visar på ett stort utvecklingsbehov av vården för personer som utsatts för

<sup>1</sup>de Vylder, Stefan (2010), *Vad kostar våldtäkter? Samhällsekonomiska kostnader för sexuellt våld*, ur antologin *Sju perspektiv på våldtäkt*, Nationellt Centrum för Kvinnofrid

<sup>2</sup>European Institute for Gender Equality (hämtad: 2022-09-30), *Costs of gender-based violence in the European Union*

<sup>3</sup>Brottsförebyggande rådet (2022), *Kriminalstatistik 2021, Anmälda brott, Slutgiltig statistik*

<sup>4</sup>Brottsförebyggande rådet (2021), *Kriminalstatistik 2020, Anmälda brott, Slutgiltig statistik*

<sup>5</sup>Brottsförebyggande rådet (2020), *Nationella trygghetsundersökningen*

<sup>6</sup>uppföljningsintervjuer 2019. En slutredovisning

<sup>7</sup>Brottsförebyggande rådet (2022), *Nationella trygghetsundersökningen 2022*

<sup>8</sup>ibid.

<sup>9</sup>Storasyter (2019), *5211 röster om sexuellt våld. En enkätstudie om sexuella övergrepp, psykiskt mående och stöd-kontakter*

sexuellt våld. Det handlar om allt från grundläggande kunskaper och att upptäcka utsatthet för sexuellt våld till att kunna erbjuda traumabehandling med evidensbaserade metoder till personer med komplex problematik.<sup>9</sup>

## Konsekvenser för anhöriga

Runt den utsatta finns alltid anhöriga med olika mycket inblick i den utsattas liv och mående. Det kan exempelvis vara en förälder, en partner, ett syskon eller en vän. Anhöriga kan ha en mycket viktig roll i den utsattas process att må bättre efter att ha utsatts för sexuella övergrepp. De anhöriga som tar kontakt med Storasysters stödverksamhet mår ofta själva psykiskt dåligt, oroar sig mycket för den utsatta och känner sig osäkra kring hur de ska bemöta och stötta den utsatta. Den utsatta personens dåliga mående kan således skapa mycket lidande för de anhöriga som finns runt den utsatta.

Om den anhöriga erhåller stöd och rådgivning i sin roll som anhörig kan detta vara ett stort stöd och en avlastning för den utsatta. Stöd till den anhöriga kan skapa ett bättre bemötande från den som är anhörig men också ett bättre mående för den anhöriga själv. Vi på Storasyster ser hur stödet till anhöriga kan verka avlastande för den utsatta individens mående. De anhörigas roll är oerhört viktig då deras bemötande kan bidra till en förbättrad psykisk hälsa hos den utsatta. På detta sätt kan stöd till anhöriga vara en viktig del i det förebyggande arbetet mot utvecklingen av psykisk ohälsa hos både utsatta och anhöriga.

## Kunskap och stöd för anhöriga

Enligt Socialstyrelsen ger nästan en femtedel av Sveriges vuxna befolkning vård eller stöd till någon de står nära och nära en tredjedel av dessa gör insatser mer än tio timmar per vecka.<sup>10</sup> Att stötta en närstående i vardagen behöver inte innebära negativa konsekvenser för den anhöriga men för många leder det till stora påfrestningar på den anhörigas vardag. Det kan handla om en negativ påverkan på den anhörigas fysiska och psykiska hälsa, ekonomi och generell livskvalitet.<sup>11</sup> En del anhörigas omsorgsansvar är mer praktiskt inriktat och pågår dygnet runt eller är livslångt, medan andras roll kan bestå mer av att känna oro, ansvar och sorg samtidigt som de har små möjligheter att kunna hjälpa.<sup>12</sup>

Under våren 2022 tog regeringen beslut om Sveriges första nationella anhörigstrategi. Strategin framhåller att gruppen anhöriga är stor, heterogen och med varierande behov. Socialdepartementet skriver att:

“Syftet med anhörigstrategin är att stärka anhörigperspektivet inom hälso- och sjukvård och omsorg samt att utifrån bästa tillgängliga kunskap bidra till att stödet till anhöriga som vårdar eller stödjer en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller har en funktionsnedsättning, är tillgängligt och utformat efter behov. En grundläggande princip är att anhörigas insatser och delaktighet alltid ska bygga på frivillighet.”<sup>13</sup>

<sup>9</sup>Sveriges kommuner och regioner (2020), *Vården vid sexuellt våld – Nuläge och framåt*

<sup>10</sup>Socialstyrelsen (2021), *Anhöriga som vårdar eller stödjer någon de står nära. Underlag till en nationell strategi*

<sup>11</sup>*ibid.*

<sup>12</sup>*ibid.*

<sup>13</sup>Regeringskansliet, Socialdepartementet (2022), *Nationell anhörigstrategi – inom vård och omsorg*, s. 5

### **ENLIGT DEN NYA STRATEGIN FORMULERAS ANHÖRIGAS BEHOV INOM TRE KATEGORIER:**

- Att välfärdens insatser till den närstående fungerar.
- Att välfärdens insatser till den närstående ges med ett anhörigperspektiv. Det innebär att vården och omsorgen utförs med beaktande också av den anhörigas behov av till exempel delaktighet och information och att den anhöriges insatser uppmärksammas.
- Att anhöriga därutöver kan ha behov av stöd för egen del. Sådant stöd kan till exempel bestå i information, utbildning, avlösning, ekonomiskt stöd och samtalsstöd.<sup>14</sup>

Socialnämnden ska enligt socialtjänstlagen (2001:453) ”erbjuda stöd för att underlätta för de personer som vårdar en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller som stödjer en närstående som har funktionshinder”.<sup>15</sup>

### **BESTÄMMELSEN OMFATTAS AV ANHÖRIGA TILL PERSONER SOM EXEMPELVIS HAR EN:**

- fysisk funktionsnedsättning,
- psykisk funktionsnedsättning,
- utvecklingsstörning eller annan intellektuell funktionsnedsättning,
- långvarig psykisk sjukdom,
- långvarig eller kronisk fysisk sjukdom,
- missbruks- eller beroendeproblem.<sup>16</sup>

Kommuner har således en skyldighet att erbjuda stöd till anhöriga där deras närstående har ovanstående problematik eller sjukdom. Det kan handla om insatser som gör att den anhöriga orkar vardagen så som ledsagning, dagverksamhet eller boendestöd. Det kan även vara insatser såsom stödgrupper, behandlingsprogram eller att få ta del av information och utbildning om den närståendes sjukdom eller symtom för att bättre kunna hjälpa och stötta sin närstående.<sup>17</sup>

Det finns en hel del forskning, rapporter och kunskapsöversikter om anhöriga till personer med ovanstående problematik eller sjukdom. Nationellt kompetenscentrum anhöriga (Nka) driver sedan 2008 på uppdrag av regeringen ett långsiktigt nationellt kompetenscentrum för anhörigstöd. Nka har bland annat sammanställt svensk och internationell forskning inom anhörigområdet i olika kunskapsöversikter.<sup>18</sup> Dessa kunskapsöversikter berör ämnen såsom omvårdnad i vardagen av personer med flerfunktionsnedsättning, stöd till föräldrar med barn som har funktionsnedsättning, stödprogram till barn och föräldrar med en förälder som missbrukar alkohol eller andra droger, och anhöriga till äldre personer med stroke eller psykisk ohälsa.

Tillgången till forskningsöversikter eller rapporter om anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld är i dagsläget begränsad och kunskapen om denna målgrupps situation är i stort behov av att utökas. Inte heller uppmärksammas denna grupp i den nya nationella anhörigstrategin eller i Nationellt kompetenscentrum anhöriga:s inramning av särskilda anhöriggrupper.

<sup>14</sup>Regeringskansliet (2022), *Sveriges första nationella anhörigstrategi, pressmeddelande från Socialdepartementet*

<sup>15</sup>Socialtjänstlag (2001:453)

<sup>16</sup>Socialstyrelsen (hämtad: 2022-09-30), *Om stöd till anhöriga, ur Kunskapsguiden*

<sup>17</sup>Ibid.

<sup>18</sup>Nationellt kompetenscentrum anhöriga (hämtad 2022-09-30), *Kunskapsöversikter*

## Stöd till anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld

I dagsläget är stödet till personer med andra sociala eller psykiska svårigheter betydligt mer etablerat än till de som är anhöriga till en person som har blivit utsatt för sexuellt våld. Idag finns det stöd för föräldrar till barn som utsatts för sexuella övergrepp genom exempelvis Barnahus. Barnahus tar emot barn och unga under 18 år som misstänks ha blivit utsatta för misshandel eller sexuella övergrepp och har en multiprofessionell personal såsom polis, åklagare, läkare, socialsekreterare och behandlare. Även Kvinnofridslinjen går att kontakta för anhörigstöd.<sup>19</sup>

En handfull ideella föreningar och kvinno- och tjejjourer stöttar anhöriga till utsatta barn bl.a. ATSUB - anhöriga till sexuellt utnyttjade barn, Rise Sverige - ger stöd för närstående till personer som utsatts som barn och organisationen Paraply - ger stöd via chatt till den som är anhörig till ett barn som är eller har varit utsatt.<sup>20</sup> Det finns även andra jourer som är särskilt inriktade på sexuellt våld som erbjuder stöd till anhöriga bl.a. Novahuset, Föreningen Tillsammans och Alla Kvinnors Hus. Organisationerna ECPAT och ungarelationer.se inriktar sig på föräldra- och vuxenstöd till barn som utsatts.<sup>21</sup> Även Brottssoffjouren erbjuder stöd till anhöriga till personer som utsatts för brott men har inget specialiserat stöd med fokus på sexualbrott och RFSU erbjuder samtalsstöd till partners som har en närstående som utsatts.<sup>22</sup>

I dagsläget finns det relativt få ställen att vända sig till för specialiserat stöd för anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld, och majoriteten av dem finns inom ideell sektor. På mindre orter och

på landsbygden kan det vara än svårare att hitta stöd och hjälp. Det finns också få platser dit samtliga anhöriggrupper (föräldrar, partners, syskon och vänner) kan vända sig för att få specialiserat stöd. Vi på Storasyster ser att en ökad tillgänglighet till exempelvis enskilda stödsamtal, stödgrupper och utbildningsinsatser skulle behövas för denna grupp och efterfrågan på detta stöd är stort i vår verksamhet.

För att belastningen hos den anhöriga inte ska bli för stor så är den anhöriga beroende av att välfärdens insatser till den utsatta är fungerande (definierat som ett av de anhörigas behov i den Nationella anhörigstrategin inom vård och omsorg). Då tillgängligheten till stöd och vård för utsatta är bristfällig blir det än viktigare att anhöriga får stöttning i att finnas där för den utsatta. Samtidigt behöver tillgången till stöd och vård för utsatta förbättras parallellt med utvecklingen av stödet till anhöriga.

<sup>19</sup>Se källförteckning för hänvisning till respektive verksamhets hemsida.

<sup>20</sup>ibid.

<sup>21</sup>ibid.

<sup>22</sup>ibid.

# Vanliga svårigheter med att vara anhörig till en person som utsatts för sexuellt våld

Storasyster har under det senaste decenniet stöttat utsatta och anhöriga i vår stödverksamhet. Relationen mellan den utsatta och dess anhöriga är ett tema som kontinuerligt kommer upp i samtal. Vi har sett hur de olika anhöriggrupperna brottas med en variation av svårigheter även om vissa teman återkommer. Nedan följer vanligt förekommande svårigheter som vi genom åren har uppmärksammat i kontakten med anhöriga. Svårigheterna är uppdelade på respektive anhöriggrupp.

## **FÖRÄLDRAR UPPLEVER OFTA SVÅRIGHETER MED**

- känslan av maktlöshet,
- skuldkänslor,
- känslor av sorg,
- kommunikation och bemötande,
- oro för barnets mående och framtid,
- kommunikationen med den andra vårdnadshavaren.

## **PARTNERS UPPLEVER OFTA SVÅRIGHETER MED**

- kommunikation och bemötande,
- oro för den utsattas mående,
- sexualitet och intimitet,
- gränssättning.

## **SYSKON UPPLEVER OFTA SVÅRIGHETER MED**

- kommunikation och bemötande,
- skuldkänslor,
- känslor av sorg,
- känslan av maktlöshet,
- oro för den utsattas mående och framtid,
- kommunikationen med gemensamma föräldrar.

## **VÄNNER UPPLEVER OFTA SVÅRIGHETER MED**

- kommunikation och bemötande,
- oro över den utsattas mående.

Med denna rapport vill vi få en fördjupad förståelse för den anhörigas situation och vilka svårigheter den tampas med. Vår ambition att förbättra stödet för den anhöriga vilket i förlängningen bidrar till en bättre situation för den som utsatts. Storasysters arbete fokuserar alltid på att förbättra situationen för utsatta och vi hoppas att denna rapport kan bidra till ett kunskapslyft kring hur samhällsproblemet sexuellt våld påverkar både utsatta och anhöriga samt relationen mellan dem.

Rapporten inleds med en intervju med Storasysters anhrigsmordnare som berättar som Storasysters anhrigstöd. Därefter följer ett avsnitt om hur vi har gått tillväga för att samla in kunskap om anhrigperspektivet till denna rapport. Sedan presenteras resultaten och rapporten avslutas med slutsatser, förbättringsförslag och hur vi kan arbeta vidare med stöd för anhriga.

”

Jag fick en bra respons från min man, men  
har svårt att presta om känslor, så det är inget  
vi aktivt prestar om utan att han vet vad jag  
vänt med om men prestar inte mer om det.

”

- utsatt, informant anhörigrapport

# Storasystems anhörigstöd - intervju med anhörigsamordnare Julia Engström

Julia Engström, kurator och anhörigsamordnare på Storasyster, har under 2022 varit ansvarig för att utveckla Storasystems anhörigstöd. För att få mer insikt i hur Storasystems arbete med anhöriga är utformat har Julia svarat på några frågor om bakgrunden till varför vi utvecklade stödet och hur det ser ut idag.

## JULIA, KAN DU BERÄTTA HUR DET KOM SIG ATT STORASYSTER UTVECKLADE SITT ANHÖRIGSTÖD UNDER 2022?

Vi valde att utveckla anhörigstödet då vi såg att det fanns ett stort behov hos både utsatta och anhöriga. Genom arbetet med utsatta har det blivit tydligt för oss att anhörigas roll är viktig för utsatta personer i deras bearbetningsprocess. Hur anhöriga reagerar och bemöter den utsatta kan underlätta eller försvåra den utsatta personens möjligheter att hantera och återhämta sig från sin utsatthet. Det som också har visat sig är hur utmanande rollen som anhörig kan vara. Många anhöriga har hört av sig genom åren med svåra situationer där de inte vet hur de ska vara ett stöd för sin närstående samtidigt som de ofta har egna smärtsamma känslor kring det som har hänt. Vi har upplevt att det funnits ett stort behov av att kunna vända sig till någon för att få råd och hjälp att hantera sin situation.

”Kuratorn gav bra råd och lyssnade ordentligt. Kände mig trygg, förstådd och fick konkreta råd samtidigt som jag förstod min situation bättre.

- utvärdering från stödsökande, anhörigstöd Storasyster

## VARFÖR BEHÖVS DET ETT SÄRSKILT STÖD FÖR ANHÖRIGA?

Specialiserat stöd till anhöriga där deras närstående har annan typ av problematik som exempelvis missbruk eller psykisk ohälsa finns i relativt stor utsträckning runt om i Sverige. Stöd för anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld är i princip obefintligt. Det som också är viktigt, för att stödet ska vara hjälpsamt, är att det vilar på en grund av



kunskap om sexuellt våld, hur utsatthet påverkar människor och vad utsatta själva uppger att de behöver. Ofta behöver anhöriga både få konkreta råd kring hur de kan hjälpa och stötta den utsatta personen, samtidigt som de också behöver utrymme att få känna, och få stöd i sina egna känslor kring det som har hänt. För många anhöriga är det första gången man möter utsatthet för sexuellt våld och det kan vara mycket svårt att veta vad man ska göra och hur man ska reagera. De instanser dit man vanligtvis vänder sig till för stöd har ofta inte den kunskapen som behövs för att kunna ge råd och stöd till de anhöriga som hör av sig till oss. Vi på Storasyster har därför en unik möjlighet att använda den kunskap vi har för att erbjuda kvalitativt stöd till anhöriga till personer med erfarenhet av sexuellt våld.

”Väldigt värdefullt att jag fick kunnigt stöd för att kunna stötta min unga vuxna i denna svåra process samt själv kunna fungera så bra det går. Tack!

- utvärdering från stödsökande, anhörigstöd Storasyster

## VILKA TYPER AV STÖDFUNKTIONER ERBJUDER STORASYSTER FÖR ANHÖRIGA?

Vi erbjuder enskilda stödsamtal i vår samtalsmottagning och på video, rådgivning via telefon och inbokade telefonsamtal, anhörigchatt, grupper för föräldrar samt föreläsningsserier och enskilda föreläsningar om rollen som anhörig. Anhörigstödet är fortfarande i utvecklingsfas och kommer fortsätta att utvecklas utifrån de behov som anhöriga och deras utsatta närstående uttrycker.

### **ANHÖRIGSTÖD 2022**

**64** anhöriga i samtalsmottagningen

**106** samtal i samtalsmottagningen

” Jag fick relevant stöd och samtalen utgick alltid efter mina behov.

- utvärdering från stödsökande, anhörigstöd Storasyster

## SOM SAMORDNARE FÖR STORASYSTERS ANHÖRIGSTÖD, VAD HAR VARIT DE VIKTIGASTE INSIKTERNA/ KUNSKAPERNA SOM STORASYSTER FÅTT GENOM ATT ARBETA MED DENNA MÅLGRUPP?

Den kanske viktigaste insikten har varit betydelsen av att det finns specialiserat stöd för anhöriga till personer utsatta för sexuellt våld. Utvecklandet av anhörigstödet har visat hur dåligt många anhöriga mår, att deras psykiska hälsa och vardagliga liv till stor utsträckning blivit påverkat av den utsatthet deras närstående varit med om. Det har också visat den brist på stöd till både utsatta och anhöriga som finns i vårt samhälle idag, speciellt i mindre orter och på landsbygden. Jag upplever att det ofta finns en stark maktlöshet i att inte få den hjälp och stöd som den närstående eller en själv som anhörig har ett behov av. När en närstående blir utsatt för våld påverkar det ofta livet och måendet på alla plan. Det finns även ofta förväntningar om att man som anhörig ska kunna hjälpa den utsatta personen efter den har blivit utsatt. Att då inte klara av att hjälpa, ofta på grund av

bristen av stöd och hjälp i samhället, skapar en stor risk för långsiktiga allvarliga konsekvenser både för den utsatta och för dess anhöriga.

## VAD ÄR DE STÖRSTA BEHOVEN SOM ANHÖRIGA HAR NÄR DE KOMMER TILL STORASYSTER?

Många anhöriga som söker stöd hos oss har ett behov av att få råd kring praktiska frågor, det kan vara frågor som vad de kan kräva av skolan, hur de kan prata med sin närstående om polisanmälan eller vad man kan behöva tänka på i kontakt med vården. Samtidigt upplever många ett starkt behov av att få prata om känslor eller tankar som de inte kan prata med den utsatta om. Det kan exempelvis vara egna starka känslor av skuld och skam, ilska eller besvikelse. För många är att få vara transparent i sina känslor, med någon som inte är direkt berörd av utsattheten, en viktigt del i att bearbeta det som har hänt. Det brukar även vara hjälpsamt att få uttrycka den oro man har för sin närstående. Det kan vara oro för mående eller för hur framtiden ska bli. Att få prata och reda i sina oroskänslor gör ofta att känslorna lättar och kan göra det enklare att stå ut med och hantera dessa känslor.

Anhöriga uttrycker även behov av kunskap om sexuell våld. För många är detta första gången någon man har en nära relation till blir utsatt och det kan vara svårt att förstå hur det kan upplevas och kännas för den utsatta personen. En viktig del i många samtal blir därför psykoedukation både kring sexuell våld, vanliga reaktioner och känslor efter utsattheten och kring kommunikation, bemötande och sätt att förhålla sig till den utsatta personen. Att förstå sig själv, sin närstående och utsattheten upplevs ofta som lugnande och kan skapa en känsla av att få tillbaka lite kontroll och agens i en situation som för många känns väldigt otrygg och rörig.

Något som många i vår samtalsmottagning upplever som hjälpsamt är att få prata om återhämtning. Med vår mångåriga erfarenhet av att träffa och stötta utsatta vet vi att utsatthet för sexuellt våld är något som går att bearbeta. Det går att leva ett helt liv, med allt vad det innebär, även efter man har blivit utsatt. Kunskapen om att återhämtning är möjlig kan vara viktigt för anhöriga att få ta del av. Det är lättare att förmedla hopp till den utsatta om man som anhörig känner hopp om att återhämtning och bearbetning är möjlig.

# Tillvägagångssätt

Denna rapport syftar till att öka förståelsen för hur det kan vara att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld och hur den anhörigas bemötande kan påverka den som utsatts. Målet med rapporten är att förbättra situationen och stödet för den anhöriga vilket i förlängningen även förbättrar situationen för den som utsatts. I denna del av presenteras rapportens övergripande frågeställningar samt studiens val av material och metod.

## Övergripande frågeställningar

- Hur ser utsattas relation till sina anhöriga ut?
- Hur ser behovet av anhörigstöd ut för den utsatta?
- Hur är det att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld?
- Hur ser stödbehoven ut hos anhöriga?

## Material & metod

Med denna rapport vill vi öka kunskapen om anhörigas situation genom att intervjua utsatta om relationen till deras anhöriga. Vi valde även att samla in information om den anhörigas upplevelse av att ha en närstående som utsatts genom en enkätstudie. Frågorna som vi har ställt till utsatta och anhöriga har sin utgångspunkt i de utmaningar och svårigheter som vi har stött på i samtal med vår målgrupp under de senaste tio åren.

### CHATTINTERVJUER MED UTSATTA OM DERAS RELATION TILL SINA ANHÖRIGA

För att samla in kunskap om utsattas relation till sina anhöriga valde vi att intervjua personer som utsatts för sexuellt våld. För att nå informanter att intervjua spred vi information om studien i Storasystems kanaler på sociala medier och på Storasystems webbplats. Personer som var intresserade av att delta kunde anmäla intresse via ett formulär på Google Forms. Vi valde att genomföra intervjuer per chatt och de hölls via Storasystems chattprogram Basechat, som är ett program vi primärt använder till

onlinestöd för utsatta. Basechat är ett system som flera stödorganisationer i Norden använder sig av. Intervjuerna sparades i systemet i textformat som en chattlogg. Chattloggarna finns kvar i chattsystemet under 1 år för att sedan automatiskt raderas. I april och maj månad under 2022 genomfördes intervjuerna. Intervjuerna tog ca 45 minuter att genomföra och informanterna hade möjlighet att vara helt anonyma under intervjun genom att då använda ett alias i kontakten med Storasyster.

Inför chattintervjun fick varje informant information om studien, vilka frågor vi skulle prata om under intervjun, hur materialet skulle användas samt syftet och målet med studien. De fick sedan ge sitt medgivande om att delta i studien. Samtliga informanter fick information om att de kunde vända sig till Storasyster för stöd om behovet uppkom efter intervjun. Informanterna informerades om att de skulle få läsa och godkänna de citat som kunde komma att inkluderas i rapporten. De fick även information om att de själva kunde välja vilka frågor de ville besvara under intervjun, att medverkan var frivillig och att de kunde avbryta sin medverkan när de ville. Informanterna fick också information om att de kunde ta kontakt med Storasyster om de önskade komplettera eller ändra något i intervjun.

Under intervjuerna hade vi stöd av en intervjuguide för att samtliga informanter skulle få samma frågor. Intervjuerna var semistrukturerade och informanterna kunde därför få följdfrågor utifrån det som informanten berättade. Intervjuerna genomfördes av Julia Engström, kurator på Storasyster, Malin Junker Englund, terapeut på Storasyster samt av Linnéa Hall, kurator och opinionsstrateg på Storasyster. Resultaten för intervjuerna presenteras i resultatdelen senare i rapporten utifrån återkommande teman i informanternas berättelser. Återkommande teman har tagits fram och analyserat genom närläsning av chattintervjuerna.

Vi genomförde 26 stycken chattintervjuer och samtliga som deltog identifierade sig som kvinna/tjej och alla hade erfarenhet av att ha utsatts för sexuellt våld. Samtliga informanter var över 18 år.

| Ålder, chattintervjuer | Andel |
|------------------------|-------|
| 18-25 år               | 12%   |
| 26-30 år               | 27%   |
| 31-35 år               | 19%   |
| 36-40 år               | 4%    |
| 41-50 år               | 31%   |
| 51-60 år               | 8%    |

### **DE ÖVERGRIPANDE FRÅGOR SOM VI ÖNSKADE FÅ MER KUNSKAP OM FRÅN UTSATTA VAR:**

För dig som har berättat om din utsatthet för en eller flera anhöriga - vad var bra och/eller svårt i den situationen?

Vad skulle du behöva/hade du behövt från din/a anhöriga?

På vilket sätt skulle din/a anhöriga vara ett bra stöd för dig?

Om du inte har pratat med någon anhörig - vad skulle du behöva för att det skulle kännas tryggt att berätta?

Finns det något stöd du tror skulle behövas för anhöriga?

### **ENKÄTSTUDIE RIKTAD TILL ANHÖRIGA**

För att öka kunskapen om upplevelsen av att ha en närstående som utsatts för sexuellt våld har vi genomfört en enkätstudie riktad till anhöriga. Enkätsvaren samlades in genom Google Forms och enkäten var öppen för svar mellan 2022-03-17 - 2021-05-30. Enkäten spreds i Storasysters kanaler på sociala medier och på Storasysters webbplats. Vi skapade fler olika inlägg där vi annonserade om att delta i enkätstudien. Inläggen riktade sig direkt till de fyra olika anhöriggrupperna föräldrar, partners, syskon och vänner samt ett inlägg hade en mer allmän ingång där vi använde ordet anhörig. Ett av inläggen löd: "Är du partner till någon som utsatts för sexuella övergrepp?" Vår tes var att många kan ha svårt att identifiera sig med begreppet "anhörig", eller se på sig själva som "anhöriga", utan kan relatera bättre till att bli direkt tilltalad utifrån relationen till den utsatta. Detta kan möjligtvis ha bidragit till att vi fick många svar från alla anhöriggrupper som tilltalas i inläggen.

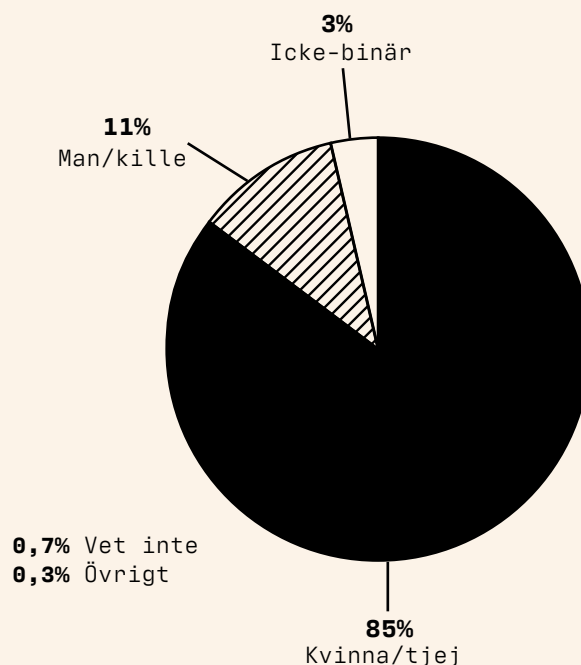
Respondenterna besvarade enkäten anonymt. De fick även information innan de började besvara enkäten om att de behövde godkänna att ett eller flera av deras fritextsvar kunde komma att citeras i rapporten. Enkätstudien var frivillig att delta i och inga frågor var obligatoriska att svara på för att kunna gå vidare till nästföljande fråga. På vissa enkätfrågor var det möjligt att välja ett av de fasta svarsalternativen och på somliga kunde respondenterna välja flera svarsalternativ som de upplevde passade deras erfarenhet. Fritextsvaren har tolkats och kategoriserats utifrån återkommande övergripande teman i respondenternas utsagor.

Vi fick in totalt 294 enkätsvar från föräldrar, partners, syskon, och vänner till personer som utsatts för sexuellt våld. Vi hade även en mindre grupp med övriga relationer till den utsatta som inte passade in i ovan nämnda kategorier. Beroende på vilken relation den anhöriga hade till sin närstående så var frågorna i enkäten anpassade till detta. I enkäten informerade vi också om Storasysters stödverksamhet som riktar sig till både utsatta och anhöriga.

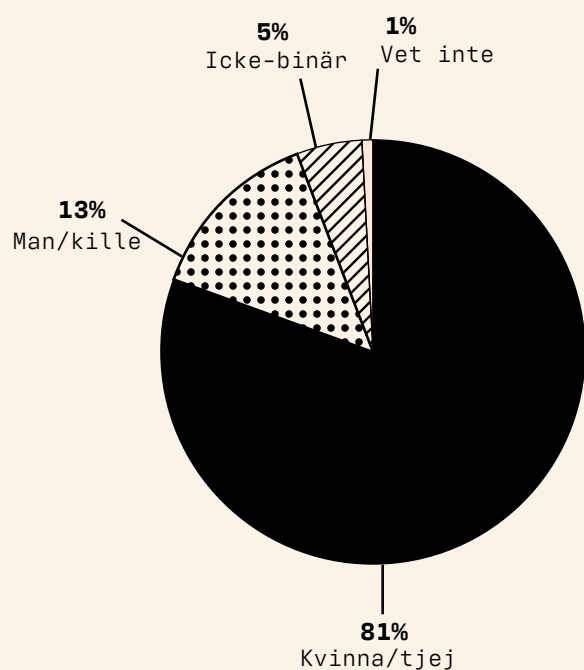
## Ålder och kön hela anhöriggrupper

| Åldersfördelning, anhöriga | Andel |
|----------------------------|-------|
| 14-17 år                   | 16%   |
| 18-25 år                   | 27%   |
| 26-30 år                   | 12%   |
| 31-35 år                   | 5%    |
| 36-40 år                   | 8%    |
| 41-50 år                   | 14%   |
| 51-60 år                   | 16%   |
| 61+ år                     | 3%    |

## DE UTSATTAS KÖNSIDENTITET



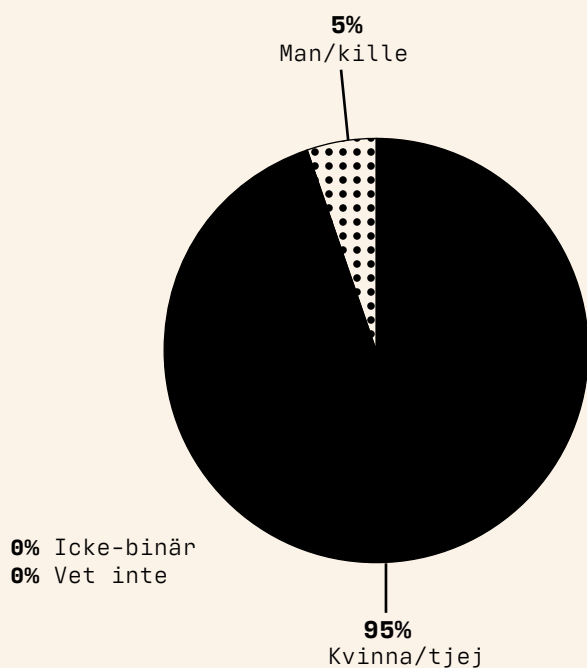
## DE ANHÖRIGAS KÖNSIDENTITET



De fyra stora anhöriggrupperna i rapporten utgörs av personer som är förälder/ styvförälder/ vårdnads-havare (n-77), partner (n-56), sys-kon (n-66) eller vän (n-77) till den som har utsatts. Det finns även en mindre grupp anhöriga (n-18) som har olika typer av relationer till sin närstående, exempelvis kusin eller barn till den utsatta. Vi har dock valt att presentera resultat från de fyra stora anhöriggrupperna som har besvarat enkäten vilka är de fyra nämnda ovan.

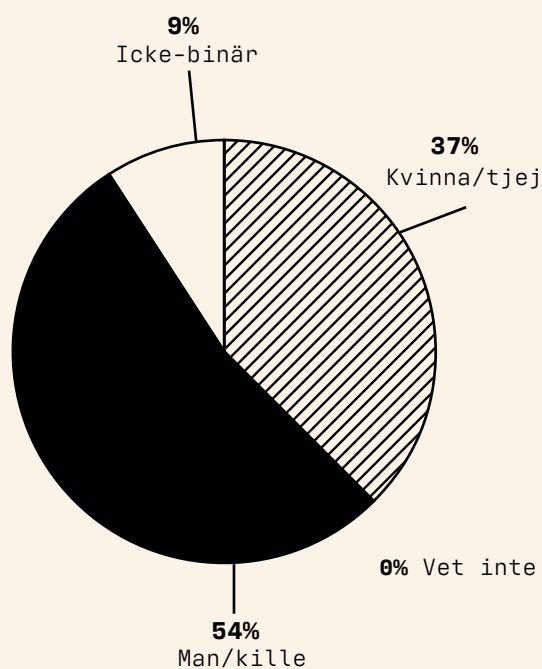
## Förälder/styvförälder/ vårdnadshavare

### KÖNSIDENTITET



## Partners

### KÖNSIDENTITET

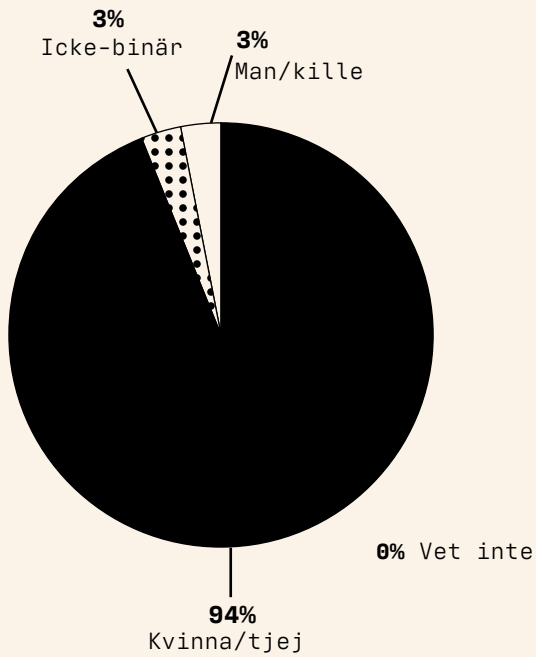


| Åldersfördelning, föräldrar | Andel |
|-----------------------------|-------|
| 14-17 år                    | 0%    |
| 18-25 år                    | 1%    |
| 26-30 år                    | 0%    |
| 31-35 år                    | 1%    |
| 36-40 år                    | 8%    |
| 41-50 år                    | 34%   |
| 51-60 år                    | 46%   |
| 61+ år                      | 10%   |

| Åldersfördelning, partners | Andel |
|----------------------------|-------|
| 14-17 år                   | 13%   |
| 18-25 år                   | 42%   |
| 26-30 år                   | 18%   |
| 31-35 år                   | 7%    |
| 36-40 år                   | 7%    |
| 41-50 år                   | 7%    |
| 51-60 år                   | 6%    |
| 61+ år                     | 0%    |

## Syskon

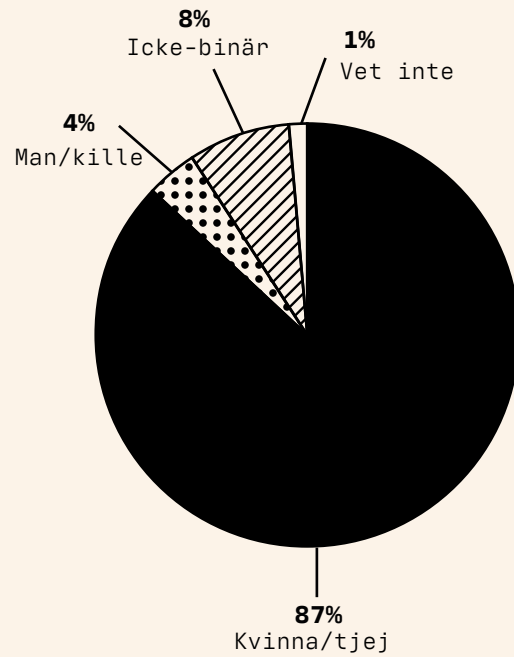
### KÖNSIDENTITET



| Åldersfördelning, syskon | Andel |
|--------------------------|-------|
| 14-17 år                 | 20%   |
| 18-25 år                 | 33%   |
| 26-30 år                 | 12%   |
| 31-35 år                 | 8%    |
| 36-40 år                 | 9%    |
| 41-50 år                 | 11%   |
| 51-60 år                 | 6%    |
| 61+ år                   | 2%    |

## Vänner

### KÖNSIDENTITET



| Åldersfördelning, vänner | Andel |
|--------------------------|-------|
| 14-17 år                 | 31%   |
| 18-25 år                 | 36%   |
| 26-30 år                 | 17%   |
| 31-35 år                 | 3%    |
| 36-40 år                 | 8%    |
| 41-50 år                 | 3%    |
| 51-60 år                 | 3%    |
| 61+ år                   | 0%    |

**DE ÖVERGRIPANDE FRÅGOR  
SOM VI ÖNSKADE FÅ MER  
KUNSKAP OM FRÅN  
ANHÖRIGA VAR:**

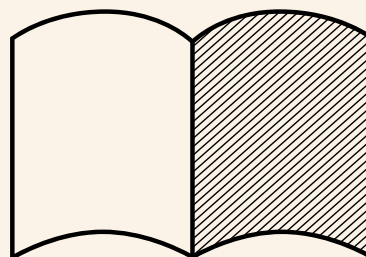
Hur är det för dig att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld?

Vad är svårt/utmanande i relationen till din närstående?

I vilken utsträckning har du upplevt oro/osäkerhet kring hur du ska bemöta din närståendes känslor/reaktioner?

Har du som anhörig fått stöd? Och i såna fall vilket typ av stöd?

Skulle du som anhörig skulle vilja ha mer kunskap/information om bemötande av utsatta, och om vad sexuellt våld är och vad våldet kan få för konsekvenser för den som utsätts?



Intervjувaren och enkätens resultat presenteras i resultatdelen senare i rapporten utifrån enkätfrågorna samt med utgångspunkt i återkommande teman i respondenternas och informanternas berättelser. De återkommande temana har tagits fram och analyserats genom närläsning av fritextsvar och av chattar. Erfarenheter och reflektioner från samtal med anhöriga i Storasystems stödverksamhet kommer också inkluderas i resultatdelen för att komplettera den data som samlats in till rapporten.

”

Jag var fortfarande fast i att det här till fullo var mitt eget fel. Det gjorde att deras reaktioner med t.ex. ilska och tankar om en polisanmälan kändes skrämmande.  
Jag var inte där.

”

- utsatt, informant anhörigrapport

# Resultat: utsatta

## Utsattas relation till sina anhöriga

Med denna rapport har vi haft målet att öka förståelsen för hur det kan vara att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld och hur den anhörigas bemötande kan påverka den som utsatts.

**I den första delen av rapporten vill vi lyfta fram utsattas relation till sina anhöriga och vi ville försöka besvara följande frågor:**

För dig som har berättat om din utsatthet för en eller flera anhöriga - vad var bra och/eller svårt i den situationen?

Vad skulle du behöva/hade du behövt från din/a anhöriga?

På vilket sätt skulle din/a anhöriga vara ett bra stöd för dig?

Om du inte har pratat med någon anhörig - vad skulle du behöva för att det skulle kännas tryggt att berätta?

Finns det något stöd du tror skulle behövas för anhöriga?

Utifrån dessa frågor har vi sedan kategoriserat svaren utifrån återkommande teman i informanternas utsagor.

### **DET FÖRSTA BEMÖTANDET -** **KONSEKVENSER AV ATT BERÄTTA**

Chattintervjuerna inleddes med att informanterna fick möjlighet att beskriva sina upplevelser av att berätta för anhöriga om sin utsatthet. Utifrån detta framkommer tydliga teman i deras berättelser:

tystnad från anhöriga, att anhörigas egna behov tar över, att den utsatta behöver ta känslomässigt ansvar för den anhörigas reaktioner, och att den utsatta får skuld över att inte ha berättat.

### **Tystnad från anhöriga**

” Det jobbigaste var nog hur min mamma, efter att jag berättat, verkade tycka att allt var ok igen. Det pratades aldrig om igen efter det och allt verkade gå tillbaka till normalt redan dagen efter för alla andra.

- utsatt, informant anhörigrapport

Ett tydligt återkommande tema i de utsattas berättelse om reaktioner och bemötande vid det första berättandet var tystnad från anhöriga. Tystnaden kunde bestå av få eller inga reaktioner under själva samtalet/berättandet. Tystnaden kunde också handla om att utsattheten eller konsekvenserna av utsattheten aldrig följdes upp eller nämndes igen efter det första berättandet. Fler informanter beskriver hur denna tystnad och hur upplevelsen av att deras anhöriga har "sopat händelsen under mattan" har haft en negativ påverkan på deras mående och på relationen till de anhöriga de berättat för.

Tystnaden kan förstärka negativa tankar hos den utsatta om det som har hänt och om sitt eget agerande. Dessa tankar riskerar på så sätt att bli oemotsagda, eller inte möjliga att utmana, i och med de anhörigas tystnad. Hur anhöriga agerar och responderar tycks således påverka exempelvis graden av skam- och skuldkänslor. En informant beskriver de konsekvenser det fick för henne att hennes familj visste vad hon hade utsatts för men att de inte pratade om det:

” Det blev som att det inte var viktigt, att jag överdrev, fick skylla mig själv, att jag inte var värd annat. /.../ Och det har sårat mig väldigt att de låtsats som ingenting, inte ens försökt kolla läget.

- utsatt, informant anhörigrapport

En annan informant förklarar hur ensam och övergiven hon kände sig efter att hon hade berättat eftersom hon sedan möttes med tystnad från sina anhöriga. Hon framhåller att det inte behöver vara avgörande vad man faktiskt säger i stunden men att det är helt centralt att visa att man finns där för den som utsatts. Ytterligare en informant menar att tystnaden kan göra att man tvivlar på om man själv bär skulden för att ha utsatts:

” Jag tror att jag mest hade behövt någon som bara höll om mig och sa, det var inte ditt fel. För man lämnas ensam och ingen pratar om det igen eller frågar om man behöver något, så man vet inte om man har gjort rätt eller fel.

- utsatt, informant anhörigrapport

Flera informanter beskriver också hur tystnaden skapar oro eller fantasier om vad ens anhöriga tänker om en och det som man har utsatts för. En informant förklarar att “det blir negativa antagande man får om sig själv när personen man pratar med inte säger något, eller lägger locket på.” Andra informanter menar att tystnaden skapar en upplevelse av att våldet förminskas. Tystnaden beskrivs bland annat leda till att den utsatta får bära konsekvenserna av utsattheten ensam. Att inte prata om utsattheten kan också vara ett sätt för den utsatta att skydda sina anhöriga samtidigt som det kan förstärka känslan av ensamhet. En informant skriver:

” För mig är det en stor sorg över att det skall vara så svårt. Och att samhället är så tyst om det bidrar inte heller till att det ska vara ‘enkelt’ att berätta, men att bära allt själv, och hålla undan det som har hänt, tror jag skadar en i längden. Istället för att få dela det som är svårt och få hjälp att hantera och bearbeta det, blir man instängd i ett fängelse som är ens egen kropp, och där pågår en ständig mardröm som inte går att fly ifrån. Det är ett lidande som en som redan lider inte skall behöva bära, inte ensam i alla fall.

- utsatt, informant anhörigrapport

## Den anhörigas egna behov tar över

” Hon trodde ju på mig men hennes reaktion var inte särskilt stödjande utan hon fick allt att handla om henne istället och hur jobbigt allt var för henne, även berättade för andra utan min tillåtelse under en tid jag skämdes som mest. Jag kan förstå chocken för henne och paniken, men just då hade jag bara behövt en lugn vuxen som hjälper mig att hitta stöd om hon inte själv kan.

- utsatt, informant anhörigrapport

Flera utsatta vittnar om hur deras anhörigas behov och känslor hamnade i centrum vilket hindrade dem från att lyssna in till vad den utsatta behövde eller kände. Utsatta berättar om anhöriga som får panik eller blir väldigt stressade när de får veta att deras närstående utsatts för övergrepp. En informant förklarar hur hennes mamma sa att de inte skulle prata om övergreppet hon hade utsatts för och att de inte skulle berätta för hennes pappa för att det skulle riskera att han bröt ihop. Hon beskriver hur hon inte fick prata om sin utsatthet med någon och att hon därmed lämnades ensam med känslorna. När den anhörigas behov sätts i första rummet kan det också leda till tystnad (ett tema som beskrevs ovan), vilket riskerar att bidra till stor ensamhet för den utsatta.

Andra utsatta vittnar om behovet av att få prata om sina känslor i sin takt men att det blir svårt när den anhörigas känslor blir för starka och tar över. En informant förklarar:

” Jag hade behövt att han inte reagerade med ilska [vid båda tillfällena] och att de kunde lyssna utan att ta över mina känslor. Att jag fick vara precis där jag var i min sorgeprocess utan att känna mig lämnad vind för våg.

- utsatt, informant anhörigrapport

Utifrån detta tema går det att förstå det som att anhörigas behov och reaktioner skapar regler eller förutsättningar för hur den utsatta ska hantera det som har hänt. Det kan antingen handla om att den

utsatta uppmanas att inte prata om utsattheten eller att den tvingas att prata mer än den själv önskar på grund av att den anhöriga har det behovet.

#### **Den utsatta behöver ta känslomässigt ansvar för den anhörigas reaktioner**

” Det har varit jobbigt för att det känns som att man gör sin omgivning obekväm. En del vet inte vad de ska säga och blir tystlåtna medan en del blir jättearga. Många uppmanar en också att anmäla vilket känns pressat. Det som känns mest jobbigt är att rädslan att inte bli trodd.

- utsatt, informant anhörigrapport

Ett annat återkommande tema som hänger tätt samman med temat ovan om anhörigas behov är att utsatta upplever att de tar, eller känner att de behöver ta, känslomässigt ansvar för den anhörigas reaktioner kring den egna utsattheten. Flera informanter beskriver att de inte vill berätta så mycket om sin utsatthet eller sitt mående för att försöka skydda sina anhöriga från att bli ledsna, obekväma eller ta på sig skulden för det som har hänt. På detta sätt tar den utsatta ansvar för att det inte ska bli svårt för den anhöriga.

Andra utsatta förklarar att starka känslomässiga reaktioner hos den anhöriga blir svåra att hantera när den utsatta själv sitter med en massa känslor. Det kan också handla om att den anhörigas känslor inte alltid stämmer överens med det den utsatta känner, vilket kan göra att den utsatta upplever att den känner eller reagerar "fel". En informant beskriver hur hennes systers reaktion påverkat hennes vilja att berätta för föräldrarna. Hon skriver:

” Min syster blev väldigt ledsen och bröt ihop och sen väldigt arg. För mig har det varit sjukt jobbigt att berätta och dela speciellt med min syster, vill inte att de ska bli ledsna och må dåligt över något som jag berättat, så mina föräldrar vet inte.

- utsatt, informant anhörigrapport

”

**Jag inser nu, när jag skriver, att jag på många sätt har känt mig ifrågasatt. Varför jag inte berättade tidigare, varför jag inte kunde prata om vad som hänt och varför jag inte förstod att det var brott.**

- utsatt, informant anhörigrapport

#### **Den utsatta skuldbeläggs över att inte ha berättat**

Flera utsatta beskriver att de blir ifrågasatta av sina anhöriga kring varför de inte berättat tidigare eller att anhöriga är undrande varför de inte berättat för flera eller för specifika personer. Detta skapar skuld-känslor beskriver flera informanterna. En informant förklarar hur hennes föräldrar reagerade när hon berättade:

” Samtidigt så hade jag inte heller riktigt språket för att prata om det som skett. De började nog direkt brottas med (och fråga) varför jag inte berättat för dem tidigare. Då kände jag skuld i det också.

- utsatt, informant anhörigrapport

## KOMMUNIKATION OCH BEMÖTANDE PÅ LÄNGRE SIKT

Något som framkom under chattintervjuerna var hur kommunikationen och stödet från anhöriga upplevs i ett längre perspektiv. Utifrån detta framkommer tydliga teman i deras berättelser: avsaknad av uppföljning, oförståelse för att måendet kan påverkas på lång sikt, och att relationen mellan utsatt och anhörig påverkar hur kommunikationen blir. Några av de utsatta som intervjuades beskriver att de inte pratar löpande med sina anhöriga om utsattheten men att det känns skönt att de anhöriga vet vad de har varit utsatt för. De flesta uttrycker dock att de hade önskat en bättre uppföljning om och hur våldet påverkar dem på sikt.

### Avsaknad av uppföljning - kommunikationen dör ut

” De tog det på sätt och vis bra eftersom de trodde på mig, vilket inte var självklart för mig just då, men efteråt är det som att det inte får finnas med. Vi pratar inte om det och det känns som att de inte förstår.

- utsatt, informant anhörigrapport

Ett tema som är återkommande är en önskan om att den utsattas mående ska följas upp av anhöriga. En informant beskriver att hon hade behövt att hennes anhöriga ställde fler frågor exempelvis om hur hon mådde, om hon ville berätta vad som hade hänt eller om hon fortfarande kände sig rädd för förövaren. Flera informanter framhåller vikten av förståelse för hur konsekvenserna av övergrepp kan följa en hela livet, och uttrycker behov av ett långsiktigt stöd från anhöriga.

En informant förklarar hur hon uppskattat hur anhöriga har följt upp hennes mående även när det har gått en tid sedan hon berättade om sin utsatthet:

” Flera nära vänner har lyssnat aktivt både första gången jag berättade och när det på olika sätt dykt upp senare, de har frågat och följt upp hur jag mått.

- utsatt, informant anhörigrapport

Även i de fall där det initiala bemötandet från anhöriga kan ha upplevts som bra, så är tystnaden efteråt och avsaknaden av uppföljning något som flera informanter återkommer till som en svårighet. En informant beskriver hur tystnaden från en anhörig har förstärkt hennes egen känsla av att hon inte ska prata om utsattheten och att det är svårt för människor att ta till sig. En annan informant berättar:

” Min pappa sa omedelbart att han trodde på mig, men han har haft väldigt svårt med det i efterhand och hanterar det inte bra alls. Han vill helst inte att jag ska berätta för andra eller för mamma och anser att jag borde bli klar med det.

- utsatt, informant anhörigrapport

En röd tråd hos de utsattas upplevelse av kommunikationen med sina anhöriga är att de anhörigas behov ofta får sätta standarden för dialogen och hur det kan förhindra samtal och stöd som den utsatta skulle ha behov av. En informant beskriver hur svårt det är för hennes manliga partner att prata om utsattheten och att följa upp hennes mående:

” Det har känts lite som att han förminskar det, för att han inte riktigt kan prata om det. Det har varit lite att jag har pratat medans han tittat ner i telefonen.

- utsatt, informant anhörigrapport

## Oförståelse för att måendet kan påverkas på lång sikt

” När jag väl var framme vid att försöka sätta ord på det hela (och ens våga tänka tanken att det handlade om brott), så kändes det som att de mer övergått till inställningen 'försök lämna det här bakom dig och gå vidare'.

- utsatt, informant anhörigrapport

Ett tema som krockar i temat om behovet av uppföljning från anhöriga är önskan från utsatta om förståelse för att måendet kan påverkas på lång sikt. Flertalet informanter beskriver att deras anhöriga har uttryckt att de tycker att det är dags för den utsatta att gå vidare och att det finns en förväntan på den utsatta att "bli klar". Det kan också handla om att anhöriga avfärdar förövaren som "han är en idiot" eller "skit i honom, gå vidare nu". Andra informanter vittnar om att anhöriga undrar varför den utsatta inte har kommit över övergreppet/ övergreppen än, efter att det gått en tid efter att ha utsatts. En informant berättar vad hennes föräldrar förmedlade kring förväntningar på måendet efter att ha utsatts:

” Ibland kan det verkligen vara en generationsgrej. Men också okunskap och rädsla. Känslan där är lite att 'alla ni yngre ni mår ju så dåligt, bla bla, ryck upp er, man har inte tid att gå runt och må dåligt hela tiden'.

- utsatt, informant anhörigrapport

En informant beskrev att hon hade velat att hennes anhöriga bekräftat hennes situation och mående. Hon önskade också att de hade haft mer kunskap om hur man kan må på lång sikt efter att ha utsatts för sexuella övergrepp.

## Relationen påverkar

Den anhörigas reaktioner, och vilka konsekvenser den anhörigas bemötande får för den utsatta, påverkas av hur relationen ser ut mellan utsatt och anhörig. En informant förklarar hur hennes relation

till sina föräldrar gjorde att hon kunde förstå deras reaktion bättre:

” Ja, sen känner jag mina föräldrar väl och har en mycket nära och varm relation till dem. Så jag förstod att deras reaktion främst bestod av chock och till stor del okunskap.

- utsatt, informant anhörigrapport

En informant beskriver hur hennes relation till sin pappa stärktes i och med att hon berättade om sin utsatthet. Hon skriver:

” Vi kom varandra väldigt nära den dagen. Innan är det alltid mamma och jag som har pratat känslor, men även idag 3 år senare är det pappa som jag främst pratar känslor med.

- utsatt, informant anhörigrapport

Vissa informanter berättar att de undviker kontakt med sina anhöriga eftersom de känner sig svikna och sårade när de har berättat om sin utsatthet. Flera informanter beskriver att deras familjer inte har en historia av att prata om svåra saker och att detta har lett till att de inte vill prata med dem om sin utsatthet, sitt mående och om konsekvenserna av våldet.

Att vara ensam med sina erfarenheter kan riskera att bidra till att den utsattas psykiska hälsa försämras. Några informanter berättar om hur ett dåligt bemötande från anhöriga har lett till att de inte har vågat berätta för fler. En informant förklarar:

” I samband med den första våldtäkten berättade jag för mina kompisar men resultatet blev att jag blev utfrysad. /.../ Ja, och deras reaktion blev också en anledning till varför jag inte valde att berätta för mina närmsta. /.../ Jag har varit livrädd för att inte bli trodd.

- utsatt, informant anhörigrapport

En informant förklarar att hon vill berätta för sin mamma men känner sig ambivalent kring det. Hon

säger att de har en nära relation men att hon är orolig över hur hennes mamma skulle reagera:

” Mamma och jag är väldigt nära och hon är min person i livet. Jag är rädd för hur hon kommer reagera, vad det gör med mig och vår relation. Samtidigt skulle det va skönt att inte bära det ensam längre. Och att hon kan förstå varför jag är som jag är och varför jag inte har kontakt med min bror. Det skulle bli bättre för mig på många sätt, men är rädd för att förlora mamma.

- utsatt, informant anhörigrapport

En annan informant beskriver hennes relation till sin partner som trygg vilket gör att det blir lättare för henne att hantera konsekvenserna av utsattheten. Hon berättar:

” Jag har även en partner som är enormt stöttande och förstående. Som har full förståelse för att intimitet och sex kan vara knepigt för mig i perioder och som inte lägger någon press på mig att prova eller göra grejer jag inte är bekväm med. Eller som förstår när situationer är triggande och kan göra en så enkel sak som att hålla mig i handen. Men tror nyckelordet är djupare relationer som består av trygghet och att bara lyssna.

- utsatt, informant anhörigrapport

Även de anhörigas relation till förövaren kan påverka bemötandet av den utsatta. En förövare som är känd för eller som har en nära relation till de anhöriga ökar risken för ett negativt bemötande när den utsatta berättar. Detta kan ta sig i uttryck genom exempelvis ifrågasättande, ett dömande bemötande eller kritik från anhöriga beskriver flertalet informanter. En informant berättar om hur hennes familj blev chockade när hon berättade om sin utsatthet eftersom de inte hade uppfattat denna person som en förövare. Andra utsatta beskriver hur deras anhöriga inte tror på dem och istället tar förövreparti. En informant förklarar hur hennes anhörigas bemötande och reaktioner blev lättare för henne att hantera

eftersom ingen av dem kände förövaren:

” Jag tror det gjorde mycket att ingen av oss kände honom. Alla var eniga om att en sådan människa inte får gå fri. Det fanns ingen personlig koppling på något sätt till någon i min omgivning.

- utsatt, informant anhörigrapport

### **BEHOV HOS UTSATTA I RELATIONEN TILL SINA ANHÖRIGA**

Informanterna uttrycker tydliga behov och önsningar kring bemötandet från anhöriga. Centrala teman i de utsattas berättelser om vad de önskar från sina anhöriga var att bli lyssnade på, att anhöriga vågar initiera samtal, att anhöriga håller tillbaka sina egna behov och känslor, att de erbjuder praktiskt stöd och att det ska finnas etablerat stöd för anhöriga.

#### **Att bli lyssnad på**

Flera utsatta beskriver behovet av att bli lyssnad på och att de anhöriga visar att de finns där och tror på en. En utsatt berättar hur hennes vän var öppen för att prata om den utsatta kände att hon ville. Vänner visade att hon fanns där och att hennes syn på den utsatta inte förändrats på grund av det som hon hade berättat. Vänner ändrade inte heller sitt sätt att vara runt henne, utan betedde sig som vanligt. Den utsatta berättar:

” Det var nog mest bara att hon fortfarande fanns där, och att hon var öppen för att prata om det [om jag ville]. Men samtidigt så var det som att allt var som vanligt. Jag tror att det kändes viktigt för mig i den åldern, att känna att hon inte såg på mig på ett annorlunda sätt eller började agera på ett annat sätt runt mig, hon var ju själv bara ett barn/ung tonåring.

- utsatt, informant anhörigrapport

”

**Men jag tror den vanligaste ‘fällan’ för anhöriga att kliva i är den mänskliga önska att vilja ‘lösa’ det en anhörig tar upp eller lider av. När det bästa man egentligen kan göra är något så simpelt som att bara lyssna och validera.**

- utsatt, informant anhörigrapport

#### **Att våga initiera samtal om utsattheten och måendet**

” De som varit bra stöd, de har lyssnat, vågat fråga, inte gjort det till en stor grej liksom. Visat att de bryr sig, att de vill mig väl, att de stödjer mig i mina beslut.

- utsatt, informant anhörigrapport

Flera utsatta tycker det är viktigt att anhöriga vågar fråga men att samtidigt känna av om den utsatta vill prata eller inte. Det finns också en önskan hos flera av informanterna om att deras manliga partners skulle vara mer intresserade av att prata om och hantera sina egna känslor. En utsatt berättar:

” Han tycker själv att det är svårt att prata om känslor och har aldrig kunnat det vilket gör att det är inget som sker naturligt för honom. Det som hade gjort det lättare är nog att han hade varit mer öppen för det.

- utsatt, informant anhörigrapport

#### **Att hålla tillbaka sina egna känslor och behov**

” Men skönast var nog när någon bara lyssnade utan att reagera så kraftigt åt något håll. Mer bara infinna sig i det jag berättar, håller lugnet och frågar hur de kan stötta mig på bästa sätt. Då fick jag möjligheten att uttrycka vad jag behövde.

- utsatt, informant anhörigrapport

Flera informanter beskriver hur problematiskt det kan bli med starka känslor från anhöriga. Att få känna sina känslor i sin egen takt och att ha anhöriga som är lugna och som låter den utsatta ta sin tid i sin bearbetning uppskattas. En informant beskriver hur hon uppskattar sättet hennes partner anpassar sig och ser till hennes behov:

” Min nuvarande är bra på att visa tydligt att vi inte behöver ha sex och att han gärna bara myser och är nära utan att det leder till sex. Han pushar inte alls, och är bra på att låta mig ta tid, låta mig berätta vad jag upplever och känner och sedan kunna lätta stämningen, det är väldigt bra.

- utsatt, informant anhörigrapport

#### **Erbjuda praktiskt stöd och en öppen famn**

” Under den perioden tror jag att jag hade behövt mer handlingskraft från henne, att hon hade sett till att skydda mig på olika sätt och att hon vänligt men bestämt skulle ha sökt professionell hjälp för mig.

- utsatt, informant anhörigrapport

Flera utsatta berättar om behovet av att anhöriga visade att de fanns där rent fysiskt och att de exempelvis kunde hjälpa till med praktiska saker när den utsatta mådde dåligt. En informant berättar om hur hennes anhöriga har slutit upp och funnits där för henne:

” På något sätt behövde jag att ‘alla’ skulle veta för att få så mycket respekt och förståelse för mitt framtida beteende/ledighet osv i framtiden. Alla tog detta på allvar och erbjöd stöd i olika former. De öppnade sina hem och hjärtan, jag fick komma och hälsa på/ringa osv när jag ville. Det var ett varmt bemötande.

- utsatt, informant anhörigrapport

En annan informant berättar om hur avlastande det var att få praktiskt och emotionellt stöd:

” Jag tror det var känslan av att veta att de fanns där och inte bara sa det utan visa det med handlingar. Mina föräldrarna skötte alla kontakt med myndigheter och vi pratade öppet om det hemma. Jag behövde aldrig känna mig mindre värd eller fyllas med känslor av skuld och skam utifrån vad jag blivit utsatt för.

- utsatt, informant anhörigrapport

## Stöd för anhöriga

Flera utsatta uttrycker att de skulle tycka att det var bra om deras anhöriga fick stöd att hantera sina egna känslor kring utsattheten och sin roll som anhörig. En informant beskriver att hennes partner inte känner ett behov av anhörigstöd men att hon upplever att det hade varit hjälpsamt för henne om han hade tagit emot professionellt stöd. Hon berättar:

” Det är svårt, jag frågade min partner (då när jag anmälde mig för att delta i studien) om han kände behov. Men han kände inget behov. Däremot känner jag att han hade behövt. /.../ Men det är svårt att få de anhöriga att förstå att de kanske behöver stöd eller mer kunskap.

- utsatt, informant anhörigrapport

Flertalet informanter har en önskan om medling mellan utsatt och anhörig. Hos informanterna finns det ett behov av att anhörig och utsatt kan få samtalstöd gemensamt och att en extern part kan leda samtalet eller medla för att öka förståelsen mellan parterna. Utsatta efterfrågar också ett pedagogiskt material exempelvis om vanliga konsekvenser efter utsatthet. De önskar även en “guide” för anhöriga om hur man kan bemöta och stötta en närstående som har utsatts för sexuellt våld.

”

Jag hade önskat att de underlättade vardagen lite ibland, att de hade kollat läget, visat att de fanns där om jag behövde. Att få mig att känna mig älskad och trygg, att mina känslor var ok. Få mig att känna mig värd omsorg.

”

- utsatt, informant anhörigrapport

# Resultat: anhöriga

## Anhörigas upplevelse av att ha en närstående som utsatts för sexuellt våld

Denna del av rapporten kommer fokusera på de anhörigas upplevelse av att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld. Svaren från de fyra anhöriggrupperna föräldrar/styvföräldrar/vårdnadshavare, partners, syskon och vänner kommer lyftas fram i detta avsnitt.

### De övergripande frågor som vi önskade få mer kunskap om från anhöriga var:

Hur är det för dig att ha en närstående som har utsatts för sexuellt våld?

Vad är svårt/utmanande i relationen till din närstående?

I vilken utsträckning har du upplevt oro/osäkerhet kring hur du ska bemöta din närståendes känslor/reaktioner?

Har du som anhörig fått stöd? Och i såna fall vilket typ av stöd?

Skulle du som anhörig skulle vilja ha mer kunskap/information om bemötande av utsatta, och om vad sexuellt våld är och vad våldet kan få för konsekvenser för den som utsätts?

Utifrån dessa frågor har vi sedan utformat mer specifika enkätfrågor för varje anhöriggrupp vilkas svar presenteras nedan.

### FÖRÄLDRAR/STYVFÖRÄLDRAR/VÅRDNADSHAVARE

Föräldrar/styvföräldrar/vårdnadshavare har fått besvara frågor om ämnen som har varit varit återkommande i samtal med dem i vår stödverksamhet. Utifrån dessa ämnen har vi utformat särskilda enkätfrågor till just denna anhöriggrupp. I detta avsnitt kommer följande teman att behandlas: maktlöshet, skuldkänslor över att inte ha kunnat skydda sitt barn, osäkerhet kring att bemöta sitt barn, oro för barnets mående och framtid, svårighet att prata med barnet om utsattheten, samarbetet och kommunikationen med den andra vårdnadshavaren eller föräldrarna samt vad som är mest utmanande med att vara förälder till ett barn som utsatts.

Utifrån föräldrarnas fritextsvar varierar det huruvida deras barn utsattes som barn eller i vuxen ålder samt om barnet nu är minderårig eller vuxen.

### Maktlöshet kring barnets utsatthet

” Som förälder gör man allt i sin makt för att skydda sina barn från olyckor, våld och övergrepp. När sedan det hemska händer, vad säger man och hur gör man för att trösta? Känslan av att ha misslyckats i att skydda sitt barn och se den ångest sitt barn känner för övergreppet och hur hon kämpar med den PTSD hon drabbades av efter övergreppet, går inte att beskriva. Det är mer än 10 år sedan dottern blev utsatt, det har inte gått en dag sedan dess som jag inte tänker på det som drabbat dottern och känner stor maktlöshet över situationen. Den känslan är något vi som föräldrar får lära oss att leva med resten av våra liv.

- förälder, respondent anhörigenkät

| Känner du dig maktlös i relation till ditt barns utsatthet? | Andel |
|-------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                               | 0%    |
| 2 - Lite                                                    | 5%    |
| 3 - Måttligt                                                | 6%    |
| 4 - Mycket                                                  | 16%   |
| 5 - Världigt mycket                                         | 71%   |

Ett återkommande ämne som har framkommit under åren då vi mött föräldrar i Storasystems stödverksamhet är deras känsla av maktlöshet. En klar majoritet av gruppen föräldrar som besvarat enkäten upplever mycket eller världigt mycket maktlöshet i relation till sitt barns utsatthet (87 procent). Flera föräldrar beskriver i fritextsvar hur deras döttrar inte vill prata med dem och hur svårt det då blir att stötta och hjälpa. Andra menar att maktlöshet utgörs av en känsla av att inte kunna ta bort den psykiska smärtan från barnet som utsattheten bär med sig.

Ett återkommande tema för flera föräldrar är att känslan av maktlöshet hänger tätt samman med skuld och skam kring att inte ha kunnat skydda sitt barn, att inte kunnat ha förhindrat utsattheten eller att inte ha förstått vad barnet utsatts för. En förälder berättar:

” Jag kände att något var fel. Men visste inte vad som hänt. Trodde att det var 'vanliga tonårsbekymmer' som dock inte heller är att förringa.

Flertalet föräldrar vittnar om maktlösheten i att inte kunna hjälpa sitt barn att få professionellt stöd. En förälder skriver:

” Det finns ingen vård att uppbringa. Man står ensam i sin förtvivlade kamp till vård.

Flera uttrycker att de upplever långa väntetider för behandling inom vården för sina barn. Flera föräldrar förklarar att de har ett behov av eget stöd som

förälder men att det inte finns. Många berättar också om en frustration i att inte kunna få utlopp för sina egna känslor som förälder och att behöva hålla ihop inför barnet.

### Skuld över att inte kunnat skydda sitt barn

” Jag såg inte på henne att hon blivit utsatt för våldtäkt och det tog 10 månader innan jag fick veta genom att pressa henne om att något var gale. Hon ville inte att jag skulle veta och jag känner att jag frågade för sent och hon har säkert signalerar tidigare utan att jag såg det och agerade på det.

- förälder, respondent anhörigenkät

| Känner du skuld över att inte ha kunnat skydda ditt barn? | Andel |
|-----------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                             | 1%    |
| 2 - Lite                                                  | 8%    |
| 3 - Måttligt                                              | 6%    |
| 4 - Mycket                                                | 16%   |
| 5 - Världigt mycket                                       | 69%   |

Skuldkänslor kring att inte kunnat skydda sitt barn är något som är återkommande hos de föräldrar som vi på Storasyster träffar i vår stödverksamhet. Likt känslan av maktlöshet så upplever den klara majoriteten av föräldrarna som besvarat enkäten mycket eller världigt mycket skuldkänslor (85 procent). Det kan handla om att föräldrarna känner skuld över att inte kunnat skydda sitt barn från exempelvis killar och män, från internet eller från specifika situationer.

En förälder skriver:

” Som förälder har man en naiv föreställning om att kunna skydda sitt barn mot allt ont, vilket man givetvis vet inte är möjligt.

Flera föräldrar berättar att de tvivlar på sitt föräldraskap i och med att de inte har förstått vad som hänt deras barn då utsattheten skedde eller att de inte har känt till att barnet har utsatts. En förälder berättar om sina skuldkänslor:

” Jag känner skuld för att jag inte var tillräckligt lyhörd för eventuella signaler min dotter sände ut om att hon var på väg in i något hon inte kunde kontrollera.

Att ha frågat om utsattheten långt efter eller att ha fått reda på utsattheten från någon annan än barnet vittnar flera föräldrar om som något som bidrar till skuldkänslor. Många föräldrar berättar också om skulden i att inte kunna hjälpa och trösta sitt barn. I Storasystems samtalsmottagning beskriver många föräldrar att de tidigare kunnat trösta eller lugna sitt barn i alla dess svåra stunder, men när det händer barnet något så allvarligt som ett övergrepp, så räcker inte föräldrarnas ord eller tröst till. Att inte ha förmågan att trösta eller lugna sitt barn beskriver många föräldrar i Storasystems samtalsmottagning som en outhärdlig känsla.

Föräldrarna förklarar i enkätsvaren att deras skuldkänslor kan även handla om att barnet inte tillåter föräldern att trösta eller inte vill prata eller ta emot hjälp och stöd. Känslan att inte ha kunnat skydda sitt barn kan också förstärkas om förövaren var en del av familjen och att föräldern känner att den har tillåtit förövaren att vara en del av barnets liv. En mamma skriver:

” Jag tänker tankar som: om jag aldrig träffat den mannen/hennes pappa så hade hon aldrig blivit till och heller aldrig blivit utsatt för de hemska sexuella övergreppen. Jag känner det som att hur mycket kärlek jag än gett mitt barn så har jag ändå inte lyckats skydda henne mot det värsta. Jag

känner en otroligt stor skuld för att hon fick den hemska pappa hon fick, för det var ju jag som en gång valde honom.

- förälder, respondent anhörigenkät

### Osäkerhet och oro kring att bemöta sitt barn

” Det går mycket upp och ner i hur hon vill bli bemött och förstådd. Jag vill att hon ska veta att jag är där och intresserad av hennes tankar och känslor. Men jag vill inte tränga mig på. Det är nyanser och sköra trådar i vad som blir rätt och fel. Jag ger henne mycket utrymme men säger alltid att hon kan komma till mig med vad som helst och när som helst. Vi har en ganska bra balans i det nu. För henne var det absolut viktigaste att jag inte tittade på henne med sorgsna ögon. Hon ville inte att jag skulle se övergreppet i mina ögon och känna sig som ett offer.

- förälder, respondent anhörigenkät

| Känner du oro/osäkerhet kring hur du ska bemöta ditt barns känslor/reaktioner? | Andel |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                  | 10%   |
| 2 - Lite                                                                       | 16%   |
| 3 - Måttligt                                                                   | 35%   |
| 4 - Mycket                                                                     | 14%   |
| 5 - Väldigt mycket                                                             | 23%   |

I enkäten ställde vi frågan till föräldrarna huruvida de känner oro eller osäkerhet kring att bemöta sitt barns känslor och reaktioner. Mer än var tredje förälder känner mycket eller väldigt mycket oro/osäkerhet kring hur de ska bemöta sitt barns känslor och reaktioner (37 procent). Flera föräldrar är oroliga

över att göra fel och att bemöta sitt barn på fel sätt. En förälder berättar:

” Nu var det flera år sen och vi kan prata relativt öppet om det men när det var aktuellt var jag rädd att säga något fel, pressa på i önskan att vilja hjälpa.

Vissa föräldrar är också rädda att de frågar eller pratar för mycket om utsattheten och måendet, medan andra tänker att de borde fråga sitt barn mer än de gör.

Flera föräldrar beskriver hur svårt det kan vara att inte överföra sina egna känslor av exempelvis ilska och rädsla till barnet. En förälder beskriver hur känslan av oro ökar när barnet inte vill prata:

” Upplevde att jag inte nådde fram, att något brustit i vår anknytning. Ju oroligare jag var desto mer drog hon sig undan, vilket i sin tur gjorde mig mer orolig.

Ett annat återkommande tema är föräldrarnas rädsla för att barnet ska sluta sig om föräldern säger eller gör "fel" saker. En förälder skriver:

” Det var som att gå på glas, eller på en lina över ett stup. Allt kunde brisera och hon kunde triggas av ett ord.

Svårigheter att hantera och bemöta sitt barns mående är också vanligt förekommande hos föräldrarna. Fler beskriver att det är föränderligt hur barnet vill bli bemött och att det kan vara svårt att veta hur de ska stötta på bästa sätt. Några föräldrar berättar hur det har blivit lättare att stötta och bemöta barnet när föräldern själv har fått stöd och hjälp kring att möta sitt barn.

Ett annat tema som är återkommande är när behovet av att prata om utsattheten hos barnet och föräldern inte matchar. Det kan dels handla om att föräldern inte orkar stå ut med eller orkar höra detaljer om utsattheten, dels kan det handla om att föräldern känner ett behov av att veta exakt allt som barnet har varit med om. En förälder förklarar också att barnet nu mår bra och har gått vidare i sin bearbetnings-

process men att föräldern själv inte har fått stöd och därför är kvar i traumat.

### Oro för barnets mående

| Känner du dig orolig för ditt barns mående? | Andel |
|---------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                               | 0%    |
| 2 - Lite                                    | 8%    |
| 3 - Måttligt                                | 11%   |
| 4 - Mycket                                  | 21%   |
| 5 - Väldigt mycket                          | 60%   |

”

**I början var jag orolig varje gång jag skulle åka till jobbet, då hon bara satt och stirrade i väggen. Jag var livrädd för att hon skulle ta sitt liv.**

- förälder, respondent anhörigenkät

Att vara orolig över sitt barns mående är återkommande i våra stödsamtal med föräldrar på Storasyster. Åtta av tio föräldrar upplever mycket eller väldigt mycket oro över sitt barns mående (81 procent). Föräldrarna som besvarat enkäten beskriver att de i stor grad oroar sig kring barnets psykiska hälsa och

att den försämrar. Det är vanligt att föräldrarna är rädda för att barnet har tankar, planer eller försöker ta sitt eget liv. De oroar sig även över starka reaktioner och känslor hos barnet så som ilska, sorg, ledsenhet och utmattning, men också för att barnet ska bli avstängt, stänga inne känslor och inte vilja prata om sitt mående. Andra återkommande psykiska symtom som föräldrar ser hos sina barn, eller oroar sig för att barnet ska utveckla, är självskadebeteende, drog- och alkoholmissbruk och ätstörningar. En förälder beskriver vad hon oroar sig för gällande sitt barn:

” Att hon ger upp eller vill avsluta sitt liv. Att hon mår så dåligt och inte finner lyckan. Att hon är fast i dåtiden och inte vågar blicka framåt och vågar lita på någon. Att hon sluter sig.

Ett återkommande tema är föräldrarnas oro för att barnet inte ska våga lita på människor igen och att barnets sociala liv kommer att påverkas. Flera föräldrar beskriver hur barnet har isolerat sig, slutat gå ut och förlorat kontakten med sina vänner. En annan oro handlar om att barnet söker vård för sitt mående men nekas vård, eller att vården som erbjuds inte är tillräcklig för barnets behov.

” Hon mår otroligt dåligt till och från. Extrem ångest, sömnsvårigheter, energiförlust, svårt att orka med sociala kontakter, övertänker, utbrändhetssymtom och sjukskriven ofta. Jag är orolig för hennes psykiska hälsa då hon isolerat sig från kompisar och jag vågar inte riktigt lämna henne ensam. Jag är hennes trygghet och den enda hon litar på fullt ut.

- förälder, respondent anhörigenkät

### Oro för barnets framtida liv

Att oroa sig för barnets framtid är vanligt hos respondenterna. Så många som tre av fyra föräldrar oroar sig mycket eller väldigt mycket över detta (75 procent). Många föräldrar uttrycker en oro för att deras barn kommer att bli ensamt i livet, att barnet inte kommer våga lita på andra människor och att inte kunna eller våga bygga relationer med framtida

vänner och partners. Det finns också en rädsla för att framtida intima relationer inte kommer bli sunda och det finns en oro för hur relationen till män och killar kommer bli i framtiden.

| Känner du dig orolig över hur ditt barns liv kommer bli pga att barnet har utsatts för sexuellt våld? | Andel |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                                         | 3%    |
| 2 - Lite                                                                                              | 5%    |
| 3 - Måttligt                                                                                          | 17%   |
| 4 - Mycket                                                                                            | 19%   |
| 5 - Väldigt mycket                                                                                    | 56%   |

Flera föräldrar funderar kring vilken effekt utsattheten har haft på hur barnet ser på sig själv och hur självkänslan och självbilden kan komma att påverkas på längre sikt. En förälder skriver:

” Hon är tonåring så är orolig för hur detta kommer påverka hennes identitetsbyggande.

Flera föräldrar oroar sig över att den psykiska ohälsan kommer att fortsätta långt efter utsattheten och att konsekvenserna av traumat kommer finnas med under hela livet. Andra beskriver en farhåga kring att barnet inte kommer vilja ta emot hjälp och därmed inte får möjlighet att bearbeta traumat. Andra teman som framkommit i föräldrarnas fritextsvar handlar om oro för att barnet inte ska orka med skolgången och därmed inte kunna få ett jobb, en framtid och en pension. En förälder förklarar å andra sidan att framtidsoron har minskat i och med vetskapen om att det går att bearbeta övergrepp genom att barnet kan få stöd och hjälp.

### Att prata med barnet om utsattheten

” Det är känsligt helt enkelt. Min dotter vill nog skydda mig eftersom hon vet att jag mår dåligt av det. Och jag känner att det är svårt att fråga henne för jag vill ogärna 'förstöra' en mysig middag/kväll/fika etc med att ta upp ämnet.

- förälder, respondent anhörigenkät

| Upplever du att det är svårt att prata med ditt barn om dens utsatthet? | Andel |
|-------------------------------------------------------------------------|-------|
| Ja                                                                      | 41%   |
| Nej                                                                     | 21%   |
| Ibland                                                                  | 38%   |

Att känna svårigheter eller osäkerhet kring hur man ska prata med en närstående om personens utsatthet är inte ovanligt. 41 procent av föräldrarna upplever att det är svårt att prata med sitt barn om utsattheten och nästan 40 procent upplever denna svårighet ibland. Ett återkommande tema hos föräldrarna, som också återfinns tidigare i rapporten gällande bemötande, är viljan att inte försöka överföra sina egna negativa känslor, eller sin oro, för att istället kunna förmedla hopp till sitt barn. En förälder skriver:

” Hon har öppnat sig mer. Men jag vet inte hur man svarar upp på bästa sätt. Vill stötta men är osäker på hur. Hur ofta skall man prata om det förflutna och inte. Är rädd att vi fokuserar för mkt på det som hände och då stoppar hennes framtidstro.

Flera föräldrar funderar kring barnets behov av att leva på sitt liv som vanligt och att inte vilja pressa barnet till att prata om utsattheten. Parallellt med detta finns en oro att trigga ett försämrat mående hos barnet och att föräldern inte tar upp ämnet för

att inte "riva upp såret", som en förälder uttrycker sig. Flera uttrycker en oro för att säga fel saker vid fel tillfälle.

Några föräldrar berättar också om att de vill prata med barnet men att barnet inte vill prata om eller påminnas om händelsen. Här blir temat om de olika behoven hos barnet respektive föräldern centralt igen. Föräldrarna uttrycker att det är svårt att veta när det är rätt tid att prata, att det är svårt att läsa av barnets behov och att man därmed är rädd att pressa barnet. Här beskrivs en svår balans mellan att låta barnet vila å ena sidan och att å andra sidan uppmärksamma måendet och traumat. En mamma skriver:

” Hur ofta ska vi prata om det? När har vi pratat klart? Kommer vi att ha pratat klart någon gång? Min skuld finns fortfarande kvar och jag har svårt att sätta gränser i förhållande till min dotter då jag tycker att jag varit en dålig mamma.

- förälder, respondent anhörigenkät

### Samarbetet och kommunikationen med den andra vårdnadshavaren

” Vi hanterar det på olika sätt. Min man (som också är pappan) fokuserar mer på hatet gentemot gärningsmannen. Jag fokuserar på läkandet. Jag har själv mycket ångest över det hon utsatts för.

- mamma, respondent anhörigenkät

Vi bad föräldrarna besvara frågan "Om det finns flera föräldrar/styvföräldrar/vårdnadshavare som känner till ditt barns utsatthet - hur upplever du samarbetet och kommunikationen med den/dem kring ditt barn?" genom fritextsvar. Vissa föräldrar beskriver att samarbetet fungerar bra med den andra vårdnadshavaren men många uttrycker att samarbetet och kommunikationen blir svår. Flera mammor beskriver att de har vårdnaden för barnet själva eller att de är den som tar mer eller det största ansvaret för barnets mående. Det finns ett återkommande

tema i mammornas berättelser om pappor som inte vill prata om övergreppen eller att de endast blir arga. En mamma skriver:

”Alla har sina egna känslor. Maken har mest varit arg, jag har mer oro och kunskap kring hur det påverkar livet.

I några fall är pappan förövaren vilket gör att samarbetet med den föräldern uteblir. Ett antal föräldrar beskriver också hur de inte alls pratar om utsattheten föräldrar emellan.

### **Svårast och mest utmanande i att vara förälder till ett barn som utsatts**

”Att inte ha förstått vad som pågått och att inte ha kunnat skydda min dotter är det värsta. Just nu är det svåraste att veta hur jag bäst stöttar henne. Hela mitt fokus ligger på att få henne att må bra igen. Jag behöver veta vad jag kan göra för att komma tillbaka och också må bra igen.

- förälder, respondent anhörigenkät

Till föräldrarna ställde vi frågan “Vad upplever du som svårast/mest utmanande i att vara förälder/styvförälder/vårdnadshavare till ett barn som utsatts för sexuella övergrepp eller våldtäkt?” och bad dem besvara frågan via fritext. Flera föräldrar beskriver att de brottas med skuldkänslor och känslor av sorg kring att deras barn har utsatts. Andra förklarar hur svårt det är att bemöta sitt barns känslor, att få det att känna sig tryggt och att försöka minska skuld- och skamkänslor kring utsattheten hos barnet. Den psykiska ohälsan och att se barnet må väldigt dåligt parallellt med bristande hjälp och stöd från samhället för både barnet och föräldern är något som beskrivs som svårt.

För de föräldrar som vi mött i vår samtalsmottagning är sorg ett återkommande tema. Att man som förälder känner sorg över det ens barn blivit utsatt för. Att genomgå en sorgeprocess samtidigt som man behöver vara ett tryggt och stabilt stöd åt sitt barn är för många en svår balansgång. Det kan handla om att tillåta sina egna känslor att existera och samtidigt

behöva lägga dem åt sidan för att tillgodose sitt barns behov.

Ett annat tema som framkommer handlar om hur svårt det kan vara att förmedla hopp om att det kommer bli bra för barnet, även om man själv inte alltid tror på det. Föräldrarna beskriver också hur det är svårt att stötta när de själva mår dåligt, att lära sig hantera sin oro så att den inte går ut över barnet och hur ensamt det kan kännas. En förälder skriver hur svårt det är “att försöka ligga steget före när det inte finns något facit. Att stå själv i det hela.”

”

Min dotter har överlag svårt att känna tillit till människor och för män i synnerhet. Detta gör att hon lever ensam och valt att inte bilda familj. Jag lider av att se hur ensam hon blivit.

”

- förälder, respondent anhörigenkät

## PARTNERS

Partners har fått besvara frågor som har sin utgångspunkt i vanliga ämnen som uppkommit i samtal med dem, och med deras närstående som har utsatts, i vår stödverksamhet. Utifrån dessa ämnen har vi utformat särskilda enkätfrågor till dem. I detta avsnitt kommer följande teman att behandlas: kommunikation om utsattheten, sexualitets- och gränssättningsproblematik, oro över den utsattas mående samt vad som är mest utmanande i att vara partner till någon som utsatts.

### Kommunikation om utsattheten

” Jag tror att hon skulle vilja prata om det, och jag (tror att jag också) skulle vilja det - men jag vet inte om jag 'får'. Och det känns inte juste att lyfta temat 'våldtäkten du blev utsatt för' på eget initiativ. Inte att låta bli heller, faktiskt.

- partner, respondent anhörigenkät

| Upplever du att det är<br>svårt att kommunicera med<br>din partner om dens<br>utsatthet? | Andel |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                            | 13%   |
| 2 - Lite                                                                                 | 25%   |
| 3 - Måttligt                                                                             | 24%   |
| 4 - Mycket                                                                               | 29%   |
| 5 - Världigt mycket                                                                      | 7%    |

Något som kan vara svårt i relationen mellan den utsatta och partnern är kommunikation kring utsattheten. Lite mer än var tredje partner uppgav att de upplever mycket eller väldigt mycket svårigheter kring att kommunicera med sin partner. Flera partners beskriver en rädsla för att säga fel saker vilket

kan leda till att man inte säger något alls och att kommunikationen uteblir helt. En partner beskriver att det är obehagligt att prata om utsattheten vilket leder till tystnad:

” Obehagligt för mig att höra besvärande detaljer om vad personen utsatts för, och svårt för mig att veta vad alls kring det som är okej att fråga om, så undviker ämnet.

Kommunikationssvårigheter kan också handla om att den utsatta inte vill eller klarar av att prata om det, samtidigt som den anhöriga har ett behov av att veta saker eller att prata om utsattheten. Fler partners beskriver också hur svårt det kan vara att vara den enda runt den utsatta som fått veta om övergreppet.

Ett annat tema som går att utläsa ur partners fritextsvar handlar om att det kan vara svårt att hantera när den utsatta reagerar starkt känslomässigt (exempelvis får flashbacks, blir triggade av olika situationer, eller känner starka skuld- och skamkänslor). Flera partners beskriver hur dessa starka reaktioner gör att de kan bli rädda att göra situationen värre och att den utsatta ska må sämre. En partner berättar:

” Det känns obehagligt för mig att ta upp vissa saker. Jag vet att små felsteg i ordval eller tonfall kan bli katastrofalt, utan tydligt tecken som jag kan uppfatta innan utifall jag är på väg mot fel fokus eller så.

- partner, respondent anhörigenkät

Vi ställde även frågan i vilken utsträckning partnern upplever det svårt eller osäkert kring hur de ska bemöta den utsattas känslor och reaktioner. En respondent skriver:

” Jag vet inte alltid om jag ska bara finnas där och lyssna eller om jag vill försöka hjälpa henne och hitta stöd typ.

| Upplever du svårigheter/<br>osäkerhet kring hur du ska<br>bemöta din partners<br>känslor/reaktioner? | Andel |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                                        | 22%   |
| 2 - Lite                                                                                             | 25%   |
| 3 - Måttligt                                                                                         | 23%   |
| 4 - Mycket                                                                                           | 25%   |
| 5 - Väldigt mycket                                                                                   | 5%    |

Nästan var tredje partner uppger att de upplever mycket eller väldigt mycket svårigheter/osäkerhet kring hur de ska bemöta den utsatta känslor/reaktioner. På denna fråga skriver flera partners i fritextsvar att det som anhörig kan vara svårt att veta hur den ska agera och att flera upplever en rädsla att göra fel. Andra beskriver också svårigheten när den utsatta inte vill eller kan ta emot hjälp, eller när den utsatta skulle behöva mer hjälp och stöd än vad den tar emot.

### Sexualitets- och gränssättningsproblematik

”Det är svårt för henne att säga nej och sätta gränser, och jag vill absolut inte gå över hennes gränser. Det innebär att jag ibland är orolig att hon säger ja för min skull, snarare än för sin egen. Men vi jobbar på det, kommunicerar kring det och jag tror det håller på att bli bättre.

- partner, respondent anhörigenkät

| Det är inte ovanligt att en<br>person som utsatts för sexuella<br>övergrepp upplever<br>sexualitetsproblematik till följd<br>av utsattheten. Är detta något<br>som du upplever/märker av i er<br>relation? | Andel |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                                                                                                                                              | 20%   |
| 2 - Lite                                                                                                                                                                                                   | 14%   |
| 3 - Måttligt                                                                                                                                                                                               | 27%   |
| 4 - Mycket                                                                                                                                                                                                 | 24%   |
| 5 - Väldigt mycket                                                                                                                                                                                         | 15%   |

Sexualitetsproblematik till följd av att ha utsatts för sexuellt våld är inte ovanligt.<sup>23</sup> Partnern kan ha en viktig roll i återhämtningen efter att ha utsatts för sexuellt våld. Det kan vara hjälpsamt för att skapa nya och trygga sexuella erfarenheter tillsammans med någon annan eller inom ramen för en relation. I relationen behöver det då finnas utrymme att uttrycka gränser och behov i sexuella situationer. I denna studie ville vi även titta på partners upplevelse av sexualitetsproblematik i samspelet mellan den som utsatts och partnern. Nästan 40 procent av partners uppgav i enkäten att de upplevde mycket eller väldigt mycket sexualitetsproblematik.

Partners beskriver att de kan uppleva att det är svårt med gränssättning för den utsatta. Nästan var fjärde partner upplever mycket eller väldigt mycket svårigheter med detta. Flera partners beskriver att de är rädda att den utsatta ska gå med på sexuella aktiviteter som den inte vill och det finns en rädsla hos partnern att de skulle utsätta sin närstående. Andra vanliga svårigheter med sexualiteten som partners upplever i den sexuella relationen är skamkänslor, frysreaktion, ångest, smärta vid sex och svårigheter med lust hos den utsatta.

<sup>23</sup>Storasyster (2017), *Sexualitet efter sexuella övergrepp. Den dolda problematiken*.

Det är inte ovanligt att en person som utsatts för sexuella övergrepp upplever svårighet med gränssättning. Är detta något som du upplever/märker av i er relation?

|                    | Andel |
|--------------------|-------|
| 1 - Inte alls      | 33%   |
| 2 - Lite           | 25%   |
| 3 - Måttligt       | 18%   |
| 4 - Mycket         | 17%   |
| 5 - Väldigt mycket | 7%    |

#### Oro över den utsattas mående

Känner du dig orolig för din partners mående (fysiska, psykiska och sexuella)?

|                    | Andel |
|--------------------|-------|
| 1 - Inte alls      | 4%    |
| 2 - Lite           | 14%   |
| 3 - Måttligt       | 18%   |
| 4 - Mycket         | 23%   |
| 5 - Väldigt mycket | 41%   |

Majoriteten av partners upplever mycket eller väldigt mycket oro kring sin närståendes mående (64 procent). I fritextsvar beskriver de att oron handlar om att den utsatta mår dåligt men inte säger eller visar det. Det kan också handla om oro över att den utsatta inte vill prata om det som har hänt, att den inte har bearbetat traumat eller en generell oro över den utsattas psykiska mående. Flera partners uttrycker oro över att den utsatta ska begå självmord, en oro över att den utsatta inte får professionell hjälp eller att hjälpen inte skulle vara tillräcklig.

#### Svårast och mest utmanande med att vara partner till en person som utsatts

Till partners ställde vi frågan vad de upplever vara svårast och mest utmanande med att vara partner till en person som utsatts. Många uttrycker att kommunikationen med den utsatta är svårast, att det är svårt att veta om och när man ska prata om utsattheten. Flera frågar sig vad de ska göra om den utsatta inte vill prata om det. Andra tycker det är jobbigt att höra om hemska saker som ens partner har utsatts för och frågar sig hur man kan vara ett bra stöd utan att själv må för dåligt av det. Det finns också en oro hos flera partners att den utsatta aldrig kommer må bra igen.

”

**Svårt och utmanande att ge rätt och bra stöd, svårt att veta vad som är bäst. Ingen av oss är ju experter liksom.**

- partner, respondent anhörigenkät

Flera partners beskriver hur smärtsamt det är att se ens partner må dåligt och hur svårt det är att inte kunna hjälpa till, ge rätt och bra stöd, och att inte kunna ta bort smärtan hos den utsatta. En partner skriver:

” Jobbigaste är att se den man älskar mest av allt må såhär jobbigt.

”

Jag är orolig att det finns många känslor som inte bearbetas, om min partner egentligen mår dåligt utan att visa det.

”

- partner, respondent anhörigenkät

## SYSKON

Gruppen syskon har fått besvara frågor som har sin utgångspunkt i vanliga ämnen som uppkommit i samtal med dem, och med deras närstående som har utsatts, i vår stödverksamhet. Utifrån dessa ämnen har vi utformat särskilda enkätfrågor till dem. I detta avsnitt kommer följande teman att behandlas: maktlöshet kring syskonets utsatthet, skuld känslor över att inte ha kunnat skydda sitt syskon, oro kring bemötande, syskonets mående och dess framtid, att prata med sitt syskon, hur kommunikationen med gemensamma föräldrar ser ut och vad som är mest utmanande i att ha ett syskon som har utsatts.

### Maktlöshet kring syskonets utsatthet

” Det känns som en sorg inom mig, min systers känslor blir mina känslor för jag bryr mig så mycket om henne. Jag sörjer att hon måste gå igenom detta. Det finns en maktlöshet i att hon överhuvudtaget blev utsatt för detta. Det borde inte kunna hända.

- syskon, respondent anhörigenkät

| Känner du dig maktlös i relation till ditt syskons utsatthet? | Andel |
|---------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                 | 2%    |
| 2 - Lite                                                      | 4%    |
| 3 - Måttligt                                                  | 17%   |
| 4 - Mycket                                                    | 24%   |
| 5 - Världigt mycket                                           | 53%   |

Nästan 80 procent av syskonen upplever mycket eller väldigt mycket känsla av maktlöshet i relation till sitt syskons utsatthet. Det är vanligt att känslan av maktlöshet handlar om att deras syskon har utsatts, att de känner att de inte kan hjälpa till och inte kan

få den utsatta att må bättre. Maktlösheten inbegriper också att inte ha vetat att utsattheten har pågått, att inte ha kunnat skydda sitt syskon eller att man var på samma plats medan övergreppet/övergreppen hände. Ett syskon skriver:

” Jag har inte vetat om det alls och det har pågått i ett rum bredvid mitt rum och jag har inte kunnat hjälpa till eftersom jag varit helt ovetande.

Ilkska mot förövaren eller att inte veta vem som har utsatt syskonet bidrar till denna maktlöshetskänsla, menar några syskon. Att vara den enda som känner till sitt syskons utsatthet och att exempelvis inte få berätta för föräldrarna är något som också uttrycks som svårt. När förövaren är en familjemedlem och när även den anhöriga har en relation till förövaren blir detta särskilt svårt menar flera syskon.

”

**Jag känner maktlöshet i att jag inte kunde vara där och skydda henne. Sen även att jag inte kunde ta bort smärtan hon kände.**

- syskon, respondent anhörigenkät

### Skuld kring att inte kunnat skydda sitt syskon

” Att jag inte fick veta det förens långt efter har gjort att jag känt skuld. Som storrasyster känner jag ett visst ansvar för min lillasyster. Jag önskar att jag hade vetat tidigare så jag verkligen hade kunnat stötta henne.

- syskon, respondent anhörigenkät

| Känner du skuld över att inte kunnat skydda ditt syskon? | Andel |
|----------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                            | 11%   |
| 2 - Lite                                                 | 13%   |
| 3 - Måttligt                                             | 12%   |
| 4 - Mycket                                               | 17%   |
| 5 - Väldigt mycket                                       | 47%   |

Nästan 65 procent av syskonen upplever mycket eller väldigt mycket skuldkänslor över att inte ha kunnat skydda sitt syskon från att ha utsatts. Flera syskon beskriver svårigheten i att själva ha varit ett barn när det hände, att inte ha kunnat hjälpa och stötta vid tiden för övergreppet/övergreppen, vilket skapar skuldkänslor i vuxen ålder. Ett syskon skriver att hon som barn kände till utsattheten och att hon idag känner skuld över att hon inte då berättade för en vuxen. En annan respondent beskriver hur hennes skuldkänslor tar sig uttryck:

” Att inte ha vetat, inte förstått och inte kunnat finnas där. Skuld för att jag reagerade på fel sätt när hon berättade. Känner nu skuld för att inte veta hur jag kan prata om det idag.

- syskon, respondent anhörigenkät

Många syskon lägger skulden på sig själva för att de inte förstått att utsattheten pågick eller att något hade hänt, att de inte har läst signaler rätt, eller att de borde varit mer uppmärksamma på hur den utsatta mådde och hur den hade det i sitt liv. Ett syskon skriver att hon hade velat veta om utsattheten tidigare eftersom hon känner mycket ansvar för sitt syskon.

### Oro/osäkerhet kring att bemöta syskonets känslor/reaktioner

” I början visste jag inte riktigt om hon ville prata om det eller bara ville att jag skulle finnas där. Vill prata henne men samtidigt inte dra upp gamla sår. Men tycker vi har hittat en väg som funkar för oss.

- syskon, respondent anhörigenkät

| Känner du oro/osäkerhet kring hur du ska bemöta ditt syskons känslor/reaktioner? | Andel |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                    | 17%   |
| 2 - Lite                                                                         | 9%    |
| 3 - Måttligt                                                                     | 30%   |
| 4 - Mycket                                                                       | 15%   |
| 5 - Väldigt mycket                                                               | 29%   |

Precis som för de andra anhöriggrupperna upplever många syskon att det är svårt att veta hur man ska bemöta sin närstående. Drygt 40 procent av syskonen upplever mycket eller väldigt mycket oro/osäkerhet kring att bemöta sitt syskons känslor och reaktioner. Flera syskon beskriver att de inte vet hur de ska prata eller bemöta sitt syskon och att det finns en oro för att säga fel saker. Det finns också en oro hos syskonen att deras egna känslorna kring utsattheten ska spilla över på den utsatta vilket bidrar till att de kan uppleva att de har svårt att bemöta den utsatta. Flera syskon skriver att de upplever att den utsatta har svårt att prata och att syskonet inte vill göra den utsatta mer ledsen och därför undviker att prata om utsattheten och känslorna den bär med sig.

## Ett syskon förklarar:

” Jag vet inte vad som är rätt att säga. Jag försöker att undvika ämnet helt och hållet. Jag vågar inte prata med någon i familjen om sexuella trakasserier/våldtäkter för jag är rädd att någon ska må dåligt och tänka på det som hände min syster igen.

– syskon, respondent anhörigenkät

## Oro över sitt syskons mående och framtid

| Känner du dig orolig för ditt syskons mående? | Andel |
|-----------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                 | 5%    |
| 2 - Lite                                      | 11%   |
| 3 - Måttligt                                  | 15%   |
| 4 - Mycket                                    | 21%   |
| 5 - Världigt mycket                           | 48%   |

” Jag är rädd att hon kommer begränsa sig själv för att hon mår dåligt och inte vill riskera att hamna i en jobbig situation igen.

– syskon, respondent anhörigenkät

En klar majoritet av syskonen upplever mycket eller världigt mycket oro över sin närståendes mående (69 procent). Flera syskon beskriver hur de oroar sig över att inte veta vad som pågår i den utsatta, att inte veta vad personen känner eller tänker. Det finns en generell oro över den utsattas psykiska hälsa gällande exempelvis depression, posttraumatiskt stressyndrom, ångest, sex som självskadebeteende och missbruk, eller att dessa svårigheter ska komma i framtiden. Många syskon oroar sig för att den utsatta ska ta sitt liv eller att den kommer att skada sig själv.

Känner du dig orolig över hur ditt syskons liv kommer bli pga att ditt syskon har utsatts för sexuellt våld?

|                     | Andel |
|---------------------|-------|
| 1 - Inte alls       | 8%    |
| 2 - Lite            | 18%   |
| 3 - Måttligt        | 14%   |
| 4 - Mycket          | 15%   |
| 5 - Världigt mycket | 45%   |

”

**Jag vill att min syster ska kunna lita på folk och våga. Är rädd att det kan bli en svårighet för henne i framtiden.**

– syskon, respondent anhörigenkät

Det finns en stor oro hos syskonen kring hur den utsattas framtid kommer att bli. Syskonen oroar sig för att den utsatta inte kommer att kunna ha ett fungerande liv och att inte orka med studier eller arbete. Hur utsattheten och dess konsekvenser för den utsatta ska påverka framtida relationer, att den utsatta ska bli ensam och att inte våga lita på människor är andra saker som syskonen oroar sig över. Några syskon beskriver också hur de kan oroa sig över att den utsatta ska bli utsatt för sexuellt våld igen och att det kommer att leda till att livet begränsas ytterligare.

### Att prata om utsattheten

” Vi pratar i princip inte om övergreppet, vi pratar runt det med vetskapen om att vi båda vet vad som skett. Jag tycker det är svårt att närma mig det, för jag vill både stötta men samtidigt inte förvärpa eller orsaka ångest.

– syskon, respondent anhörigenkät

| Upplever du att det är svårt att prata med ditt syskon om dens utsatthet? | Andel |
|---------------------------------------------------------------------------|-------|
| Ja                                                                        | 54%   |
| Nej                                                                       | 17%   |
| Ibland                                                                    | 29%   |

En majoritet av syskonen uppger att de tycker att det är svårt att prata med sin närstående om utsattheten (54 procent). Flera syskon beskriver att de inte pratar om utsattheten trots att både den utsatta och syskonet vet att det har hänt. Andra beskriver hur den utsatta inte vill prata, stänger in sina känslor eller byter samtalsämne. Ett syskon berättar hur svårt det är att närma sig att prata om utsattheten hemma eftersom deras föräldrar inte vet om att det har hänt.

### Kommunikation med föräldrar/styvföräldrar/vårdnadshavare

” Vi pratar om det ibland men vi alla skäms för i teorin hade vi kunnat förhindra det.

– syskon, respondent anhörigenkät

Till syskon ställde vi frågan “Om det finns föräldrar/styvföräldrar/vårdnadshavare som också känner till ditt syskons utsatthet - hur upplever du kommunikationen med den/dem kring ditt syskon?” och bad dem besvara frågan genom fritext. Flera syskon

beskriver att föräldrarna som känner till utsattheten men som undviker att prata om den. Ett syskon skriver att en av föräldrarna känner till utsattheten och att kommunikationen mellan syskonet och föräldern fungerar bra, dock tycker den utsatta att det är lättare att prata med syskonet än föräldern.

Några syskon förklarar att kommunikationen handlar mycket om att situationen är svår för föräldrarna, exempelvis kan det handla om mammor som får utsattheten att handla om sina känslor och pappor som istället är helt tysta. Vissa beskriver att de har en bra kommunikation med föräldrarna eller att kommunikationen tidigare i livet varit bristfällig men nu blivit bättre.

I vår samtalsmottagning ser vi att syskon ofta uttrycker en stor ansvarskänsla för syskonet, i en kontext där den ena eller båda föräldrarna inte klarar av att ta hand om ett stötta det utsatta barnet får istället syskonet kliva in och ta ansvar. Detta beskriver många som både svårt och frustrerande, och att det går ut över relationen mellan syskonen och det egna måendet.

### Svårast och mest utmanande i att vara syskon till en person som har utsatts

Till syskonen ställde vi frågan “Vad upplever du som svårast/mest utmanande i att vara syskon till ett barn som utsatts för sexuella övergrepp eller våldtäkt?”. Ett tema som återkommer i syskonens fritextsvar är att själv ha varit barn när ens syskon utsattes och att inte har kunnat hjälpa och skydda syskonet. Flera syskon uttrycker en rädsla för att den utsatta mår dåligt och att vilja finnas där, men att de själva också har ett behov av att hantera sina egna känslor parallellt. Några syskon beskriver den svåra situationen av att förövaren finns inom familjen eller att själv vara barn till förövaren. Ett syskon beskriver hur hon själv hade behövt någon att få stöd ifrån:

” Det var jobbigt att inte kunna prata med någon eftersom alla i min familj mådde dåligt och jag hade inte någon annan heller att prata med då min syster inte ville att någon skulle veta om det [kunde alltså inte prata med vänner eller liknande].

”

Jag är rädd att hon kommer begränsa sig själv för att hon mår dåligt och inte vill riskera att hamna i en jobbig situation igen.

”

- syskon, respondent anhörigenkät

## VÄNNER

Vänner har fått besvara frågor om ämnen som har varit återkommande i samtal med dem, och med deras närstående som har utsatts, i vår stödverksamhet. Utifrån dessa ämnen har vi utformat särskilda enkätfrågor till dem. I detta avsnitt kommer följande teman att behandlas: osäkerhet kring bemötande, oro för den utsattas mående, svårigheter att prata med den utsatta om dennes känslor samt vad som är mest utmanande med att ha en vän som har utsatts för sexuellt våld.

### Svårighet/osäkerhet kring bemötande av den utsattas känslor/reaktioner

” Jag känner mig väldigt arg och frustrerad och har då svårt att bemöta det min vän säger på ett bra sätt. Jag vill vara en bra lyssnare som sedan ger bra råd och får folk att må bättre men jag känner sån ilska när någon berättar något sådant för mig så jag vill bara radera människan som utfört övergreppet. Mitt fokus hamnar på mig själv och människan som utfört övergreppet snarare än min vän som jag pratar med och vill stötta.

- vän, respondent anhörigenkät

| Upplever du svårigheter/<br>osäkerhet kring hur du ska<br>bemöta din närståendes<br>känslor/reaktioner? | Andel |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                                                                           | 9%    |
| 2 - Lite                                                                                                | 35%   |
| 3 - Måttligt                                                                                            | 31%   |
| 4 - Mycket                                                                                              | 20%   |
| 5 - Väldigt mycket                                                                                      | 5%    |

Var fjärde vän upplever mycket eller väldigt mycket svårigheter/osäkerheter kring hur de ska bemöta den utsattas känslor/reaktioner. Vissa beskriver hur ens egna känslor kring utsattheten kan vara svåra att ta hand om men även hur svårt det kan vara att hantera väldigt starka reaktioner och känslopåslag hos den utsatta. Ett annat tema som är återkommande är att det kan vara svårt att veta hur den utsatta vill bli bemött, att man är rädd att göra och säga fel saker, eller att man är rädd att prata för mycket eller för lite med den utsatta om utsattheten. Flera beskriver att det är svårt att förstå hur det känns för den utsatta och de funderar mycket kring hur de ska göra om den utsatta inte tar upp ämnet. En vän förklarar:

” Det är svårt att veta hur mycket som påminner min vän om övergreppen. Min bror har exempelvis samma namn som förövaren och jag tycker därför att det är jobbigt att nämna min brors namn ifall jag påminner min kompis om hennes förövare vid fel tidpunkt.

- vän, respondent anhörigenkät

### Oro för den utsattas mående

| Känner du dig orolig för<br>din närståendes mående? | Andel |
|-----------------------------------------------------|-------|
| 1 - Inte alls                                       | 3%    |
| 2 - Lite                                            | 13%   |
| 3 - Måttligt                                        | 14%   |
| 4 - Mycket                                          | 40%   |
| 5 - Väldigt mycket                                  | 30%   |

” Jag är ofta orolig för hur min vän mår och har i perioder varit orolig för att hennes mående ska försämrats så mycket att det kommer sluta med att hon tar sitt liv.

- vän, respondent anhörigenkät

Bland vännerna oroar sig 70 procent mycket eller väldigt mycket för den utsattas mående. Likt andra anhöriggrupper så finns det en stor oro för den utsattas psykiska hälsa. Vännerna oroar sig för symtom hos den utsatta såsom försämrade självkänsla, ångest, depression, posttraumatiskt stressyndrom, alkoholmissbruk, självskada eller att den utsatta skulle ta sitt eget liv.

Det finns också en oro för att den utsatta ska stanna kvar i, eller hamna i nya, våldsamma relationer eller att deras närstående ska bli utsatt på nytt. Vännerna oroar sig också för att den psykiska ohälsan ska leda till att den utsatta hamnar i destruktiva situationer. För vännerna finns det även en framtidsoro som inbegriper att den utsatta inte söker eller tar emot hjälp, att den utsatta inte kommer klara av framtida relationer och att den isolerar sig genom att inte gå ut, gå till skolan eller arbetet.

### **Svårighet att prata med den utsatta om dennes känslor**

” En vill vara den som vågar fråga, samtidigt som en vill ge henne space och typ hon kanske inte vill prata om det just nu. Svårt ibland med balansen.

– vän, respondent anhörigenkät

| Känner du att det är svårt att prata med din närstående om dens utsatthet? | Andel      |
|----------------------------------------------------------------------------|------------|
| Ja                                                                         | <b>34%</b> |
| Nej                                                                        | <b>25%</b> |
| Ibland                                                                     | <b>41%</b> |

Var tredje vän som besvarat enkäten upplever att det är svårt att prata med sin närstående om dennes utsatthet. Ett återkommande tema hos vännerna är balansen mellan att ge den utsatta utrymme men att också våga fråga om utsattheten och dess konsekvenser. Det upplevs också som svårt om den utsatta inte vill prata. Flera vänner förklarar att de vill göra mer än att bara lyssna på den utsatta men att det kan vara svårt att veta vad man som vän ska säga eller göra. En vän beskriver hur det blir svårt när hon själv får väldigt starka känslor i samtalet:

” Jag vill alltid finnas där och vara där för att prata men ibland känns det bara som att jag gör mer skada än nytta. Eftersom mina känslor kommer lite i vägen.

Flera anhöriga menar att de inte riktigt vågar ta upp ämnet på grund av rädsla för att den utsatta ska bli ledsen. En vän beskriver hur hon kan förstå hur svårt det kan vara att prata om utsattheten eftersom hon själv har liknande erfarenheter:

” Jobbigt att prata om eftersom jag också har varit med om samma sak så jag förstår henne verkligen.

### **Svårast och mest utmanande med att vara vän till en person som har utsatts**

Det finns många svårigheter och utmaningar hos vän-gruppen. Flera beskriver hur det kan vara svårt att bemöta exempelvis skam- och skuldkänslor hos den utsatta och att det gör att det är lätt att känna sig maktlös som anhörig. Rädsla för att själv bli utsatt i framtiden eller att som vän själv ha egna erfarenheter av utsatthet väcker känslor i denna anhöriggrupp. Flera vänner beskriver en hopplöshet inför rättsväsendet och att det kan vara svårt att bara lyssna eftersom man vill kunna göra mer.

”

Hur vi kan prata om det, hur jag kan stödja personen och hur jag ska hantera mina egna känslor och rädslor kring dens våldtäkt men även min rädsla för att själv bli utsatt då jag känner att det inte är ett "om" utan ett "när".

”

- vän, respondent anhörigenkät

| Har du, som anhörig till en person som utsatts för sexuella övergrepp eller våldtäkt, fått stöd/rådgivning? | Föräldrar  | Partners   | Syskon     | Vänner     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|------------|------------|
| <u>Ja</u>                                                                                                   | <b>56%</b> | <b>14%</b> | <b>26%</b> | <b>12%</b> |
| <u>Nej, jag har sökt men inte fått</u>                                                                      | <b>12%</b> | <b>4%</b>  | <b>27%</b> | <b>6%</b>  |
| <u>Nej, men vill ha stöd/rådgivning</u>                                                                     | <b>29%</b> | <b>34%</b> | <b>30%</b> | <b>32%</b> |
| <u>Nej, jag vill inte ha/har inget behov av stöd</u>                                                        | <b>3%</b>  | <b>48%</b> | <b>17%</b> | <b>50%</b> |

## BEHOVET AV ANHÖRIGSTÖD

” Vi hade behövt mer stöd i det akuta skedet, HUR vi skulle prata med barnet och förklara för barnet under tiden förundersökningsprocessen pågick. Vi fick bara veta att vi inte fick prata/fråga barnet något under den tiden och vi var så rädda att göra fel att vi knappt vågade säga något alls till hen. Det blev SÅ tokigt.

- förälder, respondent anhörigenkät

### Har anhöriga fått stöd?

Vi ville även förstå hur behovet av anhörigstöd såg ut för de olika anhöriggrupperna och ställde därför frågan om den anhöriga fått stöd. Föräldrar hade i störst utsträckning fått stöd medan partners och vänner fått stöd i minst utsträckning. Ungefär var tredje anhörig uppger att de inte har sökt stöd men att de skulle vilja ha stöd eller rådgivning i sin roll som anhörig. Partners och vänner uttryckte minst behov av stöd. En partner beskriver samtidigt svårigheterna när den har försökt hitta stöd till sig som partner:

” Jag vet knappt vart det går att söka sig. Som tidigare skrivet så är det jag hittat knappt aktivt, eller så är det huvudsakligen inriktat på föräldrar. Inte hittat något bra stöd för partners.

- partner, respondent anhörigenkät

## För de som fått stöd

För de anhöriga som hade fått stöd var det vanligast att ha fått det via socialtjänsten, barn- och ungdomspsykiatri, vuxenpsykiatri eller ungdomsmottagningen. Det var också ca 30 procent av hela anhöriggruppen som aldrig tänkt att de kan få stöd som anhörig till någon som har utsatts för sexuellt våld.

” Hela vår familj brakade ihop känslomässigt när detta skedde. Varken jag eller min man kunde sova eller fungera normalt. Vi båda drabbades av oerhört stark ångest och sömnsvårigheter. Det är svårt att föreställa sig. Jag har tidigare aldrig reflekterat över att våldsoffers anhöriga drabbas så hårt förrän jag själv var anhörig till en som drabbats.

- förälder, respondent anhörigenkät

” Som jag skrivit, jag är oerhört ledsen att jag inte hittade er tidigare. Kanske kunde vårt lidande blivit mildare under de år som gått. Men nu har vi fått stöd. Men fint att ni finns. Har skickat era uppgifter och info till mina anhöriga så att de förstår att saker och ting faktiskt är på riktigt och att om de har några frågor kan de vända sig till er.

- förälder, respondent anhörigenkät

### Anhörigas behov av mer kunskap för att stötta den utsatta

För att förstå behovet av mer kunskap, stöd och rådgivning i sin roll som anhörig så ställde vi frågor om de hade behov av mer kunskap om att stötta utsatta och om vad sexuellt våld är och vilka konsekvenser våldet kan få för den som utsatts.

### Kunskap om bemötande

Behovet av mer kunskap om bemötande är stort hos hela anhöriggruppen - den klara majoriteten önskar att få lära sig mer om hur de kan stötta och bemöta sina närstående som utsatts för sexuellt våld. Vi ställde frågan om vad de skulle vilja veta mer om när det gäller bemötande och att stötta sin närstående.

Vill du ha mer kunskap om hur du kan stötta och bemöta din närstående?

|            | Föräldrar  | Partners   | Syskon     | Vänner     |
|------------|------------|------------|------------|------------|
| <u>Ja</u>  | <b>74%</b> | <b>80%</b> | <b>71%</b> | <b>86%</b> |
| <u>Nej</u> | <b>26%</b> | <b>20%</b> | <b>29%</b> | <b>14%</b> |

### Anhöriga önskar mer kunskap om:

- hur man bygger förtroende och hjälper den utsatta att våga berätta,
- hur man bemöter någon med posttraumatiskt stressyndrom på bästa sätt, och hur man kan hantera panikångest, flashbacks och andra reaktioner efter utsatthet,
- hur man kan prata med sitt barn och vad man kan tänka på i samtal med barn,
- hur man kan se tecken på utsatthet,
- hur man kan hjälpa till att minska känslor av skuld och skam hos den utsatta,
- hur man skapar balans i livet och hur mycket/litet man ska prata om traumat,
- hur man kan hantera ett vuxet barn som är utsatt,
- hur man som anhörig kan hantera sina egna känslor som anhörig,
- hur man kan stötta och hjälpa någon att polisanmäla,
- vad man bör undvika att göra som partner.

### Kunskap om sexuellt våld och dess konsekvenser

| Önskar du mer kunskap om vad sexuellt våld innebär och vad våldet kan få för konsekvenser för den som utsätts? | Föräldrar  | Partners   | Syskon     | Vänner     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|------------|------------|
| <u>Ja</u>                                                                                                      | <b>63%</b> | <b>55%</b> | <b>60%</b> | <b>71%</b> |
| <u>Nej</u>                                                                                                     | <b>37%</b> | <b>45%</b> | <b>40%</b> | <b>29%</b> |

En majoritet av de anhöriga önskar mer kunskap om vad sexuellt våld är och vilka konsekvenser våldet kan få för den som utsatts. Vi ställde frågan om vad de skulle vilja veta mer om när det gäller sexuellt våld och dess konsekvenser för den utsatta.

#### Anhöriga önskar mer kunskap om:

- hur man kan stötta den utsatta längre fram i livet,
- hur man kan förebygga psykiskt dåligt mående,
- hur man underlättar kommunikation med den andra föräldern,
- hur kan man arbeta med att minska sina egna skuld känslor som anhörig,
- vad som kan trigga den utsatta,
- långvariga psykiska besvär,
- vanliga reaktioner efter utsatthet,
- hur en rättsprocess går till,
- hur man kan hjälpa den utsatta att söka stöd,
- sex som självskada.

”

Nu var det flera år sen och vi kan prata relativt  
öppet om det men när det var aktuellt var jag  
rädd att säga något fel, pressa på i önskan att  
vilja hjälpa.

”

- förälder, respondent anhörigenkät

# Förbättringsförslag

I denna studie har vi haft en unik möjlighet att samla in kunskap från flera olika anhöriggrupper: föräldrar, partners, syskon och vänner till den utsatta. Vi har försökt förstå de svårigheter och utmaningar anhöriga brottas med i att vara ett stöd till sina närstående som utsatts. Vi har även velat samla in kunskap om den utsattas upplevelse i relation till sina anhöriga. Målet med denna rapport har varit att höja kunskapen om vad som behöver förbättras utifrån ett anhörigperspektiv så att både utsatta och anhöriga ska få bättre stöttning omkring sig och i förlängningen ett förbättrat mående.

I regeringens nationella anhörigstrategi inom vård och omsorg lyfts anhörigas behov fram i tre punkter: att anhöriga är beroende av fungerande välfärdsinsatser för deras närstående, att dessa insatser har ett anhörigperspektiv, och att anhöriga kan behöva stöd för egen del. Dessa punkter stämmer väl in på de behov som anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld har. Mer kunskap skulle behöva inhämtas om denna anhöriggrupp men vi anser samtidigt att anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld bör inkluderas som en målgrupp i denna strategi.

## **VÄLFÄRDENS INSATSER BEHÖVER FÖRBÄTTRAS FÖR PERSONER UTSATTA FÖR SEXUELLT VÅLD**

Förbättrat stöd och vård för personer som utsätts för sexuellt våld är ett av de centrala politikområden som vi på Storasyster arbetar med i vårt påverkansarbete. Tillgången till adekvat vård, med ett respektfullt bemötande, för personer som utsatts för sexuellt våld är en rättighetsfråga som är central i Storasysters arbete. Att få vård och stöd efter ett sexuellt övergrepp är många gånger avgörande för att kunna förhindra allvarlig psykisk ohälsa och för att kunna öka välbefinnandet för den som blivit utsatt. Tidiga insatser i form av stöd och vård för den utsatta bidrar också till minskade samhällsekonomiska kostnader. Dock är tillgången till stöd och vård bristfällig för utsatta. Vi ser därför behovet av att satsa på en förbättrad och mer tillgänglig vård för utsatta parallellt med utvecklandet av anhörigstöd för samma målgrupp.

## **INSATSER MED ETT ANHÖRIGPERSPEKTIV SYNLIGGÖR DENNA ANHÖRIGGRUPP**

Mer kunskap skulle behövas inom detta fält samtidigt som ser vi att denna anhöriggrupp behöver erkännas som en grupp som påverkas mycket av att stötta sin närstående som har utsatts för sexuellt våld. Deras perspektiv behöver också inkluderas i de insatser som välfärden erbjuder till deras närstående. Om den utsatta kommer i kontakt med sjukvården, socialtjänsten eller det civila samhällets organisatio-

ner för att få vård eller stöd bör även de anhörigas behov och perspektiv innefattas i de insatser som ges. Mångfalden av anhöriga inom denna grupp (ex. föräldrar, partners, syskon och vänner) behöver också synliggöras samt hur den anhörigas psykiska hälsa ofta påverkas negativt av deras närståendes utsatthet och mående. Stöd för anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld kan också vara en viktig del i det förebyggande arbetet mot utvecklingen av psykisk ohälsa hos både utsatt och anhörig.

## **BEHOVET OCH BETYDELSEN AV STÖD OCH KUNSKAP FÖR ANHÖRIGA**

Denna rapport visar på att det finns ett behov av mer tillgängligt stöd till anhöriga och många anhöriga som deltagit i denna studie har överhuvudtaget inte tänkt att de kan få stöd i egenskap att vara anhöriga. Utsatta som intervjuats till rapporten anser också att anhöriga kan vara i behov av stöd. Behovet av kunskap om hur man kan stötta och bemöta den utsatta är mycket stort hos dessa anhöriga. Anhöriga till personer som utsatts för sexuellt våld behöver därför erkännas som en grupp som är i behov av stöd och utbildning, likt flera av de anhöriggrupper som Socialstyrelsen har definierat. Stöd och utbildningsinsatser är i dagsläget betydligt mer etablerat för anhöriga till personer med andra sociala eller psykiska svårigheter än för anhöriga till dem som utsatts för sexuellt våld. Vi på Storasyster ser att en ökad tillgång till exempelvis enskilda stödsamtal, stödgrupper och utbildningsinsatser skulle behövas för denna grupp.

Den kunskap som vi anser ytterligare behöver lyftas fram utifrån rapportens resultat är den stora oron som finns hos anhöriga, hur svårt det kan vara med kommunikation, att behoven mellan utsatta och anhöriga inte matchar samt önskan om en förståelse för våldets långsiktiga konsekvenser för den utsatta.

### **Stor oro hos anhöriga**

Utsatta är en grupp som ofta lider av psykisk ohälsa efter att ha utsatts för sexuellt våld. Vår rapport visar att anhöriga tycks oroa sig mycket över just detta. Det finns således en risk att även den anhörigas psykiska hälsa påverkas negativt och den anhöriga skulle därför i många fall behöva mer stöd och kunskap utifrån sin situation.

### **Svårigheter i kommunikation**

Vår rapport visar även att det finns en stor osäkerhet och oro för hur anhöriga ska bemöta den utsattas känslor och reaktioner. Många uttrycker att de är rädda att göra/säga fel eller att förvärra den utsattas psykiska mående genom att ta upp utsattheten. Detta bidrar ofta till att den utsatta och den anhöriga inte pratar om utsattheten eller måendet. Tystnaden kan riskera att göra att den utsatta exempelvis inte berättar för fler, inte söker stöd, inte polisanmäler och i förlängningen mår ännu sämre psykiskt. Bristande kommunikation kan också leda till smärtsamma eller destruktiva samtal och att relationen mellan utsatt och anhöriga påverkas negativt.

### **Behoven mellan utsatta och anhöriga matchar inte**

I rapporten framkommer också en svårighet när den anhörigas behov att uttrycka känslor tar över samtalen eller relationen. Den utsatta vill oftast bli sedd och hörd utifrån där den befinner sig i sin bearbetningsprocess vilket försvåras om den anhörigas känslor hamnar i centrum. En annan svårighet som visat sig är när den anhöriga har så pass mycket obearbetade känslor att den inte klarar av att vara ett stöd för den utsatta.

### **Förståelse för långsiktiga konsekvenser**

I vår rapport berör både utsatta och anhöriga temat om det sexuella våldets konsekvenser på lång sikt. De anhöriga uttrycker behovet av ökad kunskap om utsatthetens långsiktiga konsekvenser. Utsatta önskar en mer kontinuerlig uppföljning och stöd från sina anhöriga, och en förståelse om att våldets konsekvenser kan finnas med länge i livet.

## Vägen framåt

Med dessa kunskaper om anhöriga till en person som har utsatts för sexuellt våld har vi sammanställt fem punkter som kan vara till hjälp för dig som anhörig.

### TILL DIG SOM ÄR FÖRÄLDER, PARTNER, SYSKON, VÄN ELLER ANNAN ANHÖRIG TILL NÅGON SOM UTSATTS:

**1. Våga initiera samtal - utsatta önskar anhöriga som vågar fråga.** Lyssna och visa att du finns där. Det är kanske inte alltid så att den utsatta har ett behov av att prata om utsattheten eller sitt mående just nu, men att du visar att du ser den utsatta och att du skapar möjligheter för att prata är otroligt viktigt för den som utsatts.

**2. Glöm inte att det sexuella våldet kan ge långsiktiga konsekvenser för den utsatta.** Många utsatta önskar att anhöriga kontinuerligt följer upp måendet också på lång sikt. Det behöver inte handla om att direkt prata om vad din närstående har varit med om utan snarare hur våldet har påverkat hur personen mår.

**3. Fråga vad den utsatta behöver istället för att gissa eller tro att du vet.** Den utsattas behov kan variera över tid och då är det viktigt att fråga vad den utsatta behöver och önskar. Genom att ställa öppna frågor om vad den utsatta behöver är det enklare att bemöta och stötta den utsatta på rätt sätt.

**4. Underskatta inte vikten av att bidra med praktiskt stöd** och att hitta stöd till den utsatta. Många utsatta uppskattar när anhöriga visar att de finns där inte bara känslomässigt men också när de kan få hjälp och stöd med vardagliga saker.

**5. Sök stöd och kunskap som anhörig.** Blir det för svårt eller jobbigt för dig - ta ansvar för ditt eget mående som anhörig. Om du är den enda som känner till/får känna till övergreppet kan det vara särskilt viktigt att söka professionellt stöd. Om du känner att det blir svårt för dig att hantera dina egna känslor eller att prata med din närstående kan du behöva ett eget forum att få vara i. När den anhöriga söker eget stöd så får den utsatta ofta känslomässig avlastning - den behöver inte ta hand om den anhörigas känslor, reaktioner eller mående.

”

Jag tror att det hade varit stömt för honom att få prata om det med någon, eftersom att jag tror att han inte säger att han känner till mig.

”

- utsatt, informant anhörigrapport

# Källförteckning

Alla Kvinnors Hus [hämtad: 2022-09-30], <https://allakvinnorshus.org/beh%C3%B6ver-du-hj%C3%A4lp/samtalsmottagning>

ATSUB - Föreningen Anhöriga till sexuellt utnyttjade barn, <https://www.atsub.se/>

Brottsförebyggande rådet [2020], *Nationella trygghetsundersökningen uppföljningsintervjuer 2019. En slutredovisning*, [https://bra.se/download/18.7d27ebd916ea64de5306c509/1601387325414/2020\\_NTU\\_Uppfoljningsintervjuer\\_2019\\_resultatredovisning.pdf](https://bra.se/download/18.7d27ebd916ea64de5306c509/1601387325414/2020_NTU_Uppfoljningsintervjuer_2019_resultatredovisning.pdf)

Brottsförebyggande rådet [2021], *Kriminalstatistik 2020, Anmälda brott, Slutgiltig statistik*, [https://bra.se/download/18.1f8c9903175f8b2aa707e2d/1645429964289/Sammanfattning\\_anmalda\\_2020.pdf](https://bra.se/download/18.1f8c9903175f8b2aa707e2d/1645429964289/Sammanfattning_anmalda_2020.pdf)

Brottsförebyggande rådet [2022], *Kriminalstatistik 2021, Anmälda brott, Slutgiltig statistik*, [https://bra.se/download/18.146acb6517fd55784016f2/1653313416347/Statistikrapport\\_anmalda\\_2021.pdf](https://bra.se/download/18.146acb6517fd55784016f2/1653313416347/Statistikrapport_anmalda_2021.pdf)

Brottsförebyggande rådet [2022], *Nationella trygghetsundersökningen 2022*, [https://bra.se/download/18.1fdaf4118388f195ad78d5/1665399145004/2022\\_Nationella\\_trygghetsundersokningen\\_2022.pdf](https://bra.se/download/18.1fdaf4118388f195ad78d5/1665399145004/2022_Nationella_trygghetsundersokningen_2022.pdf)

Brottsofferjouren [hämtad: 2022-09-30], <https://www.brottsofferjouren.se/brottsofferstod/for-anhoriga-till-brottsutsatta/>

de Vylder, Stefan [2010], *Vad kostar våldtäkter? Samhällsekonomiska kostnader för sexuellt våld, ur antologin Sju perspektiv på våldtäkt*, Nationellt Centrum för Kvinnofrid, <https://kunskapsbanken.nck.uu.se/nckkb/nck/publik/fil/visa/491/nck-rapport-antologi-sju-perspektiv-pa-valdtakt-2010-2.pdf>

ECPAT [hämtad 2022-09-30], ECPAT Vuxenstöd, <https://ecpat.se/vuxenstod>

European Institute for Gender Equality [hämtad: 2022-09-30], *Costs of gender-based violence in the European Union*, <https://eige.europa.eu/gender-based-violence/costs-of-gender-based-violence-in-eu>

Föreningen Tillsammans [hämtad: 2022-09-30], <https://www.foreningentillsammans.se/stod>

Kvinnofridslinjen [hämtad 2022-09-30], <https://kvinnofridslinjen.se/fa-stod/som-anhorig/>

Nationellt kompetenscentrum anhöriga [hämtad 2022-09-30], *Kunskapsöversikter*, <https://anhoriga.se/publicerat/kunskapsoversikter/>

Novahuset [hämtad: 2022-09-30], <https://www.novahuset.com/>

Paraply [hämtad: 2022-09-30], <https://www.paraply.org/st%C3%B6d>

Regeringskansliet [2022], *Sveriges första nationella anhörigstrategi, pressmeddelande från Socialdepartementet*, <https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2022/04/sveriges-forsta-nationella-anhorigstrategi/>

Regeringskansliet, *Socialdepartementet [2022], Nationell anhörigstrategi - inom vård och omsorg*, <https://www.regeringen.se/498267/contentassets/29579d4400834b759d3c78faf438dece/nationell-anhorigstrategi-inom-halso--och-sjukvard-och-omsorg.pdf>

RFSU [hämtad: 2022-09-30], <https://www.rfsu.se/om-rfsu/kontakt/rfsu-kliniken/familjeradgivning-en/>

Rise Sverige, <https://rise-sverige.se/om-sexuella-overgrepp/for-narstaende>

Socialstyrelsen [2021], *Anhöriga som vårdar eller stödjer någon de står nära. Underlag till en nationell strategi*, <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2021-6-7464.pdf>

Socialstyrelsen [hämtad: 2022-09-30], *Om stöd till anhöriga, ur Kunskapsguiden* <https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/arbetsmetoder-och-perspektiv/stod-till-anhoriga/om-stod-till-anhoriga/>

Socialtjänstlag [2001:453], [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/socialtjanstlag-2001453\\_sfs-2001-453](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/socialtjanstlag-2001453_sfs-2001-453)

Storasyster (2017), *Sexualitet efter sexuella övergrepp. Den dolda problematiken*, <https://storasyster.org/wp-content/uploads/2020/11/Rapport-Fo%C3%88reningen-Storasyster.-Sexualitet-ef-ter-sexuella-o%C3%88vergrepp-Den-dolda-problematiken..pdf>

Storasyster (2019), *5211 röster om sexuellt våld. En enkätstudie om sexuella övergrepp, psykiskt mående och stödkontakter*, [https://storasyster.org/wp-content/uploads/2020/10/storasyster\\_rapport\\_5211roster.pdf](https://storasyster.org/wp-content/uploads/2020/10/storasyster_rapport_5211roster.pdf)

Sveriges kommuner och regioner (2020), *Vården vid sexuellt våld – Nuläge och framåt*, <https://skr.se/skr/tjanster/rapporterochskrifter/publikationer/vardenvidsexuelltvald.65783.html>

ungarelationer.se (hämtad: 2022-09-30), <https://ungarelationer.se/foralder/>

# Storasyster

**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL