

Utan mig är du helt ensam

– kvinnors levda erfarenheter av
omgivningens och samhällets ensamgörande
i spåren av mäns våld och eftervåld



Författare: Sara Skoog Waller

Projektledare: Ulla Forinder

Utan mig är du helt ensam

– kvinnors levda erfarenheter av omgivningens och samhällets
ensamgörande i spåren av mäns våld och eftervåld

Författare: Sara Skoog Waller, *Fil.dr, Lektor i psykologi, Högskolan i Gävle*

Projektledare: Ulla Forinder, Professor i socialt arbete, Högskolan i Gävle

Formgivning: Henrik Gustafsson, Högskolan i Gävle

Foto: Omslagsbild samt bild 1, 2, 4, 5, 7, 9 och 12 av Alexander Lindström. Övriga bilder från Shutterstock
Forskningsprojektet finansierades av Svenska kyrkan, med medfinansiering från Högskolan i Gävle

Akademien för Hälsa och Arbetsliv
Högskolan i Gävle
Gävle, 2022

Innehåll

Förord	4
Sammanfattning	5
Introduktion	7
Mäns våld mot kvinnor och våldets konsekvenser	7
Ensamhet och socialt stöd	8
Omgivningens och samhällets responser på mäns våld mot kvinnor	9
Trauma, eftervåld och familjerättsliga aspekter	10
Stigma och frånvaro av socialt och samhälleligt stöd	10
Syfte och metod	13
Syfte	13
Ansats	13
Om de intervjuade kvinnorna	13
Genomförande och analys	14
Forskningsetiska aspekter	14
Resultat	15
Social ensamhet och isolering	16
Ensamhet som funktion och konsekvens av mannens våld	17
Arbetsplatsens relativa betydelse	18
Ensamhet som särskild utsatthet	20
Ensamhet som trygghet och fängelse	20
Existentiell ensamhet	22
Ensamhet som konsekvens av omgivningens och samhällets responser	23
Hjälpsökande utan mottagare	26
Ensam omsorgsperson men delat föräldraskap	28
Ensamhet i att berövas livshistoria, identitet och framtid – om att leva gömd	32
Stigma och skam som del i ensamgörandet	33
Förutsättningar för att bryta ensamhet	36
Diskussion	41
Ensamgörandets parallella processer	42
Interpersonellt ensamgörande – mannens våld och omgivningens tystnad	42
Strukturellt ensamgörande – att överges av ett samhälle som hade kunnat hjälpa	42
Ensamgörandets vidmakthållande av makt, marginalisering och trauma	44
Slutsatser	46
Slutord: Om responser från samhället som minskade kvinnornas ensamhet och utsatthet	47
Referenser	50

Förord

Ensamhet är ett folkhälsoproblem som leder till både somatisk och psykisk ohälsa i jämförbar nivå med andra kända ohälsofaktorer, såsom rökning och fysisk inaktivitet. Begreppet ensamhet har flera dimensioner och kan definieras på olika sätt. I den här rapporten har vi valt att utgå ifrån två sorters ensamhet - existentiell och social. Med social ensamhet avser vi frånvaron av sociala relationer och interaktioner, och med existentiell ensamhet avser vi att upplevelsen av att våra innersta tankar och känslor inte går att dela till fullo med någon annan. Existentiell ensamhet har beskrivits som en djupare form av ensamhet men som också är sammanflätad med den sociala ensamheten. Att genomleva trauma innebär att konfronteras med den existentiella ensamheten. Erfarenheten av att vara existentiellt ensam kan fördjupas eller minskas av det be-mötande och stöd som finns att tillgå. Erfarenheter av att utsättas för upprepat våld av en närstående är särskilt traumatiserande och majoriteten av de som utsätts för våld i nära relationer är kvinnor. Liksom ensamhet är mäns våld mot kvinnor utbrett folkhälsoproblem, men utgör också brott mot kvinnors mänskliga rättigheter, vilket leder till allvarliga konsekvenser på samhällsnivå och för de enskilda individer som utsätts. I den här studien får vi en inblick i betydelsen av existentiell och social ensamhet för kvinnor som utsätts för våld av en tidigare partner. Vi använder termen ensamgörande för att beskriva hur kvinnorna gjordes ensamma i relationen till männen, men också relaterat till omgivningens och samhällets responser. Ensamheten fortsatte att spela en aktiv roll i kvinnornas liv även efter separationen. Många gånger bidrog omgivningens och samhällets responser på kvinnornas berättande om våldet, motstånd och försök till frigörelse till att fördjupa kvinnornas ensamhet och utsatthet. Det handlar om att söka hjälp men mötas av tystnad och misstro. Det handlar om att kämpa för att skydda sina barn men mötas av ett samhälle som osynliggör och medverkar till att upprätthålla männens våld. Det handlar om att förlora all tillit till andra människor, och det handlar om att leva gömd. Studien belyser hur samhället kan agera för att vidmakthålla eller bryta våld och ensamhet. Kvinnornas berättelser visar att erfarenheterna av att inte bli trodd, att våldet inte erkänts och att stöd och skydd uteblivit upplevdes som värre än männens våld. Att lämnas ensam med våldsutsattheten av ett samhälle som hade kunnat hjälpa försatte kvinnorna i en maktlös och många gånger farlig situation, skapade känslor av övergivenhet och hindrade kvinnorna från återhämtning och att känna mening i livet. Ensamhet kunde också vara en konsekvens av skadad tillit till andra människor och smärta inför att utveckla nya relationer till följd av mannens våld. Att vara en kvinna

som utsatts för våld av sin partner förknippas fortfarande med skam, och bristen på respons från det offentliga samhället bekräftar för kvinnorna att deras erfarenhet är något skamfyllt som de själva får ta konsekvenserna av. Stigmatiseringen ser vi också som en del av det strukturella våldet och något som vi alla är delaktiga i att upprätthålla eller bryta. Följaktligen kan vi både som individer och som del av samhället medverka till en förändring, även om förändringen behöver ske på flera nivåer och områden. Ett gott exempel är stödet från olika frivilligorganisationer, i synnerhet kvinnojourer, som hade haft en stor betydelse för kvinnorna individuellt men som också kan bidra till att förändra situationen strukturellt. Svenska kyrkan som finansierat genomförandet av studien i den här rapporten är en av Sveriges största frivilligorganisationer och har på så vis stora möjligheter att på olika sätt bidra till förändring. Som individer vill vi kanske gärna tro att det som kvinnorna i den här rapporten varit med kan inte drabba oss eller någon närstående, vilket är en mänsklig reaktion som skyddar oss från att känna otrygghet, men som i ett längre perspektiv hindrar förändring. Vi tror att ett steg på vägen mot en förändring är att orka lyssna på och erkänna dessa kvinnors berättelser. Berättelserna i den här rapporten visar på de omfattande strukturella hinder som kvinnorna mötts av när de försökt bli fria från männens våld. Kvinnornas berättelser visar också på vilken avgörande betydelse enskilda personers agerande kan ha, som till exempel en arbetsgivares uppmärksamhet och stöd, vänner som finns kvar hela vägen och professionella som går lite utanför ramarna för sin yrkesroll.

Varmt tack till alla kvinnor som genom att berätta om era erfarenheter ökat vår kunskap och gjort den här rapporten möjlig. Ni har visat att det finns stora behov av förändring, och visat att det ligger i samhällets händer att göra förändringen möjlig. Ett stort tack också till de kvinnojourer som hjälpt oss att få kontakt med kvinnorna som deltog i studien.

Högskolan i Gävle 11/2 2022

Ulla Forinder

*Professor i socialt arbete vid Högskolan i Gävle
Projektledare*

Fredrik Hesselgren

Kyrkoherde Svenska kyrkan Gävle

Sammanfattning

Mäns våld mot kvinnor är ett allvarligt samhälls- och folkhälsoproblem som tenderar att osynliggöras och omförhandlas. Genom den här rapporten vill vi ge röst åt och synliggöra kvinnors erfarenheter av ensamhet kopplade till våldsutsatthet och till samhällets och omgivningens responser på våldet och på kvinnornas motstånd. Vi har djupintervjuat tjugo kvinnor om deras erfarenheter av social och existentiell ensamhet relaterat till våldet och omvärldens responser, samt om vilken roll ensamheten spelar i deras liv. Studien hade en narrativ ansats och undersökte mönster i kvinnornas levda erfarenheter av våldsutsatthet och ensamhet med hänsyn till strukturella faktorer. Datainsamlingen pågick från våren 2020 till våren 2021. Var och en av kvinnorna medverkade i en till tre intervjuer som i regel pågick i 1-3 timmar.

Ensamhet hade en framträdande betydelse i kvinnornas liv, både under och efter relationen till den våldsutövande mannen. Männens våld hade återkommande varit inriktat på att begränsa och kontrollera kvinnans sociala relationer, men av olika orsaker fortsatte ensamheten efter uppbrottet från mannen. Ett av de viktigaste resultaten i rapporten var att samhällets responser på kvinnornas våldsutsatthet, motstånd och försök till frigörelse ofta ledde till att männens eftervård och makt upprätthölls och att kvinnorna gjordes ensamma med våldet och dess konsekvenser. Ensamheten var på så vis inte bara en passiv konsekvens av våldsutsatthet utan en följd av aktivt ensamgörande processer på interpersonell och på strukturell nivå. Ensamgörandet manifesterade sig som en central del i männens våld på interpersonell nivå, men också i samhällets responser genom bemötande, bedömningar och beslut på strukturell nivå vilka upprätthöll männens makt samt kvinnornas och eventuella barns utsatthet. Stigma och skam utgjorde hinder för att synliggöra våldet samt för att söka och erbjudas hjälp. Men när kvinnan väl lämnat och sökt hjälp var frigörelsen från den våldsutövande mannen ofta villkorlig och begränsad, i synnerhet om kvinnan hade barn tillsammans med mannen. Trots att kvinnorna gjorde allt i sin makt för att bli fria fortsatte männen i många fall att utöva eftervård. När kvinnorna hade barn med förövaren kunde myndigheter aktivt medverka i att bryta ner kvinnornas motstånd och göra dem ensamt ansvariga för sin och barnens situation. Kvinnornas barn behövde i regel ha fortsatt umgänge med eller växelvis boende hos våldsutövaren. Konsekvenserna kunde i dessa fall bli att kvinnor och barn fortsatte leva i påtaglig fara för liv och hälsa och i en rädsla utan slut. Den existentiella

ensamheten var särskilt påtaglig i kvinnornas erfarenheter av att vara utsatta för livsfara och uppleva extrem rädsla men att förgäves försöka få de som kunde hjälpa att se hoten. Oavsett om kvinnorna hade barn tillsammans med förövaren eller inte så beskrev de att erfarenheter av att inte bli trodda eller att bli ignorerade när de sökte hjälp som svårare än männens våld.

Våldet var sällan helt dolt för omvärlden eller för myndigheter, men kvinnornas synliggörande av männens våld möttes ofta av osynliggörande responser som tystnad, misstro och repressalier, i synnerhet om synliggörandet innebar att mannen pekades ut som våldsutövande pappa. Samhällets skyddande åtgärder kunde synliggöra kvinnan som offer, utan att mannen synliggjordes som förövare. Exempelvis kunde kvinnor och barn tvingas bryta med sitt kontaktnät, fly till en ny stad, leva med skyddade personuppgifter och med ett ständigt hot om att mannen skulle hitta dem, samtidigt som männen levde utan begränsningar. Även i dessa fall, när det funnits risk för dödligt våld, hade domstol beslutat om att kvinnorna skulle tillse att männen kunde ha umgänge med barnen. De kvinnor som levde med skydd beskrev det som att leva i ett fängelse utan galler på obestämd tid, utan vare sig trygghet eller frihet. Att bygga nya relationer kunde vara omöjligt på grund av riskerna, men också på grund av att kvinnorna berövats tillgången till sin livsberättelse i mötet med nya människor.

Många av kvinnorna erfor social ensamhet till följd av våldet och omgivningens responser som ett kroniskt livsvillkor som till viss del kommit att bli en trygghet, men samtidigt ett fängelse. Ensamheten kunde ge känslor av styrka och självständighet i kontrast till den sårbarhet och hjälplöshet kvinnorna upplevt i relationen till våldsutövaren. Samtidigt uttryckte kvinnorna att de egentligen hade en önskan om att vara nära andra människor men att det kändes som en omöjlighet. Vänskapsrelationer liksom intima relationer hade kommit att förknippas med smärta eller fara, och kvinnorna kunde känna att de inte var värda att ha sociala relationer. Kvinnorna förblev många gånger ensamma, både socialt och existentiellt, med sina erfarenheter av det våld som männen utsatt dem för. Ensamgörandet och den endast villkorliga frigörelsen från männens våld begränsade kvinnors möjligheter att uppfylla några av de mest grundläggande psykologiska och existentiella behoven och värdena i livet, såsom möjligheten att dela sin livsvärld med andra, möjligheten att föreställa sig och planera sin framtid samt möjligheten att skydda sig själva och sina barn.

Huvudresultat i korthet

- Männens våld hade återkommande varit inriktat på att begränsa och kontrollera kvinnans sociala relationer, men av olika orsaker fortsatte ensamheten efter uppbrottet från mannen.
- Ensamheten var inte bara en passiv konsekvens av våldsutsatthet utan en följd av aktivt ensamgörande processer på interpersonell och på strukturell nivå.
- Samhällets responser på kvinnornas våldsutsatthet, motstånd och försök till frigörelse ledde ofta till att männens eftervåld och makt upprätthölls och att kvinnorna gjordes ensamma med våldet och dess konsekvenser.
- Stigma och skam utgjorde hinder för att synliggöra våldet samt för att söka och erbjudas hjälp.
- Frigörelsen från den våldsutövande mannen var ofta villkorlig och begränsad, i synnerhet om kvinnan hade barn tillsammans med mannen, eftersom männen i många fall fortsatte att utöva eftervåld.
- När kvinnorna hade barn med förövaren kunde myndigheter aktivt medverka i att bryta ner kvinnornas motstånd och göra dem ensamt ansvariga för sin och barnens situation.
- Kvinnornas barn behövde i regel ha fortsatt umgänge med eller växelvis boende hos våldsutövaren, vilket var en tydlig grund för existentiell ensamhet, som också kunde innebära att kvinnor och barn fortsatte leva i påtaglig fara för liv och hälsa och i en rädsla utan slut.
- Många av kvinnorna beskrev erfarenheterna av att inte bli trodda eller att bli ignorerade när de sökte hjälp som svårare än männens våld.
- Våldet var sällan helt dolt för omvärlden eller för myndigheter, men kvinnornas synliggörande av männens våld möttes ofta av osynliggörande responser som tystnad, misstro och represalier, i synnerhet om synliggörandet innebar att mannen pekades ut som våldsutövande pappa.
- Samhällets skyddande åtgärder kunde synliggöra kvinnan som offer, utan att mannen synliggjordes som förövare. Exempelvis kunde kvinnor och barn tvingas bryta med sitt kontaktnät, fly till en ny stad, leva med skyddade personuppgifter och med ett ständigt hot om att mannen skulle hitta dem, samtidigt som männen levde utan begränsningar.
- De kvinnor som levde med skydd beskrev det som att leva i ett fängelse utan galler på obestämd tid, utan vare sig trygghet eller frihet.
- Många av kvinnorna erfor social ensamhet till följd av våldet och omgivningens responser som ett kroniskt livsvillkor som till viss del kommit att bli en trygghet, men samtidigt ett fängelse.
- Vänskapsrelationer liksom intima relationer hade kommit att förknippas med smärta eller fara, och kvinnorna kunde känna att de inte var värda att ha sociala relationer.
- Ensamgörandet och den endast villkorliga frigörelsen från männens våld begränsade kvinnors möjligheter att uppfylla några av de mest grundläggande psykologiska och existentiella behoven och värdena i livet, såsom möjligheten att dela sin livsvärld med andra, möjligheten att föreställa sig och planera sin framtid samt möjligheten att skydda sig själva och sina barn.



Introduktion

Mäns våld mot kvinnor och våldets konsekvenser

Mäns våld mot kvinnor är ett allvarligt samhälls- och folkhälsoproblem globalt såväl som nationellt (García-Moreno et al., 2013; Heimer, Andersson, & Lucas, 2014). Ungefär var fjärde kvinna i Sverige kommer att utsättas för våld i en nära relation någon gång i sitt liv, oftast av en manlig partner (Nevala, 2014; Frenzel, 2014). Våld mot kvinnor i nära relationer kan ha olika uttryck och brukar delas in i olika typer som exempelvis fysiskt våld, psykiskt våld, sexuellt våld, materiellt våld, ekonomiskt våld och försummelse (se exempelvis Frenzel, 2014). Ofta utsätter mannen samma kvinna upprepat för mer än en typ av våld (Frenzel, 2014; Lundgren, Heimer, Westerstrand & Kalliokoski, 2001; Walby & Towers, 2018). Våldet bör på så vis inte förstås i termer av enskilda händelser, utan utgör snarare ett komplext mönster av handlingar och beteenden över tid, vilka ofta upprätthåller förövarens kontroll över kvinnan (Dobach & Dobasch, 2004; Donovan & Barnes, 2021; Stark, 2013). I Brottsförebyggande rådets nationella kartläggning av brott i nära relationer från 2014 visades att 11,5 % av kvinnorna hade varit utsatta för fysiskt våld i en

nära relation någon gång under sin livstid. Motsvarande siffra för psykiskt våld var 23,5 % (Frenzel, 2014). Samtidigt som brott i nära relationer är utbredd är lagföringsgraden är relativt låg då endast omkring 5% av de som utsatts för brott i nära relationer polisanmäler (Frenzel, 2014; Skoog Waller & Langeborg, 2018). Något som bidrar till att mäns våld mot kvinnor i nära relationer är särskilt allvarligt är den höga graden av upprepning och systematik (Hester, 2013; Walby & Towers, 2018) samt att våldet ofta innebär att mannen kontrollerar och begränsar kvinnans frihet över tid (Dobasch & Dobasch, 2004; Donovan & Barnes, 2021; Stark, 2009, 2013).

År 1982 blev misshandel i hemmet ett allmänt åtalsbrott. För att stärka det straffrättsliga skyddet för kvinnor som utsatts för upprepat och systematiskt våld av en partner infördes 1998 brottsrubriceringen grov kvinnofridskränkning. Den nya brottsrubriceringen skulle möjliggöra att flera enskilda brottsliga handlingar kunde bedömas tillsammans och ge ett högre straffvärde än om handlingarna bedömts enskilt. På så vis skulle straffvärdet bättre motsvara den skada som åsamkats brottsoffren. Under de första åren efter införandet av den nya lagstiftningen ökade antalet anmälningar, uppkläringar (åtal) och lagföringar (fällande domar) av grov

kvinnofridskränkning (Westfeldt, Törnqvist, Huuva & Skarp, 2019). Från 2009 och framåt minskade däremot andelen anmälda fall och lagföringar av grov kvinnofridskränkning trots att andelen kvinnor som rapporterar att de utsatts för partnervåld ökat i Brottsförebyggande rådets årliga nationella trygghetsundersökning (Westfeldt et al., 2019). Personuppläkningen minskade under samma period då ca 40 procent av anmälda brott gällande grov kvinnofridskränkning gick till åtal 2003 och 2004, medan endast 16 procent gick till åtal 2017 (Westfeldt et al.). Några möjliga orsaker till den minskade lagföringsgraden gällande grov kvinnofridskränkning är enligt Brottsförbyggande rådet (Westfeldt et al.: al.) att polisen i lägre grad registrerar brott som grov kvinnofridskränkning, att förutsättningarna för att utreda grov kvinnofridskränkning försämrats på grund av ansträngda arbetsförhållanden och bristande personalresurser samt att beviskraven för fällande dom har skärpts. Konsekvenserna för våldsutsatta av den låga lagföringsgraden och det svaga straffrättsliga skyddet kan vara allvarliga och långtgående. I många fall fortsätter eller till och med eskalerar våldet efter att kvinnan har lämnat relationen (Bruno, 2016; Campbell, Glass, Sharps, Laughon, & Bloom, 2007; Hester 2013; Rying, 2007; Radford & Hester, 2015). Huruvida samhället lyckas begränsa mannens våld eller ej kan ha avgörande betydelse för kvinnans liv och hälsa. Ett aktuellt exempel är resultaten i Socialstyrelsens dödsfallsutredningar (2022) där en stor mängd brister i samhällets skyddsnät identifierats, vilka förekommit i fall där kvinnor dödades av en närstående, i regel av en man. Socialstyrelsens utredningar visar att både brottsoffer och förövare hade haft omfattande kontakter med olika samhällsaktörer som t ex socialtjänst och hälso- och sjukvård utan att frågan om våld aktualiserades, trots att brottsoffer hade berättat att de levde med en aggressiv partner eller i en konfliktfylld relation. Det öppnar upp för tolkningen att samhällets responser tenderar att vara oproportionerligt svaga i relation till de allvarliga konsekvenser som mäns våld mot kvinnor kan ha. Utsatthet för våld i en nära relation kan vara en större riskfaktor för ohälsa bland kvinnor än vad högt blodtryck, rökning och hög kroppsvikt är (Vos et al., 2006) och kvinnor som utsatts drabbas av fysiska besvär som skador, generell smärta och magproblem, psykiska besvär som depression, PTSD, ångest och sömnproblem (Campbell, 2002; Dillon et al., 2013), samt konsekvenser som nedsatt arbetsförmåga, ökad sjukfrånvaro och ökad risk att dö i förtid (Ornstein, 2017; Trygged et al., 2014a, 2014b). De ekonomiska samhällskostnaderna för det könsrelaterade våldet mot kvinnor i Sverige beräknades uppgå till 6,6 miljarder *euro* bara under 2019 (EIGE, 2021). Mäns våld mot kvinnor är inte begränsat till någon särskild grupp i samhället, utan förövare och utsatta finns t ex i alla socioekonomiska grupper, samtidigt som särskilt utsatta grupper kan identifieras vilka har svagare tillgång till stöd och skydd från samhället, som exempelvis kvinnor med funktionsnedsättning och personer som identifierar sig som HBTQI (Åkesson, Darj, Malmberg, & Ravanbakhsh, 2018). Kvinnor som har barn tillsammans med förövaren drabbas också särskilt hårt (Bruno, 2016; Katz, 2015; Lapierre, 2021; Radford & Hetser, 2001; Skoog Waller & Langeborg, 2018) och hos barn har allvarliga konsekvenser av att leva med pappors våld mot mammor observerats (se exempelvis Bayarri Fernandez et al., 2011). En annan konsekvens hos kvinnor som utsatts för våld av en

partner är att de i högre grad än övriga befolkningen upplever ensamhet (Rokach, 2007; Goodman & Epstein, 2020). Inte minst under Covid 19-pandemin har frågor aktualiserats om hur våldsutsatta kvinnors situation påverkas av ökad isolering och ensamhet samt minskad tillgång till sociala kontakter och samhällets skyddsnät. Den här rapporten handlar inte specifikt om erfarenheter av ensamhet kopplade till pandemin, men den har belyst det behov som finns av mer kunskap om vilken betydelse ensamhet och social isolering har för kvinnor som utsatts eller har utsatts för våld av en partner.

Ensamhet och socialt stöd

Ensamhet och gemenskap spelar centrala roller i människors liv. Evolutionärt har sociala relationer haft ett avgörande överlevnadsvärde och människans behov av att inte vara ensam kan beskrivas som både emotionellt och biologiskt (Holt-Lundstad, 2017). Social isolering och ensamhet är något som många av oss försöker undvika och som utgör tydliga riskfaktorer för försämrad livskvalitet, fysisk och psykisk ohälsa och även för tidig död (Beutel et al., 2017; Henriksen, Larsen, Mattisson, & Andersson, 2019; Leigh-Hunt et al., 2017). Avsaknaden av sociala relationer medför hälsorisker som är jämförbara med eller till och med överstiger riskerna kopplade till andra kända ohälsorisker som övervikt, fysisk inaktivitet eller rökning (Holt-Lundstad et al., 2010, Holt-Lundstad, 2017). Ensamhet och isolering hänger ihop, men bör förstås som två skilda koncept. Medan social isolering representerar ett objektivt tillstånd av avsaknad av sociala kontakter och interaktioner, representerar ensamhet den personliga upplevelsen av att sakna nära band eller känsla av gemenskap med andra, eller att känna sig socialt och existentiellt avskuren och övergiven (Goodman & Epstein, 2020; Murthy, 2020). Ensamhet är också nära förknippat med känslor av meningslöshet och att sakna mening i livet (Bondevik & Skogstad, 2000; Stillman et al., 2009; Zeligman, Varney, Gheesling & Placeres, 2018). Den existentiella ensamheten kan däremot betraktas som en del av människans livsvillkor (Perlman & Peplau, 1981; Strang, 2010), även om de flesta av oss sällan möter den i vardagen. Människans upplevelse av existentiell, inre ensamhet blir påtaglig då vi möter hot, lidande eller andra situationer som aktualiserar våra villkor. I situationer av kris och överväldigande utmaningar blir vi ofta varse att vi oundvikligen och ytterst är ensamma (Strang, 2010). I den här rapporten använder vi även termen existentiell ensamhet för att beskriva erfarenheter av att inte kunna dela sina innersta tankar och känslor med någon annan – känslor av att ingen annan kan förstå och av att stå helt ensam i det svåra.

En faktor som är av stor vikt för återhämtning efter trauma är socialt stöd (Kaniasty, 2012; Saltzman et al., 2018; Xu & Ou, 2014), medan frånvaro av socialt stöd har visat sig förvärra psykisk ohälsa till följd av kris (Wang, Mann, Lloyd-Evans, Ma, & Johnson, 2018). Flera studier skiljer på positivt och negativt socialt stöd (Holeva et al., 2001; Ullman, 1996; Zoellner, Foa & Brigidi, 1999). Att mötas av negativt socialt stöd efter trauma har inte bara visat sig vara relaterat till allvarligare PTSD-symptom, men har till och med visat sig vara en starkare prediktor för graden av PTSD än den händelse eller situation som orsakade traumat från början (Zoellner et al., 1999). Upplevelser av både existentiell och social ensamhet



har visat sig vara framträdande hos kvinnor som utsatts för våld av en partner (Rokach, 2006, 2007; Engnes, Lidén och Lundgren, 2012).

Omgivningens och samhällets responser på mäns våld mot kvinnor

Mäns våld mot kvinnor i nära relationer beskrivs ofta som ett dolt problem trots att det vanligtvis finns personer i den utsattas sociala nätverk eller i samhällets skyddsnät som känt till våldet, som exempelvis familjemedlemmar, vänner, grannar, kollegor och socialsekreterare (Hydén, 1994, 2015, 2016, 2021). Margareta Hydén har genom sin forskning utvecklat kunskap om hur runt våldsutsatta kvinnors responsnätverk agerar som gensvar på våldet (Hydén, 1994, 2015, 2016, 2021). I den föreliggande rapporten använder vi termen responser för att beskriva reaktioner, beteenden eller agerande från personer i den utsattas omgivning som svar på våldet eller kvinnans våldsutsatthet, eller på kvinnans försök att bli fria från männens våld. Som responser benämner vi också uteblivna reaktioner eller uteblivet agerande. Ett flertal studier och undersökningar utförda i Sverige rapporterar att samhällets stöd och skydd till våldsutsatta kvinnor och deras barn, samt villkor för att erbjudas hjälp, varierar mellan olika kommuner, att stöd och skydd inte möter kvinnornas och barnens behov och att myndigheter kan bidra till fortsatt våldsutsatthet (Bruno, 2016, 2018; Ekström, 2016; Rekke, Angsell, Mungér & Göransdotter, 2020). Exempel på bristande skydd och

stöd ges i Socialstyrelsens genomgång av samtliga fall där en kvinna dödsats av en partner eller tidigare partner under 2016 och 2017 (Socialstyrelsen, 2018), något som ofta skedde i närvaro av kvinnornas barn. Kartläggningen visade att samtliga kvinnor hade sökt hjälp eller varit i kontakt med myndigheter innan de dödades. Socialstyrelsen bedömde också att om myndigheter hade agerat snabbare och mer adekvat så hade dödandet av de flesta av dessa kvinnor kunnat undvikas. Delvis kan okunskap och inadekvata rutiner hos myndigheter och andra samhällsaktörer leda till att kvinnor och barn inte får det skydd och stöd de behöver (Ekström, 2016), men den hjälp som erbjuds är också beroende av de professionellas förståelse av våldet – för att erbjuda adekvata insatser behöver professionella förstå våldet som våld snarare än som jämbördiga konflikter (Mattsson, 2013). Hälso- och sjukvården har en särskild möjlighet att fånga upp kvinnors utsatthet för partnervåld och besök hos sjukvården kan vara den enda chans som våldsutsatta kvinnor har att berätta för någon om våldet. I en studie av Wendt & Enander (2013) beskrivs bemötande från hälso- och sjukvården som bidragit till att våldsutsatta kvinnor känt sig stöttade och bemötande som fått dem att känna sig övergivna. Som stöttande benämndes bemötande som förmedlade kunskap, visade medkänsla och bidrog till att avlasta och skydda kvinnan samt stärka självkänsla. Det kunde t ex handla om att lyssna på kvinnans berättelse, stödja kvinnan i praktiska uppgifter, visa förståelse för kvinnans situation och ta ansvar för att anmäla våldet. Bemötande som fick kvinnorna att känna sig övergivna ut-

gjordes bl.a. av uteblivna åtgärder, försvårande av dialog och bemötande som orsakade besvikelse. Det kunde handla om att personalen fick kännedom om våldet utan att vidta åtgärder, att de missade tillfällen att fånga upp våldsutsatthet, lämnade kvinnan att klara sig själv eller rent av hade ett arrogant eller kränkande beteende (Wendt & Enander). Sammantaget kan det bemötande som våldsutsatta kvinnor får hos hälso- och sjukvården samt hos andra samhällsaktörer eller myndigheter spela avgörande roll för att hindra eller hjälpa kvinnor att bli fria från våld.

Trauma, eftervård och familjerättsliga aspekter

Att utsättas för våld är potentiellt traumatiserande, särskilt om våldet utövas i en nära relation (Luthra et al., 2009). Bland personer som utsatts för partnervåld har 31 till 97 procent rapporterat utveckla PTSD (Jones et al., 2001; Khadra et al., 2015; Pill et al., 2017) och ofta förekommer traumasymptom i många år efter separationen från våldsutövaren (Woods, 2000). Det ska understrykas att det inte bara är grovt fysiskt eller sexuellt våld som leder till bestående traumatisering, utan olika typer av våld och till synes mildare våld kan leda till PTSD (Leahy, 2008). Besvären kan tolkas som andra typer av psykiatriska och somatiska hälsobesvär vilket kan medföra hinder för adekvat vård och behandling (Van der Kolk, Roth, Pelcovitz, Sunday & Spinazzola, 2005). Personer som utsatts för upprepade och långvariga trauman utvecklar dessutom mer komplexa symptom som dissociation, nedsatt affektreglering, somatisering och problem kopplade uppmärksamhet, minne, identitet och relationer (Herman, 1992; Van der Kolk, 2005; 2015). Traumatisering och andra negativa konsekvenser av våldet riskerar att fördjupas när den som utsatts möts av bristande stöd, exempelvis genom ifrågasättande, skuldbeläggande och misstänkliggörande i mötet med professionella (Laing, 2017). Att den som har blivit utsatt för våld utsätts ytterligare i olika samhällsprocesser som följer av den primära utsattheten, är särskilt förekommande i fall som rör mäns våld mot kvinnor (Bruno, 2016; Hardesty & Ganong, 2006; Hayes, 2012) och benämns ibland sekundär viktimisering. Laing (2017) beskriver att *sekundär viktimisering* uppstår som en känsla av svek kopplat till ”den utsattas förväntningar om att hon ska bli trodd, validerad och skyddad när hon istället möts av skuldbeläggande attityder och minimering av hennes viktimisering” (s. 1316, förf. övers.). Bruno (2018) beskriver t ex hur institutionella och diskursiva faktorer bidrar till en tendens att osynliggöra könade aspekter i våld, som att kvinnor i högre grad än män utsätts för våld i nära relationer, samtidigt som tillskrivandet av ansvar för våldet könas på så vis att kvinnor som utsätts tillskrivs ansvar för sin utsatthet. Tendensen att skuldbelägga offret för sin utsatthet brukar benämnas *victim blaming*, och termen *mother blaming* har föreslagits för att beskriva hur mammor som utsatts för våld av sina barns pappor, i olika myndighetsprocesser bedöms som ansvariga för våldet och dess konsekvenser för barnen, samtidigt som deras kontroll över sina barns situation ofta begränsats av samma myndigheter (Bruno, 2018; Lapierre, 2009; Radford & Hester, 2001). I Sverige är det barn vars mammor utsatts för våld av deras pappor i regel fortsatt umgänge med pappan, och det gäller även i fall där barn mot-

sätter sig umgänge och där barn har berättat om att pappan utsatt dem för fysiskt och/eller sexuellt våld (Forssell, 2016; Forssell & Cater, 2015). I en kartläggning som utförts av från Jämställdhetsmyndigheten på uppdrag av regeringen granskades 814 mål gällande umgänge, boende och vårdnad från landets 48 domstolar. Kartläggningen visade att det i 64 % av dessa mål fanns uppgifter om våld eller andra övergrepp mot ett barn eller den andra föräldern/partnern, men att det sällan framgick i domarna att resonemang kring våldets omfattning och negativa konsekvenser förts. I vissa fall gick det inte att utläsa att domstolarna överhuvudtaget tagit ställning till uppgifterna om våld (Jämställdhetsmyndigheten, 2022). Kartläggningen visar också att riskbedömningar och barnrättsperspektiv brister i domstolarnas bedömningar vilket medför allvarliga följder som att barn tvingas bo eller ha umgänge med en våldsutövande förälder samt att risken för dödligt våld ökar, detta trots att granskningen gjorts efter att barnkonventionen blivit lag. Slutsatsen dras att lagstiftarens intentioner om skydd för våldsutsatta barn och vuxna inte fått genomslag i domstolarna på ett tydligt sätt. Jämställdhetsmyndighetens kartläggning bekräftar bilden av att pappors våldsutövande sällan beaktas i bedömningar av föräldraförmåga, vilket tidigare visats i Roks (Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige) rapport *Våld och vårdnad* (Diesen, 2021) som baseras på en genomgång av ett stort antal mål gällande vårdnad, boende och umgänge. *Våld och vårdnad* belyste också att kvinnor hamnar i svåra dilemman där de enligt föräldrabalken å ena sidan är skyldiga att skydda sina barn från den våldsutövande pappan men samtidigt riskerar att anklagas för umgängessabotage och förlora vårdnaden om hon skyddar barnen (Diesen). Enligt föräldrabalken (SFS 1949:381) har barnet rätt till en nära och god kontakt med båda föräldrarna vilket väger tungt i domar gällande vårdnad, boende och umgänge. Samtidigt visar Jämställdhetsmyndighetens kartläggning (2022) att det sällan är tydligt att det beaktats hur en förälders våldsutövande påverkar möjligheten till en god kontakt. Domstolarna beaktade och bedömde istället samarbetssvårigheter som en större risk för barnen och bortsåg från hur maktobalansen mellan en förälder som utövat våld och en förälder som utsatts för våld påverkade möjligheterna till samarbete på jämlika villkor (Jämställdhetsmyndigheten). Rådande praxis, som innebär att barn tvingas till umgänge med våldsutövande fäder, tillämpas trots att det visats att barns återhämtning och möjlighet att ta till sig av traumabehandling är beroende av att de inte tvingas till umgänge med fadern (Broberg et al., 2011). Tydligt kopplat till gemensamma barn är också mäns möjlighet att fortsätta utöva eftervård mot kvinnan efter separationen, ett våld som myndigheter och olika samhällsaktörer kan göras delaktiga i (Bruno, 2016, 2018; Hardesty & Ganong, 2006; Hayes, 2012).

Stigma och frånvaro av socialt och samhälleligt stöd

Baserat på tidigare forskning om samhällets stöd till våldsutsatta kvinnor är det relevant att studera betydelsen av existentiell ensamhet i relation till det stöd och bemötande våldsutsatta kvinnor upplevt vid uppbrott och hjälpsökande.

Bessel van der Kolk är en forskare och kliniker som har haft särskilt stor betydelse för rådande kunskap om hur

psykiska trauman påverkar människors liv och hälsa och om hur trauma kan behandlas. Han betonar att traumatisering kan bero mer på vem som fanns där för individen, och vilket stöd som gavs, efter att det hemska hade hänt än vad som faktiskt hände (Van der Kolk, 2015). Van der Kolk lyfter också möjligheten att känna sig trygg med andra människor som den viktigaste faktorn för hälsa, och får stöd i forskning som jämför betydelsen olika hälso- och ohälsfaktorer (Henriksen, Larsen, Mattisson, & Andersson, 2019; Luo, Hawkey, Waite & Cacioppo, 2012). Tillgång till trygga relationer har också stor betydelse för individens möjlighet till återhämtning efter trauma och kris (Kaniasty, 2012). När en person har utsatts för våld i en nära relation finns särskilda risker för allvarligare och mer komplex traumatisering i och med att våldet och hotet om våld ofta funnits i personens liv upprepat och under en lång tid och utövats av någon som personen stått nära och varit beroende av (Van der Kolk, 2015). Dessutom är våldsutsatthet förknippat med stigma vilket ytterligare kan utgöra hinder för den utsattas möjligheter att *söka* hjälp, och att erbjudas *adekvat* hjälp, stöd och skydd (Murray, Crowe & Akers, 2016). Stigma kan beskrivas som en form av social märkning som leder till nedvärdering, isolering, diskriminering och marginalisering av individer som tillhör en social kategori eller som exempelvis bär på en särskild erfarenhet (Goffman, 1963). Den stigmatiserade identiteten förknippas med negativa och stereotypa egenskaper, och innebär att personen förlorar status och makt samt separeras från de som inte bär stigma (Link & Phelan, 2001). Konsekvenser av det stigma som påförs våldsutsatta kvinnor kan exempelvis vara att de i kontakt med myndigheter möts av misstro eller hålls ansvariga för våldet, att misstankar om våld inte adresseras inom hälso- och sjukvård, skola eller andra instanser, och att samhällen inte utformar rättssystem som lyckas begränsa och lagföra mäns våld mot kvinnor (Overstreet & Quinn, 2013).

När det gäller våld i nära relationer kan utsattheten och eventuellt eftervåld utgöra gränssituationer där individens vanliga sätt att se på livet, världen och på sig själv inte längre upplevs som giltiga och där den existentiella ensamheten blir påtaglig (Janoff-Bulman, 1994). Som nämnts så ökar ofta behovet av socialt stöd från omgivningen när vi genomgår kriser och vi har lättare att klara av dessa när vi inte är socialt ensamma (Strang, 2014). Det sociala nätverk vilket kvinnor som utsatts för partnervåld har omkring sig kan således betyda mycket för möjligheten till bemästrande av situationen och återhämtning efter traumat. Upplevelser av ensamhet kan vara både en följd av svagt samhälleligt och socialt stöd (Pratt-Eriksson, Bergbom & Lyckhage, 2014) samt utgöra ett hinder för uppbrott och hjälpsökande (Holmberg & Enander, 2007).

När kvinnor som utsatts för våld av en partner upplever att de har socialt stöd från omgivningen främjas deras möjligheter till att gå vidare, återhämta sig och medverka i eventuella rättsprocesser kopplade till våldet (SOU, 2015). Redan respon- sen och bemötandet som en kvinna får av närstående och via stödfunktioner i samhället, när hon berättar eller försöker berätta om sin våldsutsatthet, är av betydelse i detta avseende (Eklund Erikson & Olbers, 2018; Pratt-Eriksson et al., 2014). Omgivningens tillgänglighet, bemötande och stöd kan därför vara kritiskt för kvinnans, och hennes eventuella barns, säkerhet men också för hennes möjligheter att lämna relationen till våldsutövaren definitivt. Samtidigt verkar det samhälleliga stöd som våldsutsatta kvinnor erbjuds ofta fokusera på den omedelbara krisen vid separationen, med säkerhet och samtalsstöd i fokus, trots att kvinnorna ofta är i behov av ett mer holistiskt och långsiktigt stöd (Länsstyrelsen Skåne, 2018). Kvinnojourer utmärker sig på så vis att de ofta erbjuder ett bredare stöd, praktisk hjälp och tillgång till sociala sammanhang som kan ersätta det sammanhang som gått förlorat i och med relationen till och uppbrottet från våldsutövaren (Goodman, Bennett & Dutton, 1999). När kvinnor skyddsplaceras på grund av mäns våld i nära relationer kan de tvingas lämna sitt sociala nätverk, hem och sysselsättning vilket torde öka behovet av nya sociala sammanhang. I många fall lever kvinnan redan i en kontext av social isolering, som en del av våldet (Stark, 2009). Hon kan ha förlorat kontakt med delar av, eller hela, sitt sociala nätverk under relationen med våldsutövaren. Känslor av existentiell ensamhet är som nämnts också vanliga kopplade till de myndighetsprocesser som kan följa av våldet (Pratt-Eriksson et al., 2014), där många utsatta beskriver att våldet de utsatts för inte tagits på allvar och uppgifter om våld tenderar att osynliggöras (Ekström, 2016; Eriksson, 2003; Mattsson, 2013; Skoog Waller & Langeborg 2018). När utsatthet för våld förminskas eller ignoreras av aktörer som har ansvar för att hjälpa den utsatta riskerar det att leda till retraumatisering och sekundär viktimisering genom upplevelsen av att bli utsatt på nytt, och övergiven av en omvärld som hade kunnat hjälpa (Pratt-Eriksson et al., 2014).

Vi hoppas att den här rapporten kan bidra till ökad förståelse och kunskap om hur våldsutsatta kvinnors livsvillkor påverkas av samhällets och omgivningens responser på våldet, med särskilt avseende på hur dessa responser kan medföra och vidmakthålla ensamhet eller minska och bryta ensamhet. Förhoppningen är att bidra till en fördjupad kunskap om vilken betydelse social och existentiell ensamhet har för kvinnor som utsatts för mäns våld och hur ensamhet påverkar kvinnornas möjligheter att blir fria från våld.

Förklaring av begrepp

Social ensamhet	Upplevelser av att inte ha någon att anförtra sig till, att sakna relationella band till andra eller av att sakna samhörighet med andra.
Existentiell ensamhet	Upplevelser av att ytterst och oundvikligen vara helt ensam, vilka ofta aktualiseras i kris. Det kan också vara upplevelser av att inte kunna dela sina innersta tankar eller känslor med någon annan – att ingen annan lyssnar eller kan förstå.
Omgivningens responser	Reaktioner eller agerande från personer i omgivningen som svar på våldet och våldsutsattheten, den utsattas situation eller försök att bli fri från våld. Personer i omgivningen kan vara familj, vänner, grannar, kollegor eller andra i den utsattas närhet.
Samhällets responser	Reaktioner eller agerande från myndigheter och andra samhällsaktörer som svar på våldet och våldsutsattheten, den utsattas situation eller försök att bli fri från våld. Det kan röra sig om responser från myndigheter, eller myndighetspersoner eller professionella inom exempelvis socialtjänst, polis, domstol, vård, skola eller ideella organisationer.
Eftervåld	Våld som fortsätter efter att kvinnan lämnat relationen. Det kan handla om olika typer av våld, t ex fysiskt, ekonomiskt eller materiellt. Det kan handla om att mannen trakasserar, hotar eller stalkar kvinnan, förtalar, sprider rykten eller saboterar kvinnans sociala relationer, manipulerar myndigheter och personer i omgivningen eller utsätter och använder barnen i maktutövandet.



Syfte och metod

Syfte

Syftet med studien var att undersöka kvinnors erfarenheter av av social och existentiell ensamhet och isolering relaterat till att utsattas för våld i en parrelation. Studien syftade också till att undersöka vilken betydelse omgivningens och samhällets responser på männens våld, på kvinnornas motstånd och försök att bli fria från våld, hade för kvinnornas erfarenheter av ensamhet. Vidare undersökte studien vilken roll ensamheten spelar i kvinnornas liv.

Ansats

I projektet användes kvalitativ metod eftersom fördjupad kunskap om våldsutsatta kvinnors erfarenheter söktes. Studien genomfördes i form av en intervjustudie med narrativ ansats och undersökte mönster i kvinnornas levda erfarenheter av våldsutsatthet och ensamhet med hänsyn till strukturella faktorer.

Om de intervjuade kvinnorna

Mäns våld mot kvinnor är ett samhällsproblem som tenderar att osynliggörs och omförhandlas (Ekström, 2018; Hoppstadius, 2018; Mattsson, 2013), och många av kvinnorna som deltog i intervjuerna hade erfarenheter av att ha blivit tystade eller bemötta med tystnad när de hade försökt berätta om våldet de utsatts för. Av den anledningen har vi sett det som särskilt viktigt att ge kvinnornas röster och levda erfarenheter utrymme i den här rapporten. Resultatdelen innehåller därför många och långa citat. Samtidigt behöver vi ta hänsyn till att det kan finnas särskilda hotbilder mot kvinnor som utsatts för våld av en partner långt efter att relationen tagit slut. Med tanke på riskerna det kan innebära att lämna ut ingående information om enskilda kvinnor i den föreliggande studien, har vi inte möjliggjort för dig som läsare att kunna följa var och en av kvinnorna genom resultatdelen genom att ge dem fingerade namn eller uppge deras ålder intill citaten. Istället ger vi här en övergripande beskrivning av undersökningsgruppen.

Tjugo kvinnor som hade varit utsatta för våld av en tidigare partner intervjuades i studien. Kvinnorna rekryterades genom kvinnojourer och liknande verksamheter. Kriterium för att

delta i studien var att deltagaren skulle vara kvinna, minst 18 år och att våldet skulle ha skett i en tidigare snarare än i en nuvarande relation. Samtliga kvinnor som deltog i studien hade varit utsatta av män, men våldsutövarens kön var inte ett kriterium för deltagande. Kvinnornas ålder varierade mellan 22-75 år, och femton av kvinnorna var i åldern 30-45 år. Så gott som alla kvinnor hade relativt hög socioekonomisk position med avseende på utbildning och yrkesbakgrund. Fyra av kvinnorna var födda utanför Sverige och av dessa var en kvinna född i ett annat nordiskt land, en kvinna född i ett europeiskt men inte nordiskt land och två kvinnor var födda utanför Europa. Varaktigheten i relationerna till männen varierade mellan 1-24 år. Tiden som förflutit sedan uppbrottet från våldsutövaren varierade mellan 1-34 år, men sexton av kvinnorna hade separerat från männen någon gång under de senaste tio åren. Hälften av kvinnorna hade barn tillsammans med förövaren. Majoriteten av de kvinnor som hade gemensamma barn med männen levde fortfarande vid tidpunkten för intervjuerna i svåra situationer präglade av eftervård, pågående traumatisering och begränsade möjligheter att skydda sina barn från fortsatt utsatthet.

Genomförande och analys

Datainsamlingen pågick från våren 2020 till våren 2021. Två av kvinnorna deltog i tre intervjuer, elva av kvinnorna deltog i två intervjuer och sju av kvinnorna deltog i en intervju. Intervjuerna pågick i 1-3 timmar, med undantag för en uppföljande intervju som pågick i 30 minuter. Intervjuerna var semi-strukturerade och berättarfokuserade på så vis att de inleddes med ett par på förhand bestämda frågor för att sedan följa kvinnans berättande med stöttande frågor och klargörande frågor utifrån frågeområden i en intervjuguide. Frågeområdena baserades på studiens frågeställningar. Intervjuerna öppnades oftast med frågan "Vill du börja med att berätta lite om dig själv?". Om kvinnan inte spontant kom in på berättande om relationen till våldsutövaren ställdes frågan "Du kanske vill berätta lite om relationen till våldsutövaren och hur ditt liv såg ut när du träffade den här personen – vi kan väl starta där du vill?". Intervjuerna spelades in och transkriberades av intervjuaren. Tematisk analys (Braun & Clarke, 2006) användes för att analysera data och identifiera mönster

och återkommande teman i kvinnornas narrativ relaterade till studiens frågeställningar. De teman som identifierades presenteras i resultatet. De kvinnor som hade deltagit i studien fick möjlighet att läsa och kommentera ett utkast av rapporten innan den publicerades.

Forskningsetiska aspekter

Studien ställer höga krav på forskningsetik. För många av de kvinnor som deltog i studien finns särskilda risker förknippade med att utelämnat detaljer om sig själva och den egna livsberättelsen, som skulle kunna knytas till kvinnans identitet. Av den anledningen har vissa överväganden gjorts i skrivandet av denna rapport. Riskerna avseende deltagarnas personliga integritet hanterats genom ett noggrant förfarande i behandlingen av personuppgifter, i enlighet med GDPR. Deltagare kommer att förbli anonyma för utomstående, och uppgifternas konfidentialitet kommer bevaras. Vi avser att i så liten utsträckning som möjligt spara personuppgifter. Forskningsprojektet har prövats och godkänts av Etikprövningsmyndigheten.

Deltagandet i intervjuerna kunde medföra särskilda risker för deltagarnas mående och hälsa, kopplat till berättandet om våldsutövare och ensamhet. I informationsbrevet till deltagarna framgick att forskningsprojektets kontaktpersoner kunde förmedla kontakt med lämplig stödperson eller mottagning om deltagaren upplevde behov av det. Intervjuledaren har själv varit ideellt aktiv inom en kvinnojour. Projektledaren för studien har stor erfarenhet av liknande intervjuer och är legitimerad psykoterapeut, har gedigen erfarenhet av att arbeta kliniskt och forskningsmässigt med känsliga frågor, och handledde intervjuledaren gällande genomförandet av intervjuerna.

Kvinnorna som deltog i studien tog genom ett informationsbrev del av studiens syfte och genomförande, samt information om hur forskningsdata och personuppgifter skulle komma att behandlas. I informationsbrevet framgick också att deltagande var frivilligt och att kvinnorna närsomhelst kunde avbryta sitt deltagande. Informerat samtycke inhämtades från deltagarna och de hade möjlighet att ställa frågor till de medverkande forskarna.



Resultat

Den här rapporten redovisar resultat från en forskningsstudie som undersökt betydelsen av ensamhet och social isolering för kvinnor under och efter relationen med våldsutövaren, men även för möjligheten till återhämtning och att bli fri från våld. Studien undersökte även betydelsen av responser och stöd från olika aktörer i samhällets skyddsnät och från kvinnornas sociala nätverk, med särskilt fokus på kvinnornas erfarenheter av ensamhet och isolering. I kvinnornas berättelser om våldsutsatthet kunde *olika typer av ensamhet* identifieras; social och existentiell ensamhet, liksom grunder för ensamhet och isolering på *olika nivåer*; på individuell samt i synnerhet på relationell och strukturell nivå. Det framgick att kvinnornas ensamhet och isolering både verkade fylla en central funktion i männens utövande av våld, vara en konsekvens av våldet och samtidigt en förutsättning för fortsatt våld. Erfarenheter av ensamhet hängde också tydligt ihop med omgivningens, och inte minst samhällets responser på kvinnornas signaler om utsatthet, deras försök att bli fria från våld och försök att skydda sina barn. Kvinnornas möjligheter att bryta ensamhet och bli fria från våld var starkt beroende av strukturella och relationella faktorer, dvs samhällets och den nära omgivningens responser.

Analysen av intervjuerna resulterade i tre övergripande teman och nio underkategorier:

Social ensamhet och isolering

- Ensamhet som funktion och konsekvens av mannens våld
- Arbetsplatsens relativa betydelse
- Ensamhet som särskild utsatthet
- Ensamhet som trygghet och fängelse

Existentiell ensamhet

- Ensamhet som konsekvens av omgivningens och samhällets responser
- Hjälpökande utan mottagare
- Ensam omsorgsperson men delat föräldraskap
- Ensamhet i att berövas livshistoria, identitet och framtid – om att leva gömd
- Stigma och skam som del i ensamgörande

Förutsättningar för att bryta ensamhet

Social ensamhet och isolering

” Han var fruktansvärt kontrollerande. Jag kunde inte gå utanför dörren alls. Han ringde hela tiden. Jag försökte jobba ett tag men han ringde mig 64 gånger under en dag på jobbet. Så att jag kunde ju inte jobba eller plugga eller umgås. Det gick inte. Han hatade alla som jag kände.

Ensamhet som funktion och konsekvens av mannens våld

För de kvinnor som deltog i studien var social ensamhet en tydlig konsekvens av våldsutsatthet, men också en förutsättning för fortsatt och eskalerande våld. Ensamhet identifierades på olika plan, både relationellt i begränsningar av sociala kontakter och strukturellt i avsaknad av adekvata responser från olika myndigheter och samhällsaktörer, samt i överlappningar mellan dessa plan. Flera av kvinnorna beskrev hur männen använt olika medel för att kontrollera deras sociala kontakter. Framträdande var strategier som inskränkte kvinnornas materiella och ekonomiska medel, rörelsefrihet och tid. Begränsningarna innebar att tillgången till sociala sammanhang utanför relationen successivt minskade, och i många fall förlorade kvinnorna tillgång till olika sociala sfärer i sin helhet, som exempelvis arbetsplatser, vänskapskretsar eller skola.

Det sociala var en del i det. Jag hade inget jobb och ingen ekonomisk trygghet och han hade kontroll på pengarna. Han hade bilnycklar. Ja, allt. Vi bodde ganska långt ut på vischan, och det enda sättet att ta sig var ju med bil, och då satte han i system att gömma bilnycklar. Han kunde skruva ur tändstift ur bilen och såna saker. Jag fick åka och handla, men då hade han ju också koll att det inte tog för lång tid för då ringde han och kollade.

Kontroll av kvinnornas sociala kontakter framstod som en huvudsaklig funktion i mannens våld genom att männen ständigt var upptagna av att övervaka och begränsa kvinnornas kontakter. En konsekvens av det var att kvinnornas sociala kontakter med familj och vänner minskade, vilket i sin tur kunde leda till att kvinnan inte hade någon annan än våldsutövaren att vända sig till. Mannens *ensamgörande* av kvinnorna fungerade på så vis som en faktor som hindrade kvinnorna från att söka hjälp och lämna relationen. Svartsjuka riktad mot andra män kunde framstå som en orsak till mannens kontrollbeteenden, men de sociala begränsningarna omfattade oftast betydligt större delar av kvinnornas nätverk.

Han tyckte ju inte heller om att jag pratade i telefon med någon annan. Och det kunde ju vara min familj, eller min bästa vän. Det kunde vara att jag pratade med mormor så gillande han det inte. Han ville ju få fram sitt budskap att jag inte hade någon annan. Utan mig är du helt ensam. Jag hade bara honom, och skulle jag inte ha honom så skulle jag vara helt ensam och inte ha något.

I vissa fall tolererade männen inga kontakter utanför den närmsta familjen, dvs. mannen själv och eventuella barn. Men begränsningar riktades även mot kvinnans relationer inom den närmsta familjen, mot kvinnans relation till barnen. Ett mönster i kvinnornas berättelser var att mannens kontroll och begränsningar inriktades på kvinnans föräldraskap och relation till sina barn, på så vis att kvinnan inte tilläts uppfylla basala delar av föräldraskapet som att ge omsorg och kärlek, vilket vi återkommer till längre fram i resultatet.

Nej, jag gjorde inte så mycket själv med barnen. Det fick jag inte. Och jag fick hela tiden höra att jag skulle älska honom mest och att barnen kom i andra hand. Så jag blev väldigt känslomässigt kall mot dom för jag fick inte visa att jag älskade dom, men i huvudet tänkte jag hela tiden annorlunda. Man fick inte knyta för nära band, det var det värsta han visste, om man knöt för nära band till sina döttrar. Det är ett sånt där sår som jag har fortfarande, att jag har svikit dom.

Fysiskt eller eskalerande våld verkade ofta triggas av mannens upplevda förlust av kontroll över kvinnans sociala kontakter. Faktorer som skulle kunna bidra till ökad frihet för kvinnan kunde således innebära större hot eller fara vid brist på externt stöd eller skydd.

Men allt som utgjorde ett hot mot hans kontroll över mig triggade ju igång våldet. Och ju större hot det var mot hans kontroll, desto allvarigare våld blev det ju. Och mer livsfarligt.

En kvinna berättar om ett tillfälle när hon utsatts för våld av mannen efter att hon valt att promenera hem från en fest tillsammans med en väninna istället för att åka bil med honom:

Och som en blix från klar himmel så kommer han in alldeles svart i blicken och skriker "Vad fan har du gjort på hemvägen?" Och sen bara en smäll rakt i ansiktet. Och så knuffade han ner mig på golvet och jag flög in i ett element. ...och mina barn kom ju ner för trappan när dom hörde att jag skrek. Alla kom ju ner. Och jag var ju blåslagen. Blåtira, det rann blod ur munnen, och så blev jag ju jätterädd att det skulle ha hänt nåt med bebisen i magen.

I kvinnornas berättelser reflekteras också hur männen kunde vara upptagna av att hitta olika vägar för att kontrollera och begränsa kvinnornas kontakter. En man lade t ex en tändsticka under den fasta telefonen för att kontrollera om kvinnan pratat med någon. Männen kunde installera olika tekniska lösningar i hemmet eller i kvinnornas telefoner för att övervaka kvinnan. Inom det begränsade handlingsutrymme som kvinnorna hade kunde en strategi för att undvika mannens kontroll och våld vara att själv undvika sociala kontakter.

Och han ville ju kontrollera fysiskt liksom så att jag inte hade träffat nån annan man. Och det gjorde att jag träffade kompisar mindre. För det kändes ju inte kul att bli misstrodd när jag bara skulle träffa en vanlig tjejkompis, så var han säker på att jag skulle träffa en kille. Och då skulle han kontrollera det fysiskt när jag kom hem. Liksom stoppa händer upp in i mig, för att känna att jag inte skulle lukta något annat än mig själv.

En annan kvinna uttrycker att det kunde vara möjligt att lära sig strategier för att undvika våldet, men att det ändå inte gick att komma undan. De regler eller ramar som kvinnorna hade att förhålla sig till för att undvika mannens våld var föränderliga och oförutsebara. Hotet om våld var i regel konstant närvarande oavsett situation och oavsett kvinnans beteende och försök att hantera situationen. Om kvinnan hittade en



strategi för att undvika att utsättas för våld verkade våldet och kontrollen ha hittat nya vägar.

Det var en terror av sms konstant när jag satt på jobbet, när jag satt på möten. Och han satte in inspelningsapparater i min bil och i hemmet och förföljde mig till jobbet och rätt var det var så kunde han ringa och fråga Vad gör du där? Och han tog sig in i min telefon och i min iPad och sådär. Man lär sig ganska tidigt hans mönster och man lär sig precis hur man ska undvika det som är värst. Och ändå uppstår det så man kommer ändå inte undan.

En kvinna beskriver att något hon sagt i början av relationen användes som förklaring till mannens svartsjuka som ökade med tiden.

Han kunde skriva sms om den här killen helt plötsligt. En gång sprang jag ut efter ett bråk och han kom efter med en kniv i handen, och sa Jag ska hitta honom. Han kunde skriva till den här killen och låtsas vara jag. Känslan var att han kunde dra upp det närsomhelst. Jag kunde träffa kompisar men han var så svartsjuk. Men det var mitt fel att det började, för när vi började träffas frågade han om jag hade något ihop med en kille jag kände. Och jag svarade direkt nej, fast vi hade kyssts en gång två månader innan jag träffade min pojkvän. Sen fick han veta sanningen och efter det var

han alltid svartsjuk. Så det var mitt fel att det började eftersom jag ljög.

Kvinnan beskrev att det var viktigt för henne att inte se sig själv som ett passivt offer för mannens våld. Hon hade konsekvent gjort motstånd mot våldet och inte accepterat mannens kontroll och beskrev att något hon tog med sig, som fick henne att känna styrka, var erfarenheten att hon kunde försvara sig mot en mans fysiska våld. Detta kan förstås som ett sätt för kvinnan att upprätthålla agens och kontroll. Även om hon delvis kom att dela mannens förklaring till varför han utövade våld mot henne så accepterade hon inte våldet.

Arbetsplatsens relativa betydelse

Arbetsplatsen beskrevs ibland som en fredad zon dit mannens våld inte nådde och där kvinnan hade tillgång till sociala kontakter som kunde fungera skyddande eller frigörande. Arbetet kunde också var ett särskilt hot mot mannens kontroll, vilket kunde leda till att mannen trappade upp våldet. Det framgick också att våldet påverkade kvinnornas arbetssituation och arbetsförmåga på olika sätt och att det funnits tecken på eller signaler om utsatthet som kollegor och chefer på arbetsplatserna hade uppmärksammat. Betydelsen för kvinnan av att utsattheten uppmärksammades var beroende av hur arbetsgivare och kollegor agerade på signalerna. Kvinnor var i vissa fall hjälpta av att signaler uppmärksammades på arbetsplatsen, men det kunde också försätta kvinnor i en svårare situation.

Jag levde ju i ett livsfarligt förhållande. Han hotade med allt möjligt. Det var så brutala grejer så jag kissade på mig var och varannan dag av skräck. Jag var liksom livrädd. Men det var bara min chef som sa nåt, och det var för att han ville sparka mig eftersom jag presterade sämre, och det gjorde han. Men jag har ju pratat med gamla kollegor i efterhand som har sagt att dom märkte. "Men varför gjorde ni inte nånting då?" Det kunde dom inte svara på.

Återkommande var att mannen genom ständig kontakt, kontroll och begränsningar saboterade kvinnans möjlighet att genomföra sitt arbete. I vissa fall var det uttalat att kvinnan inte tilläts arbeta, men det var vanligare att rätten till att arbeta var villkorad av omöjliga krav från mannens sida. Kvinnan kunde ha en uttalad tillåtelse att arbeta men villkoren för att få göra det var svåra att uppfylla. Återigen verkar begränsningar av kvinnornas möjligheter till sociala kontakter ha varit grunden för männens förbud och villkor.

Och sen så hade jag ett annat jobb, och då skulle jag ändå springa och hämta alla barn, för han ville inte göra det fast han bara var hemma. Och jag måste ändå passa tiden han bestämt att jag skulle vara hemma. Och då var jag ju andfådd för jag sprang överallt som en galning, och då trodde han alltid att jag hade gjort något annat, för att jag lät andfådd när jag sprang. Det var mycket sånt. Så väldigt mycket svartsjuka. Det slutade med att jag träffade ingen. Det var inte värt det.

Huruvida kvinnans arbete fungerade som en skydds- eller riskfaktor var beroende av arbetsplatsens benägenhet att agera på utsattheten på ett sätt som var till stöd för kvinnan. En kvinna som under ca 15 år hindrats från att arbeta av sin man berättade att hon tillslut var tvungen att ta ett arbete på grund av mannens shoppingberoende. Arbetet betydde mycket för hennes möjligheter att lämna relationen, inte minst genom att hon fick tillgång till andra referensramar och omdömen om henne själv än mannens. Efter 15 år i en relation där mannen utsatte henne för sadistiskt våld, även när barnen kunde höra, tog det bara några månader för henne att lämna mannen efter att hon fått ett arbete.

Och sen tog det några månader så hade jag bestämt mig för att skilja mig. För det var ju det att dels så hade jag aldrig förr haft några pengar och jag hade aldrig haft några sociala kontakter. Plötsligt så fick ju jag ett liv. Ja, ett arbete. Och sen hur jag blev bemött. Jag minns första dagen jag kom till jobbet och läraren som jag skulle ta över en klass för, han kom och frågade "Du du, vad tycker du om den här uppgiften?" Och jag blev alldeles ställd. För det var ju aldrig någon som frågat om min uppfattning om nånting.

Att kvinnans arbetsgivare reagerade på tecken om våldsatthet och benämnde vad hon såg kan ha hjälpt kvinnan att förstå och definiera sin situation:

Det var efter samtalet med min chef som jag liksom "Jaha". Det var nånting som hon hade sett som hon reagerade på och hon frågade ganska oskyldigt

liksom. Jag förstod nog inte själv hur sjuka saker det var. Så jag tror att det blev ganska uppenbart när jag såg hennes reaktioner kring det jag berättade. Att jag inte tyckte att det var så farligt, men så såg jag ju hur hon reagerade. Och då förstod jag. Men sen var ju jag jätterädd att gå. Jag trodde att han skulle slå ihjäl mig.

Att på eget initiativ berätta om våld för en arbetsgivare eller kollega beskrevs i regel som uteslutet. Däremot var det lättare att berätta om någon benämnde tecknen de såg, uttryckte omsorg eller frågade om hur kvinnan hade det. Att ingen frågade och att kvinnan inte berättade var emellertid det vanligaste.

"Och sen tog det några månader så hade jag bestämt mig för att skilja mig. För det var ju det att dels så hade jag aldrig förr haft några pengar och jag hade aldrig haft några sociala kontakter. Plötsligt så fick ju jag ett liv. Ja, ett arbete."

Om någon hade sagt nånting, att vi vet att du mår dåligt då hade jag kanske agerat på ett annat sätt. För den dag jag lämnade då hade jag ju ingen. Jag hade ingen att vända mig till. Om någon hade sagt att vi kommer hjälpa er, det kommer ordna sig, då hade jag kanske vågat öppna mig, men jag hade ju verkligen ingen kvar någonstans. Och jag hade kollegor som i efterhand har sagt att dom märkte. Mitt i vintern kom jag tydligen i en tunn sommarjacka. Vi fick ju inte köpa några kläder. Vi fick inte köpa nånting. Och en kollega som jag jobbade med sa "Det var så konstigt, du kom liksom i din tunna sommarjacka". Men ingen frågade någonting då. Så att jag fick ju sparken också från jobbet, på grund av att jag förändrades helt och presterade sämre. Jag kunde ju inte tänka klart.

Ideal på arbetsplatsen om jämställdhet mellan föräldrar, i frånvaro av medvetenhet om könsmakt och vilka uttryck mäns våld mot kvinnor kan ha, kunde förstärka en redan utsatt situation.

Jag jobbade på en förskola ett tag. Det var en sån här genusförskola, och dom tyckte ju inte om att jag var hemma så mycket med sjukt barn. För dom tyckte ju att min man också skulle vara hemma. Men det var ju ändå jag som fick skit för det från jobbet fast jag inte hade något val. Dom blev ju arga på mig för att det alltid var jag som var hemma och inte han. Men dom frågade aldrig hur jag hade det. Jag var superisolerad.

Ensamhet som särskild utsatthet

En del kvinnor beskrev att initial ensamhet, när relationen inleddes, utgjorde en form av särskild utsatthet. Ensamheten, oavsett om den fanns där initialt eller tillkom under relationen, innebar att det var svårt att finna tillfälle att berätta om situationen, få stöd från någon i omgivningen samt att definiera våldet som våld. Ensamheten verkade kunna innebära att det gick snabbare att komma in i relationen, och att det var svårare att ta sig ur den.

Vi har inget gymnasium då på orten där jag gick grundskola så jag hade flyttat och hade under lång tid haft en dålig relation till min mamma, så där hade jag inget stöd. Och inte så mycket nära vänner egentligen. Ingen som jag kunde prata med om saker. Och när jag träffade honom hade jag haft en del problem med depression. Man trodde att man var på botten då, men det skulle visa sig att det var mycket längre ner dit. Och när jag träffade honom så kändes det ju som den stora kärleken och allt skulle ju gå så snabbt och vi flyttade ihop direkt.

Att från början sakna goda och förtroendefulla relationer till sina föräldrar, eller att ha varit utsatt i sin ursprungsfamilj, erfors som något som förstärkte utsattheten och konsekvenserna av våldet, eller som själva orsaken till att kvinnan hamnat i relationen med den våldsutövande mannen.

På hösten så flyttade han hemifrån och då blev det ju mycket värre för då var vi plötsligt helt själva. Och jag bodde där nästan hela tiden. För att jag kände ju varken stöd eller förtroende för mina föräldrar och hade jag gjort det så hade jag inte hamnat i den här situationen. Från att han fick den egna lägenheten och vi var där då började det med fysisk misshandel och jag började må väldigt dåligt och blev väldigt deprimerad, och fick också kontakt med BUP under den här sommaren, och mådde väldigt dåligt. Men min omgivning tolkade det bara som att jag var deprimerad.

Några av kvinnorna hade invandrat till Sverige vilket kunde innebära att de inte hade hunnit bygga upp sociala nätverk, eller i alla fall inte hunnit knyta nära förtroendefulla band till nya vänner när de träffade de män som utsatte dem för våld.

Jag hade ingen nära vän. Dom jag träffade var hans vänner, och flickvänner till hans vänner. Och det är så svårt att träffa nya vänner i Sverige.

Det fanns också kvinnor som hade haft ett starkt stöd från omgivningen och som initialt haft ett nätverk av exempelvis familj och vänner vilka också bidragit till att kvinnan förr eller senare hade kunnat lämna relationen. För de kvinnorna var det sociala nätverket ofta delaktigt på olika sätt genom uppbrottsprocessen. För de kvinnor som saknade stöttande nätverk blev även vägen till att lämna mer ensam och konsekvenserna av våldet hade i många fall blivit värre innan kvinnorna kunde lämna. Först när det gått så långt att de kände att inget spelade någon roll längre, att det kvittade om de levde eller dödades av mannen, kunde de lämna. Det kan beskrivas som att de kraschade ut ur relationen istället för att tas emot av ett socialt skyddsnät.

Det var så väldigt ensamt. Jag tror också att det tillslut var såhär att Jag kan inte överleva i det här så jag måste hitta ett alternativ. Jag dissocierade väldigt mycket för det var någonting jag lärde mig vid tillfäl- len då det förekom fysiskt våld eller sexuellt tvång. Jag hamnade utanför min kropp. Men tillslut var det som att jag var så trött på att vara rädd så att jag bestämde mig för att ingenting spelade någon roll, och då behöv- de jag inte vara rädd längre, och då kunde jag lämna.

”Den här förbannade ensamheten. Det är som om det jag varit med om har stängt av någonting i mig. Jag känner mig avstängd. Det är som att jag inte längre har förmåga att relatera till andra människor. Jag vill inte vara ensam. Men jag känner att jag är inte värd att lära känna. Jag är inte värd att lära känna.”

Ensamhet som trygghet och fängelse

Den sociala ensamheten kunde fortsätta efter att relationen till våldsutövaren tagit slut, och kunde erfaras som en trygghet och ett skydd mot de risker som kommer med sociala och intima relationer. Ensamheten kunde erfaras som ett statiskt tillstånd, att vara en ensam människa, och kunde inge en känsla av styrka och oberoende vilken fungerade som motvikt mot den hjälplöshet och sårbarhet som kvinnorna erfarit tidigare. Samtidigt beskrevs inte ensamheten som självvald eller främjande utan som ett nödvändigt livstillstånd efter männens våld, som kunde förknippas med känslor av sorg och förlust. Att vara trygg här och nu hade priset att möjlig närhet till andra och möjliga relationer som hade kunnat och skulle kunna bli, måste gå förlorade.

Jag tror att jag isolerar mig väldigt mycket eftersom det är det enda som är tryggt. Även om det gör mig lite tokig. Men jag vill inte att det ska vara så. Jag vill inte att det ska bli så för andra kvinnor som är utsatta. Det är väldigt viktigt att det inte blir såhär. Jag måste vara ensam för att vara trygg, men det är inte en nyttig ensamhet eller en ensamhet som hjälper något att läka ut.

Även om ensamheten beskrevs som ett nödvändigt eller oundvikligt tillstånd fanns längtan efter att kunna öppna sig i sociala situationer och vara andra nära. Något som kunde hindra kvinnorna från att bryta ensamheten var upplevelsen av att ha



förlorat förmågan att tona in med andra i sociala interaktioner eller låta andra komma nära.

Då släppte jag ju människor in på livet, och så hände dom här sakerna. Det är klart att det sitter kvar. Det är svårt med tillit. Så det är så fortfarande att jag håller folk på en armlängds avstånd. Och jag har inte alls det sociala liv som jag hade tidigare, utan det är ganska ensamt.

Några kvinnor lyfte också positiva aspekter av att kunna leva ensamma och att vara mindre relationsinriktade. De beskrev att det tidigare hade känts viktigt att vara i en kärleksrelation, men att det kan ha berott på omgivningens normer och förväntningar på dem som kvinnor. De kände inte längre att de måste leva med en man eller bilda familj för att ha ett bra liv. Ensamheten gav tillfälle att lära känna sina egna behov och utveckla integritet. De kvinnor som hade blivit fria från våldet och inte utsattes för eftervård, och som inte levde med allvarlig traumatisering, kunde i vissa fall finna en mening i det som hänt dem.

Nu känner jag att jag har byggt upp en relation med mig själv där jag verkligen tycker om att vara i mitt sällskap, men det tog lång tid. Det är en punkt som jag uppskattar mycket och det är kanske ett resultat av att jag var i den relationen. Och hade jag inte hade varit det så hade jag kanske varit samma person som var beroende av att någon skulle älska mig.

Ensamheten kunde vara ofrivillig även om den var självvald i brist på andra rimliga alternativ. Samtidigt som ensamheten beskrevs som en trygg plats, framgick det att det fanns en önskan om att det kunde vara på ett annat sätt. Som orsak till

den ofrivilliga ensamheten kunde kvinnorna beskriva att de förlorat förmågan att relatera till andra. Antingen kunde det vara för smärtsamt för att vara värt det, eller så kunde det vara för svårt att lita på andra. Det kunde också handla om social ångest eller upplevelser av att sakna värde i relation till andra, efter relationen till våldsutövaren.

Den här förbannade ensamheten. Det är som om det jag varit med om har stängt av någonting i mig. Jag känner mig avstängd. Det är som att jag inte längre har förmåga att relatera till andra människor. Jag vill inte vara ensam. Men jag känner att jag är inte värd att lära känna. Jag är inte värd att lära känna.

Att inte ingå i nya kärleksrelationer eller bilda familj kunde beskrivas som ett aktivt val men det beskrevs också som en förlorad möjlighet som hänfördes till den tidigare våldsattheten. En kvinna beskrev exempelvis att det inte var värt det att ha intima relationer efter relationen till våldsutövaren eftersom det fick henne att må så dåligt. Hon hade valt bort intima relationer och att bilda familj och var nöjd med sitt liv. Hon beskrev att det ändå var viktigt för henne att acceptera att det var en förlust och en sorg att behöva göra dessa val.

Jag vill ju gärna vara helt återställd, men jag måste ändå acceptera att det är en sorg. Det går inte att komma ifrån det. Jag vill inte komma ifrån det. Det är viktigt för mig att kunna känna sorg över det som inte kommer bli. Och det är så jag gör för att fortsätta leva. Jag känner dom saker jag känner och jag håller inte på att försöka undvika det. Jag har sorg och så fortsätter jag med mitt liv. Och jag har ju ett väldigt bra liv nu. Det är mycket bättre än jag hade kunnat föreställa mig. För jag var väldigt säker på att jag bara skulle dö.

Existentiell ensamhet

” Jag känner mig enormt ensam för det finns liksom inte någon att vända sig till. Det finns en gräns för vad ens familj och vänner orkar höra och man kan inte prata med professionella för om man har barn kommer det kommer fram till myndigheter som ändå inte kan hjälpa. Det enda som händer är att han får veta vad jag har sagt och det blir värre för barnen som ändå måste vara hos honom. Så ibland så känner jag mig nästan... Alltså jag fick en sån konstig känsla häromdagen, att jag längtade tillbaka. Jag drömde att vi var ihop igen. Och just det där, att då fanns det ändå någon. Men nu. Det är så väldigt väldigt ensamt. För det finns liksom inte nån.

Flera kvinnor beskrev att de mötts av misstro, anklagelser eller likgiltighet när de berättade om våldet, och att bemötandet från omgivningen och samhället varit ett trauma i sig som beskrevs som djupare än traumat som orsakats av mannens våld. Erfarenheterna av att först bli utsatt för våld under lång tid, att därefter fortsatt vara förföljd, trakasserad och förnedrad av mannen och att sedan bli skuldbelagd och övergiven av en omgivning som hade kunnat hjälpa, beskrivs som särskilt svåra att hantera. Den typen av erfarenheter satte ofta djupa spår både i kvinnornas tillit till andra människor och till samhället och i känslan av egenvärde i relation till andra, oavsett om det handlade om vänskapsrelationer, professionella relationer eller kärleksrelationer.

Ensamhet som konsekvens av omgivningens och samhällets responser

I kvinnornas omgivning fanns genomgående personer som hade vetskap eller som fick vetskap om utsattheten. Många gånger verkade våldsutsattheten finnas där som ett tyst faktum. Personer i omgivningen visste men frågade sällan kvinnan om våldet eller relationen. Även om personer i omgivningen inte benämnde vad de såg kunde kvinnorna känna behov av att förhålla sig till deras tysta vetskap, exempelvis genom att täcka över det obehagliga, eller genom att förklara och försvara.

Det var ingen som frågade mig direkt "Men varför är du tillsammans med honom?". Men jag kände alltid att dom tänkte det, och att jag måste förklara och försvara honom.

Även när kvinnan själv tog initiativet till att berätta om sin våldsutsatthet kunde omgivningen svara med tystnad.

Vi diskuterade den här dokumentären som alla hade sett och pratade mycket om, och jag började berätta om att jag hade varit utsatt för våld. Och det var så konstigt hur samtalet tystnade, ingen ställde någon följdfråga, vilket egentligen vore det normala när någon berättar om så allvarliga händelser. Dom ville prata om kvinnorna i dokumentären men ville inte höra om att jag hade varit utsatt.

Att tala om *de andra* kvinnornas våldsutsatthet var välkommet och intresseväckande, men att samtala med en kvinna som berättar om hennes egna erfarenheter av våld verkade svårare, för att inte säga omöjligt. Att en kvinna synliggjorde sin egen våldsutsatthet verkade skapa förvirring och framförallt tystnad hos omgivningen. Genom kodspråk kunde emellertid kvinnor tala *kring* våldet istället för *om* våldet i situationer där det behövdes, t ex i samband med att de fick stöd och hjälp av vänner eller familj vid uppbrott, flytt eller olika myndighetsprocesser. Det kunde talas om *hans problem* eller *det*. Återkommande var att kvinnorna inte berättat ens för de närmaste som de fått mest hjälp av *om* våldet och vad det bestod i. Att kvinnorna var utsatta för våld av männen var ändå något som personerna hade kännedom om, som en tyst och delad vetskap – kvinnorna visste att omgivningen visste.

Inte heller i akuta situationer var det säkert att personer i omgivningen benämnde vad de såg.

Jag sprang för livet och hoppade på den här bussen som var full med folk. Jag var helt förstörd, skräckslagen och grät men ingen frågade något. Ingen sa något. Helt ofattbart. Jag var så ensam.

Något som kunde försvåra kvinnornas möjlighet till skydd och upprättelse i fall då männen polisanmälts för våldet var att vittnen många gånger var ovilliga att *involveras* eller vittna i domstol. En kvinna berättar:

Det var fyra-halv fem på eftermiddagen, på öppen gata i ett bostadsområde, så det var fullt med vittnen, grannar som kom hem från jobbet. Men ingen har vågat säga någonting. Ingen har vittnat i rätten. Trots att dom stod där och tittade när polisen kom.

När kvinnorna synliggjorde männen som våldsutövare, genom polisanmälan eller i vårdnadsprocesser, kunde det leda till att omgivningen uppfattade att det i själva verket var kvinnorna som utsatte männen. En kvinna som bodde i ett mindre samhälle berättade att hon, av personer i hennes nära omgivning, stämplades som en lögnerska som ville förstöra mannens liv när han blev dömd för våldet han utsatt henne för. Hon berättar om hur omgivningens responser blev ett trauma i sig som fortfarande påverkar hennes tillit till andra människor och hennes möjlighet att bygga nya sociala relationer.

Och det var ju några gånger när han höll på att strypa mig så att jag dog. Och då började jag liksom berätta för människor, bland annat då dom här som sa att jag hade hittat på. När jag väl valde att berätta för någon blev jag utmålad som den hemska personen som förstörde hans liv.

"Att inte bli trodd är ett jättetrauma. Alltså våldet jag var med om är ingenting jämfört med det."

Flera kvinnor berättade att erfarenheterna av att lämnas ensam med sin berättelse och att inte bli trodd av personer i sin nära omgivning, var ett värre trauma än våldet i sig.

Att inte bli trodd är ett jättetrauma. Alltså våldet jag var med om är ingenting jämfört med det. Det fanns aldrig någon som tog emot, eller försökte ge mig en annan syn på det här. Och det gjorde att jag liksom inte såg att det var något fel med det här, utan liksom trodde att jag förtjänade det. Jag vet inte hur jag skulle kunna tolka det på annat sätt. Det var mer att han kanske inte var lycklig med mig. Så det är ett jättetrauma. Alltså jag vill inte att någon någonsin ska bli utsatt för våld. Men att bli utsatt för våld och sedan inte bli trodd. Det är otroligt skadande.



Kvinnorna beskriver också erfarenheter av att utsättas igen i mötet med samhällets skyddsnät, i de processer som de förväntat sig skulle skydda dem och deras barn. Våldet kunde minimeras och formuleras om i myndigheternas processer, och kvinnornas erfarenheter var att det påverkade bedömningen av situationen både gällande kvinnornas ansvar och behov av skydd. Att våldet osynliggjordes väckte känslor av överklighet och förnedring. Både myndigheternas responser, på ett formellt plan, och dess konsekvenser påminde om våldet kvinnorna utsatts för av männen på ett interpersonellt plan. Många av kvinnorna använde också ordet *våld* för att beskriva samhällets responser. Att det funnits en förväntan hos kvinnorna om att blir trodda, validerade och hjälpta av de myndigheter de vänt sig till verkar ha fördjupat det svek, den övergivenhet och existentiella ensamhet som kvinnorna erfor.

Jag har aldrig känt mig så hånad som jag gjort av myndigheterna. Och då blev jag ju ändå hånad varje sekund i mitt hem när jag bodde med honom. Jag har bara känt mig så äcklad och äcklig. Vad är det här jag utsätts för? Det här kan inte vara sant. Det är samma känslor som i relationen fast 20 resor värre. Jag har alltid känt att det är ett våld. Jag vill bara skala av mig huden för jag känner mig så äcklig. Du vet, särskilt när jag suttit i domstol och jag suttit och är helt förstörd och berättar vad jag och barnen blivit utsatta för. Att vi hotats till livet, att jag nästan fått mina ögon utpetade, att jag blivit ivägstastad höggravid. Och så sitter domaren och bara svarar "Ja, och hur ska vi göra nu

då med umgänget?" Och jag satt och förklarade att vi bodde på skydd. Det spelade INGEN roll. Jag har aldrig känt mig så hånad. Och en nämndeman satt och sov hela dagen. Då känner man sig sviken och man känner, jag och barnen har inget värde i det här samhället överhuvudtaget.

Bristen på begränsningar från samhällets sida kunde innebära att männen fritt kunde fortsätta att förfölja, hota och trakassera kvinnan och hennes sociala kontakter till den grad att kvinnan hade svårt att träffa vänner och än mindre träffa en ny partner.

Alltså jag har ju några vänner och jag träffar dom nån gång ibland, men jag vågar ju sällan träffa dom tillsammans med barnen trots att vi har barn i samma ålder. För att jag vet ju att han inte gillar dom här personerna. Det begränsar ju mig fortfarande. Och han har ju såna här människor som han litar på som han använder för att ta reda på saker. Och det har ju ibland soc varnat mig om att det är någon som lämnar information. Och det här är så jobbigt. För en del av mina vänner kan ju ändå ta att han trakasserar dom. Men inte alla.

Ett återkommande mönster var att männens våld fortsatte efter separationen men att kvinnor och barn lämnades ensamma med våldet om en initial utredning inte ledde till att barnen kunde skyddas, i och med att barnen behövde ha fortsatt

umgänge med den våldsutövande pappan. I de fallen kunde samhällets responser innebära att barnen fråntogs grundläggande rättigheter och utestängdes från samhällets skydd, vilket lämnade kvinnan ensam med barnens utsatthet, lidande och pågående traumatisering utan några handlingsalternativ för att förändra situationen.

Han var ju väldigt arg under umgängen och gjorde illa dom. Han nöp tvååringen, gjorde illa och tog hårt i barnen. Han tog barnens telefoner och en massa andra konstigheter. Och då var inte jag där, så dom hade ingen. Men det hade ju blivit bestämt av domstolen att dom skulle ha det så. Och dom var ju så himla ledsna när dom kom hem. Och jag ringde till socialtjänsten och berättade precis allt. Och jag fick ju inte alls något gehör. Dom sa att det där är en process som ni har och vi kan inte bry oss om det. Jag tänkte att dom måste hjälpa när barnen utsätts för våld under umgänget. Men dom kunde inte göra något. Barnen var tvungna att fortsätta åka dit. Och jag kände bara att det var jättehemskt.

De kvinnor som hade barn tillsammans med förövaren upplevde existentiell ensamhet i förhållande till behovet av att prata om sina erfarenheter samtidigt som de var hindrade från just det eftersom erfarenheterna innefattade våld. De kunde inte prata med sin nära omgivning om våldet eftersom erfarenheterna upplevdes vara för svåra att höra om, samtidigt som de inte kan prata med professionella om våldet eftersom risken då var att professionella skulle agera med att göra orosanmälningar till socialtjänsten. Det var emellertid inte orosanmälningarna i sig som var problemet, utan att de sällan ledde till insatser som var till skydd för barnen. Orosanmälningarna kunde däremot trappa upp pappans eftervård och anklagelser om att kvinnan ville sabotera hans relation till barnen, men i regel ledde det inte till någon insats eller förändring som var till hjälp eller skydd för kvinnorna och barnen. När samhället agerade med initiala formella responser, som att orosanmäla eller inleda utredning, utan att det följdes av någon praktisk respons till skydd för kvinnan och barnen försvårades ofta deras situation.

Precis allt jag säger som oroar mig, för om det oroar mig så oroar det andra, och då görs en orosanmälan. Men det spelar ingen roll om jag pratar med vården, eller polisen eller BUP eller soc enhet för våld i nära relationer så skrivs det orosanmälningar, utan att det sedan leder till något skydd för barnen, så jag har ju ingen att bolla med. Alltså, jag vet ju inte vad jag ska göra med all oro.

Möjligheterna att berätta om sina erfarenheter och få behandling beskrevs också återkommande som begränsade eller obefintliga just på grund av att kvinnornas trauman berodde på våld.

Jag har aldrig fått någon riktig hjälp heller, med traumabehandling eller så, för det har alltid kommit saker i vägen, att man alltid är mitt inne i en process och då säger dom att "Nej, då kan vi inte hjälpa dig för du måste vara utanför processen", och så har vi flyttats runt. Så jag hinner aldrig få hjälp. Och jag måste prioritera mina barn. Så det är tungt på alla sätt.

Ensamgörandet beskrevs av kvinnorna som en del i hur de system som förväntas skydda våldsutsatta kvinnor och barn är uppbyggda. Ett tema i kvinnornas berättelser är att de ålagts stora ansvar men beretts med litet eller inget handlingsutrymme. Kvinnorna gjordes exempelvis ofta ensamt ansvariga för att motivera barnen att träffa sina pappor som utsatt dem för våld, vilket uppenbart kunde vara en svår eller omöjlig uppgift. En kvinna berättar att det emellertid inte fanns något sätt att visa att hon försökte motivera barnen, eftersom de myndigheter som ansvarar för verkställandet av umgänget varken bistod med hjälp att motivera barnen eller med övervakning av hennes egna ansträngningar. Kvinnan sågs således på förhand som ensamt ansvarig om hon inte lyckades motivera barnen att träffa pappan, trots att orsaken var det våld som pappan utövade.

"Jag tänkte att dom måste hjälpa när barnen utsätts för våld under umgänget. Men dom kunde inte göra något. Barnen var tvungna att fortsätta åka dit. Och jag kände bara att det var jättehemskt."

Eftersom det inte är nån som tror på mig och mina barn när de berättar om pappans våld och ingen vill se eller vara med när det här händer eller vid överlämning, så kan inte jag bevisa att det här händer, eller att dom vägrar och springer hemifrån eller kastar stolar och blir helt panikslagna när pappa ska komma och hämta. Det är ingen som vill se det. Så jag får bara själv berätta det, och det är ingen som tror på det. Jag hade ju önskat att det var socialtjänsten som hade ansvar på nåt vis, att någon utomstående var med vid överlämning. När det var i umgängeslokalen då fick jag ju brev hem att "Om inte alla barnen kommer till umgängeslokalen då ska du betala vite", 5000 kr per tillfälle, en gång i veckan, och då var jag helt liksom. Det kan inte vara sant. Och jag ringde för att fråga "Finns det inte någon som kan komma och vara med och se att jag gör verkligen allt jag kan för att dit alla barnen?" men det var ingen som kunde komma eller följa med eller se vad jag gjorde.

Det språk som användes av myndigheter, för att beskriva mannens våld, kunde omformulera och förminska våldet vilket innebar att kvinnornas erfarenheter av och berättelser om våldet utelämnades ur den samlade bilden av vad som hade hänt och utelämnades ur underlag för avgörande bedömningar. I myndigheternas formuleringar kunde kvinnorna göras ansvariga för våldet som de och barnen utsatts för, vilket beskrevs som en parallell process på samhällsnivå till mannens normalisering av våldet som förekommit i relationen.

Jag upplever att det finns en rädsla hos socialtjänsten när det gäller att fråga och ta emot svaret, och även i hur dom formulerar sig i texten kring våldet. För det var så otydligt, och kändes förminskande både när det gällde det som jag och barnen hade berättat. Jag har stött på personer som varit rädda själva för att ta parti för barnen. För i slutet på den här processen hade jag börjat plugga själv och läst mycket om det våld och normaliseringsprocessen och så. Och de skrev om konflikter istället för våld. Det var förminskande. Det stod ingenting om våld. Utan det stod bråk, och i ordet bråk då känner jag att jag pekas ut som jätteinvolverad. Fast jag har varit utsatt och gjort mitt bästa och stått upp för barnen så beskrevs jag som ansvarig för "bråk" och i "konflikter i relationen". Och det är ju jätteviktigt att det blir rätt i skrift när det är rättsliga processer eftersom det är det som dom läser.

Hjälpsökande utan mottagare

Återkommande var att kvinnor hade berättat om sin utsatthet för professionella inom vården utan att vårdpersonalen agerat eller reagerat på uppgifterna. Kvinnorna fick inte råd om vart de kunde vända sig för att få hjälp och vården följde inte upp kvinnornas situation. Det beskrevs som av överkligt och förnedrande, att ha tagit mod till sig och berättat, "vänt ut och in på mig själv" som en kvinna formulerade det, men mötts av uteblivna eller oproportionerligt svaga reaktioner. Kvinnorna kunde uppleva att de berättat något som inte är så allvarligt eller något som de inte borde ha berättat. En kvinna berättar om hur övergiven hon kände sig när hon efter en allvarlig misshandel möttes av vårdpersonal på akuten som tog hand om det medicinska men inte gav henne något stöd eller råd gällande hennes våldsutsatthet. Hon hjälptes inte heller vidare trots att hon berättade att hennes skador orsakats av mannens våld. Kvinnan hade kört ensam till akuten på natten med skador i nacke och rygg, med en bil vars däck punkterats av mannen för att hon inte skulle kunna ta sig någonstans.

"Man känner sig så ensam. Och dessutom så sent på natten. Det är ju vid dom tillfällena som man önskar att man kunde få bli skjutsad till något tryggt boende eller så. Jag sa som det var, att han hade knuffat mig nedför trappan. Och jag minns att det var någon som frågade om jag trodde att han skulle kunna komma dit. Och jag svarade bara att jag vet inte var han är, och han kommer nog inte till akuten. Och då blev det bara som att, då släppte dom mig bara. Inga hänvisningar till var jag kunde få hjälp. Ingenting."

En kvinna som bodde på en liten ort, där hon beskrev att alla kände alla, berättade om hur hon blev avrättad från att anmäla av distriktssköterskan. Hon beskriver också hur sköterskans respons bidrog till en känsla av handfallenhet i en potentiellt livsfarlig situation. Hon var rädd att mannen skulle döda henne och såg det som en lösning att gå till distriktssköterskan för att få skadorna dokumenterade inför en polisanmälan. Samtidigt funderade hon mycket över hur hon skulle lösa praktiska saker som arbete och bostad åt henne och barnet hon väntade om hon lämnade mannen. När distriktssköterskan avrådde henne från att polisanmäla våldet såg hon ingen utväg utan stannade i relationen med mannen och avstod från att anmäla.

Det är troligt att hon hade haft andra handlingsalternativ om hon istället hade fått stöd i att anmäla och söka hjälp gällande våldet och livssituationen.

Jag var så rädd. På natten vågade jag inte sova. Tänk om han stryker mig och dödar mig. Och mina tonåriga barn sa Men mamma gå till doktorn eller någon hälso-central. Och då gick jag ju dit. Till distriktssköterskan alltså, och sa som det var, och jag var ju helt blåslagen runt ögonen, blåmärken på kroppen och sår i ansiktet. "Jamen skadorna är inte så farliga" sa hon. "Nähä?" Men jag tyckte att dom var farliga och hur skulle jag veta hur det hade gått med barnet? Och hon sa att "Ja, men nu undersöker jag skadorna och så ska jag känna på magen". "Jamen om jag vill polisanmäla det här? Kommer du dokumentera?" sa jag. "Du ska inte polisanmäla, för gör du det så blir det bara mycket värre." sa hon. Och då var jag ju ännu mer chockad. Jag hade ju förväntat mig en helt annan reaktion. Så hur ska jag nu hantera det här?

"Jag upplever att det finns en rädsla hos socialtjänsten när det gäller att fråga och ta emot svaret, och även i hur dom formulerar sig i texten kring våldet. För det var så otydligt, och kändes förminskande både när det gällde det som jag och barnen hade berättat. Jag har stött på personer som varit rädda själva för att ta parti för barnen."

En annan kvinna som utsattes för våld av en manlig partner som ung vuxen berättade om hur hon sökte sig till vården för att göra en abort. Hon berättade då om våldet som hennes pojkvän utsatte henne för och att det var orsaken till att hon ville göra abort. Kvinnan beskriver hur fel det kändes att hon utelämnade sig och berättade om våldet som ingen annan kände till, för en helt okänd person, men att sjuksköterskan som hon berättade för inte alls reagerade på eller berörde våldet. Kvinnan fick ingen hjälp och inga råd kring vart hon kunde vända sig för att få hjälp.

Under tiden som vi var tillsammans så blev jag gravid vid två tillfällen och gjorde två aborter. Och varje gång så berättade jag för vården att "Jag kan inte skaffa barn med den här personen för han slår mig".



Jag gjorde det till två olika sjuksköterskor vid två olika tillfällen, men det står inte ens i min journal. Det står ingenstans. Dom sa bara "Å vad hemskt". Inget mer. Fast jag berättade att jag varit rädd för att han skulle döda mig. Jag var helt förstörd och dom bara skickade hem mig, till honom. Och när det blev utredning så frågade ju polisen efter journalen. För jag sa att jag hade berättat för vården, men det fanns inte någonstans. Jag borde ju ha fått så mycket mer hjälp. Men då kände jag att eftersom dom inte reagerar så var det kanske inte så farligt, och hade det varit allvarligt så hade jag fått hjälp.

Ensamheten handlade inte bara om att det inte hade fanns någon i omgivningen att vända sig till. Många gånger fanns det någon form av stöd, men om stödet inte adresserade våldet riskerade det att fördjupa eller befästa utsattheten. Ofta sökte professionella och personer i omgivningen sårbarheter hos kvinnan eller barnen som individer som förklaring till deras dåliga mående. Fokus på individfaktorer kunde också komma till uttryck i psykiatriska diagnoser vilket kunde medföra att orsaker i livssituationen förbisågs.

Dom tror att det är ADHD, men jag tror att det är PTSD, och det är två helt olika bilder av varför vår dotter mår så dåligt.

Att hjälpsökande ledde till missriktat stöd kan ha fördjupat känslan av att det inte fanns någon riktig hjälp att få. En kvinna som i tonåren hade en relation med en betydligt äldre man som utsatte henne för våld berättade:

Jag hade minimalt stöd, men stödet jag hade var inte till hjälp. Att gå till BUP var jättedåligt för min pojkvän var ju med på alla samtal. Och det finns i BUP-journalen att mina föräldrar i enskilt samtal sitter och pratar om att dom är oroliga för att han inte ska orka med mig för att jag är så jobbig. Det försatte mig i en position där jag var väldigt väldigt ensam och kände att, det finns ingen hjälp att få. Det var ju ingen runtomkring mig som hjälpte mig.

En kvinna berättar att hon och hennes man i början av relationen gick i familjebehandling. I familjebehandlingen berättade kvinnan om mannens våld, bl.a. om allvarligt sexuellt våld, och möttes av rådet att hon skulle fundera på vad hon kunde göra för att minska konflikter med hänsyn till hans kontrollbehov. Behandlarnas tolkning av våldet som ett relationsproblem och deras respons som gick ut på att kvinnan skulle anpassa sig för att undvika att utsättas för våld, skapade en falsk bild av att det var kvinnan som hade kontroll över situationen och gjorde henne än mer maktlös inför våldet. Kvinnan beskriver hur hjälplösheten hon kände inför deras respons bidrog till att hon gick in i en depression och att det tog drygt tio år innan hon kunde lämna mannen.

Det var så överkligt. Jag satt där och berättade om våldet och dom ville att jag skulle försöka ta hans perspektiv och la ansvaret på mig. Som att det var vilket relationsproblem som helst.

Ensam omsorgsperson men delat föräldraskap

De kvinnor som hade barn tillsammans med de våldsutövande männen beskrev samhällets uteblivna skydd och stöd kring barnen som den viktigaste grunden för deras erfarenheter av ensamhet. I sina berättelser om våldsutsatthet kretsade erfarenheterna av ensamhet främst kring barnens situation. Det framstod som att kvinnorna i många fall var hindrade från att reflektera över egna behov av social samvaro på grund av den ständigt närvarande och primära krisen som handlade om att inte kunna skydda sina barn. Den ensamhet som dessa kvinnor beskrev var ofta existentiell snarare än social. Det var upplevelser av att inte kunna dela sin livsvärld med andra, eftersom kvinnornas erfarenheter och situationer var så svåra att omgivningen ofta värjde sig från att lyssna eller förstå. Det handlade också om existentiell ensamhet kopplat till att det inte fanns något de själva kan göra åt barnens situation samtidigt som ingen person, myndighet eller annan instans kunde hjälpa dem eller barnen att bli fria från fortsatt våld och utsatthet. Kvinnorna som hade barn tillsammans med förövaren var ensamma i omsorgen om barnen samtidigt papporna krävde sina rättigheter som föräldrar, exempelvis genom umgängesrätt, efter relationen. Efter uppbrotten drev så gott som alla män myndighets- och rättsprocesser mot kvinnorna gällande exempelvis umgänge, boende och vårdnad. Endast i ett fall hade kvinnan och hennes barn getts möjlighet att lämna mannen utan att han fick någon rätt alls till umgänge med barnen och utan att han utövade eftervård. Däremot dömdes han till fängelse för det våld han utövade mot kvinnan. Kvinnan och hennes barn kunde, efter att ha lämnat våldsutövaren, leva i trygghet och frihet, bygga upp sina liv och läka efter våldsutsattheten, utan att kvinnans handlingsutrymme och frihet begränsades av samhällets responser. Något som var speciellt med kvinnans erfarenheter var att hennes relation med mannen ägde rum betydligt längre tillbaka i tiden jämfört med de andra fallen, och avslutades för 34 år sedan. Samhällets och omgivningens responser på mannens våld och den kvinnans strävan efter att leva ett tryggt liv i frihet från våld ägde på så vis rum i en annan tid och i en delvis annan strukturell kontext än övriga kvinnors erfarenheter. En annan kvinna vars barn var så gamla att tingsrätten beaktade deras vilja behövde inte heller ha något umgänge med pappan, förutom vad gällde ett av barnen som under några veckor behövde ha umgänge med pappan. En kvinna vars barn bodde växelvis hos den våldsutövande pappan, i omfattande utsatthet, berättar:

Jag känner mig enormt ensam för det finns liksom inte någon att vända sig till. Det finns en gräns för vad ens familj och vänner orkar höra och man kan inte prata med professionella för om man har barn kommer det kommer fram till myndigheter som ändå inte kan hjälpa. Det enda som händer är att han får veta vad jag har sagt och det blir värre för barnen som ändå måste vara hos honom. Så ibland så känner jag mig nästan... Alltså jag fick en sån konstig känsla häromdagen, att jag längtade tillbaka. Jag drömde att vi var ihop igen. Och just det där, att då fanns det ändå någon. Men nu. Det är så väldigt väldigt ensamt. För det finns liksom inte nån.

Kvinnorna beskriver hur barnens pappor aktivt kunde hindra omvårdnaden om barnen och hur de under relationen krävde att deras önskemål ska sättas före barnens behov. Pappornas krav på att sättas i första rummet hindrade på olika sätt kvinnorna från att uppfylla grundläggande föräldrauppgifter som att ge omsorg, kärlek och uppfylla barnens fysiologiska behov. Det kunde exempelvis handla om att männen krävde att deras önskemål om sex skulle gå före även de små barnens behov av sömn och trygghet om kvällarna och nätterna. Erfarenheter av att mannens våld triggades av kvinnornas försök att natta barnen var återkommande.

”Det var så överkligt. Jag satt där och berättade om våldet och dom ville att jag skulle försöka ta hans perspektiv och la ansvaret på mig. Som att det var vilket relationsproblem som helst.”

Det var han som var viktigast hela tiden. Inte jag, eller barnen. Utan det var hela tiden han och hans behov som var viktigast. Så han kunde ju inte vänta på barnens läggning. Om något barn var ledset, så var det ändå hans behov av sex som skulle komma först. Fast det var barn som grät. Och han var ju så hårdhänt också. Och det är ju inte kul när det blir så när barnen... Och det hände att jag gömde mig. Eller försökte ligga bredvid något barn, som ett skydd, för då kanske han inte skulle göra det. Men då sa han ändå att ”Jag kommer inte ge mig förrän du gör det här eller det här, eller ställer upp på det här och det här”. Men då ville jag ändå få barnen lugna först, men nej.

En annan kvinna berättar:

Han krävde 100% uppmärksamhet hela tiden så jag kunde ju inte gå och natta barnen och läsa en bok för barnen. Han blev upprörd om jag ville natta barnen och han inte fick uppmärksamheten liksom, och... jag funkade inte som mamma. Jag fick aldrig tid för barnen. Och så kan jag känna ofta, att jag kunde ju gå. Även om det påverkar mig så kunde ju jag lämna. Men barnen är ju kvar hos honom.

Samma kvinna beskriver att det samtidigt var viktigt för pappan att upprätthålla en bild av sig själv som en bra och jämställd pappa. Överhuvudtaget verkade idén om ett lika delat föräldraskap ha tagits för given av papporna och många av de myndighetspersoner som kvinnorna mött, utan att det motsvarades av krav på ansträngning, anpassning eller omsorg från pappornas sida. Principer kring jämställdhet innebar att papporna skulle inkluderas som föräldrar genom att få sin rätt till barnen tillgodosedd, utan förväntningar på

att det jämställda föräldraskapet skulle avspeglas i pappans faktiska omsorg, handlingar eller ansträngningar att möta barnens behov.

Det är så lustigt för det är så mycket prestige för honom. Han har en bild av sig själv, att han är väldigt barnkär, att familjen är viktig och han är väldigt jämställd och han är feminist. Och det är väldigt viktigt det där för honom att han ska vara en kompetent, och att han kan bryta könsroller. Och då måste han vara en bra pappa. Sen klarar han inte av att leva upp till det. Alls.

Många kvinnor levde med ekonomisk utsatthet på grund av att mannen inte lät dem arbeta eller ha pengar, men återkommande var också att männen avstod från att arbeta eller att de i hög grad var ekonomiskt ansvarslösa och drog på sig själva och kvinnan stora skulder. Det blev då ofta upp till kvinnorna att rädda familjens ekonomiska situation genom att låna mer pengar eller ta ett jobb, även om arbete var något som männen inte tillät tidigare. En kvinna berättar om att hon var tvungen att arbeta från att det yngsta barnet var en månad gammal eftersom pappan som var konstnär inte ville ta ett vanligt jobb. Samtidigt försummade han också den grundläggande omsorgen, som att byta blöjor, mata och trösta barnet.

Det var tufft för både mig och bebisen då att vara ifrån varandra så mycket. Och jobbarkompisarna tyckte det var konstigt att han inte kom till butiken så att jag hade kunnat amma bebisen. För jag hade 20 minuters rast, och det var aldrig så att jag hann hem. Och han krävde att jag fick gå max tio minuter innan jag började och springa hem på tio minuter efter att jag slutade. Annars hade jag inte fått jobba fast vi behövde pengarna. Och sen precis när jag kom hem så fick jag ju skynda mig iväg direkt utan att amma och ta med bebisen och hämta de andra barnen på fritids och förskola innan stängning. Så då var det att springa med vagn eller pulka. Jag kände mig jagad hela tiden.

Samtidigt som männen sällan var delaktiga i barnens omsorg och till och med hindrade kvinnornas omsorg om barnen hade de ofta höga krav på barnens uppförande. Kvinnorna kunde beskriva det som att hela familjen fick smyga omkring hemma för att undvika pappans våld. Små förseelser från barnens sida kunde närsomhelst väcka pappans ilska.

Och det var också om småsaker. Stängde dom toalock-et för hårt, eller råkade dom slamra med besticken mot tallriken eller råkade man spilla. Vi fick tassa på tå allihop. Och han blev arg på barnen för allt möjligt. Och dom stängde in sig på äldsta dotterns rum när han skrek på mig och sådär, för att slippa höra allt bråk. Ja, han var svartsjuk på barnen också. Och jag var jättebegränsad.

I sin föräldraroll visade papporna ingen hänsyn till barnens behov av trygghet och rätt att slippa uppleva och utsättas för våld. Barnen kunde både bli vittnen till våldet mot mamman och utsättas för direkt våld av pappan. Kvinnorna uttryckte uppgivenhet inför det faktum att de själva hade kunnat lämna våldsutövaren medan barnen inte kunde lämna eftersom våldsutövaren var deras pappa. Att de lämnat den våldsutö-

vande mannen innebar sällan att barnen blev fria från våldet. Barnen blev istället ensamma med pappornas omsorgsbrister och våld. Kvinnorna beskriver också allvarliga konsekvenser i barnens mående och funktion som följd av pappornas omsorgssvikt och våld. Barnen som nämns i citatet nedan hade efter separationen, i över fem år, alltså bott varannan vecka hos pappan trots att kvinnan under alla år försökt få myndigheter att stoppa umgänget.

”Han krävde 100% uppmärksamhet hela tiden så jag kunde ju inte gå och natta barnen och läsa en bok för barnen. Han blev upprörd om jag ville natta barnen och han inte fick uppmärksamheten liksom, och... jag funkade inte som mamma. Jag fick aldrig tid för barnen. Och så kan jag känna ofta, att jag kunde ju gå. Även om det påverkar mig så kunde ju jag lämna. Men barnen är ju kvar hos honom.”

Jag har fått hjälp att bearbeta det här. Men när det gäller barnen, och särskilt min äldsta, så är det ju skittufft. Hon ligger hemma hos mina föräldrar nu och går knappt utanför sitt sovrum. Hon är suicidal. Så det är klart att det har påverkat henne jättemycket. Det är det våld som hon har blivit vittne till. Hon hörde våldtäkterna och såg våldet. Och det våld som riktats mot henne, som inte var jättegrov fysiskt men det var grovt på alla andra sätt. Han kunde knuffa och ge barnen örfilar och var väldigt kontrollerande. Väldigt psykologiskt grovt våld mot barnen.

En annan kvinna berättar:

Barnet var inte ens ett år men har upplevt många gånger att bli sliten ur min famn av honom och skrikit ”Mamma” och ville komma till mig men han vägrade lämna ifrån sig barnet. Och vid ett tillfälle hade han barnet på sin ena arm och sina fingrar in i mina ögon. Och sen en annan gång sa han att ”Jag ska döda er allihop”. Och då hade jag barnet på armen och mitt äldre barn stod bredvid. Och nån gång sprang han

runt och sa att jag skulle flytta. Jag fick hämta min resväska och var livrädd. Och så tog han barnet och låste ut mig ur huset. Och barnet var där inne med honom och jag hörde skriken.

Det finns många exempel på hur pappornas omsorgssvikt fortsatte efter att kvinnorna separerat från dem, med skillnaden att de efter separationen inte hade någon möjlighet att skydda sina barn från pappans våld och omsorgsbrister. Återkommande var känslor av maktlöshet kopplat till att myndigheter inte agerade till skydd för barnen samtidigt som de själva sällan kunde agera på grund av att det fanns beslut om att barnen skulle vara hos pappan.

Men skolan larmar också hela tiden, för barnen kommer inte dit när de är hos honom och när dom kommer dit så har dom inte kläder, dom är smutsiga och hungriga. Men det funkade liksom inte alls. Alltså vår son, kom till skolan nån dag när det var kallt, runt noll grader, och han kommer i t-shirt. Ingen jacka.

En kvinna berättade att barnens pappa ofta legat medvetstlös på grund av läkemedelsintag när barnen varit hos honom, vilket de var varannan vecka, och att myndigheter inte ingripit när det skett.

Men när min sväger kom dit så var min exman helt däckad, helt okontaktbar. Och barnen hoppade runt och lekte. Men han fick inte liv i honom så han åkte och var tvungen att lämna barnen där. Han tar de där preparaten och bara däckar och är borta i flera timmar och det går inte att få liv i honom. Men till soc säger han bara att "Nej, han har inga såna problem". Och jag kan inte, förutom den här sista episoden, styrka att han fortfarande har såna problem. Men soc säger bara "Hur vet du det? Han säger ju att han är förändrad". Det är ju en frustration och jag är ju jätteorolig.

Papporna tilläts ofta utöva inflytande över barnens rätt till vård och behandling av de besvär som orsakats av pappornas våld och bristande omsorg. På så vis kunde barnens rätt till behandling efter de trauman de upplevt villkoras av förövaren. Kvinnorna behövde ensamma balansera de risker som kom av att berätta om barnens utsatthet för exempelvis elevhälsa och socialtjänst mot riskerna som kom av att inte göra det. Utgångspunkten hos många aktörer, t ex vården och socialtjänsten, verkade vara att det är kvinnans ansvar att agera till skydd för sina barn vid oro. Kvinnornas erfarenheter var emellertid att situationen för barnen kunde förvärras om de själva ingrep, eftersom skyddande responser från samhällets beslutande aktörer i slutändan ofta uteblev. Istället kunde kvinnornas agerande till skydd för barnen misstänkliggöras och ligga dem till last i de avgörande processerna gällande vårdnad, boende och umgänge i domstol.

Så jag fick prata med skolpsykologen som ringde mig. Och hon ställde ju en massa frågor för hon ville ju veta mer om pappan. Hon frågade liksom "Har du nånsin sett några tendenser till att han har en dragning till barn?" Och han har ju titta på barnporr. Och han ville leka såna roller. Så jag var ju tvungen att svara på

det. Så då skrev ju dom en sån orosanmälan. Och så snart han får veta så kan det bli väldigt jobbigt. Soc tycker inte att dom har grund för en LVU. Dom har hotat honom med LVU, men eftersom dom inte gjort det under alla år av så verkar det inte så.

Barnens berättande om pappans våld kunde också ignoreras.

Ja, barnen berättade om pappans våld för familjerätten. Och äldsta sonen berättade att han blev utelåst av pappan på vintern när det var jättekallt och jag jobbade. Så han fick stå där och frysa och skämmas liksom. Ja, dom berättade om såna sjuka grejer som pappan hade gjort mot dom. Och min dotter berättade om våldet mot mig i utredningen. Men det som blev väldigt dåligt för barnen, för trots att dom berättade om vad som hade hänt, saker som var väldigt hemska för dom, så skulle dom ändå tvingas träffa pappan. Och dom ville ju inte det. Dom kände sig väldigt otrygga med honom, och han hade ju dessutom varit helt frånvärande hela tiden under hela deras uppväxt, så det blev ju jättekonstigt. Det var umgänge varannan helg med övernattning och så.

"Barnet var inte ens ett år men har upplevt många gånger att bli sliten ur min famn av honom och skrikit 'Mamma' och ville komma till mig men han vägrade lämna ifrån sig barnet. Och vid ett tillfälle hade han barnet på sin ena arm och sina fingrar in i mina ögon. Och sen en annan gång sa han att 'Jag ska döda er allihop'."

Även i ett fall där pappan dömts för misshandel mot barnet, och tidigare var dömd för misshandel mot kvinnan, beslutade domstol att barnet skulle ha fortsatt umgänge med pappan.

Det spelade ingen roll att barnen berättat om våldet mot mig. Efter att vi hade separerat så hade han ju umgänge med barnen varannan helg. Och då var det ett tillfälle när det slutade med misshandel av min minsta son. Så att polisen fick åka dit och hämta honom.

Upplevelser av en asymmetrisk granskning från socialtjänstens och tingsrättens sida återkom, där kvinnans erfarenhet var att hon granskades hårdare som förälder än mannen.



Han ägnade sig inte alls åt barnen under umgängen i umgängeslokalen och var otrevlig mot mig. Det var jag som lekte med barnen medan han satt och drack kaffe. Jag tog upp det med umgängesstödarna, att vi behövde åka flera mil fina sommandagar för att träffa honom i en lokal, och så var han inte intresserad. Sen, i journalanteckningarna hade de inte skrivit något om hans beteende men beskrev i detalj och överdrivet att jag fått ett utbrott som påverkade barnen negativt, vilket inte stämde.

Kvinnan, hennes beteende, egenskaper, utsagor och motiv till att vilja skydda sina barn kunde granskas i detalj medan tillsynen uppenbara tecken på att mannens föräldraförmåga brast förbisågs.

Trots att han har suttit på flera möten och gjort så många uttalanden som tydligt visar hur olämplig han är som förälder. Motverkat alla förslag. Han har suttit och hånat mig öppet. Han har sagt inför dom och vår son att sonens diagnos bara är ett påhitt, men det betyder ingenting. Ingen reagerar. Han framställs som en fantastisk pappa.

Uppgifter av subjektiv karaktär från mannens sida kunde tillmätas större giltighet än objektivt styrkta uppgifter från kvinnans sida.

Han påstod i en utredning för längesen att jag hade asperger och det har stått med i nästan alla utredning-

ar hos socialtjänsten sedan dess att jag har asperger, fast jag ordnat ett intyg från psykiatri där de skriver att jag inte har asperger. Men för honom räckte det med att han bara sa att till socialtjänsten att han inte missbrukar längre trots att det fanns många uppgifter och stora risker för barnen, så släppte dom det. "Han säger ju att han har slutat".

Kvinnorna kunde uppleva att allt de själva gjorde eller sa kunde tillskrivas negativ betydelse, medan inget som männen gjorde eller sa behövde betyda något, och än mindre bevisa något.

De påpekade att jag tittade till sidan när min dotter berättade om pappans våld och menade att det mycket väl kunde ha varit en inövad signal från mig till henne om vad hon skulle säga, och därför kunde dom inte lita på det hon berättade.

Erfarenheter av att bli misstolkade och misstänkliggjorda på grund av små detaljer som ordval eller gester hindrade kvinnornas möjlighet till öppet och spontant berättande.

Jag får väga varje ord och rörelse på guldväg. Säger jag ett ord fel kan dom ifrågasätta precis allt.

Det kunde finnas tydliga indikationer på omsorgssvikt och risker för barnets säkerhet och trygghet i samband med umgänge, men kvinnorna hade små möjligheter att skydda barnen eller påverka situationen. Även om barnens ovilja att ha umgänge pappan handlade om pappans våld, var det kvin-

nan som gjordes ansvarig för att få barnen villiga att träffa pappan. Kvinnorna sågs som ansvariga för att möjliggöra pappans föräldraskap, oavsett hinder som i grund och botten hade med pappans beteende att göra, och förväntades täcka upp för bristerna i pappans omsorg. Exempelvis kunde det förväntas att kvinnan skulle påverka barnets inställning till pappan till att bli mer positiv, även om det krävde att barnets upplevelser och känslor förnekades, vilket i många fall verkade vara en omöjlig uppgift. Samhällets responser gällande barnen verkade sällan fokusera på att barnen skulle må bra utan på att pappans föräldraskap skulle möjliggöras. Utifrån en samma princip kunde bilden av kvinnan som en god förälder undermineras av att hon överhuvudtaget berättade om våldet för myndigheter och på så vis synliggjorde pappan som föröware. Samtidigt som kvinnorna gjordes ensamma om ansvaret för omsorg och för barnets mående hindrades de från att påverka viktiga förutsättningar samt från att uppfylla föräldrauppgiften att skydda sina barn.

Ensamhet i att berövas livshistoria, identitet och framtid – om att leva gömd

Kvinnorna upplevde social isolering och ensamhet efter att relationen till våldsutövaren avslutats av flera olika orsaker. Ensamheten kunde befästas av de lösningar samhället hittat för att försöka skydda kvinnor och barn och samtidigt undvika begränsningar av männens frihet och integritet. För de kvinnor som levde gömda eller med skyddade personuppgifter, och för deras barn, hade ensamheten praktiska och säkerhetsrelaterade orsaker, grundade i samhällsstrukturer. Dessa kvinnor beskrev att de var helt ensamma med ett övermäktigt ansvar för att inte hittas och i värsta fall dödas av mannen. De gömda kvinnorna beskrev också en bottenlös ensamhet grundad i erfarenheterna av att ha blivit övergivna av samhället i något som liknade ett existentiellt tomrum. De var också hindrade från att forma nya sociala sammanhang för sig själva och sina barn. De beskrev hur deras liv tagits ifrån dem när de lämnats ensamma med höga risker för deras och barnens liv och hälsa, med sina egna och barnens obearbetade trauman och med uppgiften att skydda sig själva och sina barn.

Det har ju varit många år av den här misären av panik och stress och flytta och förklara för barnen. Att byta dagis flera gånger för dom små, och behöva flytta igen. Det är eftervåldet som vi kallar det. Det är myndigheters våld, särskilt mot mina barn. Hur förklarar du för ditt barn att du måste flytta runt, och byta skola, och lämna alla kompisar? För mitt äldre barn har ju bara skriket ihjäl sig. Och bara hatat hela sitt liv, för så många gånger vi fått flyttat och lämnat alla kompisar och skolan.

Samtidigt kunde männen fortsätta att driva olika myndighets- och rättprocesser mot kvinnorna, bland annat gällande umgänge med barnen. Många gånger hade kvinnorna behövt lämna barnen för umgänge med männen även när kvinnorna och barnen levde under skydd. Att inte tillåtas skydda sina barn från fortsatt utsatthet, utan snarare behöva medverka till den, och att samtidigt ensam behöva hantera konsekvenserna för barnen beskrevs som den största ensamheten. En kvinna berättar om hur hon under många år, på grund av domslut gäl-

lande umgänge, behövt tvinga sitt barn till umgänge med den våldsutövande pappan, periodvis varannan helg, och ibland samtidigt som pappan varit efterlyst för andra brott.

Socialtjänsten kan inte göra så mycket. Ingen kan göra något. Jag har bara fått stå och titta på, och vänta. Jag kan inte göra något konkret. Bara vänta ut. Och så har man då ett barn som sitter och kräks i baksätet för att hon har sån ångest. Det har verkligen varit. Det är det värsta i allt det här. En maktlöshet.

”Det spelade ingen roll att barnen berättat om våldet mot mig. Efter att vi hade separerat så hade han ju umgänge med barnen varannan helg. Och då var det ett tillfälle när det slutade med misshandel av min minsta son. Så att polisen fick åka dit och hämta honom.”

Många gånger förstärktes känslorna av ensamhet av okunskap hos myndigheter, vårdgivare och olika verksamheter som kontinuerligt begått misstag som riskerat att röja kvinnornas och barnens identitet. Kvinnorna beskrev att de var helt ensamma med ett övermäktigt ansvar för att inte hittas och i värsta fall dödas av mannen.

Jag får ju lära dom saker om skyddade människor, som förskolan. Och dom gjorde massor av fel. Saker som kan röja oss. Och jag fick ju såhär utbilda folk, varenda gång och så funkar det olika på olika ställe, olika vårdcentraler, man vet inte vem som har vilken kunskap och så måste man stå där och rabbla igen.

Konsekvensen av att myndigheter och andra verksamheter gjorde misstag som riskerade att röja kvinnornas och barnens identitet blev i vissa fall att kvinnorna och barnen upprepat behövt flytta på nytt och börja om på nya platser och i helt nya sociala sammanhang.

Nej, och mitt barn var helt förstört och skrek och grät och ”Jag vill inte vara här!”. Men nu har hen accepterat sitt öde. Men hur förklarar man det, att man måste flytta igen för att en myndighet har röjt oss och så ser samhället ut? Vi kommer inte undan honom. Och det har varit det värsta för mig - att tänka på vad dom utsatt barnen för.

Kvinnorna som levde med skydd beskrev det ofta som att deras liv tagits ifrån dem eftersom de inte fick tillräckligt skydd för sig själva eller sina barn, främst på grund av frånvaron av begränsningar kring mannen. De upplevde en avsaknad av mening i livet.

Jag har ju PTSD, panikångest, dödsångest. Vaknar varje natt och kan inte somna. Så mitt liv är inte att jag lever längre. Jag försöker bara att överleva och kämpa för mina barn så länge jag kan. Där känner jag ju ingenting för livet. Jag förstår inte meningen med att vi ska ha det såhär, att vi ska leva gömda. Men jag skulle ju aldrig få för mig att lämna mina barn utan för dem kämpar jag in till döden. Men man orkar inte. Det är för mycket trakasserier från samhällets sida. Att vi ska få leva såhär. Det är ingen normal människa som klarar av det.

Samtidigt hade kvinnorna inte heller frihet att planera sin och sina barns tillvaro mer än dag för dag eller timme för timme. Kvinnorna upplevde varken trygghet eller frihet och kunde inte hoppas på att framtiden skulle komma att se annorlunda ut.

En timme i taget, det är mitt motto. Men jag ser ingen framtid. Eller att jag kan planera nåt. Jag har inget intresse längre överhuvudtaget. Jag orkar inte läsa en bok. Jag har inga vänner. Ingen alls här. Så det är ju väldigt tungt. Just det här att man känner att man har inget kvar.

Att på grund av sekretessmarkering behöva låtsas vara någon annan med en annan bakgrund och livshistoria var också ett uppenbart hinder för möjligheten att forma nya sociala relationer. Att främst behöva tänka på vad som behöver döljas och samtidigt hålla den påhittade livshistorien i huvudet omöjliggjorde genuin, spontan och nära kontakt med andra människor, om det så bara handlade om småprat i kapprummet på förskolan.

Sedan är det så att vi hade sekretessmarkering, vilket gör att man blir isolerad på ett helt annat plan. Jag kan inte säga vem jag är. Så att skaffa nya kontakter när man flyttar det är inte helt lätt. Så får man ha en påhittad historia förberedd, som jag kan dra. "Ja-men, varför flyttade du hit då?". Man fick ju mer säga att "Det var ju för kärlekens skull". Så att folk bara slutade fråga.

Att behöva ljuga om sin identitet och riskera att avslöjas beskrevs som obehagligt och det kunde vara förenat med verklig fara att knyta nya kontakter, varför det för många kvinnor var lättare och säkrare att inte ens försöka forma nya relationer.

Nej, jag kan inte lära känna nya människor för då skulle jag behöva hitta på en historia. Och då hör dom väl att "Du kommer från X, så vad gör du här?" Och då måste jag hitta på en historia att "Eeh..." Så att, det går ju inte att göra nånting som en normal människa. Och så ska man presentera sig för nya grannar, och så kommer mina barn och säger "Men mamma du heter ju det". Och det går inte. Vi kan inte ha normala relationer.

Det skydd som kvinnorna erbjöds av samhället handlade i regel inte om att begränsa de våldsutövande människors möjligheter att fortsätta utöva hot och våld mot kvinnorna och barnen. Istället begränsades kvinnornas och barnens rörelsefrihet, autonomi, sociala nätverk, försörjnings- och boendemöjligheter. Kvinnorna och barnen identifierades som våldsutsatta men männen identifierades inte som våldsutövare. Den ofrihet och det begränsade livsutrymme som kvinnorna hade flytt ifrån när de lämnade de våldsutövande männen tvingades således återigen på dem som en del i samhällets skydd, med skillnaden att kvinnans handlingsutrymme för att undgå sin nya ofrihet ofta var obefintligt. En kvinna berättade om hur hon var nära att förlora det jobb som hon kämpat för att få när hon placerades på skyddat boende och hur hon erfor att samhället inte bidrog till att stärka henne eller de andra kvinnorna på det skyddade boendet.

"Socialtjänsten kan inte göra så mycket. Ingen kan göra något. Jag har bara fått stå och titta på, och vänta. Jag kan inte göra något konkret. Bara vänta ut. Och så har man då ett barn som sitter och kräks i baksätet för att hon har sån ångest. Det har verkligen varit. Det är det värsta i allt det här. En maktlöshet."

Samhället gjorde så att kvinnorna blev beroende och passiva istället för att försöka stärka dem. Jag var så glad och stolt över mitt jobb som jag äntligen fått, ett bra jobb, men fick inte gå dit. Vad är det för liv? Som ett fängelse.

Stigma och skam som del i ensamgörandet

Upplevelser av skam och strävan att undvika stigmatisering återkommer i kvinnornas berättelser. Känslorna av skam, när våldet synliggjordes eller riskerade att synliggöras, beskrevs som mer akuta och värre än känslorna kopplade till den egna våldsutsattheten, vilket kan vara en del av förklaringen till varför kvinnorna varit så ensamma i sin situation och med sina upplevelser. En kvinna berättade om ett tillfälle då hon misshandlades av mannen inför en stor grupp människor och hur känslor av skam och pinsamhet dominerar minnet av situationen.

Jag hade ju mer ångest över att folk hade sett det här än över själva händelsen i sig. Det var hundratals

människor där. Och att sitta där som ett ihopkrupet barn med händerna över huvudet och folk står och håller i ens galna sambo som försöker sparka mot en när man sitter ner. Det är konstigt att jag fortfarande idag minns det som att det var pinsamt. Jag kommer ihåg att jag var rädd också fast jag var bland alla dom här människorna. Men framförallt skammen, att sitta där som nån apa på zoo liksom och bli utsatt för det här med alla människor som tittade. Nej, det var obeskrivligt. Det var som en extra dimension liksom när folk såg saker. Det var så förnedrande.

Skammen över att utsättas kunde vara så stor att kvinnorna upplevde att de hellre hade dött än att exempelvis ringa polisen, en granne eller kompis för att få hjälp när våldet pågick. Det kan förstås som att motivationen att undvika skam och stigma, en form av social överlevnad, i stunden kunde vara starkare än motivationen till fysisk överlevnad. Skammen inför att synliggöra sig själv som en kvinna som var utsatt för våld av sin partner och att synliggöra sin partner som våldsutövare kan förstås utifrån samhällets stigmatisering av kvinnor som berättar att de utsatts för våld av en man. Kvinnorna ville undvika att bli sedda som svaga, utsatta och irrationella. Det är viktigt att betona att undvikandet av att synliggöra sin utsatthet och mannens våldsutövande inte nödvändigtvis ska tolkas som irrationell med tanke på den misstro och skuldbeläggning som kvinnorna kunde mötas av när de väl berättade om våldet.

Det var ju väldigt illa på slutet där. Och skammen var så stor att när han hotade med att döda mig på nätterna och utsatte mig så ville jag absolut inte ringa polisen eller nån granne eller nån kompis, inte ens det. Utan jag dör hellre än att ringa. Jag dör hellre än att någon får veta. Och jag har tänkt i efterhand att det är ju ganska sjukt liksom. Men så tänkte jag då. Och jag tänkte ofta "Hur ska jag få med mig alla barnen därifrån?", "Var ska vi bo?", "Å vad pinsamt..".

En annan kvinna berättar:

Då hade jag nog faktiskt hellre dött än att gå till grannen tyvärr. Det skulle kännas så genant och pinsamt faktiskt. Och sen var jag ju inte heller helt säker på att det här inte var ok. Hur ska folk reagera om jag kommer och bankar på? Dom kommer ju tänka att jag är en idiot.

Det var också tydligt att männen hade använt skam och stigma i våldet och ofta angripit just kvinnornas femininitet, utifrån traditionella ideal, och mammarollen. Ett återkommande mönster var att männen riktat in sig på att sabotera kvinnornas möjligheter att bygga nya relationer genom förföljelser, trakasserier och förtal. Angreppen verkar ha gått ut på att ge bilden av kvinnan som en stereotyp "dålig kvinna" utifrån traditionella idéer. Männen kunde måla ut kvinnorna som promiskuösa, alkoholmissbrukande och psykiskt instabila samt som dåliga mammor.

Han har ju dykt upp på mitt jobb. Och till min förra arbetsgivare skrev han ju väldigt galna mejl, där han skrev och påstod att jag hade sex med mycket yngre

män på arbetsplatsen där eleverna kunde se mig. Då var jag också rätt krossad. Och det som triggade igång att han skickade det brevet, det var ju att jag dejtade en kollega. Men det gick ju inte. Men jag har fortfarande kontakt med den förra kollegan. Det är mitt livs stora kärlek. Men det var liksom, han ringde och skrev till alla vi kände och till jobbet, och det funkade inte. Ingen av oss orkade.

Männen kunde hota med att skämma ut kvinnan inför andra genom angrepp på hennes kvinnlighet, utifrån traditionella normer kring femininitet.

Då kom han med hot om att "Jag kommer dyka upp på ditt jobb och göra det här och det här". Att han skulle skämma ut mig. Och jag tänkte hela tiden att snart dyker han upp och gör det där. Han sa ofta att "Jag ska berätta för alla hur du är egentligen, och jag ska visa hur ful du är. Alla ska få veta vilken dålig mamma du är". Nej det vill jag ju inte att någon ska veta, tänkte ju jag.

"Då hade jag nog faktiskt hellre dött än att gå till grannen tyvärr. Det skulle kännas så genant och pinsamt faktiskt. Och sen var jag ju inte heller helt säker på att det här inte var ok. Hur ska folk reagera om jag kommer och bankar på? Dom kommer ju tänka att jag är en idiot."

En kvinna som utöver sin våldsutsatthet också hade ett alkoholberoende beskrev vad som kan förstås som en särskilt utsatthet i och med dynamiken mellan det stigma det innebar att vara utsatt för våld och stigmat det innebar att som kvinna ha ett alkoholmissbruk. Hon erfor hur omgivningen såg våldet som mindre allvarligt på grund av alkoholen och att hon sågs som mer ansvarig till sin utsatthet med anledning av sitt eget och mannens beroende.

Jag är ganska öppen med vad jag varit med om och när jag berättar tycker folk att det är jättehemskt. Men om jag också berättar att både jag och han missbrukade alkohol är det som att våldet plötsligt blir logiskt och inte lika farligt. "Jaja, men då förstår jag" säger dom. Som att jag får skylla mig själv.

Det var emellertid tydligt för henne att huvudorsaken till mannens våld inte hade med berusning att göra. Hon beskrev

att han var mer kontrollerande och våldsam när han var nykter, men att omgivningen såg våldet mot henne som direkt kopplat till alkoholen, och framförallt verkade hennes eget alkoholmissbruk hindra personer i omgivningen från att betrakta henne som ett offer. Kvinnornas berättelser antydde att omgivningen ofta letade orsaker till våldsutsatthet inom individen. Att våldsutsattheten kopplades till egenskaper inom kvinnan kunde bidra till existentiell ensamhet eftersom det kunde vara svårt för kvinnor som utsatts för våld av en partner att dela sina erfarenheter utan att riskera att skuldbeläggas för sin utsatthet.

Dom tror att anledningen till att han misshandlade mig var att vi drack alkohol. Men då blev han ju lugnare och snällare. Men det är mycket mer tabubelagt att kvinnor missbrukar alkohol än att män gör det. Och då tänker dom kanske att det var jag som provocerade honom också. Det är som om dom letar anledningar till att det var mitt fel, och då slipper dom ju bry sig också.

Kvinnorna kunde uppleva att omgivningen förväntade sig att de inte skulle berätta om våldsutsattheten, och om de gjorde det kunde berättandet i sig leda till att de misstroddes eller ignorerades. Det kan förstås som att den aktiva handlingen att berätta om mannens våld bryter mot bilden av offer som passiva, men också mot en underförstådd överenskommelse om tystnad gällande mannens våld. Skam och stigma kan i detta sammanhang förstås som medel för att upprätthålla tystnad, och vidmakthålla en ordning där våldet förblir obegripligt, där den utsatta förblir ensam med sin berättelse och osäker på sin egen utsatthet och på vem som bär ansvar och skuld för våldet.

För mig har det inte bara varit en tystnad. Den tystnaden har också alltid inneburit ett ifrågasättande av validiteten i upplevelsen. För mig har det varit så att det jag inte får prata om, har det ens hänt? För mig har det varit viktigt att bryta den tysta överenskommelsen.

”För mig har det inte bara varit en tystnad. Den tystnaden har också alltid inneburit ett ifrågasättande av validiteten i upplevelsen. För mig har det varit så att det jag inte får prata om, har det ens hänt? För mig har det varit viktigt att bryta den tysta överenskommelsen.”

Förutsättningar för att bryta ensamhet

”Så jag ville inte leva. Jag ville köra ihjäl mig och mina barn för att dom skulle få slippa allt. För det fanns verkligen ingen annan väg ut. Men sen fick jag kontakt med M på kvinnojouren, och det var hon som räddade oss för hon var med mig sen till socialtjänsten och i dom rättsliga processerna. Och det betydde ju allt. För jag var helt paralyserad när jag var där på socialtjänsten så hon blev ju jättejätteviktig. Och hon kunde skriva och fråga mig på kvällen eller på morgonen, liksom ”Hur är det nu? Hur går det nu?”

Att kvinnorna lämnade de våldsutövande männen betydde inte alltid att våldet eller ensamheten tog slut. Många gånger kunde våldet istället trappas upp i samband med separationen och sedan fortsätta i olika former. Men att lämna mannen kunde vara ett viktigt första steg på vägen, och vägen ut ur våldet och ensamheten var olika lång beroende på omständigheterna. I vissa fall hade kvinnor ett starkt socialt skyddsnät redan när de först träffade mannen, och de betonade betydelsen av att ha haft familj och vänner som stått kvar genom relationen och efter uppbrottet. Dels beskrev de att det sociala stödet inneburit att de kunnat lämna våldsutövaren tidigare men det hjälpte också kvinnorna att behålla känsla av värde. Det sociala stödet var också viktigt för återhämtningen efter relationen.

En ung kvinna beskrev hur den våldsutövande mannen ständigt strävat efter att vara i hennes direkta närvaro genom att följa med henne till jobbet, universitetet, till hennes vänner, släktingar och familj även när hon bett om att få åka själv. Om hon spenderade tid med vänner hörde han ständigt av sig. Kvinnan beskrev att det kändes som att han ständigt ville vara i hennes tankar för att hindra henne från att tänka sina egna tankar. När hon vid ett tillfälle fick en stund borta från mannen tillsammans med sin familj tog hon beslutet att lämna mannen.

Under den här promenaden med min mamma berättade jag fler och fler saker som jag inte insett hur fel dom var. Men bara genom att jag satte ord på det och berättade för henne så insåg jag att jag måste göra slut, nu. Och jag gjorde slut samma dag.

Det fanns även andra exempel på att det som behövts för att se ett alternativ till att stanna i relationen kunde vara att få tid och tankeutrymme utan mannens närvaro. För många kvinnor var det svårt att få något fritt utrymme på grund av begränsningar av rörelsefrihet och tid samt ständig kontakt från mannens sida. Men även korta stunder utanför mannens kontroll kunde räcka för att få en bild av hur ett annat liv kunde se ut.

Jag kommer ihåg att det var kanske andra dagen som jag var på jobbet, så slutade jag jobbet och då var det 45 minuter tills tåget gick, och jag gick runt i stan, för jag hade ingenstans att ta vägen. Så jag gick in på Lindex, och jag bara bröt ihop. Jag bara insåg, den friheten. Det var en oändlig frihet, bara den där halvtimmen när jag kunde gå runt. Jag hade ju aldrig kunnat det. Och där hände det nånting, liksom. Det var som att "Oj, jag kan ha den här friheten".

En kvinna berättar om hur hon, på sätt och vis av misstag, berättade om det sexuella våld som mannen upprepade gånger utsatt henne för, för en vän. Hon menade att berätta det som en "sjuk grej" som de kunde skratta åt, men vännen reagerade med att bli bekymrad och säga att det hon varit med om inte var ok. Hon beskrev vännens respons som ett frö som började gro och som växte till insikten om att hon varit utsatt för våld. Hon hade varit utsatt för både sexuellt våld och omfattande psykiskt våld.

Jag bara slängde ur mig att jag kunde vakna av att han hade sex med mig. Och min kompis bara "Men det är verkligen inte ok". Och sen började jag tänka på det

och hur ofta såna saker hände. Klart jag fattade att det inte riktigt var ok innan och jag mådde jättedåligt i relationen men jag hade inte sett att det var ett våld.

"Jag kommer ihåg att det var kanske andra dagen som jag var på jobbet, så slutade jag jobbet och då var det 45 minuter tills tåget gick, och jag gick runt i stan, för jag hade ingenstans att ta vägen. Så jag gick in på Lindex, och jag bara bröt ihop. Jag bara insåg, den friheten. Det var en oändlig frihet, bara den där halvtimmen när jag kunde gå runt. Jag hade ju aldrig kunnat det. Och där hände det nånting, liksom. Det var som att 'Oj, jag kan ha den här friheten'."

En del av kvinnorna beskrev att de hela tiden hade vetat att de var utsatta för våld och att det som mannen gjorde var fel, medan en del av kvinnorna hade svårare att se det när de var i relationen. Att börja verbalisera utsattheten och vad den innebar var viktigt för kvinnornas egen förståelse av vad som hänt dem. Ibland var det först när de berättade om våldet som de insåg att de hade varit utsatta. Men delandet av den egna berättelsen var bara läkande om mottagaren upplevdes vilja lyssna och förstå utan att döma, annars förstärktes istället upplevelser av existentiell ensamhet - att ingen annan vill eller kan förstå. Det var vanligt att kvinnorna upplevde att de enda som verkligen kunnat förstå dem var andra kvinnor som själva varit utsatta för våld. Stödgrupper hos exempelvis kvinnojourer, på skyddade boenden eller i kyrkans regi kunde vara den enda platsen där kvinnorna kunde känna sig helt trygga med att berätta utan att behöva förklara.

Sen så kan man få en annan typ av hjälp av professionella, men det är kanske mer att man vill prata av sig, eller att det är stöttande. Men dom förstår ju inte. Då behövs någon som är eller varit i samma situation.

En annan kvinna berättar:

Kvinnorna på det skyddade boendet betydde allt. Jag kommer alltid att älska dom. Vi var som en familj.



Stödgrupper i sociala medier kunde ha stor betydelse och var ibland det främsta sociala stöd kvinnorna hade. Något som betonades som särskilt värdefullt var upplevelsen av att bli förstodd utan att behöva förklara sig, vilket kan tolkas som ett behov av att kunna berätta om våldsutsatthet utan att riskera stigmatisering. Stödgrupper och nätverk kunde även bidra med en upplevelse av sammanhang där den ensamma kampen istället blev en gemensam kamp. Upplevelser av maktlöshet och hopplöshet, som bottnade i erfarenheter av att ingen kan göra något, kunde vara lättare att bära när de delades med andra. Upplevelsen av att kämpa tillsammans medförde också känsla av agens – vi kan göra något tillsammans. Det kunde samtidigt upplevas som tungt och skrämmande att ta del av andras berättelser om utsatthet.

Det betyder väldigt mycket men det är också väldigt tufft, eftersom man får höra om väldigt tragiska berättelser och grovt våld. Och man blir ju rädd, för andras hotbilder. Men det har verkligen varit en trygghet för mig. En kvinnojour har hjälpt mig jättemycket. Och jag har fortfarande kontakt med dem fast jag inte bor kvar där längre. Det är ovärderligt.

Sociala medier kunde ge möjlighet till stöd men kunde också utgöra ytterligare en arena för männens fortsatta kontroll. Männens kunde ordna så att vänner tog reda på information om kvinnorna via sociala medier, även i slutna grupper. Av den anledningen hade en del av kvinnorna börjat känna sig otrygga i de tidigare trygga rummen som stödgrupperna i sociala medier

kunde utgöra. De beskrev att det hade uppstått rädsla och oro inom grupperna för att dela sina upplevelser, dels på grund av risken att männen kunde få del av informationen men också på grund av risken att bli anmäld för förtal även när information delades i en slutna grupp. För de kvinnor som haft stödgrupper i sociala medier som sitt främsta sociala stöd kunde det upplevas förödande att inte längre vara trygg i de rummen. En kvinna beskrev det som att männen hela tiden hittade nya sätt att upprätthålla makt och göra kvinnorna ensamma.

Han har ju såna här människor som han litar på som han använder för att ta reda på saker och hålla koll på mig och barnen på sociala medier. Jag är inte trygg någonstans.

Ensamhet var också påtaglig i allt praktiskt och administrativt arbete och alla kontakter som kvinnorna behövde hantera med anledning av våldet. När det inte fanns stöd eller hjälp att få från berörda myndigheter kunde stöd från ideella organisationer spela stor roll för kvinnornas möjlighet att mäkta med i stunden och hantera situationen. Det betydde mycket att få praktisk hjälp och att inte vara ensam i de processer som följde efter att de lämnat våldsutövaren, vilka ofta beskrevs som traumatiserande i sig.

Utan Brottsofferjouren hade jag aldrig orkat, för där satt jag varje dag och dom fanns med hela vägen. Jag hade ju så mycket administrativt att ta hand om som jag fick hjälp med av dom. Och dom följde med mig till

vårt hus vid något tillfälle när jag skulle försöka hämta kläder till barnen och mig. Han vägrade ju lämna huset. Men dom var ju den riktiga hjälpen snarare än polisen eller socialtjänsten.

Nya trygga relationer där kvinnan kunde dela upplevelserna av utsatthet utan att bli bedömda eller anklagade men istället trodda och validerade, och där de upplevde att personen kände en genuin omsorg om dem, kunde fungera som en bas för läkning. Det kan förstås som att läkning var beroende av att ensamheten bröts. Dels behövde den sociala ensamheten, som grundade sig i avsaknad av trygga sociala relationer brytas, och likaså den existentiella ensamheten, som bottnat i att inte kvinnorna upplevt att ingen velat se, veta eller förstå vad de var utsatta för.

Hon var inte som en sedvanlig psykoterapeut. Relationen i sig betydde allt. Vi har fortfarande kontakt fast det gått många år. Hon är som den förälder jag aldrig hade.

Det framgår att det inte bara var samhällets responser gentemot kvinnorna som spelade roll för vägen ut ur våld och ensamhet. Samhällets responser gentemot den våldsutövande mannen kunde vara avgörande. Kvinnorna beskrev emellertid att de upplevt att myndighetspersoner sällan tog deras parti. Ofta verkade professionella från olika myndigheter sträva efter att förhålla sig neutrala oavsett situation, vilket av kvinnorna kunde upplevas som ett förnekande av deras utsatthet. I flera fall hade män exempelvis vägrat att lämna bostaden, även om kvinnan ägde den eller stod på hyreskontraktet. Istället hade kvinnorna och barnen behövt lämna och det förekom att männen vandaliserade bostäderna. Trots det kunde inte polisen eller andra myndigheter hindra männen eller resonera med dem för att försöka få dem att lämna bostaden.

Så jag och barnen fick bo i en lägenhet som soc ordnade i tre månader medan han bodde kvar i mitt hus, och polisen sa att det gick inte att göra någonting även om du äger huset och alla saker. Så han förstörde huset, brände upp kläder, slog sönder möbler och slängde ut genom fönstren. Och grannarna ringde polisen men dom kunde inte göra något. När jag också åkte dit sa en polis till mig att "Det är nog bäst att du åker härifrån nu så att ingen skadas".

Männen kunde också fortsätta med omfattande förföljelser och trakasserier både genom att fysisk följa efter kvinnan eller dyka upp på platser där kvinnan var, och genom sms, telefonsamtal, mejl och sociala medier, utan att polisen kunde ingripa.

Han slutade inte. Han dök upp på ställen, skickade sms och mejl med hot och hat. Fick vänner att vända sig emot mig. Plötsligt stod han utanför mitt fönster och stirrade in. Jag var säker på att han skulle döda mig. Han hade ju berättat för mig så många gånger hur det skulle gå till. Och det bara fortsatte. Polisen kunde inte göra något.

Kvinnorna hade förväntat sig att de skulle skyddas om de lämnade relationen och berättade om våldet, men när männen fortsatte utöva våld fanns det sällan begränsningar från sam-

hällets sida för att hindra dem. Ofta var samhällets respons på männens eftervåld att inget kunde göras för att hindra mannen. Kvinnornas frihet och livsutrymme kunde på så vis vara fortsatt begränsat av männen trots att kvinnorna lämnat relationen. Känslor av att ha blivit lurad var förekommande. Kvinnorna hade tagit ansvar för att lämna vilket medförde risker för dem, men de upplevde att ingen tog ansvar för att stoppa våldet. Det fanns emellertid några intressanta undantag, där auktoriteter markerat en gräns från samhällets sida. En kvinna som länge utsatts för omfattande förföljelser och trakasserier av en man efter att hon avslutat relationen fick veta av polisen i Sverige att de inte kunde hindra mannen. Hon flyttade sedan till ett annat nordeuropeiskt land varpå mannen fortsatte sina trakasserier och förföljelser där. När hon kontaktade polisen i det landet tog de genast kontakt med mannen och informerade honom om att han skulle arresteras om han fortsatte att kontakta kvinnan. Efter det upphörde mannen helt att kontakta kvinnan.

"Så jag och barnen fick bo i en lägenhet som soc ordnade i tre månader medan han bodde kvar i mitt hus, och polisen sa att det gick inte att göra någonting även om du äger huset och alla saker. Så han förstörde huset, brände upp kläder, slog sönder möbler och slängde ut genom fönstren. Och grannarna ringde polisen men dom kunde inte göra något. När jag också åkte dit sa en polis till mig att 'Det är nog bäst att du åker härifrån nu så att ingen skadas'."

Jag hade ju polisanmält i Sverige också men här sa polisen att dom inte kunde göra något. Jag var ju jätterädd. Han stalkade mig med meddelanden, telefonsamtal, mejl, även till mina vänner och familj, och allt man kan tänka sig. Han kunde skriva att han var utanför min dörr. Det pågick i sex månader. Men när jag polisanmälde i det andra landet så tog dom direkt kontakt med honom och hotade med att arrestera honom om han fortsatte, och efter det har jag inte hört någonting alls mer från honom.

Det kunde också underlätta att polisen tydligt uttalade stöd för den utsatta kvinna och markerade en gräns gentemot våldsutövaren.

Men så sa polisen helt enkelt till honom att han inte var välkommen tillbaka till huset, och då höll han sig borta.

Även om det fanns vägar ut ur relationen fanns det inte alltid vägar ut ur våldet – våldet var på så vis ofta oundvikligt. Att inte kunna påverka sin eller sina barns situation, oavsett egna ansträngningar och försök att få skydd och hjälp, förknippades med känslor av maktlöshet och hopplöshet. Att bli lämnad ensam av ett samhälle som hade kunnat hjälpa förknippades också med känslor av att vara övergiven. Övergivenheten bottnade inte bara i att kvinnorna lämnades ensamma med det oundvikliga våldet, utan att de också lämnades ensamma med sina berättelser om våld genom att de upplevde att de inte blev hörda, trodda på och att våldet inte tillmättes någon betydelse i viktiga myndighetsprocesser. I maktlösheten och övergivenheten hade den existentiella ensamheten ett tydligt uttryck. Kvinnorna beskrev att de var helt ensamma i en ohanterbar men oundviklig situation och det fanns ingen som kunde ändra på det. En väg ut kunde då vara att ge upp, eller att försöka acceptera sin situation. Men i de fall då kvinnor hade blivit fria från våld och kunnat bryta ensamheten var omgivningens och samhällets responser avgörande. Det kunde handla om förståelse av våldet och allvaret i situationen hos berörda myndigheter. Några kvinnor

beskrev t ex den stora betydelsen av att ha haft socialtjänstens stöd hela vägen även om domstol inte beaktade våldet i processer gällande vårdnad om barnen och umgänge. Kvinnornas erfarenheter var i regel att polisen hade trott på dem, vilket spelade stor roll även om åtal inte väcktes. Att bli trodd och validerad kunde minska känslan av ensamhet samtidigt som det inte tog bort det faktum att kvinnan och eventuella barn inte tilläts bli fria från mannens våld och eftervåld. Kvinnorna beskrev också vikten av externt praktiskt och emotionellt stöd. Kvinnojourer lyftes ofta som särskilt viktiga i detta avseende. Ibland hade det funnits personer inom en myndigheter eller andra verksamheter som visat omsorg som gick utanför vad personerna var ålagda att göra inom ramen för sin formella yrkesroll. Inom ramen för formella insatser fattades med andra ord ofta viktiga delar av det stöd och den hjälp som kvinnorna hade behov av för att bryta ensamhet och eventuellt så småningom bli fria från våld.

Så jag ville inte leva. Jag ville köra ihjäl mig och mina barn för att dom skulle få slippa allt. För det fanns verkligen ingen annan väg ut. Men sen fick jag kontakt med M på kvinnojouren, och det var hon som räddade oss för hon var med mig sen senare till socialtjänsten och i dom rättsliga processerna. Och det betydde ju allt. För jag var helt paralyserad när jag var där på socialtjänsten så hon blev ju jättejätte viktig. Och hon kunde skriva och fråga mig på kvällen eller på morgonen, liksom "Hur är det nu? Hur går det nu?"



Diskussion

De kvinnor vars röster har hörts i den här rapporten hade alla lämnat de män som utsatte dem för våld, men i många fall hade våldet ändå fortsatt efter att relationen avslutades trots att kvinnorna sökt hjälp och gjort allt i sin makt för att bli fria från våldet. Ett av våra viktigaste resultat är att samhällets responser på kvinnornas våldsutsatthet och försök till frigörelse ofta ledde till att männens eftervård och makt upprätthölls och att kvinnorna gjordes ensamma med våldet och dess konsekvenser. I kvinnornas berättelser om våldsutsatthet kunde både social och existentiell ensamhet identifieras, liksom olika grunder för ensamhet kopplade till männens våld samt omgivningens och samhällets responser. Ensamhet hade en framträdande betydelse i kvinnornas liv, både under och efter relationen till den våldsutövande mannen. Ensamheten var inte bara en passiv konsekvens av våldsutsatthet utan en följd av aktivt *ensamgörande processer* på interpersonell och på strukturell nivå. Ensamgörandet manifesterade sig som en central del av mannens våld på interpersonell nivå och genom de regelverk och praktiker, bedömningar och beslut på strukturell nivå som upprätthöll männens makt och kvinnornas marginaliserade livssituation. Frigörelsen från den våldsutövande mannen var ofta villkorlig och begränsad.

Skam och undvikande av stigma kunde hindra kvinnorna från att överhuvudtaget söka hjälp (jfr. Overstreet & Quinn, 2013) leda till att kvinnorna drog sig undan sociala sammanhang där utsattheten riskerade att synliggöras. Att undvika stigma kunde till och med hindra kvinnorna från att kalla på hjälp i situationer där våldet var så allvarligt att de fruktade för sina liv. Den sociala överlevnaden, *att inte synliggöra sig själv som en kvinna som är utsatt för våld av sin man*, kunde med andra ord överordnas fysisk överlevnad. Kvinnorna kunde undvika att berätta eller på annat sätt synliggöra våldet för att slippa bli betraktade som svaga, utsatta och irrationella. Förväntningarna om stigmatisering och undvikandet av att synliggöra våldet bör emellertid inte tolkas som irrationella. När kvinnorna berättade om våldet präglades samhällets och omgivningens responser många gånger, men inte alltid, av tystnad, osynliggörande och minimering av våldets allvar (jfr. Eriksson, 2003; Pratt-Eriksson, Bergbom & Lyckhage, 2014; Wendt & Enander, 2013). Bristen på positivt socialt stöd, validering och beaktande av våldet från viktiga samhällsaktörers sida begränsade kvinnornas möjligheter att skydda sig själva och sina barn, och vidmakthöll männens eftervård och makt. I synnerhet i

de fall då kvinnorna hade barn tillsammans med förövaren fanns inte möjlighet till återhämtning och läkning efter de trauman som kvinnorna gått igenom. Istället erfor en del av kvinnorna de livssituationer som de försattes i efter att de lämnat våldsutövaren som värre än livssituationen i relationen med den våldsutövande mannen, vilket inte betydde att de ångrade att de hade lämnat. Samhället kunde identifiera kvinnorna och barnen som våldsutsatta genom insatser som exempelvis placering på skyddat boende eller fingerade personuppgifter, utan att identifiera männen som våldsutövare, och begränsade sällan männens möjligheter att fortsätta utöva våld och eftervård. På så vis innebar samhällets skydd från våld ofta att kvinnornas och barnens livssituationer fortsatte att präglas av ofrihet, social isolering och begränsad rörelsefrihet.

Ensamgörandets parallella processer

Interpersonellt ensamgörande – mannens våld och omgivningens tystnad

Det har länge funnits kunskap om att social isolering och kontroll är centrala del i mäns våld mot kvinnor i nära relationer (Dobash & Dobasch, 2004; Goodman & Epstein, 2020; Stark, 2009), vilket också gällde kvinnornas erfarenheter i den föreliggande studien. Männens våld hade kretsat kring övervakning och begränsningar av kvinnornas sociala relationer. Svartsjuka riktat mot andra män kunde på ett ytligt plan framstå som grunden till kontrollen men de sociala begränsningarna gällde även relationer med vänner, kollegor och familj. Även relationer till gemensamma barn begränsades och underminerades. Kvinnorna kunde leva med omfattande övervakning i vardagen och ständig kontakt från mannens sida, där syftet med övervakningen och kontakten var att kontrollera var kvinnan befann sig och vem hon träffade. Ökat våld har i tidigare forskning beskrivits som en konsekvens av den sociala isolering (Goodman & Epstein, 2008) men framträdde i kvinnornas erfarenheter också som ett medel för att upprätthålla isolering. Fysiskt våld hade ofta triggats av männens behov av att upprätta eller återupprätta kontroll över kvinnornas sociala interaktioner. Dessa erfarenheter kan förstås utifrån den könsmaktsordning som tidigt beskrivits av Susan Brownmiller (1975), där mäns våld beskrivs som ett medel för att upprätthålla en maktasymmetri mellan könen. Utifrån ett könsmaktsperspektiv är det också förstaeligt att kvinnornas motstånd mot våld och kontroll ledde till att männens våld ökade. Likaså kunde omständigheter som minskade mannens insyn och makt, som exempelvis att börja arbeta, ta en promenad med en vän eller ett försök att avsluta relationen, medföra att våldet eskalerade. Kvinnans motstånd och överskridande av de sociala gränser som mannen ritat ut, kunde innebära att kvinnan försattes i större fara, men motsatt kunde motståndet också leda till större frihet, särskilt om det fanns en omgivning och samhällsaktörer som såg och påtalade våldet samt agerade till stöd och skydd för kvinnan. Med andra ord var omgivningens stöd oftast avgörande för huruvida kvinnans motstånd skulle innebära fara eller ett steg närmare frihet från våld. Kvinnorna hade återkommande erfart att personer i omgivningen varit tysta och aldrig frågat om deras situation trots

att det fanns tecken och signaler på utsatthet, eller att kvinnan mötts med tystnad när hon berättade om våldet. När kvinnan å andra sidan hade haft någon, t ex en vän, familjemedlem, en kollega eller en arbetsgivare att tala med om våldet utan att bli dömd som svag eller irrationell hade det stor betydelse för hur kvinnan förstod sin egen situation och för hennes möjligheter att fortsätta berätta om våldet och se alternativ till att fortsätta leva tillsammans med den våldsutövande mannen. Att ha någon att anförtro sig åt som bemötte kvinnan med förståelse kunde vara minst lika viktigt efter separationen.

Strukturellt ensamgörande – att överges av ett samhälle som hade kunnat hjälpa

Ofta handlade kvinnornas erfarenheter av ensamhet inte så mycket om vad männen gjort mot dem som om vad samhället och omgivningen hade underlåtit sig att göra. I mötet med det system av myndigheter som skulle skydda kvinnorna och barnen kunde kvinnorna utsättas igen, för processer och responser som påminde om vad de erfart i mannens våld. De utsattes för vad som kan förstås som ett strukturellt ensamgörande, delvis genom osynliggörande, minimering och normalisering av våldet. Kvinnorna gjordes ensamma, inte bara med sina berättelser om vad som hade hänt dem, utan också med männens fortsatta hot, våld och maktutövande. Som en följd av samhällets responser uttryckte kvinnorna känslor av djup maktlöshet och övergivenhet.

De kvinnor som hade barn tillsammans med förövaren uppehöll sig vid den ensamhet de upplevde inför barnens situation och verkade inte ha utrymme för att reflektera särskilt mycket över sin egen sociala ensamhet och vad den betydde för dem. Den primära krisen handlade om barnens fortsatta utsatthet. De ensamgörande responser som kvinnorna med gemensamma barn med förövaren möttes av kan förstås utifrån att det kan vara särskilt tabubelagt att synliggöra pappor som våldsutövare (Nilsson & Lövkrona, 2015). För att skydda barnen behövde kvinnorna emellertid berätta om pappornas våld, men myndighetspersoners, och i synnerhet domstolars förståelse av kvinnornas berättande om våldet verkade sällan utgå från barnens behov av skydd, utan mer från pappornas behov av att skydda sin papparoll (jfr. Bruno, 2016; Mattsson, 2011). Detta kunde ytterst bidra till att barn tvingades till umgänge med papporna oavsett om de bodde på skyddat boende med mamman, hade skyddade personuppgifter eller om pappan var dömd för våld mot mamman eller barnet självt och oavsett hur dåligt barnen mätte och hur ofta skolan larmade. I ett fall bodde exempelvis barnen på skyddat boende med mamman varannan vecka på grund av pappans våld men mamman var ändå tvungen att lämna barnen till pappan för växelvis boende hos honom varannan vecka. Istället för att ses som offer eller överlevare kunde kvinnorna erfara att de stämplades som mammor som ville ta barnen ifrån sina pappor. I myndighetsprocesser gällande exempelvis barnens umgänge kunde mammorna granskas i detalj på ett sätt som papporna inte granskades på, vilket påverkade kvinnornas möjligheter till förtroendefull och öppen kommunikation med myndighetspersoner. Upplevelsen av att minsta rörelse, ordval eller tonfall i rösten skulle kunna tolkas till deras nackdel hindrade kvinnorna från att berätta spontant om våldet (jfr. Overstreet & Quinn, 2013). Begreppet *mother blaming*, som en specifik typ av *victim blaming* (Bruno, 2016; Lapierre, 2009), skulle



kunna förklara varför kvinnornas berättande om barnens dåliga mående som konsekvens av mannens våld ledde till att kvinnan ifrågasattes, eftersom hon genom att tala om våldet uttryckte en aversion mot pappan och kunde misstänkas för att medvetet eller omedvetet ha smittat barnet med sin aversion. Precis som inom relationen kunde våldet minimeras och omformuleras som bråk i myndigheternas utredningar (jfr. Bruno, 2016). Våldet kunde också normaliseras när kvinnorna bemöttes av tystnad efter att ha berättat för exempelvis vårdpersonal eller socialsekreterare om mannens våld. Det kunde leda till att kvinnorna började ifrågasätta sin uppfattning om att det som männen utsatte dem för var fel. Många tillfällen då samhället hade kunnat hjälpa gick på så vis förlorade och kvinnornas farhågor om att ingen ville höra eller förstå bekräftades, vilket kunde utgöra ett hinder för att söka hjälp på nytt. Några av kvinnorna benämnde samhällets responser som *samhällets våld*. De beskrev att samhällets, liksom mannens våld ledde till känslor av förnedring, hån och överklighet och att våldet på båda nivåerna gick ut på att göra dem ensamma med sin erfarenhet av att de var utsatta för våld, och maktlösa i frånvaro av handlingsutrymme för att förändra sin situation, men ändå ansvariga för den (jfr. Bruno, 2018). Ensamgörandet kunde framstå som integrerat i regelverk och praxis, men också i professionellas bedömningar och förståelse av våldet, särskilt i fall som krävde skyddande insatser och då det fanns gemensamma barn (jfr. Bruno, 2016). Att kvinnornas berättelser inte validerades av omvärlden var också ofta ett hinder för återhämtning, delvis eftersom det fick praktiska konsekvenser

som kunde försvaga tillgång till skydd och stöd men också eftersom det förstärkte upplevelsen av att stå helt ensam inför mannen våld. Den existentiella ensamheten var också central i kvinnornas erfarenheter av att ges ansvar för att ensamma skydda sig själva och sina barn från förövaren och samtidigt göras ensamt ansvariga att förmå barnen att vara positivt inställda till att träffa sina förövare.

Att utsatthet, ensamhet och isolering fortsatte efter relationen kan delvis förstås utifrån stigmatisering av kvinnor som utsatts för mäns våld. För att kunna söka hjälp skulle kvinnorna behöva synliggöra sig själva som *våldsutsatta kvinnor* och synliggöra männen som *våldsutövande män*, vilket kunde vara förknippat med reell fara, i synnerhet när det inte infördes adekvata begränsningar från samhällets sida, av männens möjligheter att fortsätta utöva våld mot kvinnorna och eventuella barn. Synliggörandet av våldet var också förknippat med påtagliga känslor av skam som kunde hindra möjligheten att söka hjälp (jfr. Overstreet & Quinn, 2013), även vid tillfällen då männens våld innebar direkt livsfara. Den sociala överlevnaden, *att inte synliggöra sig själv som en kvinna som är utsatt för våld av sin man*, kunde med andra ord överordnas fysisk överlevnad. Kvinnorna kunde ha förhoppningar om att få hjälp men samtidigt farhågor om att inte bli trodda, att bli ifrågasatta, nedvärderade eller betraktade som galna, vilket kan beskrivas som förväntningar om stigmatisering. Men även när kvinnorna aktivt sökte hjälp svarade samhället ofta med responser som osynliggjorde deras våldsutsatthet och i synnerhet männens våldsutövande. Det förväntade stigmat

motsvarades med andra ord av stigmatisering på strukturell nivå, i samhällets responser på kvinnornas försök till frigörelse. Kvinnorna kunde under relationen undvika att synliggöra våldet för att slippa betraktas som offer och därmed bli stämplade som svaga och irrationella av omgivningen, men omvänt kunde också omgivningen förneka deras offerskap när kvinnorna försökte synliggöra det (jfr. Hydén, 2019). Frånvaron av adekvata insatser från samhällets sida för att hindra mannens fortsatta våld kan förstås som en konsekvens av stigma (Overstreet & Quinn, 2013). Att synliggöra sina barns *pappor som våldsutövare* framstod som särskilt förknippat med stigma på strukturell nivå, inte bara genom frånvaron av insatser som kunde skydda barnen, utan framförallt genom att samhällets responser, i regel, medförde att männens makt och eftervård liksom kvinnornas och barnens utsatthet vidmakthölls. Kvinnorna gjordes ensamma, inte bara med sina berättelser om vad som hade hänt dem, utan också med pågående hot, våld och maktutövande.

Ensamgörandets vidmakthållande av makt, marginalisering och trauma

Positivt socialt stöd har visat sig vara avgörande för återhämtning efter trauma (Saltzman et al., 2018; Van der Kolk, 2015; Xu & Ou, 2014; Zoellner, Foa & Brigidi, 1999). Det ligger därför nära tillhands att anta att ensamgörandet av våldsutsatta kvinnor som vi beskrivit i denna rapport skapar hinder för bemästrande och återhämtning efter de trauman som orsakats av mannens våld. På ett individuellt plan beskrev många av kvinnorna social ensamhet till följd av våldet som ett kroniskt livsvillkor som till viss del kommit att bli en trygghet, men samtidigt ett fängelse. Ensamheten kunde ge känslor av styrka och självständighet i kontrast till den sårbarhet och hjälplöshet kvinnorna upplevt i relationen till våldsutövaren.

Samtidigt uttryckte kvinnorna att de egentligen hade en önskan om att vara nära andra människor men att det kändes som en omöjlighet, i vissa fall förknippat med en känsla av att något stängts av inom dem. Vänskapsrelationer liksom intima relationer hade kommit att förknippas med smärta eller fara, och kvinnorna kunde känna att de inte var värda att ha sociala relationer, vilket kan kopplas till tidigare forskning som visat att kvinnor som utsatts för partnervåld har lägre självförtroende, mer rädsla för närhet och svårigheter att känna tillit till andra än kvinnor som inte utsatts (Rokash, 2007). Samtidigt är trygga relationer, och frånvaron av ensamhet och isolering av särskilt stor betydelse för återhämtning efter trauma (Van der Kolk, 2015). Det handlar inte bara om att bryta social isolering utan om att bryta den existentiella isoleringen som bottnar i att våldet som orsakat traumat är svårt och ibland omöjligt att kommunicera. Traumat och våldets otalbara natur kan delvis förstås utifrån psykologiska minnesprocesser och observeras på neuropsykologisk nivå utifrån hur nervsystemet reagerar vid återaktivering av traumatiska minnen (van der Kolk, 2015), men våldets otalbarhet beror också på hur berättelser om våld emottas av omgivningen. Överlevare av trauma, t ex förintelseöverlevare (Danieli, 1984) och offer för incest (Butler, 1996) har vittnat om att de mötts av vad som be-

skrivits som en *tystnads konspiration* när de har försökt berätta om vad de varit med om. Vad som kan uppfattas som en konspiration av tystnad beskrivs också av många av kvinnorna i denna studie som vittnade om att professionella och närstående bemött dem med tystnad, undvikande och invalidering när de berättat och försökt berätta. En kvinna berättade om hur hennes kollegor gärna pratade om en tv-dokumentär om mäns våld mot kvinnor, men plötsligt tystnade när hon berättade om sina egna erfarenheter av att utsättas för våld.

Vänskapsrelationer liksom intima relationer hade kommit att förknippas med smärta eller fara, och kvinnorna kunde känna att de inte var värda att ha sociala relationer.

Det öppnar för tolkningen att kvinnor som utsatts för våld, förväntas bete sig på särskilda sätt. Exempelvis kan offer, för att räknas som offer, förväntas vara passiva och undvika att berätta om sin utsatthet (jfr. Hydén, 2019). Att mötas med tystnad kunde medföra att isoleringen kring upplevelserna av våldsutsatthet vidmakthölls. Isoleringen och invalideringen av kvinnornas upplevelser hindrade emellertid inte bara läkning och återhämtning utan bidrog också till att upprätthålla de traumatiserande situationer som kvinnorna och deras barn befann sig i. När våldet inte beaktades ledde det exempelvis till att barn tvingades att fortsatt ha umgänge eller bo växelvis med sina våldsutövande pappor som de kunde vara skräckslagna inför och till att männen kunde fortsätta förfölja, hota och trakassera kvinnorna. Istället för att låta kvinnorna och barnen bli fria från våld kunde samhällets responser konsolidera mannens makt och befästa kvinnornas marginaliserade livssituationer. Detta ska emellertid inte förstås som att kvinnorna i sig var hjälplösa eller inte gjorde motstånd. Kvinnorna kunde föra en tillsynes outtröttlig kamp för att exempelvis skydda sina barn, men deras motstånd mot våldet slogs gång på gång tillbaka i de myndighets- och rättsprocesser som hade kunnat möjliggöra att frihet från fortsatt våld och traumatisering. Vidare hade konsekvenser av våld och trauma många gånger misstolkats av omgivningen som andra sociala problem eller psykiatriska diagnoser, vilket utgjorde ännu en barriär för upptäckt av våldsutsatthet samt ett hinder för att ge adekvat stöd och hjälp. Samhället och omgivningen sökte ofta orsakerna för kvinnornas, och deras eventuella barns, svårigheter inom individen istället för i den pågående livssituationen eller tidigare trauma – vilket kanske är särskilt förekommande när orsaker söks för interpersonellt våld (Peters, 2008). För de kvinnor som levde med eftervård handlade tillvaron mycket om att försöka härbärgera konsekvenserna av det tidigare och pågående våldet samt att försöka undvika

fortsatt våld. Typiska uttryck var *Jag har ingen framtid, Jag lever bara en timme i taget, Det här är inget liv* och *Jag lever inte längre*. När kvinnorna hade lämnat de män som utsatte dem för våld hade de gjort det i hopp om att få leva fria och trygga liv, men samhällets responser ledde ofta istället till en fastfrusen livssituation där allt kom att handla om våldet och där kvinnorna och barnen framtogs handlingsalternativ för att bli fria.

Motståndskraft och återhämtning efter trauma bygger på att individen kan uppleva att faran är över, att individen har adekvat socialt stöd samt bereds handlingsutrymme och kontroll över sin livssituation (van der Kolk, McFarlane & Weisaeth, 2012) – sådant som framtogs många av kvinnorna i den här studien, i synnerhet de som hade barn tillsammans med förövaren och de som levde under någon typ av skydd (t ex fingerade personuppgifter), ibland på obestämd tid. Kvinnornas erfarenheter av samhällets skydd var många gånger att det inte var utformat för att hindra mannens våld utan att för att osynliggöra våldet och gömma offren, eller i alla fall deras utsatthet. Dessa förhållanden kan till viss del förstås utifrån normer och attityder som lägger ansvar på offret för sin våldsutsatthet och lyfter bort ansvar från förövaren och från samhället. Det finns en stor mängd tidigare forskning som undersökt stereotypa antaganden om personer som utsätts för partnervåld och som visar att felaktiga uppfattningar som

minimerar våldets allvarlighetsgrad, lägger ansvar på offret och ursäktar förövaren är vanligt förekommande (Peters, 2003, 2008; Policastro & Payne, 2013; Worden & Carlson, 2005). Motståndet mot att beakta mäns våld mot kvinnor och lyssna till våldsutsatta kvinnors erfarenheter kan delvis förstås utifrån människans behov av att upprätthålla bilden av en god och rättvis värld för att uppleva trygghet i sina egna liv (Lelaurain, Fonte, Graziani & Monaco, 2019; Lerner, 1980; Peters, 2008). Vittnesmål om provocerat våld i nära relationer har ingen plats i en god och rättvis värld, hotar upplevelsen av trygghet och måste därför tystas. En rättvis värld kan också förutsätta jämställdhet, dvs. att människors kön inte avgör deras möjligheter och livsvillkor. Sverige är känt som ett jämställt land där barns rättigheter tas tillvara. Bruno (2018) beskriver att idéer om att vara en jämställd nation kan ses som integrerade i vår nationella självbild, men den typen av idéer kan emellertid motverka erkännande av att mäns våld mot kvinnor fortfarande är ett utbrett samhällsproblem som samhället inte lyckas stoppa, och bidra till att osynliggöra mäns våld i enskilda fall. Kvinnorna i den föreliggande studien vittnade om att ideal kring jämställdhet inte alltid gick hand i hand med medvetenhet om könsmakt och mäns våld mot kvinnor, vilket ledde till att kvinnornas marginalisering och utsatthet fördjupades.

Slutsatser

I likhet med Margareta Hydéns forskning (se exempelvis 1994, 2015, 2016, 2021) utmanar den föreliggande studien bilden av att mäns våld mot kvinnor i nära relationer är dolt för omgivningen. Däremot kunde omgivning och samhälle många gånger svara på kvinnornas synliggörande av våldet genom osynliggörande. Studien utmanar också uppfattningar om att våldsutsatta kvinnor är passiva och irrationella och ger istället en motbild av kvinnor som gjort motstånd och fört en tillsynes outtröttlig kamp för frigörelse från männens våld, många gånger innanför ett snävt handlingsutrymme och i relation till irrationella system. Det fanns självfallet gott om individuella skillnader i kvinnornas narrativ om våldsut-satthet och ensamhet, men kvinnornas möjligheter att bryta ensamhet och bli fria från våld var beroende av kontextuella faktorer grundade i omgivningens och samhällets respon-ser. Narrativen bildade en kollektiv berättelse i relation till institutionella faktorer som regelverk och praxis, vilka kunde hindra synliggörande av männens våld och möjliggöra att männens makt och eftervåld upprätthölls. Hjälplösheten och isoleringen som varit påtaglig i relationen till mannen, behöv-de inte upphöra i och med uppbrottet, utan kunde fortsätta som ett resultat av trauma efter männens våld eller relaterat till omgivningens och samhällets responser. Den frigörelse eller frihet som kvinnorna hade hoppats på när de lämnade relationen kunde ofta fortsatt villkoras av de våldsutövande männen. När kvinnorna hade barn med förövaren medver-kade myndigheter aktivt i att bryta ner kvinnornas motstånd mot fortsatt utsatthet och i göra dem ensamt ansvariga för sin och barnens situation. Barnen behövde i regel fortsätta bo växelvis hos eller ha umgänge med våldsutövaren. Myndig-heter begränsade inte männens våld och eftervåld, ibland på grund av myndighetspersonernas förståelse av situationen och ibland på grund av att de saknade handlingsutrymme. Konse-kvenserna kunde i dessa fall bli att kvinnor och barn fortsatte leva i påtaglig fara för liv och hälsa och i en rädsla utan slut. Kvinnornas försök för att skydda sina barn ledde ofta till domstolsförhandlingar kring vårdnad, boende och umgänge där våldet inte tydligt beaktades. Även när kvinnor och barn levde på skyddat boende eller med skyddade personuppgifter på grund av männens våld, när männen var dömda för våld mot kvinnan eller barnen, eller var efterlysta för andra brott, behövde barnen fortsätta ha umgänge med våldsutövarna. Kvinnorna kunde uttrycka att *Det har blivit bestämt att vi ska leva såhär och det finns inga vägar ut*. Kvinnornas och barnens livssituationer, i synnerhet *efter* att ha lämnat våldsutövaren, innehöll några av huvudingredienserna för allvarlig traumatisering – dvs. att leva med upprepat våld från en närstående och ett ständigt hot mot liv och hälsa, att vara hindrad från att fly eller kämpa för att undgå det hemska, och att det fanns personer och institutioner som hade kunnat hjälpa men som inte gjorde det (van der Kolk, McFarlane & Weisaeth, 2012). Jämställdhetsmyndighetens kartläggning av mål som rör vårdnad, boende och umgänge (2022) indikerar

att de livssituationer vi beskrivit bland de kvinnor som har barn tillsammans med förövaren, inte är några undantag.

Ensamgörandet och den endast villkorliga frigörelsen från männens våld begränsade kvinnornas möjligheter att uppfylla några av de mest grundläggande psykologiska och existentiella behoven och värdena i livet, såsom möjligheten att dela sin livsvärld med andra, möjligheten att se och planera sin framtid och möjligheten att skydda sig själva och sina barn.

Den existentiella ensamheten var särskilt påtaglig i kvinnor-nas erfarenheter av att vara utsatt för livsfara och uppleva extrem rädsla men att förgäves försöka få de som kunde hjälpa att se de uppenbara hoten. Oavsett om kvinnorna hade barn tillsammans med förövaren eller inte så beskrev de att erfarenheter av att inte bli trodda, att våldet inte adresserades av personer i omgivningen, eller av myndighetspersoner och vårdgivare, kunde upplevas som svårare än männens våld. I linje med vad Hydén tidigare visat (1994, 2015, 2016, 2021) var våldet sällan helt dolt för omvärlden eller för myndig-heterna. Det var snarare så att kvinnornas synliggörande av männens våld ofta möttes av tystnad, misstro och repressalier, i synnerhet om synliggörandet innebar att mannen pekades ut som våldsutövande *pappa*. Kvinnorna kunde förbli ensamma, både socialt och existentiellt, med sina erfarenheter av det våld som männen utsatt dem för. Ensamgörandet och den endast villkorliga frigörelsen från männens våld begränsade kvinnornas möjligheter att uppfylla några av de mest grund-läggande psykologiska och existentiella behoven och värdena i livet, såsom möjligheten att dela sin livsvärld med andra, möjligheten att se och planera sin framtid och möjligheten att skydda sig själva och sina barn.



Slutord: Om responser från samhället som minskade kvinnornas ensamhet och utsatthet

I den här rapporten har vi beskrivit erfarenheter av ensamhet bland kvinnor som utsatts för våld av en partner, och vilken roll ensamheten spelat i kvinnornas liv. Det kanske viktigaste budskapen är att samhällets och omgivningens responser spelar stor roll för hur ensamma kvinnorna blir samt för om och hur våldet och eftervåldet kan fortsätta. Samhället och omgivningen kunde göra kvinnorna ensamma med våldet och bidra till att upprätthålla männens eftervåld, trots att kvinnorna lämnat männen och gjort allt de kunde för att bli fria från våldet. Det fanns också gott om exempel på att samhällets responser kunde bryta kvinnornas isolering och marginaliserade livssituationer. Att inte vara ensam med

erfarenheterna av våldet kunde vara en förutsättning för att kunna lämna relationen, eventuellt så småningom bli fri från mannens våld och inte minst för att få möjlighet till återhämtning och läkning. Det fanns många exempel på att enskilda personers agerande för att hjälpa kunde vara avgörande för kvinnornas och barnens situation. Det kunde till exempel handla om en arbetsgivare som uppmärksammade kvinnans signaler om utsatthet, vågade fråga om våld och visade omsorg för hennes situation. Arbetsplatsen kunde då fungera som en trygg plats för kvinnan där hon inte bara kunde uppleva säkerhet men också få tillgång till andra referensramar än mannens. Arbetsplatsen och arbetsgivarens stöd kunde också bli startpunkten

för kvinnans möjlighet att se alternativ till att fortsätta leva i relationen. Att överhuvudtaget ha ett arbete kunde erfaras som en viktig resurs för autonomi, känslan av värdighet och möjligheten att bygga nya sociala relationer och en ny livssituation efter relationen. Att få tid och tankeutrymme utan ständig kontakt från mannens sida kunde också vara avgörande för kvinnans möjlighet att föreställa sig och planera för ett liv utan mannens våld och kontroll. Utan hjälp och stöd utifrån kunde det emellertid vara svårt för kvinnorna att få det utrymmet eftersom kärnan i männens våld ofta var att isolera kvinnan och kontrollera hennes tid och rörelsefrihet.

Kvinnornas erfarenheter av existentiell ensamhet, och möjligheter att bryta den, byggde till stor del på omgivningens och myndigheters förståelse av våldet och våldets konsekvenser för deras, och deras eventuella barns, livssituationer. Kvinnorna kunde befinna sig i uppenbar livsfara men i samma stund mötas av exempelvis vårdpersonal, socialsekreterare eller domare som i utförandet av sina professionella uppdrag och bedömningar tillsynes bortsåg från våldet och faran. Det var inte ovanligt att kvinnorna erfor ett inkonsekvent stöd från samhället. Några kvinnor beskrev att de genomgående hade haft gott stöd från socialtjänsten sedan separationen, vilket var likställt med erfarenheten att socialtjänsten tog våldet på allvar och gjorde vad de kunde inom ramen för sin myndighets handlingsutrymme. Flertalet kvinnor hade istället erfarit att stödet från socialtjänsten varierat över tid, beroende på enskilda socialsekreterares perspektiv och tolkning av situationen, eller att stödet genomgående varit svagt. Att våldet inte togs på allvar utan osynliggjordes eller omformulerades som konflikter kunde i värsta fall innebära fara för kvinnornas och deras barns liv. Ett mönster var att socialtjänsten initialt, när våldsutsattheten uppdagades, agerade med validerande bemötande och skyddande insatser. När mannen fortsatte att utöva eftervåld eller krävde umgänge som uppenbart skulle vara förenat med stora risker för barnen kunde socialtjänstens stöd bli mer ambivalent och våldet kunde börja beskrivas mer i termer av samarbetssvårigheter och konflikter. Samhällets stöd var också splittrat genom att olika myndigheter gjorde olika bedömningar. Även när socialtjänsten bedömde att ett umgänge skulle medföra höga risker för barnen kunde domstol ändå besluta att barnen skulle ha umgänge med den våldsutövande pappan. Att ha stöd från socialtjänsten hade betydelse för erfarenheten av att inte vara helt ensam, även om domstol tog beslut som upprätthöll mannens makt och eftervåld. Liknande betydelse kunde polisens bemötande ha. Det spelade stor roll att polisen visade omsorg för kvinnans situation och fick dem att känna sig trodda. Även om det inte påverkade utgången i ett brottmål, kunde erfarenheten av att ha blivit trodd och validerad av en myndighetsperson vara en viktig motvikt till erfarenheter av att inte tas på allvar och att misstänkliggöras i andra myndighetsprocesser. Polisens responser gentemot våldsutövaren i enskilda situationer kunde också påverka kvinnans livssituation efter uppbrottet samt om eller hur eftervåldet fortsatte. Polisens agerande kunde till exempel underlätta för kvinnan att kunna bo kvar i sitt hem, eller försvåra för henne att till exempel kunna hämta tillhörigheter efter uppbrottet. I ett fall upphörde mannen abrupt med det eftervåld som polisen i Sverige inte kunde hindra, efter att polisen i ett annat land meddelat mannen att han skulle bli arresterad om han fortsatte.

När barnen behövde fortsätta bo växelvis eller ha umgänge med pappan trots pappans våld och omsorgsbrister, kunde det ha avgörande betydelse att skolan agerade stöttande utifrån ett barnperspektiv, till exempel genom att ge emotionellt stöd och konsekvent fortsätta att göra orosanmälningar om våld och försummelse, men också genom praktiskt stöd som att ordna extra måltider och kläder till barnen när de bodde hos pappan. Det fanns också erfarenheter av att skolan och elevhälsan utgick mer ifrån ett föräldraperspektiv istället för ett barnperspektiv, och bortsåg från våldet och dess inverkan på barnens behov och situation, även när socialtjänsten och rättsväsendet vidtog skyddande åtgärder för kvinnans och barnens räkning eller straffrättsliga åtgärder mot mannen. Det kunde till exempel uttryckas som att barnen inte fick tillgång till stöd hos skolkuratorn eller inte tilläts ta del av läromedel när de bodde på skyddat boende, i både fallen med motivationen att skolpersonalen behövde hålla sig neutrala och inte ville lägga sig i föräldrarnas *konflikt*. Motvilja mot att involveras i kvinnornas personliga problem kan också ha legat bakom vårdens undvikande av våldet, även när kvinnorna öppet berättade att de sökte vård på grund av våldsutsatthet. Vårdpersonal hade kunnat göra stor skillnad till exempel genom journalföring, genom att ta emot och bemöta kvinnornas berättelser om våldet och genom att hjälpa till att kontakta polis, socialtjänst och/eller kvinnojour. Ett fåtal av kvinnorna hade fått tillfälle att genomgå traumabehandling och beskrev att det hade spelat stor roll för deras mående och funktion, samt för den egna bilden av våldet de utsatts för.

Ideella organisationer kunde spela en stor roll för att minska kvinnornas sociala och existentiella ensamhet och för att bemästra sina, på många sätt, svårhanterliga livsvillkor. Hos ideella organisationer som brottsofferjourer och kvinnojourer kunde kvinnorna få ett medmänskligt bemötande av en person som inte uppfattades vara hindrad av sin yrkesroll att lyssna på kvinnornas berättelser, validera allt i situationen och visa omtanke. Det kunde också handla om att få praktisk hjälp med att fylla i blanketter till olika myndigheter, att få en stödperson som inte bara följde med till olika myndigheter utan också höll kontakt även utanför arbetstid när kvinnan behövde det. Många kvinnor betonade också värdet av att kunna dela sina upplevelser med och få stöd av andra kvinnor som var eller varit i liknande situationer, i fysiska grupper eller digitalt. Kvinnojourer, brottsofferjourer, kvinnonätverk och verksamheter kyrkans regi hade bidragit med socialt stöd som var av ett annat slag än vad exempelvis socialtjänst eller hälso- och sjukvården kunde erbjuda men som många gånger var det som avlastade kvinnorna i deras upplevelser av hopplöshet, hjälpte dem att behålla känsla av värdighet trots erfarenheterna av strukturell stigmatisering samt att härda ut när mycket var hopplöst.

Närstående såsom vänner, familj och kollegor spelade ofta avgörande roll för hur ensamma kvinnorna var under och efter relationen till den våldsutövande mannen. När närstående tog den våldsutövande mannens perspektiv kunde det i det närmaste omöjliggöra uppbrott, och kvinnan kunde behöva komma till en punkt där hon upplevde att ingenting längre spelade någon roll och där hon inte brydde sig om hon levde eller dog, för att kunna lämna mannen. Ensamheten efter uppbrottet kunde då upplevas bottenlös, och det var också svårare för kvinnorna att känna tillit till andra människor, känna

sig trygga i sociala interaktioner och att ingå i nya trygga vänskaps- och kärleksrelationer. Frånvaro av trygga relationer när relationen till våldsutövaren startade kunde fungera som en särskild utsatthet som fördjupade isolering och ensamhet, samt gjorde det svårare för kvinnan att hitta vägar ut ur relationen. Kvinnans tillgång till sociala nätverk och relationer behövde på så vis inte göra henne mindre ensam med sina erfarenheter av våldet eller i sitt bemästrande av den utsatta livssituationen. Samtidigt var det inte avgörande att kvinnan kunde prata ingående om våldet med personerna för att relationerna skulle upplevas som stöttande och trygga. Däremot var det viktigt att kvinnornas erfarenheter av våldet, och eftervåldet, inte förnekades. Även om trygga nära relationer inte behövde bygga på att de närstående skulle ha detaljerad vetskap om *vad* kvinnorna utsatts för, var det ofta viktigt att det fanns vetskap om *att* kvinnan, och eventuella barn, hade varit utsatta för våld av mannen och om hur det påverkade deras livssituation.

Endast i ett fall där kvinnan hade gemensamma barn med våldsutövaren kunde kvinnan lämna relationen utan att utsättas för eftervåld eller tvingas medverka till att utsätta barnen för risker i samband med umgänge. Mannen dömdes också till fängelse för det våld han utövade mot kvinnan. Att samhällets responser i detta fall innebar en validering av kvinnans erfarenheter, att mannen ställdes till svars för våldet och att kvinnan och barnet *inte* låstes fast i fortsatt utsatthet betydde att kvinnan och hennes barn gavs möjlighet till upprättelse, trygghet och frihet. De kunde gå vidare och bygga ett nytt liv utan att fortsatt begränsas eller traumatiseras av mannens våld. Våldet kunde placeras i dåtid istället för att bli ett långvarigt eller kroniskt livsvillkor. Något som skiljde kvinnans berättelse från de andra kvinnornas är att separationen från mannen ägde rum betydligt längre tillbaka i tiden, dvs för över 30 år sedan och på så vis i en delvis annorlunda strukturell kontext.

Vår förhoppning är att den föreliggande studien kan bidra till att synliggöra hur kvinnor som utsätts för mäns våld tystas, marginaliseras och görs ensamma i sin situation. Studien ämnar också bidra till en djupare förståelse för hur social och existentiell ensamhet drabbar våldsutsatta kvinnor och får särskilt allvarliga konsekvenser kopplat till våldet. Ytterst är vår förhoppning att resultaten i någon mån kan bidra till förbättrat och stärkt stöd till våldsutsatta kvinnor och barn och till begränsningar av mäns våld. Mot bakgrund av tidigare kartläggningar och utredningar (Jämställdhetsmyndigheten 2022; Roks, 2021; Socialstyrelsen 2019; 2022) står det klart att de berättelser som kvinnorna delat i denna studie inte är några undantag. Den föreliggande studien kan bidra med en djupare förståelse för hur kvinnor och barns livsvillkor påverkas av att Sverige som nation inte bara misslyckas med att begränsa mäns våld och skydda kvinnor och barn från fortsatt våld, utan också aktivt medverkar till att upprätthålla männens våld och makt samt kvinnornas och barnens marginaliserade och traumatiserande livssituationer. På så vis bryter Sverige mot konventioner som vi förbundit oss till att följa, såsom Istanbulkonventionen och Barnkonventionen. Den föreliggande rapporten belyser vikten av att jämställdhetsarbete tar hänsyn till könsmakt och kunskaper om mäns våld mot kvinnor. Rapporten väcker också frågor kring att staten och kommuner satsar stora resurser på det viktiga arbetet med upptäckande

av mäns våld mot kvinnor, men att våld som myndigheter har kännedom om tillåts pågå. Bilden av att våld mot kvinnor och barn är ett dolt problem som är svårt att motverka kan i värsta fall osynliggöra de strukturella hindren för att kvinnor och barn ska kunna bli fria från våld, samt dölja samhällets ansvar för att stoppa det våld som det finns kännedom om.

Många av de kvinnor som medverkat i den här studien vittnar om allvarlig våldsutsatthet, om den tunna gränsen mellan liv och död och om att dagligen frukta för sitt liv, men säger samtidigt att det inte varit det värsta. Som det värsta beskrivs återkommande erfarenheten av att berätta om våldet men inte bli trodd, samt responser från samhället och omgivningen som bidragit till att vidmakthålla eftervåldet och kvinnornas utsatthet.

Varje år dödas ungefär femton kvinnor i Sverige av män som de har eller har haft en relation med, trots att myndigheter har känt till våldet, och långt fler lever vidare med mannens våld och eftervåld. Många av de kvinnor som medverkat i den här studien vittnar om allvarlig våldsutsatthet, om den tunna gränsen mellan liv och död och om att dagligen frukta för sina liv, men säger samtidigt att det inte varit det värsta. Som det värsta beskrivs återkommande erfarenheten av att berätta om våldet men inte bli trodd, samt responser från samhället och omgivningen som bidragit till att vidmakthålla eftervåldet och kvinnornas utsatthet. Det är djupt förfärande att myndigheter i en välfärdsstat som Sverige inte bara underlåter sig att ingripa för att stoppa våld, men också aktivt medverkar till att vidmakthålla männens våld och kvinnornas och barnens utsatthet. Kvinnorna har delat sina berättelser med förhoppning om att det kan leda till förändring för andra kvinnor och barn. Vi hoppas att deras röster ska lyssnas till och vill samtidigt påminna om alla de röster som inte blivit hörda, och de röster som tystnat. Kvinnor behöver inte dödas. Kvinnor och barn behöver inte utsättas för våld och eftervåld. Det ligger i samhällets händer att låta dem leva i frihet och trygghet.

Referenser

- Bayarri Fernandez, E., Ezpeleta, L., Granero, R., de la Osa, N., & Domènech, J. M. (2011). Degree of exposure to domestic violence, psychopathology, and functional impairment in children and adolescents. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(6), 1215-1231.
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M., ... & Tibubos, A. N. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC psychiatry*, 17(1), 1-7.
- Bondevik, M., & Skogstad, A. (2000). Loneliness, religiousness, and purpose in life in the oldest old. *Journal of Religious Gerontology*, 11, 5-21.
- Broberg, A., Almqvist, K., Almqvist, L., Axberg, U., Cater, Å., Eriksson, M., ... & Sharifi, U. (2011). *Stöd till barn som bevittnat våld mot mamma. Resultat från en nationell utvärdering*. Göteborg: Psykologiska institutionen, Göteborgs universitet.
- Brownmiller, S. (1975). Against our will. *Men, Women and Rape*. Bantam, New York.
- Bruno, L. (2016). *Ofridstid: Fäders våld, staten och den separerande familjen* (Doctoral dissertation, Acta Universitatis Upsaliensis).
- Bruno, L. (2018). National self-image as an obstacle to ensuring children's rights in the context of domestic violence and family law—the case of Sweden. *Journal of Social Welfare and Family Law*, 40(4), 426-440.
- Butler, S. (1996). *Conspiracy of silence: The trauma of incest*. Volcano Press.
- Campbell, J. C. (2002). Health consequences of intimate partner violence. *The lancet*, 359(9314), 1331-1336.
- Campbell, J. C., Glass, N., Sharps, P. W., Laughon, K., & Bloom, T. (2007). Intimate partner homicide: Review and implications of research and policy. *Trauma, Violence, & Abuse*, 8(3), 246-269.
- Danieli, Y. (1984). Psychotherapist's participation in the conspiracy of silence about the Holocaust. *Psychoanalytic psychology*, 1(1), 23.
- Diesen, E. (2021). *Våld och vårdnad*. Roks.
- Dillon, G., Hussain, R., Loxton, D., & Rahman, S. (2013). Mental and physical health and intimate partner violence against women: A review of the literature. *International journal of family medicine*, 2013.
- Dobash, R. P., & Dobash, R. E. (2004). Women's violence to men in intimate relationships: Working on a puzzle. *British journal of criminology*, 44(3), 324-349.
- Donovan, C., & Barnes, R. (2021). Re-tangling the concept of coercive control: A view from the margins and a response to Walby and Towers (2018). *Criminology & Criminal Justice*, 21(2), 242-257.
- Eklund Erikson & Olbers (2018). *Gensvarets betydelse för trygghet och självaktning*. Göteborg: Krisentrum för kvinnor, Social resursförvaltning, Göteborgs stad.
- Ekström, V. (2016). *Det besvärliga våldet: Socialtjänstens stöd till kvinnor som utsatts för våld i nära relationer* (Vol. 689). Linköping University Electronic Press.
- Engnes, K., Lidén, E., & Lundgren, I. (2012). Experiences of being exposed to intimate partner violence during pregnancy. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 7(1), 11199.
- Eriksson, H. (2001). *Ofrid? Våld mot äldre kvinnor och män – en omfångsundersökning i Umeå kommun*. Umeå: Brottsoffermyndigheten (Rapport 2001).
- Eriksson, M. (2003). *I skuggan av Pappa: familjerätten och hanteringen av fäders våld* (Doctoral dissertation, Gondolin).
- Eriksson, M. (2007). Nordiska perspektiv på barn som upplever våld i sin familj. I M. Eriksson, *Barn som upplever våld*. (ss. 5-24). Stockholm: Gothia Förlag.
- European Institute for Gender Equality (2021). *The costs of gender-based violence in the European Union*. European Institute for Gender Equality. ISBN 978-92-9482-921-4.
- Forssell, A. M., & Cater, Å. (2015). Patterns in child–Father contact after parental separation in a sample of child witnesses to intimate partner violence. *Journal of Family Violence*, 30, 339–349.
- Forssell, A. (2016). *Better safe than sorry? Quantitative and qualitative aspects of child-father relationship after parental separation in cases involving intimate partner violence* (Doctoral dissertation). Örebro University, Örebro.
- Frenzel, A. (2014). *Brott i nära relationer: en nationell kartläggning*. Brottsförebyggande rådet (BRÅ).
- García-Moreno, C., Pallitto, C., Devries, K., Stöckl, H., Watts, C., & Abrahams, N. (2013). *Global and regional estimates of violence against women: prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence*. World Health Organization.
- Giele, J. Z., & Elder, G. H (1998). *Methods of life course research: Qualitative and quantitative approaches*. Sage.
- Goffman, E. (1963). Stigma: notes on the management of spoiled identity. Goffman E, editor.
- Goodman, L., Bennett, L., & Dutton, M. A. (1999). Obstacles to victims' cooperation with the criminal prosecution of their abusers: The role of social support. *Violence and victims*, 14(4), 427-444.
- Goodman, L. A., & Epstein, D. (2008). Listening to battered women: A survivor centered approach to advocacy, mental health, and justice. American Psychological Association.
- Goodman, L. A., & Epstein, D. (2020). Loneliness and the CoViD-19 pandemic: Implications for intimate partner violence survivors. *Journal of family violence*, 1-8.
- Hardesty, J. L., & Ganong, L. H. (2006). How women make custody decisions and manage co-parenting with abusive former husbands. *Journal of social and personal relationships*, 23(4), 543-563.
- Heimer, G., Andersson, T., & Lucas, S. (2014). Våld och hälsa-en befolkningsundersökning om kvinnors och mäns våldutsatthet samt kopplingen till hälsa (Violence and Health-a population study on women's and men's exposure to violence and the link to health). Uppsala: NCK.
- Henriksen, J., Larsen, E. R., Mattisson, C., & Andersson, N. W. (2019). Loneliness, health and mortality. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 28(2), 234-239.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of traumatic stress*, 5(3), 377-391.
- Hester, M. (2013) Who does what to whom? Gender and domestic violence perpetrators in English police records. *European Journal of Criminology*.

- Hayes, B. E. (2012). Abusive men's indirect control of their partner during the process of separation. *Journal of Family Violence*, 27(4), 333-344.
- Holeva, V., Tarrier, N., & Wells, A. (2001). Prevalence and predictors of acute stress disorder and PTSD following road traffic accidents: Thought control strategies and social support. *Behavior Therapy*, 32(1), 65-83.
- Holmberg, C., & Enander, V. (2007). *Varför går hon?: om misshandlade kvinnors uppbrottsprocesser*. Kabusa böcker.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: a meta-analytic review. *PLoS medicine*, 7(7), e1000316.
- Holt-Lunstad, J. (2017). The potential public health relevance of social isolation and loneliness: Prevalence, epidemiology, and risk factors. *Public Policy & Aging Report*, 27(4), 127-130.
- Hoppstadius, H. (2018). What is the problem? Representations of men's violence against women in a Swedish context. *Multidisciplinary Journal of Gender Studies*, 7(3), 1684-1708.
- Hydén, M. (1994). *Woman battering as marital act: The construction of a violent marriage*. Scandinavian University Press.
- Hydén, M. (2014). The teller-focused interview: Interviewing as a relational practice. *Qualitative social work*, 13(6), 795-812.
- Hydén, M. (2015). What social networks do in the aftermath of domestic violence. *British journal of criminology*, 55(6), 1040-1057.
- Hydén, M. (2016). The response network. In *Response Based Approaches to the Study of Interpersonal Violence* (pp. 77-97). Palgrave Macmillan, London.
- Hydén, M. Att bli brottsoffer är inte någon enkel sak (2019)., In Heber, A., Roxell, L. (eds), Att odla kriminologi. Perspektiv på brott & utsatthet: Festschrift till Eva Tiby, Stockholm: Stockholms universitet; 2019, pp. 173-194.
- Hydén, M. (2021). I skuggan av våldet: barnen och deras sociala nätverks responser på våld i familjen.
- Isdal, P. (2001). Meningen med våld. Gothia.
- Janoff-Bulman, R., & Morgan, H. J. (1994). Victims' Responses to traumatic life events: An unjust world or an uncaring world?. *Social Justice Research*, 7(1), 47-68.
- Jones, L., Hughes, M., & Unterstaller, U. (2001). Post-traumatic stress disorder (PTSD) in victims of domestic violence: A review of the research. *Trauma, Violence & Abuse*, 2, 99-119.
- Jämställdhetsmyndigheten (2022). *Uppgifter om våld är inget undantag* (rapportnummer 2022:1). Jämställdhetsmyndigheten.
- Kaniasty, K. (2012). Predicting social psychological well-being following trauma: The role of postdisaster social support. *Psychological Trauma: theory, research, practice, and policy*, 4(1), 22.
- Katz, E. (2015). *Surviving together: Domestic violence and mother-child relationships* [Doktorsavhandling, University of Nottingham].
- Laing, L. (2017). Secondary victimization: Domestic violence survivors navigating the family law system. *Violence against women*, 23(11), 1314-1335.
- Lapierre, S. (2021). Mothering in the context of domestic violence. In *The Routledge International Handbook of Domestic Violence and Abuse* (pp. 462-477). Routledge.
- Leahy, T., Pretty, G., & Tenenbaum, G. (2008). A contextualized investigation of traumatic correlates of childhood sexual abuse in Australian athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6(4), 366-384.
- Leigh-Hunt, N., Bagguley, D., Bash, K., Turner, V., Turnbull, S., Valtorta, N., & Caan, W. (2017). An overview of systematic reviews on the public health consequences of social isolation and loneliness. *Public Health*, 152, 157-171.
- Lelaurain, S., Fonte, D., Graziani, P., & Monaco, G. L. (2019). French validation of the domestic violence myth acceptance scale (DVMAS). *Affilia*, 34(2), 237-258.
- Lerner, M. J. (1980). *The belief in a just world: A fundamental delusion*. New York, NY: Plenum Press.
- Link, B. G., & Phelan, J. C. (2001). Conceptualizing stigma. *Annual review of Sociology*, 27(1), 363-385.
- Lundgren, E., Heimer, G., Westerstrand, J., & Kalliokoski, 2001: *Slagen dam. Mäns våld mot kvinnor i jämställda Sverige – en omfångsundersökning*. Brottsförebyggande rådet (BRÅ).
- Luo, Y., Hawkey, L. C., Waite, L. J., & Cacioppo, J. T. (2012). Loneliness, health, and mortality in old age: A national longitudinal study. *Social science & medicine*, 74(6), 907-914.
- Luthra, R., Abramovitz, R., Greenberg, R., Schoor, A., Newcorn, J., Schmeidler, J., ... & Chemtob, C. M. (2009). Relationship between type of trauma exposure and posttraumatic stress disorder among urban children and adolescents. *Journal of interpersonal violence*, 24(11), 1919-1927.
- Länsstyrelsen Skåne (2018). *Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer*. Länsstyrelsen Skåne (Rapport 2018:13).
- Mattsson, T. (2011). Våldets komplexitet och gamla paradigmer. Om utmaningar och svårigheter i arbetet med våld i nära relationer.
- Mattsson, T. (2013). Motstånd och neutralisering. Kön, makt och professionalitet i arbetet med våld i nära relationer. *Socialvetenskaplig tidskrift*, 20(3-4), 150-167.
- Murray, C., Crowe, A., & Akers, W. (2016). How can we end the stigma surrounding domestic and sexual violence? A modified Delphi study with national advocacy leaders. *Journal of family violence*, 31(3), 271-287.
- Murthy, V. H. (2020). Together: The healing power of human connection in a sometimes lonely world. Harper Wave.
- Nevala, S. (2014). Violence against women: An EU-wide survey. *European Union agency for fundamental rights*.
- Nilsson, G., & Lövkrona, I. (2020). *Våldets kön: Kulturella föreställningar, funktioner och konsekvenser*. Studentlitteratur AB.
- Ornstein, P. (2017). *The price of violence: Consequences of violent crime in Sweden* (No. 2017: 22). Working Paper.
- Overstreet, N. M., & Quinn, D. M. (2013). The intimate partner violence stigmatization model and barriers to help seeking. *Basic and applied social psychology*, 35(1), 109-122.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, 3, 31-56.
- Peters, J. (2008). Measuring myths about domestic violence: Development and initial validation of the domestic violence myth acceptance scale. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 16(1), 1-21.
- Pill, N., Day, A., & Mildred, H. (2017). Trauma responses to intimate partner violence: A review of current knowledge. *Aggression and Violent Behavior*, 34, 178-184.
- Policastro, C., Payne, B. K. (2013). The blameworthy victim: Domestic violence myths and the criminalization of victimhood. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 22, 329-347.
- Pratt-Eriksson, D., Bergbom, I., & Lyckhage, E. D. (2014). Don't ask don't tell: Battered Women living in Sweden encounter with healthcare personnel and their experience of the care given. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 9(1), 23166.
- Radford, L., & Hester, M. (2001). Overcoming mother blaming? Future directions for research on mothering and domestic violence.

- Radford, L., & Hester, M. (2015). More than a mirage. *Safe contact for children and young people who have been exposed to domestic violence*, 112-129.
- Rekke, M., Angsell, M., Mønger, A. C., & Göransdotter, L. (2020). *Min tur att berättat: barns röster om att leva med våld*.
- Rokach, A. (2006). Alienation and domestic abuse: How abused women cope with loneliness. *Social Indicators Research*, 78(2), 327-340.
- Rokach, A. (2007). Loneliness and intimate partner violence: Antecedents of alienation of abused women. *Social Work in Health Care*, 45(1), 19-31.
- Rying, M. (2007). *Utvecklingen av dödligt våld mot kvinnor i nära relationer*. Norstedts Juridik AB, 2007.
- Saltzman, L. Y., Pat-Horenczyk, R., Lombe, M., Weltman, A., Ziv, Y., McNamara, T., . . . Brom, D. (2018). Post-combat adaptation: Improving social support and reaching constructive growth. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 31, 418-430.
- Socialstyrelsen (2018). *Dödsfallsutredningar 2016-2017* (Artikelnummer: 2018-1-37). Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen (2022). *Socialstyrelsens utredningar av vissa skador och dödsfall 2018-2021* (Artikelnummer 2022-1-7738). Socialstyrelsen.
- SOU (2015). *Nationell strategi mot mäns våld mot kvinnor och hedersrelaterat våld och förtryck*. Stockholm: Statens offentliga utredningar (Rapport 2015: 55)
- Skoog Waller, S., & Langeborg, L. (2018). "Jag önskar att dom hade trott mig" : En kartläggning av våld i nära relationer i Gävle kommun 2017 (FOU-rapport). Gävle: Gävle kommun; Gävle University Press.
- Stark, E. (2009). *Coercive control: The entrapment of women in personal life*. Oxford University Press.
- Stark, E. (2013). Coercive control. *Violence against women: Current theory and practice in domestic abuse, sexual violence and exploitation*, 17-33.
- Strang, P. (2010). *Livsglädjen och det djupa allvaret-om existentiell kris och välbefinnande*. Natur & kultur.
- Strang, P. (2014). *Att höra till: om ensamhet och gemenskap*. Natur & kultur.
- Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, C. N., & Fincham, F. D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 686-694.
- Trygged, S., Hedlund, E., & Kåreholt, I. (2014a). Beaten and poor? A study of the long-term economic situation of women victims of severe violence. *Social work in public health*, 29(2), 100-113.
- Trygged, S., Hedlund, E., & Kåreholt, I. (2014b). Living in danger: previous violence, socioeconomic position, and mortality risk among women over a 10-year period. *Social work in public health*, 29(2), 114-120.
- Ullman, S. E. (1996). Social reactions, coping strategies, and self-blame attributions in adjustment to sexual assault. *Psychology of women quarterly*, 20(4), 505-526.
- Van der Kolk, B. A., Roth, S., Pelcovitz, D., Sunday, S., & Spinazzola, J. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 18(5), 389-399.
- Van der Kolk, B. A., McFarlane, A. C., & Weisaeth, L. (Eds.). (2012). *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society*. Guilford Press.
- Van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: Mind, brain and body in the transformation of trauma*. Penguin UK.
- Vos, Theo, Jill Astbury, L. S. Piers, A. Magnus, M. Heenan, Laura Stanley, Laurens Walker, and K. Webster. "Measuring the impact of intimate partner violence on the health of women in Victoria, Australia." *Bulletin of the World Health Organization* 84 (2006): 739-744.
- Walby, S., & Towers, J. (2018). Untangling the concept of coercive control: Theorizing domestic violent crime. *Criminology & Criminal Justice*, 18(1), 7-28.
- Wang, J., Mann, F., Lloyd-Evans, B., Ma, R., & Johnson, S. (2018). Associations between loneliness and perceived social support and outcomes of mental health problems: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 18, 156.
- Wendt, E., & Enander, V. (2013). *Övergivet eller stöttad?: våldsutsatta kvinnors erfarenhet av bemötande inom hälso-och sjukvården*. Västra Götalandsregionens kompetenscentrum om våld i nära relationer (VKV).
- Westfeldt, L., Törnqvist, N., Huuva, L., & Skarp, A. (2019). *Grov kvinnofridskränkning. Brottsens hantering och utveckling i rättskedjan 1998-2017* (2019:8). Brottsförebyggande rådet.
- Winterstein, T., & Eisikovits, Z. (2005). The experience of loneliness of battered old women. *Journal of Women & Aging*, 17(4), 3-19.
- Wolfe, D. A., Crooks, C. V., Lee, V., McIntyre-Smith, A., & Jaffe, P. G. (2003). The effects of children's exposure to domestic violence: A meta-analysis and critique. *Clinical child and family psychology review*, 6(3), 171-187.
- Woods, S. J. (2000). Prevalence and patterns of posttraumatic stress disorder in abuse and postabused women. *Issues in Mental Health Nursing*, 21, 309-324.
- Worden, A. P., & Carlson, B. E. (2005). Attitudes and beliefs about domestic violence: Results of a public opinion survey: II. Beliefs about causes. *Journal of interpersonal violence*, 20(10), 1219-1243.
- Xu, J., & Ou, L. (2014). Resilience and quality of life among Wenchuan earthquake survivors: The mediating role of social support. *Public Health*, 128, 430-437.
- Zeligman, M., Varney, M., Gheesling, S., & Placeres, V. (2019). Trauma, meaning making, and loneliness in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 33(4), 319-331.
- Zoellner, L. A., Foa, E. B., & Brigidi, B. D. (1999). Interpersonal friction and PTSD in female victims of sexual and nonsexual assault. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 12(4), 689-700.
- Åkesson, E., Darj, F., Malmberg, L., & Ravanbakhsh, N. (2018). *Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer* (2018:13). Länsstyrelsen Skåne.

