

# ”Jag tyckte jag bodde i helvetet”

Barns berättelser om att bli utsatt för våld  
av den som står dem närmast.

**MASKRC  
OSBARN**

# Innehåll

Om rapporten	4
Ungdomarnas beskrivningar av våldet	9
Känslor kring våldet	19
Konsekvenser	27
Att berätta om våldet	35
Erfarenheter av socialtjänsten	43
Hjälp och stöd	47
Vägen framåt	50
Förändringsförslag	56

**”I och med den psykiska misshandeln, när det har sagts saker, då har det ju blivit att då har jag ju börjat tro på det själv. Då har jag ju skapat ett eget mantra att *'du är inte värd någonting, du duger inte, du är dum i huvudet'* alltså sådana saker. Och det har jag gått och intalat mig själv så till slut har det blivit en verklighet för mig vilket har gjort att, ja men det tär ju också på dig.**

**Du kan inte gå så dag in och dag ut och bara känna att *'jag borde inte förtjäna att leva'*.”**

# Om rapporten

År 1979 skrevs lagen mot barnaga in i föräldrabalken och Sverige blev därmed det första landet i världen att förbjuda våld mot barn i uppfostringssyfte. Barnkonventionen reglerar barns rätt till skydd mot våld i artikel 19 enligt följande: *barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp.*

Mycket görs på olika nivåer för att leva upp till de lagar och förordningar som finns till för att skydda barn mot våld, men många av oss som möter barn och ungdomar i våra arbeten är eniga om att vi har en lång väg kvar att gå. Enligt den nationella kartläggningen Våld mot barn 2016, där totalt 4741 elever i grundskolans årskurs 9 och gymnasiets år 2 deltog, uppgav **36 %** att de varit utsatta för någon typ av misshandel av föräldrar, inklusive styv- och familjehemsföräldrar. Av dessa hade 14 % utsatts för fysiskt våld, 11 % för psykiskt våld och 2 % för sexuella övergrepp (Jansson & Jernbro, 2017).

Maskrosbarn är en rikstäckande barnrättsorganisation som sedan 2005 arbetar med stöd till ungdomar 13–19 år vars föräldrar mår psykiskt dåligt, har någon form av missbruk eller som utsätter dem för våld. Maskrosbarn bedriver även ett omfattande påverkansarbete som helt utgår från de ungas egna röster, tankar och behov. Varje år möter vi i våra nio stödprogram närmare 1000 ungdomar vars erfarenheter, åsikter och tankar vi förmedlar till vuxna som på olika sätt kommer i kontakt med barn och ungdomar i sitt arbete. Sedan organisationen grundades för 15 år sedan har vi därmed träffat oerhört många barn och ungdomar som berättat för oss om det våld de blir utsatta för av sina föräldrar. Vi arbetar dagligen tillsammans med de här ungdomarna och för deras rätt till skydd och stöd, exempelvis genom att agera barnombud för de ungdomar som vill och har ett behov av stöd i kontakten med socialtjänsten.

En av de främsta riskfaktorerna för multiutsatt-  
het (att bli utsatt för minst tre olika typer av våld) är att bo tillsammans med en vuxen som har problem med alkohol eller narkotika, psykisk sjukdom, suicid eller kriminalitet (Jernbro & Landberg, 2020). Ungdomarna i Maskrosbarns målgrupp, vars berättelser delas i denna rapport, har alla denna riskfaktor. Ytterligare ett viktigt per-

spektiv är att de här ungdomarna blir utsatta för våld **av den eller de personer som står dem allra närmast – de personer vars ansvar det är att skydda dem.** Många av ungdomarna upplever inte den trygghet i sitt hem som ett hem är tänkt att ge. Tvärtom kan hemmet bli en plats där ungdomarna försätts i svåra, påfrestande och farliga situationer, något som ger allvarliga konsekvenser på både kort och lång sikt. När ens egna föräldrar brister – och som för de unga i Maskrosbarns målgrupp – utsätter dem för fara i sitt eget hem, då blir kontakten med andra vuxna livsavgörande. I denna rapport får ni ta del av ungdomarnas egna perspektiv på **hur de själva vill att vuxna och samhället i stort ska arbeta för att tillgodose deras rätt att skyddas mot alla typer av våld.**

Barnets rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör dem regleras i barnkonventionens artikel 12 och i ett flertal andra svenska lagar. Barns involvering saknas dock ofta i det arbete som görs för barn som blir utsatta för våld, vilket ger stora konsekvenser. För att stöd, hjälp och skydd – inklusive rutiner och strukturer – ska bli just stödjande och skyddande är det absolut nödvändigt att barnets egen röst om sin situation och sina behov får vara vägledande. Detta tydliggörs av Barnrättskommitténs allmänna kommentarer kring artikel 19 där de lyfter att det är **avgörande** att barn kan delta under framtagandet, uppföljningen och utvärderingen av åtgärder kopplade just till artikel 19. **Ungdomarna i den här rapporten berättar också om vad som händer när detta inte sker.**

## Genomförande

112 ungdomar från Maskrosbarns stödverksamhet har medverkat i denna rapport genom att svara på en enkät med frågor om att bli utsatt för våld av sin förälder eller andra omsorgspersoner, om kontakten med vuxna professionella i relation till våldet och om vad ungdomarna tänker



YOUTH

behöver förändras. I enkäten fanns möjlighet att skriva öppna svar, varav ett flertal återfinns i rapporten. Därefter genomfördes uppföljande djupintervjuer med nio ungdomar som alla har erfarenhet av att utsättas för olika typer av våld av sina föräldrar eller andra vuxna som de bor eller har bott tillsammans med. Av de ungdomar som deltagit i denna rapport bor en tredjedel fortfarande hemma, hos den förälder som utsatt dem för våld. Andra bor kvar hemma men bara med den andra föräldern. Ett fåtal är placerade idag och andra har flyttat av andra skäl, som till exempel att de har gått ut skolan och skaffat jobb.

Precis som vi på Maskrosbarn alltid gör, har vi agerat på det ungdomarna har berättat för oss om det har varit nödvändigt.

I rapporten skriver vi både "barn" och "ungdomar". "Barn" skriver vi när vi menar barn i allmänhet och ungdomar skriver vi när vi syftar till de ungdomar som har deltagit i rapporten eller som är en del av Maskrosbarns verksam-

het. "Ungdomar" är det begrepp som vår målgrupp identifierar sig mest med. Med tanke på att rapporten bygger på deras berättelser, kändes det viktigt att använda de begrepp som de känner sig mest bekväma med.

Resultatet från enkäter och intervjuer har sammanställts i denna rapport, som är strukturerad på följande sätt: vi går först igenom ungdomarnas egna beskrivningar av sina upplevelser och erfarenheter kring deras våldsut-satthet, deras tankar och känslor kring detta och vilka konsekvenser de själva upplever att de har fått. Därefter redogör vi för ungdomarnas beskrivningar av att berätta om våldet för andra, deras kontakter med vuxna professionella, vilket stöd de har fått och vilket stöd de hade velat ha. Resultatet diskuteras och problematiseras sedan tillsammans med ungdomarnas egna konkreta förslag på förändringar och tips till vuxna. Vi avslutar med att redogöra för de förändringar vi ser behöver ske på en mer strukturell nivå.



**Folk tänker att 'inte min syster, inte min granne, inte min chef, inte min jobbarkompis.' Det är väldigt mycket det, att de tänker att det händer men det händer inte nära mig eller vid mig som är väldigt farligt för då ser man inte.**

**”Alltså jag har  
blivit slagen,  
våldigt mycket,  
men även  
också liksom  
psykiskt  
misshandlad  
på olika sätt.”**



# Ungdomarnas beskrivningar av våldet

I ungdomarnas berättelser om det våld de blivit utsatta för i sitt hem återfinns inslag av psykiskt, fysiskt, sexuellt, materiellt och latent våld samt hedersrelaterat våld. Våldet har i flera fall pågått sedan ungdomarna var små – **så länge de kan minnas**. För några av dem har våldet ändrat karaktär under deras uppväxt, där till exempel det psykiska våldet fortfarande pågår, och det fysiska och sexuella våldet har upphört när de blivit äldre. För andra har det sett likadant ut under hela deras uppväxt.

## Fysiskt våld

Närmare två tredjedelar, 64 %, av ungdomarna som svarat på enkäten, uppger att de har blivit utsatta för någon typ av fysiskt våld av en förälder. I intervjuerna berättar flera av ungdomarna om hur det fysiska våldet har sett ut för dem. De beskriver slag, sparkar, knuffar, stryptag, att bli uppträckt mot väggen, att bli dragen i håret, att få saker kastade på sig. För vissa av dem har detta pågått regelbundet, under längre tidsperioder, och för andra har det fysiska våldet skett vid något enstaka tillfälle. Gemensamt för samtliga ungdomar som har utsatts för fysiskt våld är att de har varit, eller är, utsatta **även för andra typer av våld**.

*... och så kastade han en mobil, han kastade en toffla, han använde en pinne, han puttade mig. Han kastade telefonen på munnen så att en tand ramlade ut. Sen har han sagt massor med dumma saker, alltså jättemycket. Och sen ibland har han inte låtit mig eller mina saker vara ifred för att visa att 'jamen du har gjort ett fel, det är inte rätt att göra såhär' istället för att förklara att 'det här är fel, gör inte såhär utan gör så istället'.*

*Ja alltså det var ju mycket, om man tänker psykiskt våld, då var det mycket ord och alltså blickar och liksom sånt där. Fysiskt våld då var det som, jamen han tog tag i en alltså jag fick blåmärken eller blev klämd i dörrar, dragen i håret och sådana saker.*

## Sexuellt våld

29 % av ungdomarna i enkäten, svarar att de har erfarenheter av att bli utsatta för sexuellt våld. När ungdomarna beskriver sina upplevelser av sexuellt våld lägger de – i större utsträckning än för andra våldstyper – mer fokus på de känslor som uppstått i dem till följd av våldet. De fokuserar också på att beskriva de konsekvenser och på vad det sexuella våldet gör med dem på längre sikt. De återkommer till hur våldet påverkat deras möjlighet att ha relationer och att vara nära andra människor överhuvudtaget (se kommande avsnitt om konsekvenser för när-

64%

Av ungdomarna har upplevt **fysiskt våld** i hemmet.

29%

Av ungdomarna har upplevt **sexuellt våld** i hemmet.

**Det var bara... vad jag än gjorde så var det fel. Om det var nånting och hon bad mig göra det så gjorde jag det fel och dåligt, hon var alltid arg på mig, jag kunde inte göra nånting rätt för henne.**

**54%**

Av ungdomarna har upplevt **materiellt våld** i hemmet.

mare beskrivningar av detta). Ungdomarna beskriver också, i relation till det sexuella våldet, sina strategier för att hantera det de blir utsatta för, till exempel att de **kopplar bort** det som händer samt att de **stänger av sig själva och väntar ut det**.

Ungdomarna beskriver för oss att det ofta kan upplevas som svårare att själv definiera det sexuella våldet och som att gränserna inte är lika tydliga som vid fysiskt våld. En ungdom beskriver sina upplevelser på följande sätt:

*Och sen sexuellt våld då var det väl mer att, jag vet inte riktigt om det räknas som det, men han gick över gränser som man kanske inte ska göra liksom. Och att det, då blev det lite... jamen att han kunde ta tag i mig hårt och istället för att bara ta tag så skulle han liksom krama och ha mig nära och lite sånt där fast inte jag ville och så.*

### **Psykiskt våld**

Av de 112 ungdomar som medverkat i enkätundersökningen svarar 81 % att de under sin uppväxt blivit utsatta för psykiskt våld av sin förälder. Detta återspeglas i intervjuerna där samtliga ungdomar beskriver erfarenheter av psykiskt våld. De säger också att det kan vara svårare att sätta ord på det psykiska våldet och att, även här, veta var gränsen går för vad som räknas som våld.

Flera av ungdomarna beskriver att de i princip dagligen fått höra elaka, nedsättande och kränkande ord som kan vara riktade såväl mot den egna personen som mot deras umgänge, deras prestationer etc. Några av dem beskriver det som att de har blivit mobbade i sina egna hem och upplevelsen är ofta att de i förälderns ögon inte kan göra eller vara "rätt" – att oavsett hur mycket de än försöker vara så som de tror att föräldern önskar, får de ändå höra att de inte duger, att de inte är tillräckligt bra, att det är fel på dem. En återkommande beskrivning är att det är omöjligt att ens kunna ha ett vanligt samtal med sin förälder utan att föräldern börjar säga elaka saker.

*Alltså, det är ju då min mamma ofta, som då har kallat mig saker eller sagt saker som gjort ont, liksom grova saker verkligen, och tryckt ner mig liksom och påstått att 'du duger inte, du borde inte leva, du borde försvinna'.*

*Sen när jag blev lite äldre och började gå ut på kvällarna så började hon kalla mig för hora och lite sådana saker.*

Några av ungdomarna beskriver att de har blivit kontrollerade av sin förälder på olika sätt. Det kan exempelvis handla om att föräldern inte låter dem ha ett privatliv utan att de regelbundet tvingas redogöra för allt som händer utanför hemmet. En ungdom beskriver att hen aldrig själv fick välja vad hen ville dela med sig av kring sitt eget liv. Hens förälder höll regelbundet det hen kallade för förhör om vad hen gjort, exempelvis när hen varit hos den andra föräldern.

Ungdomarna beskriver också att de har vant sig vid att ta ansvar kring att hålla sin förälder lugn och på bra humör samt att upprätthålla familjehemligheten. De ser exempelvis till att allt som ska göras i hemmet blir gjort i tid och på det sätt som föräldern kräver, men de hjälper också till med att dölja utåt vad som pågår i familjen och i hemmet.

81%

Av ungdomarna har upplevt **psykiskt våld** i hemmet.

*Man behövde liksom alltid vakta på honom och se att nu är han glad så nu kan jag göra det här nämen nu är han lite sur så nu kanske jag inte kan göra liksom leka lika högt eller så. Man behövde ju liksom alltid vakta så att han var på bra humör.*

*Hon hade alltid varit pappas lilla flicka och det var alltid hon som höll koll på mig och min lillasyster och såg till så att vi gjorde allting som pappa ville. Så när hon slutade gå (till pappa) /.../ då var det jag som fick det plus att jag behövde hålla koll mer och laga mat mer och så. Tidigare var det min storasyster, hon kunde stå ute mitt i vintern på trappan och steka kött för vår fläkt där inne fungerade inte. Så det blev jag som fick laga mat och så.*

Några av ungdomarna använder ordet **medberoende** när de pratar om relationen till sin förälder – att de gjorde vad de där och då tänkte var bäst och att de ville hjälpa sin förälder på de sätt som var tillgängliga för dem.

*Om kronofogden var och knackade på och mamma hade sagt att 'säg att jag inte är hemma', då var det hela tiden att 'mamma är inte hemma, hon är någon annanstans' liksom och jag visste ju inte hur man skulle göra eftersom jag var så pass medberoende även om jag visste att det var en stor myndighet och nu i efterhand vet jag ju att jag gjorde fel. Men eftersom jag var så pass liten så visste ju inte jag bättre.*

”

**Men när vi är själva då är det inte ens en tanke på att vi ska äta utan hon kan äta själv och så finns det ingenting som jag ens kan laga och jag har ingen möjlighet att ens ta mig till affären. Det är väldigt mycket såhär att jag får sköta mig själv då och jag har inte riktigt resurserna att kunna göra det själv heller.**

## Försummelse

Försummelse handlar om att den vuxne som har ansvar för barnets omsorg inte tar hand om barnet ordentligt. 71 % av ungdomarna svarar att de har blivit utsatta för försummelse av sin förälder. Det kan handla om att de inte får sina mer praktiska grundläggande behov tillgodosedda, till exempel att det inte finns någon tillgång till mat eller att föräldern inte inkluderar dem i måltider. Ungdomarna beskriver att de har fått ta väldigt mycket **ansvar** i hemmet. Det kan handla om det rent praktiska kring familjen; att de själva får sköta hela hushållet, ta hand om sina syskon, ta ansvar för familjens ekonomi etc. En ungdom beskriver i sin intervju att hen, sedan hen var väldigt liten, varit den som tagit ansvar över pengar och ekonomi då hens förälder inte gjorde det. Hen hade inte tillgång till föräldrarnas konton men fick ändå försöka se till att pengarna inte tog slut genom att hela tiden hålla koll på utgifter och ställa frågorna *har vi råd med det här? Funkar detta med ekonomin?*

En annan aspekt av försummelse, som återkommer i ungdomarnas berättelser är beskrivningar av att de inte får någon kärlek, omtanke eller rent känslomässigt stöd från sin förälder. De beskriver att de får klara sig själva och att de inte kan räkna med att föräldern kommer att finnas där för dem om de behöver något. Några av ungdomarna utvecklar detta och beskriver att deras förälder är helt ointresserad av deras liv; dels att de inte får någon tillsyn men också att föräldern inte bryr sig om dem överhuvudtaget. Det kan till exempel handla om att föräldern inte vet och inte bryr sig om var och med vem ungdomen befinner sig, vad hen gör eller hur hen mår.

*...så jag åkte hem till en kompis och sov där i någon vecka tills jag kände att det var lägligt att komma hem. Mamma hade väl inte hört av sig så jättemycket faktiskt så jag tänkte att hon inte brydde sig så jättemycket så då gick det ändå att komma hem.*

71%

Av ungdomarna har upplevt **försummelse** i hemmet.

21%

Av ungdomarna har upplevt **hedersrelaterat våld** i hemmet.

**”Så att ifall att jag var med en kille nånsin, även ifall att det var en vän, alltså aldrig i hela mitt liv skulle jag drömma om att gå på stan med den eller springa runt och vara med den ute, skulle vi vara med varandra ja då skulle det vara i skolan där ingen såg eller om jag skulle vara med en kille då skulle jag vara med mina tjejkompisar och hennes bröder typ för då ansågs det vara okej för det var hennes bröder liksom.**

**Det var väldigt mycket såhär 'du får inte göra det, du får inte ha på dig det, du får inte vara med den personen, du får inte gilla den personen'. Än idag är det ändå lite tryck, såhär typ 'du får men du borde inte vara med en svensk kille exempelvis för han har inte samma kultur som oss, ha inte på dig det där det är för kort, ha inte på dig det där för det är för tight, du måste vara hemma den här tiden för om du är hemma efter den där tiden då kommer folk börja snacka och anse dig som nånting fult typ'. Så i mina yngre år så var det väldigt mycket lögner för att bara försöka passa in och vara med mina vänner men det är väl lite så nu idag också om jag ska vara ärlig.**

**Vi som tjejer får inte flytta ut hemifrån förrän vi har gift oss, det är då jag får flytta ut, när jag ska flytta till min man eller om jag ska plugga. Så det är lite mycket sånt, mycket att hålla koll på, men man vänjer sig, det har typ ändå blivit såhär rutin för mig, jag vet vad jag får ha på mig, jag vet vad jag får göra, jag vet vilka tider jag måste vara hemma, jag vet vem jag får vara med och inte vara med.”**

## Hedersrelaterat våld

21 % av ungdomarna svarar att de har varit utsatta för hedersrelaterat våld under sin uppväxt. I en av berättelserna beskriver ungdomen vad detta har inneburit för hen – hur det kan vara att växa upp med vad hen själv kallar ”våldigt mycket hederstryck”. Hens uppväxt har präglats av mycket strikta regler kring uppförande, klädsel, umgänge och tider som måste följas – med tillhörande konsekvenser från förälder, syskon och släkt om detta inte sker. Ungdomen beskriver att det för hen har varit en omöjlighet att leva sitt vardagliga liv på samma sätt som många jämnåriga gör och att hen hela tiden har fått anpassa sig för att inte bryta mot reglerna. Ungdomen beskriver det också som väldigt påfrestande att försöka hitta en balans mellan de

krav som förmedlats hemifrån och samtidigt försöka passa in i sin egen omgivning och forma ett eget liv, utanför familjen.

*Sen så på grund av min bakgrund, alltså jag vet inte om jag skulle kalla det våld men väldigt mycket hederstryck. Alltså det är väldigt mycket att hederreglerna blir intryckta i ens huvud så pass mycket att man till slut inte orkar, att det blir som ett våld på ett sätt /.../ och där kom det också väldigt mycket psykiskt av liksom såhär slakten, av mitt syskon och mamma att det var såhär 'anpassa dig men anpassa dig inte för mycket. Prata med dem men prata inte för mycket. Skaffa vänner men inte för många. Var en del av deras samhälle men inte för mycket för du måste ha dina rötter'.*



**Ja det har vi, många gånger. Men det är alltid mitt fel, alltid. Och det är alltid så att jag får höra att vi har olika perspektiv på saker och min sanning är inte den personens sanning /.../ det kommer alltid tillbaka till att det var mitt fel först, jag gjorde alltid nånting först och därför på ett sätt så förtjänade jag det.**



# Jag har försökt, men det är som att prata med en vägg. Han förstår inte.

## Att prata med sin förälder om våldet

Det är ofta förekommande att ungdomarna har försökt prata med den förälder som utsatt dem kring våldet. Ibland upplever ungdomarna att det har blivit något lättare efter att de har flyttat hemifrån och delvis kunnat skapa en annan relation till sin förälder. Först då har det varit möjligt att prata med föräldern om det som varit tidigare. För majoriteten av ungdomarna har föräldrarna dock inte medgett att våld har skett överhuvudtaget. Ungdomarna får helt enkelt sin version av verkligheten förnekad av sin förälder som säger att det inte har hänt, att ungdomen överdriver, ljuger och hittar på. Det är också återkommande att föräldern har uttryckt att ansvaret ligger hos ungdomen som gjort något för att förtjäna våldet, samt att **det inte är så farligt och lite får man tåla**.

*Till exempel en gång då han slog mig i ansiktet... så han erkände att han hade gjort det, men han sa att eftersom jag inte fick ett blåmärke i ansiktet så kan det inte varit så hårt. Så egentligen så spelade det ingen roll.*

*Alltså jag har försökt att prata med min mamma om det, men hon har liksom inte lyssnat så mycket på det och sen har hon liksom förnekat en del av det och bara 'nej men det var inte så mycket liksom, lite stryk ska alla ungar ha' och så, så hon har verkligen varit såhär 'nejmen gud, sluta överdriv', liksom. Hon lever ju i den åldern att barnaga är nånting som borde finnas liksom för barn ska uppfostras med respekt för sina föräldrar som hon framställer det.*

Det är vanligt i ungdomarnas berättelser att de, i relation till beskrivningen av våldet, också berättar om hur de upplever föräldrarnas humör vid de tillfällen de berättar om. Föräldern upplevs som **jättearg, förbannad, väldigt irriterad, sur, elak**. Vissa av ungdomarna resonerar också kring den upplevda orsaken till att föräldern utsatt dem för våld:

*Sen kan det också vara att jag har alltid varit så att jag säger vad jag tycker och vill ha mycket uppmärksamhet och behöver synas och höras så hon kanske inte har kunnat hantera det.*

*När jag var yngre var jag såhär att jag inte kunde sitta still eller om jag ville att hon skulle lyssna på mig så kunde hon typ putta iväg mig eller slå till mig och säga åt mig att vara tyst och gå därifrån.*

*Jag har sagt några nedkränkade saker till min mamma och då har hon blivit jättearg.*

**”Samtidigt  
blev jag också  
våldigt rädd, så  
jag skapade en  
stor rädsla för  
min mamma  
när hon blir arg.”**

# Känslor kring våldet

Vi frågade ungdomarna vilka känslor de har upplevt i relation till det våld de har utsatts för, med fokus på deras känslor *i stunden* eller *under den tidsperiod* då föräldern utsatte dem för våld.

**”Den största grejen var egentligen, man fick aldrig... man hade ingen egen vilja ungefär. Eller man kanske hade en egen vilja men han brydde sig inte i alla fall /.../ Det är väldigt svårt att förklara men jag skulle säga att det kändes som att man kunde inte svika honom för man var liksom den här... man var en del av hans karaktär som han hade.**

**För min pappa han var den här, han gick till kyrkan varje söndag eller vi gick med honom till kyrkan varje söndag och han jobbade på (företag) och hade ett bra jobb där, jag tror han är något slags chef där och vi bor liksom i en bra kommun. Det är liksom såhär... det är mamma, pappa, tre barn, det är liksom den klassiska familjen som alla tänker sig.**

**Ingen tänkte att det var något fel för han är också väldigt two-faced och har en annan karaktär mot alla andra så vi var liksom en del av allt det här, en del av hans perfekta såhär kristna liv lite. Och vi fick liksom inte vara oss själva.**

**Jag minns när vi läste upp en rapport från någon socialundersökning eller någonting /.../ det var en medlarrapport, var det. Och då sa jag liksom, jag hade en liknelse. Och då sa jag att *'om världen var ett papper eller en teckning så känns det som att han försöker suddas ut mig från den'*.**

**Och det känns som om det representerar hur det kändes. Man fick inte vara sig själv för sig själv var inte bra nog.”**

## Rädsla och oro

Gemensamt för flertalet av ungdomarna är att de beskriver starka känslor av rädsla relaterat till sin förälder och dennes beteende. Rädslan har dels upplevts i själva stunden när föräldern utövar våldet, men ungdomarna beskriver också en generell rädsla och oro – kring **vad** som kommer att hända, **när** något kommer att hända, och **hur** det kommer att hända. De beskriver att de pejar av stämningar och att de konstant försöker lista ut hur föräldern mår – för att försöka undvika de situationer som de oroar sig för, där föräldern ska bli arg eller triggad. De beskriver hur de **trippas på tå** runt sin förälder och att de konstant håller sig på helspänn för att vara beredda på vad som kan hända. Många av de känslor ungdomarna beskriver att de har upplevt i relation till föräldrarnas våld återkommer i deras beskrivningar av hur våldet har påverkat dem på längre sikt. Men rädslan, oron och att alltid befinna sig i beredskapsläge är i

synnerhet återkommande i ungdomarnas berättelser, något som de bär med sig även i andra delar av sitt liv och som påverkar dem och deras övriga relationer oerhört mycket.

*För det första är det ju läskigt. Det gör ont, såklart. Både i en själv och det påverkar ju både såhär hur jag beter mig runt andra och hur jag beter mig själv och vilka jag kan känna mig trygg med.*

*... det mesta har jag förträngt men det var väl mest en rädsla /.../ det blir lite den här överlevnadsinstinkten som man har. Och sen när han blev arg så liksom bara, man blev jätterädd för man visste inte vad man skulle göra. Man hade liksom ingen makt över det. Man kunde inte göra nånting åt det typ.*



**Och jag minns hur jag brukade vara så rädd hela tiden att göra nånting fel och att min mamma skulle lämna mig för jag kände ju ingen annan liksom och hade ingen annan så jag försökte alltid alltid vara så perfekt som var möjligt och med åren, mellan grejerna, det blev väldigt såhär psykiskt utmattande.**



**När jag var där så fattade jag inte riktigt vad som hände. För jag vet att jag kände mig ju väldigt ledsen hela tiden. Men jag, alltså jag hade ju ingenting att jämföra med, man hade ju liksom inte den här bilden att så här ska en familj vara och sen så kunde man se att okej men så här är inte min familj, min familj är konstig. Utan jag hade ju inte det så jag tänkte att så här är alla familjer och då ska det bara vara så här.**

### **Att tänka att det som händer är normalt**

Återkommande i ungdomarnas berättelser är att det har tagit tid för dem att förstå att det våld de utsatts för inte är något som pågår i alla familjer, att det inte är normalt och så som det ska vara. De uttrycker att de, eftersom de bara hade sina egna familjer och sin egen uppväxtmiljö att referera till, inte hade något att jämföra med. Om föräldern konstant betar sig på ett visst sätt så blir det för ungdomarna det normala, det vanliga.

*Alltså, först uppstod det inga känslor alls för jag trodde det var normalt och att det var ju så det var hos alla.*

*Alltså vissa saker trodde ju jag var normalt, han gjorde ju så hela tiden, förstår du? Det blev 'ja men det är så liksom' därför ingen sa till mig att det är fel. Det var att 'men pappa är så', lite så.*

Några av ungdomarna beskriver också känslor kopplade till att inte förstå vad som händer; de minns att de exempelvis kände sig ledsna, men de förstod inte *varför* de kände sig ledsna.

*Man kände sig bara väldigt ensam. Och man fattade inte riktigt vad som hände. Man fattade inte riktigt varför man kände så. För när jag var hos min mamma så ringde han ju också för vi bodde varannan vecka och då, ja föräldrar ringer ju sina barn för att kolla in på dem och säga hej och saknar dem och så. Och han sa alltid 'jag älskar dig' när man sa hejdå och jag sa det alltid tillbaka såklart men jag menade det aldrig. Och jag fattade inte riktigt varför.*



## Jag har ju blivit så pass van med det, så det är liksom en vardag för mig att veta att han bryr sig inte.

Vissa av ungdomarna uttrycker att de med tiden har vant sig vid sin situation och vid föräldrarnas våld. Ibland kan det vara svårt för dem att sätta ord på hur våldet känns och upplevs eftersom det har blivit deras vardag:

*Jag vet faktiskt inte hur jag ska känna eftersom jag har varit med om det så pass länge så det har blivit en vana. Så när jag väl blir fysiskt miss-handlad eller någonting så, jag mår dåligt en stund och sen liksom lägger jag det bakom mig.*

*...för att det var det jag var van vid, att du som tjej ska lyssna och inte säga nånting och vad din förälder än säger så måste du göra det för att det är din förälder och det är en del av min kultur så det är det jag har varit van vid.*

### Maktlöshet

Att hela livet känns oberäkneligt är återkommande i ungdomarnas berättelser. De kan aldrig i förväg veta vad som kommer att hända och uttrycker att det kan vara väldigt jobbigt att hantera den maktlöshet och hjälplöshet som det innebär att vara ett barn vars föräldrar utsätter en för våld. De beskriver hur de försöker parera svåra situationer och använda de resurser de har så gott det går, men att de ofta upplevt känslor av att inte ha någon som helst makt över sin egen situation. Flera av dem uttrycker att **de ju bara var barn** och därmed alltid i underläge gentemot sin förälder. Känslan av maktlöshet beskrivs också som något som följer med

ungdomarna senare i livet och som påverkar deras egen syn på sina egna möjligheter i livet.

### Ledsen och arg

Att känna sig ledsen och/eller arg är återkommande i ungdomarnas beskrivning av sina känslor kring våldet och gentemot sin förälder. Det kan till en början vara svårt för ungdomarna att förstå varför de känner som de gör, men ofta kopplas känslorna med tiden ihop med insikten om att de blir utsatta för något som varken är normalt eller okej. Känslorna handlar alltså både om vad föräldern faktiskt utsätter dem för, men också om att det inte borde få hända. Ungdomarna beskriver att detta är jobbiga känslor för dem att hantera och att det tar väldigt mycket av deras energi att bära runt på dem.

*Ilska, hat, rent ut sagt. Jag har aldrig riktigt klankat ner på mig själv så istället för att jag ville ta livet av mig själv var det mer att jag vill döda henne.*

*...men sen när jag väl insåg att det inte är alla som blir slagna så för det första blev jag väldigt arg men också väldigt ledsen över att varför ska just jag behöva utstå detta.*

### Fysisk och psykisk smärta

De ungdomar som upplevt fysiskt våld beskriver att de har upplevt smärta utanpå kroppen, men också inuti. Det fysiska våldet har i vissa fall lett till skador som suttit kvar, till exempel



**blåmärken, blåtiror och skador på tänder.** Även om det har gjort väldigt ont fysiskt både i stunden och ibland under en längre tid, så är den fysiska smärtan enligt ungdomarna **alltid** sammankopplad med psykiskt lidande. De får ont inuti när de blir misshandlade utanpå.

*ju tvungen. Vid alla händelser, både när han slog och sa saker och när han tog saker från mig och inte lät mina saker vara ifred eller mig vara ifred så fick ju det mig att må jättedåligt och tänka på dåliga saker som ett barn egentligen inte ska behöva vara med om, eller tänka på.*

*Jag mådde jättedåligt, jag hade ju ont i kroppen. Mådde dåligt både psykiskt och fysiskt och hade ont både psykiskt och fysiskt. Ont både på kroppen men alltså inuti hade jag också ont. Det var inga direkt roliga känslor som man ville ha eller som man önskade sig eller man fick, men jag var*



**Jag minns när... för vi fick inte ringa vår mamma när vi var där och de hade skilt sig. Så jag brukade, när jag saknade henne, så brukade jag springa ner för vi hade en källare där vi hade våra ytterkläder. Och då så sprang jag ner där och gömde mig bakom ytterkläderna och ringde min mamma. Och jag minns den här känslan när hon inte svarade. Den, jag vet inte men man fick en hjälplöshet för med pappa var det ju inte nånting man kunde göra. Jag kunde ju liksom inte gå emot honom direkt för jag var ju hans barn och så.**

**”Och jag tror  
att jag har  
våldigt svårt  
att lita på folk  
efter det...”**

# Konsekvenser

Vi frågade ungdomarna om hur de själva tänker att deras upplevelser av våld har påverkat dem på längre sikt. Gemensamt för dem alla är att de beskriver flera konsekvenser som påverkat och fortfarande påverkar dem, på olika sätt och i olika delar av deras liv.

## Självbild och självkänsla

Många av ungdomarna beskriver att det är vanligt att de känner att våldet på olika sätt har påverkat hur de tänker och känner om sig själva. De beskriver att det kan vara väldigt svårt att våga tro på sig själv och på sin egen förmåga – och svårt att se att de kan välja andra vägar än de som föräldern hade valt åt dem. En ungdom beskriver på följande sätt hur det våld hen har upplevt har påverkat hen på längre sikt:

*Typ än idag så är jag väldigt försiktig med vad jag har på mig, hur tight det är, hur långt det är, jag är väldigt försiktig med vem jag umgås med /.../ när jag kollar tillbaka så kan jag verkligen se hur det har planterat små frön i mig som bara har vuxit och jag har typ anpassat mig runt.*

Ungdomarna berättar om hur de bär med sig föräldrarnas ord i huvudet; att det som föräldern har sagt till slut blivit en sanning som de börjar tro på själva. De fortsätter leva efter föräldrarnas förmedlade bild av dem och beskriver en känsla av att detta nog alltid kommer att finnas kvar i dem till viss del.

*Alltså jag tror att det alltid kommer ligga hos mig på något sätt, att jag alltid kommer att ha en liten rädsla över allt jag gör och säger och sättet jag uppfattas.*

## Relationer och tillit

En återkommande konsekvens som ungdomarna pratar mycket om är de svårigheter som uppstår när de försöker skapa och upprätthålla egna relationer. Det blir väldigt tydligt i intervjuerna att det har blivit problematiskt för ungdomarna att ha egna, sunda relationer utanför sin familj. För några av dem har detta gällt framförallt kärleksrelationer, men i flera intervjuer beskrivs enorma utmaningar med att hantera relationer överlag – även med vänner och andra människor i sitt liv.

*Det skapade nästan som ett självskadebeteende för mig i samband med andra människor. Att hamnade jag någonsin i en relation, vare sig det*

**I efterhand så är det ju mycket sorg också i det, att jag var väldigt ledsen och kände att jag inte riktigt kände till, att... varför jag inte dög, att 'hur kommer jag att kunna tycka om mig själv när inte ens min egna mamma kan tycka om mig?'**

*var med en vän eller nånting mer så var det aldrig nånting jag var bekväm med i mig själv, utan det var nästan ett sätt för mig att fylla det tomrum som hade skapats genom det psykiska som jag hade fått gå igenom.*

*Det påverkar både mina kärleksrelationer, vilka jag har känt att jag kan komma mig nära och om någon börjar dra sig ifrån mig så drar jag mig ifrån mycket längre /.../ och om de då går ifrån mig då har jag ingenting och då är jag ensam. Och jag vill inte vara ensam så det är mest det att det blir en konstant rädsla att förlora de personerna som är där för en.*

Det handlar ofta om att det inte är möjligt för ungdomarna att känna tillit till andra människor. De beskriver att de har blivit svikna så många gånger att de inte är kapabla att ta emot andra människors kärlek och omtanke. Det kan dels vara att de inte förstår vad det betyder när någon visar sådana känslor, eller att de inte litar på att den andra människan kommer att finnas kvar. Inte sällan handlar det om en rädsla att personen ska lämna, svika, såra eller skada dem, ofta kopplat till att de saknar positiva förebilder kring hur en relation kan kännas och vara. Flera av ungdomarna beskriver också en oro över att en ny potentiell vän eller partner ska vara som deras förälder.

*Och med andra personer i mitt liv, mina kompisar eller min partner eller så, jag har lite svårt att lita på att de inte går bakom min rygg och tycker att jag är dålig eller att 'imorgon kommer de att vara elaka mot mig'. Jag har svårt att lita på alla för att det känns som att alla är lite som min mamma.*

Något annat som flera av ungdomarna har gemensamt är känslan av att de inte är värda att ha vänskaps- och kärleksrelationer, ofta kopplat till att de har internaliserat de negativa ord de fått höra om sig själva från sin förälder. De känner och tänker att de inte förtjänar att ha det bra och att de saknar egenvärde. Därför blir det väldigt svårt för dem att se hur någon annan skulle kunna tycka om dem.

*Det är mycket att jag tänker att ingen tycker om mig och att jag stör liksom alla runt omkring där jag är, att jag tar upp för mycket utrymme.*

”

**Och jag tror att jag har väldigt svårt att lita på folk efter det, för jag tänker väldigt mycket att varför vill den här personen lära känna mig, för jag är ju inte intressant. Att jag har väldigt svårt att öppna upp mig liksom för jag tänker att ingen bryr sig för min mamma har ju inte gjort det.**

*Jag har väldigt svårt att ta emot saker från människor också generellt, ett exempel är att en kille köpte blommor till mig och jag kunde inte ta emot det för jag kände inte att jag var värd det.*

En annan, också återkommande, aspekt av de svårigheter som uppstår kring relationer är fysisk närhet och de egna gränserna. Ungdomarna beskriver att de får svårt att sätta egna gränser för vad som är okej för dem, att de gör sådant som inte känns bra för dem och släpper människor närmare rent fysiskt än vad de egentligen hade velat. De ungdomar som varit utsatta för sexuella övergrepp beskriver också det motsatta; att en för dem stor och påtaglig konsekvens är att de inte alls klarar av att människor kommer nära dem fysiskt:

*Det är ju att jag har och har haft väldigt svårt med närhet. Kramar och folk som kommer bakom mig och kramar mig bakifrån så de kommer nära min hals så får jag jättepanik om någon gör det. Men sen så vanliga kramar och allmänt närhet har blivit en jättestor grej.*

### **PTSD och egen psykisk ohälsa**

Nästan alla de intervjuade ungdomarna berättar att de har upplevt olika typer av egen psykisk ohälsa, som de kopplar till det våld föräldern har utsatt dem för. Några av ungdomarna har fått diagnosen Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD). Det är återkommande i ungdomarnas beskrivningar av sin egen psykiska ohälsa att de ser ett samband mellan föräldrarnas beteende och sitt eget mående och de sätter själva ord på varför



**... Tänk dig att du är en blomma, okej, och så har du dina blad. För varje människa, för varje kille säger vi, som rör dig vare sig det är romantiskt, sexuellt eller bara generellt, så tappar du ett blad och till slut så känner du dig nästan naken så då klarar du inte av att någon tittar på dig eller rör dig eller nånting för att det känns inte som att det finns något skydd.**



**I och med hur min uppväxt har varit så har jag ju utvecklat massa olika typ diagnoser och sånt till exempel borderline, alltså jag kan ju inte... jag har väldigt mycket känslor, såhär starka känslor, vilket också har blivit jobbigt för då kan jag inte hantera dem på så sätt som man egentligen borde göra så jag har ju självskadat väldigt mycket, jag har misshandlat min kropp liksom, jag har misshandlat mig själv och liksom bara mått dåligt, väldigt dåligt.**

de reagerar som de gör i vissa situationer. En ungdom berättar att det kan vara jättesvårt att bara vistas ute på stan, där det är mycket människor och höga ljud:

*...alltså jag kan ju inte gå någonstans. Hör jag ett högt ljud då hoppar jag till och liksom ryser till i hela kroppen. Alltså du kan typ gå på stan, och så är det nån byggarbetsplats där det smäller till, alltså jag får panik, råpanik, och bara vill börja gråta. För det är nånting som förknippas med 'nu smäller det'.*

Flera av ungdomarna berättar om stora svårigheter med sociala situationer, till exempel där de stöter på personer som på något sätt påminner dem om den person som utsatt dem för våld:

*Oftast när jag kommer i situationer, det behöver egentligen inte vara liknande situationer direkt det kan vara liksom att jag bara typ ser en man gå på gatan så börjar jag tänka på min pappa. Eller jag såg ett ord häromdagen som började på R och min pappas namn började på R och då började jag tänka på honom. Och jag satte mig en gång på bussen bredvid en man som hade samma parfym som min pappa och då så fick jag också flashbacks och så. Så det är väldigt många olika saker som triggar en hela tiden.*

Utöver PTSD upplever ungdomarna också konsekvenser som ångest, panikångest, sömnsvårigheter, koncentrationssvårigheter och depressioner. Vissa av dem beskriver att de började må dåligt redan när de var väldigt små och för andra är kän-

lan att det egna måendet försämrats genom åren. Även om det har sett väldigt olika ut för ungdomarna så är de alla tydliga med att de mår, eller har mått, oerhört dåligt som en direkt följd av vad de har upplevt. En ungdom beskriver sitt mående på följande sätt:

*Och det känns som om det är mycket, jag har liksom ångestproblem och kan, av nya saker eller när jag inte helt har kontroll över saker, så får jag oftast ångest över det. Och det känns som om det blir värre för när jag får ångest då mår jag väldigt dåligt och så och då så får jag oftast flashbacks från när jag var liten för då mådde jag också väldigt dåligt. Och det känns som att det har blivit väldigt mycket värre.*

### Att skada sig själv

Att självskada är en vanlig konsekvens som ungdomarna beskriver att de får av att ha blivit utsatta för våld. Det kan vara fysiskt; att de skär sig, kontrollerar maten eller på andra sätt gör illa sig själva på och/eller inuti kroppen.

I ungdomarnas berättelser finns också beskrivningar av andra sätt genom vilka de själva upplever att de har skadat sig själva. Det kan till exempel handla om att de haft relationer som varit väldigt skadliga för dem, att de använt sex för att skada sig själva, att de hamnat i kriminalitet, använt alkohol och droger etc. Ungdomarna beskriver att detta också kan handla om en för dem nödvändig flykt. De vet att det de gör är dåligt för dem men känner att de måste, för de har ingenting annat som kan hjälpa dem att ta fokus från allt det jobbiga. Några av ungdomarna beskriver också att de fick en känsla av att **ge upp**, att de tappade hoppet om sin egen framtid och inte längre orkade bry sig om hur det skulle gå för dem. En av ungdomarna uttrycker det så här:

*Jag hade mycket, inte fysiskt självskadebeteende då, men det var mer att jag kanske röjde runt ute, var på gatan sena nätter, kunde vara ute flera dygn /.../ Att hamna i dåliga cykler, bli in-*

*blandad i droger, alkohol, mycket kriminella människor. Och att jag förstörde ju mig själv, egentligen spelade det inte så stor roll vilka jag umgicks med för dem, utan jag mådde ju dåligt av det i längden. Jag brydde mig inte alls om min framtid, eller jag trodde inte att jag hade någon framtid /.../ Till slut gick det så långt att jag inte ville leva längre på grund av henne.*

### Skolan

För majoriteten av ungdomarna har skolgången på olika sätt påverkats negativt av hur de har haft det hemma. Några av dem har i perioder inte klarat av att gå till skolan överhuvudtaget; en ungdom berättar att hen missade en hel årskurs i mellanstadiet på grund av att hen mådde så pass dåligt. En annan ungdom berättar att hen slutade bry sig om skolan helt då hen inte såg någon egen framtid för sig själv och hade gett upp hoppet om att det skulle kunna gå bra för hen i livet. För andra har det varit att de inte kunnat gå till skolan då de har haft synliga fysiska skador som de inte velat att andra ska se. Det enda alternativet för dem har då varit att stanna hemma, fastän de egentligen hade velat vara i skolan. Gemensamt för flera av ungdomarna är att de uttrycker en ledsamhet över att ha missat tid i skolan och att det har varit jobbigt att hamna efter. De önskar att de hade kunnat vara i skolan, men det var av olika anledningar inte alltid möjligt för dem.

*...jag har missat en massa, jag har kommit efter liksom och kan inte riktigt hänga med i diskussioner i skolan och så. Så det har varit det värsta att jag har hamnat efter så mycket.*

Ungdomarna beskriver också de svårigheter som har uppstått när de har varit i skolan. De har ibland fått jobba hårt för att dölja vad som pågår hemma och för att bevara familjehemligheten, i regel på grund av rädsla för vad som skulle hända om någon skulle märka något. De uttrycker också att det kan vara i princip omöjligt att leva upp till de krav skolan ställer, när en blir utsatt för våld hemma.



”

**Alltså jag har ju fått varit hemma från skolan väldigt många gånger, till exempel om du hade en blåtira och för typ såhär åttonde veckan i rad så kunde du inte förklara att du har gått in i en dörr, så då fick jag stanna hemma vilket i senare åldrar i skolan har påverkat att jag har ju inte varit med på lektioner...**

*Helst när jag blev utsatt för fysiskt våld så var det så att jag hade skola dagen efter, jag hade prov och jag kunde inte skriva en enda fråga. Jag satt bara där helt stum och kunde inte svara någon, kunde inte prata. Man blir bara helt tyst för att man tror liksom att när jag säger någonting så kommer någonting att hända. Så man blir liksom... rädd.*

*Skolmässigt så har ju också blivit väldigt jobbigt för då har det ju blivit att man får hålla upp en fasad liksom och försöka dölja då att man till exempel har ett blåmärke här eller där och du har liksom fått hitta på ursäkter hela tiden.*

**”Alltså det kändes bra men samtidigt väldigt dåligt, för jag visste ju att kommer detta fram så blir ju konsekvenserna av det ännu värre.”**

# Att berätta om våldet

64 % av de tillfrågade ungdomarna svarade i enkätundersökningen att de har berättat för en vuxen person utanför Maskrosbarn om våldet. Majoriteten av dessa ungdomar har också berättat för en vän – detta gäller även för de ungdomar som inte berättat för en vuxen, att det är vanligt att de anförtror sig till vänner.

De intervjuade ungdomarna har olika erfarenheter av att berätta för andra, utanför familjen, om våldet. En del av dem har valt att berätta för vänner eller andra familjemedlemmar, alternativt **någon vuxen utanför familjen som de har känt förtroende för**. Andra ungdomar har berättat om våldet först när de har kommit i kontakt med socialtjänsten. Gemensamt för majoriteten av de intervjuade ungdomarna är att berättandet av olika anledningar inte har varit problemfritt. Dels upplevs det ofta som väldigt läskigt och svårt att berätta för någon utanför familjen om våldet, men det kan vara minst lika svårt och jobbigt att behöva hantera reaktionerna hos den de berättat för. Ytterligare en anledning som gör det svårt att berätta om våldet är en oro för vilka konsekvenser som berättandet kommer att leda till.

*Alltså det kändes bra men samtidigt väldigt dåligt, för jag visste ju att kommer detta fram så blir ju konsekvenserna av det ännu värre. För det är ju den här lilla familjehemligheten att du berättar liksom inte för någon att du blir slagen hemma utan att få konsekvenser för det.*

### Att berätta för vänner

De intervjuade ungdomarna beskriver att det ibland kan vara ett första steg att berätta för en kompis, innan de går vidare och pratar med en vuxen. I de fall ungdomarna har anförtrott sig till vänner har det ofta varit antingen sådana som står dem nära, som ungdomen känner att hen kan prata om allt med, eller vänner som har berättat att de själva har upplevt liknande saker. Identifikationen har varit viktig i dessa fall och underlättat mycket för ungdomarna, som kunnat öppna upp sig när någon annan också har vågat visa sig sårbar. Det är också lättare med personer som gått igenom liknande saker, då **de förstår bättre** hur det kan vara. De som inte har liknande erfarenheter kan ha svårare att sätta sig in i situationen. Att berätta för vänner kan ändå upplevas som befriande enligt ungdomarna; det är väldigt skönt när kompisar förstår dem bättre och kan förstå varför de ibland reagerar på vissa saker, varför vissa saker kan vara jobbiga etc. Det kan samtidigt vara väldigt svårt att berätta, även för

nära vänner. Ungdomarna är rädda för att bli missförstådda, dömda och lämnade när de berättar om hur de har det hemma. En ungdom uttrycker det på följande sätt:

*I början var det liksom 'okej kommer människan döma mig nu av att veta att jag har gått igenom det här och det här. Kommer människan vara stöttande i det hela, hur kommer människan behandla mig efter allting liksom?'*

# 64%

Av ungdomarna **har berättat om våldet** för någon annan vuxen person, som inte jobbar på Maskrosbarn.

**”Det har känts lite olika. Första gången var jag livrädd, jag var så rädd som jag bara kunde vara, jag var nervös också, jag var väl lite såhär att shit hur mycket ska jag berätta, till vilken del, för det var alltid såhär censurera dig, du vet jag berättade i början att man ska alltid censurera sig så även då var jag rädd att säga för mycket eller för lite. Och sen med åren alltså när jag började prata om det med BUP då blev det så upprepande till slut eftersom jag bytte hela tiden, det blev så *'okej det här och det här hände'*, det fanns ingen... det blev så upprepande för min del att jag till slut kände *'okej jag kommer ändå inte få nån hjälp så jag behöver inte ens engagera mig, så jag bara återberättar'*.**

**Och sen så kom det till en gräns när jag en gång sa till en ny psykolog att *'vet du vad, gå in i min jävla journal och läs, jag orkar inte berätta'*. Jag gick därifrån och sen fick jag så mycket ångest för att jag hade varit otrevlig mot en vuxen. Usch. När jag berättade för min kontaktperson så var det nervöst, men det kändes skönt för det var ändå den första vuxna personen som inte dömde mig och som jag visste inte skulle sitta och läxa upp mig i efterhand eller ge mig åsikter utan det var den första personen som faktiskt lyssnade och bara *'okej du får känna så, du har rätt att känna så'*.”**

En av de intervjuade ungdomarna uttrycker att hen blev chockad när hen valde att berätta för sina vänner, då flera av dem visade sig ha upplevt liknande saker utan att de någonsin hade pratat om det med varandra tidigare.

### Att berätta för vuxna inom familjen eller släkten

Ungdomarna lyfter olika perspektiv på att berätta för personer som ingår i samma familj eller släkt som den eller de personer som utsätter dem för våld. För vissa av ungdomarna har det varit positivt och hjälpsamt att det är just en person med insyn i familjen och för andra har det blivit problematiskt. För de ungdomar vars föräldrar har bött tillsammans har det ibland fallit sig naturligt för dem att prata med den förälder som inte utsätter dem för våld, där det har funnits en sådan. Detta kan dock vara förenat med svårigheter, när även den andra föräldern är utsatt och/eller medberoende och kanske inte har skyddat barnet från den våldsutövande föräldern. En ungdom beskriver att hen berättat för sin andra förälder samtidigt som hen tagit väldigt mycket ansvar över denne och de känslor som uppstod, vilket gjorde det svårt för ungdomen att kunna fokusera på sig själv och sina egna behov.

Även när det gäller att berätta för släktingar skiljer sig ungdomarnas erfarenheter åt. För någon har det varit väldigt hjälpsamt att ha haft en mormor att vända sig till. En annan ungdom problematiserar kring att ta stöd av släkten:

*... för att jag har till exempel försökt att prata med min faster eller så och hon känner ju båda mina föräldrar så hon har ju alltid deras perspektiv också. Och det är alltid såhär att 'tänk hur de mådde', när egentligen det jag vill prata om är mig själv.*

### Att berätta för vuxna utanför familjen

Ungdomarna har olika erfarenheter av att berätta om våldet för vuxna utanför familjen, både

professionella och privatpersoner. Vi kommer att redogöra för ungdomarnas erfarenheter av kontakt med socialtjänsten under kommande rubriker. Först berör vi övriga professionella kontakter.

Vissa av ungdomarna beskriver **positiva erfarenheter** av att berätta för vuxna, när de själva har valt att anförtro sig till någon de litar på, som de har känt ett tag och byggt upp ett förtroende för. I dessa fall har det ofta upplevts som en lättnad för ungdomen att berätta; även om det fortfarande kan ha varit svårt och läskigt att prata om våldet så har det känts bra att få dela det med någon de tycker om och känner tillit till. Avgörande för att erfarenheten ska upplevas som positiv ur ungdomarnas perspektiv är att personen lyssnar och tror på ungdomens berättelse, bekräftar dennes känslor och inte dömer.

*Men sen så fick jag en kontaktperson och henne... jag tror att hon var den första vuxna människan som jag litade på ordentligt, som jag berättade allting för och det var en väldigt stor hjälp i sig för att det fick mig att känna att för första gången kan jag lita på en vuxen som inte dömer mig och som inte trycker på mig. Då gick jag till den här kuratorn på skolan och jag tyckte jättemycket om henne, hon blev som en storasyster för mig. Så att jag fick jättebra tillit och så och därför blev det att jag började prata med henne bara.*

Alla ungdomar har dock inte valt själva att berätta om våldet. Det kan handla om att det helt enkelt inte varit möjligt för ungdomen att dölja vad som hänt och att de blivit tvungna att berätta av den anledningen:

*Det var en av mina före detta psykologer och anledningen till att jag berättade var att jag kom dit med en blåtira och hon undrade vad som hände. Hon köpte inte den här lögnen om att jag har gått in i en dörr, liksom.*

Flera av ungdomarna beskriver att de genom åren har haft många olika professionella kontak-


ter (socialtjänsten ej inräknad här), med vilka de har pratat om sina upplevelser. Främst är det kuratorer, psykologer och personal inom psykiatri. Återkommande här är ungdomarnas beskrivningar av bristen på kontinuitet och känslan av att ständigt behöva berätta sin historia för nya personer. En av ungdomarna berättar i sin intervju att hens familj flyttade hela tiden och att hen, på grund av brist på samverkan inom barn- och ungdomspsykiatri i olika delar av landet, konstant fick återberätta sina upplevelser. Flera av ungdomarna säger dock att de faktiskt inte vet varför de har träffat så många olika människor, att det oavsett vilken instans det har gällt aldrig har blivit tydligt för dem varför de träffat olika människor och vilka olika funktioner de olika personerna har haft. Ett par av ungdomarna be-

skriver att de med tiden i princip **skapat ett manus** för vad de skulle säga när de träffade en ny person, hur de skulle presentera sig själva och sin bakgrund för att det skulle bli så lite jobbigt för dem som möjligt. En av dem säger såhär:

*Och sen har jag ju gått till väldigt många olika psykologer för det var så väldigt många som kanske inte trodde mig eller som inte var jättebra och liksom inte kunde ha det stöd för mig som jag behövde. Så jag berättade för väldigt många och det känns som om jag har den här lilla typ presentationen som jag har varje gång jag går till någon ny som typ för att snabbredogöra för vad som hade hänt så att vi kommer förbi det ungefär.*

”

**Ja, jag har berättat för min före detta fosterhemsamma. Det har jag gjort. Det kändes bra för att det var en människa som jag ändå litade på så pass mycket att jag kände att här kan jag liksom prata om det fritt och det kändes bra för hon mötte upp mig där och liksom 'det är inte ditt fel och det är inte så att det ska vara så, jag förstår att du mår dåligt över det' och så och liksom hon försökte stötta och så allt hon kunde.**



## ... De bara berättade för min mamma att 'hon säger att du har slagit henne, är det sant?' men hon bara förnekade det så då lät de det liksom gå. De har ju total tystnadsplikt men de bryter ju den...

### Vad hände efter att du hade berättat för en vuxen professionell (ej socialtjänst)?

Av de intervjuade ungdomarna är det en som beskriver att hen relativt omgående fick den hjälp hen behövde (placering), efter att våldet kommit till vuxna professionellas, i detta fall skolans, kännedom. Några av ungdomarna beskriver att **ingenting hände**, det vill säga ingenting gjordes som ledde till någon konkret skillnad för ungdomen. En ungdom uttrycker det såhär:

*Jag minns faktiskt inte hur det kändes och inget hände. Alltså inget som hjälpte i alla fall för vi flyttade fortfarande runt och vi bytte hela tiden och det var aldrig någon stadig konkret kontakt som kunde hjälpa.*

I flera berättelser återkommer beskrivningar av att det har blivit **värre, sämre, farligt** för ungdomarna efter att de har berättat om våldet för en vuxen professionell. Detta är ofta direkt relaterat till att föräldern har fått återberättat för sig vad ungdomen sagt, utan att något skydd för ungdomen satts in eller planerats för.

Även i de fall då ungdomarna klart uttryckt till den vuxne att **du får inte berätta för min förälder**, har detta ändå hänt. Flera av ungdomarna har erfarenhet av att föräldern i detalj, direkt ifrån den vuxne och inte genom till exempel socialtjänsten, fått veta vad de har sagt. En av dem beskriver konsekvenserna av detta på följande sätt:

*Efter så hände det ju en massa, på hemmaplan. För där (hos psykologen) hände det ju inte så mycket, de släppte det liksom... De bara berättade för min mamma att 'hon säger att du har slagit henne, är det sant?' men hon bara förnekade det så då lät de det liksom gå. De har ju total tystnadsplikt men de bryter ju den. Min mamma blev ju jättearg för det första och slog mig ju ännu mer och sen så återgick hon till om inte slag räcker så får du ingen mat så då blev det istället bestraffningar liksom. Och efter det, allt jag gjorde fel lades bara på så först fick jag inte mat i nån vecka sen var det veckor. Och sen så var det ju nästan dagligt våld liksom.*





**”... När jag har sökt hjälp där så sa de att ’finns det inga fysiska tecken på att du har blivit slagen så kan vi inte göra något’...”**

# Erfarenheter av socialtjänsten

Av de intervjuade ungdomarna har majoriteten erfarenhet av någon form av kontakt med socialtjänsten. De är, med ett undantag, överens om att **de önskar att socialtjänsten på flera olika områden skulle ha gjort mer för dem**. Det handlar om att tillgängliggöra socialtjänstens arbete för dem; flera av ungdomarna beskriver att de hade behövt få information om både processerna på socialtjänsten och om möjligheten till stöd på ett mycket tydligare sätt. De säger att de inte visste vilken typ av hjälp som var möjlig att få och att det då blev omöjligt att be om den – de önskar att de hade haft någon vuxen som kunnat hjälpa dem med det.

För flera av ungdomarna är erfarenheterna av socialtjänsten också präglade av känslan **att inte bli lyssnad på och att inte bli trodd**. De beskriver att när de har berättat för socialsekreterare om vad som händer hemma har de mötts av missstro på olika sätt. En ungdom beskriver på följande sätt upplevelsen av socialtjänstens respons när hen berättat om förälderns våld:

*Och den stora grejen som är väl direkt kopplad till honom (pappa) är att jag har väldigt svårt att lita på vuxna, för i den här processen så trodde inte socialsekreterarna på oss. Antingen så trodde de inte eller så ville de inte tro. De ifrågasatte oss alltid och sen så i rätten så sa de alltid att han var en schysst kille som vi borde va hos.*

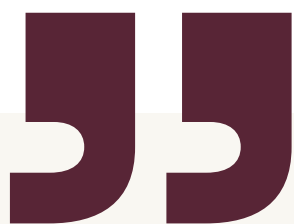
Återkommande i ungdomarnas beskrivningar av kontakten med socialtjänsten är att de har fått till sig att den situation de berättar om **inte är tillräckligt allvarlig**.

*Jag försökte först också ta kontakt med socialtjänsten men från början så lyssnade de inte. Sedan när de väl lyssnade så tyckte de inte att det var tillräckligt allvarligt och att de inte kunde hjälpa till.*

*Det största är väl att jag inte visste hur jag skulle beskriva det för det är ju väldigt lätt att säga 'jamen han slår mig' och då vet de att 'jamen han slår dig, det är hemskt, låt oss ta bort dig därifrån' /.../ så det var väldigt svårt att förklara för dem hur det kom sig att man mådde så dåligt av det och varför man ville därifrån. Jag tror det var också därför som ingen trodde på oss.*

Flertalet av de intervjuade ungdomarna beskriver att de aldrig har fått något som de själva upplever som stöd eller hjälp från socialtjänsten. För de som känner att de har fått stöd har detta ofta satts in först när ungdomarna själva utvecklat egna – i regel oerhört allvarliga – konsekvenser. Det är då de upplever att de dels blir lyssnade på och tagna på allvar och dels att de får den hjälp de velat ha sedan första kontakten, trots att de berättade om våldet redan då.

Ungdomarna beskriver att dessa erfarenheter, att berätta för myndighetspersoner om det våld som deras föräldrar utsätter dem för och inte bli trodd på, har påverkat deras tillit till vuxen världen i väldigt hög utsträckning. Flera av dem beskriver att de, oavsett om de själva ansökt om hjälp eller om någon annan gjort en orosanmälan,



**Det var inte förrän det verkligen började hända allvarliga saker som någon började lyssna på mig. Det var både att jag hade ett självmordsförsök och att jag berättade att min mamma tog droger.**

haft förhoppningar om att äntligen få hjälp och stöd när de kommit till socialtjänsten. De säger att de ju visste att socialtjänsten är de som kan hjälpa – de som **ska** hjälpa. Ungdomarna uttrycker en mycket stor besvikelse över att det inte blev så som de hade hoppats, att ingen gjorde något, att socialtjänsten inte tyckte att deras situation var tillräckligt allvarlig, att de inte blev trodda. Förutom att påverka tilliten till vuxna, kan upplevelsen av att inte bli trodd enligt ungdomarna även ge konsekvenser för tilliten till sig själv.

*Det som också var jobbigt var att jag tyckte att socialtjänsten inte gjorde sitt jobb. Så det var väldigt mycket att jag var väldigt besviken och ledsen att jag inte fick hjälp och jag bara fortsatte ju vara hos pappa och det blev bara liksom värre, inget hände, så då blev det att jag började tappa tillit för vuxna människor.*

*Jag minns med tiden att när ingenting hände och ingenting ändrade på sig och jag fick bo kvar med den personen, att jag gav upp och så slutade jag vilja ha hjälp.*

### **Vad hände efter att du hade berättat för socialtjänsten?**

På samma sätt som det i flera fall blivit värre för ungdomarna efter att de berättat om våldet för psykologer, kuratorer och andra vuxna professionella, beskriver de att det inte heller funnits någon beredskap när de berättat för socialtjänsten. Ungdomarnas liv förväntas fortgå som vanligt, de förväntas gå hem till sin våldsutövande förälder, som under den pågående utredningen fått ta del av ungdomens beskrivningar av hem-situationen. I flera fall beskriver ungdomarna hur föräldern reagerat med stor ilska och ökat användande av våld, och hur de själva varit väldigt, väldigt rädda under dessa perioder.

*Jag fortsatte ju vara hos pappa under hela utredningen och då var det inte så jättekul att vara hos honom. Han var ju jättearg. Och om jag var orolig och ledsen och den här inre stressen var*

*på högvarv innan så var det ju dubbelt så mycket under utredningen /.../han drack också mycket mer då vilket gjorde att det slutade med att han använde ju ännu mer våld.*

*När vi gick igenom det här med socialtjänsten och vi gick igenom hela den processen så satt vi ju där och berättade liksom såhär hur vår pappa var och så och de skrev ju ner det och se så släppte ju de rapporten. Och han såg ju allt det där och läste det och han blev jättearg minns jag /.../ jag kom hem och han började skrika på mig och sa att vi fick honom att se ut som en gris och blev jättearg efter den rapporten.*

**”Jag hade för  
det första velat  
ha en vuxen  
människa som  
fanns där när  
det väl var  
som värst.”**

# Hjälp och stöd

Vi frågade ungdomarna vilken hjälp och vilket stöd de hade velat ha samt varför – vad tror de hade blivit skillnaden?

## Placering

Överst på majoriteten av de intervjuade ungdomarnas önskelista står att de hade velat bli placerade. De uttrycker att det helt enkelt inte var möjligt för dem att bo med sin förälder – inte ”bara” att det blev jobbigt och farligt för dem utan att det var **omöjligt**. Deras liv och mående påverkades negativt i så hög grad att de tänker att det enda som hade kunnat hjälpa, där och då, var om de hade fått flytta och bo någon annanstans. Placeringen hade också behövt vara **anpassad för dem** samt **trygg** och **långvarig**. Så här beskriver några ungdomar vad som hade hjälpt dem allra mest:

*Att jag hade fått flytta ifrån min mamma och inte bo där mer. Jag tror att det är det enda som kommer hjälpa stort liksom, att jag får komma därifrån och slippa henne lite.*

*Jag hade väl velat flytta till en fosterfamilj tidigare och också fått chansen att stanna kvar där så länge som jag hade behövt. Så att man får känna att det blir som en riktig familj som bryr sig om det jag har gått igenom. Den familjen som jag hade nu, jag var bara där i några månader och de såg inte rätt anledningar till varför jag hade kommit dit utan det var mer som att 'okej nu är du som vem som helst, du får fixa och göra och lyssna'.*

*Att jag fick flytta därifrån, det var ju ett stöd för mig att inte behöva bo där i det där helvetet som jag kallade det då. Jag tyckte att jag bodde i helvetet, så jobbigt var det alltså. Så dåligt tyckte jag att jag hade det och jag fick ju stöd genom att jag fick flytta därifrån och inte behöva bo där.*

## Att ha en egen person

Näst efter placering önskar ungdomarna att de haft en trygg, utomstående vuxen som finns där **bara för ungdomen**. Även de ungdomar som varit placerade kan se att det hade gjort väldigt stor skillnad om de hade haft tillgång till en sådan person i sitt liv. Majoriteten av ungdomarna känner att de har fått klara sig själva igenom väldigt svåra perioder och händelser och de beskriver att det hade underlättat mycket att ha någon som kunnat hjälpa dem att navigera i kontakten med professionella och myndigheter; som kunnat förklara deras rättigheter, hjälpt dem att förstå vilken hjälp och stöd som går att få etc. Men framförallt lyfter ungdomarna att **deras person** hade kunnat vara till hjälp genom att bara lyssna på dem och finnas där för dem, något som inte ska underskattas utan som enligt ungdomarna kan betyda oerhört mycket.



# Få bort mig från honom.





## Jag vet faktiskt inte. Jag tror när det precis hade hänt att jag bara hade velat att nån skulle fråga mig såhär 'hur mår du? Är du okej?'

Just nu tycker jag bara att det är skönt att ha någon att prata med, som inte har några fördomar eller typ känner mina föräldrar /.../ Jag får annars aldrig göra det så den hjälpen jag känner att jag vill ha är bara att ha någon att prata med. Det räcker, det bara räcker för mig.

### Terapi

Ungdomarna uttrycker tydligt att de har velat, eller fortfarande vill, få professionell hjälp med att bearbeta det som de har varit med om. Flera av dem säger att de har förträngt mycket av det som har hänt men att det på olika sätt kommer upp, exempelvis som mardrömmar eller minnen. De upplever också känslor som de själva har svårt att hantera och som påverkar dem i deras dagliga liv. Några av de intervjuade ungdomarna säger såhär:

*Jag tror jag skulle ha velat gå till en riktig psykolog, jag vill gå igenom allting. Jag kommer ju inte ihåg så mycket eller jag har förträngt mycket av det. För när jag får mina flashbacks så är det ju mycket i form av känslor som kommer till mig*

*/.../ och på det sättet skulle jag ändå kanske förstå varför jag mådde, eller mår, så dåligt. För just nu känns det som att ibland så vet jag inte riktigt varför och det känns som att man har den här rösten som säger att 'jamen du det var ingenting som hände dig, han slog dig aldrig, varför mår du dåligt?'*

*Jag skulle få en psykolog att prata med så att jag kunde förstå mina känslor bättre och förstå varför allting hade hänt och varför jag kände så.*

# Vägen framåt

All information i den här rapporten kommer direkt från unga människor som blivit utsatta för våld av sina föräldrar eller andra vuxna som de bor med. Det är ungdomarnas egna röster, tankar, känslor, åsikter och erfarenheter som du som läser precis har fått ta del av. En snabb slutsats kan vara att vuxenvärlden har mycket att lära av dessa erfarenheter. Vi ska därför dedikera denna del av rapporten till att diskutera resultatet, med särskilt fokus på de delar som ungdomarna tycker är allra svårast – och allra viktigast. Avslutningsvis kommer vi att redogöra för våra konkreta förändringsförslag.

Det är inte förvånande att det är svårt att berätta om hur en har det hemma. Många ungdomar vi möter säger att det kan vara det absolut läskigaste i hela världen. I regel föregås berättandet av en egen process av att förstå att något är fel. Flera av ungdomarna i denna rapport lyfter just detta; att de under en lång tid trodde att föräldrarnas beteende var normalt och något som händer i alla familjer. ”Det är bara sån han är”. Det handlar också ofta om att en som barn har fått lära sig att hålla familjehemligheten intakt. Vad skulle ens hända om jag berättade? Kommer min förälder att utsätta mig för ännu värre saker då? Kommer min förälder att hamna i fängelse? Vilka möjligheter finns för mig? Utan dessa kunskaper blir det naturligtvis ännu svårare att berätta. De intervjuade ungdomarna har, som svar på detta, många synpunkter på hur samhället hanterar de här frågorna. De problematiserar kring att information och kunskap om något som drabbar så pass många barn och unga inte får ta större plats på deras egna arenor. Flera av dem önskar att detta skulle vara en obligatorisk del av skolundervisningen, liksom att få kunskap om sina egna rättigheter både generellt och som våldsutsatt barn. Ungdomarna beskriver att det skulle underlätta oerhört att dels ha kunskapen om att det som händer inte är okej samt att veta att de har rätt till stöd och hjälp och var den hjälpen finns. De vill att vuxna, både professionella och beslutsfattare, ska arbeta och tänka **förebyggande** kring dessa frågor, så att alla barn och ungdomar redan har fått information och kunskap när de eventuellt behöver den. Att själv behöva söka den kunskapen kan för den som redan är i ett väldigt utsatt läge bli omöjligt – och det är inte heller ett ansvar som ska läggas på barn. **Kunskapen måste komma till dem, inte tvärtom.**

Enligt den nationella kartläggningen *Våld mot barn 2016* uppgav nästan hälften, 45 %, av de elever som varit utsatta för våld att de hade berättat för någon om misshandeln (Jansson & Jernbro, 2017). De ungdomar som kommer till oss på Maskrosbarn lämnar en samstämmig bild, att

det allra största problemet faktiskt inte är att de inte, till slut, berättar för någon. De berättar för vänner och många av dem berättar också för vuxna som finns runt omkring dem. Vi vet sedan tidigare att vem som helst kan vara denne vuxne. Det kan vara en väns förälder, en lärare, en kurator, en mormor, en psykolog, en polis, en jourhemsförälder eller en socialsekreterare. Det kan vara en person som barnet själv väljer ut, någon de litar på och därför anförtror sig till. Det kan också vara en vuxen som har någon typ av professionell roll i relation till barnet, och att barnet uppfattar att ett syfte med kontakten är att prata om vad som händer hemma. Det är tydligt att vuxna behöver jobba mot och sträva efter att **möjliggöra varje barns berättande i ett mycket, mycket tidigare skede än i dagsläget.** Till exempel måste det finnas en kontinuitet i barns viktiga kontakter så att de inte konstant behöver möta nya personer utan får tid att bygga upp förtroende och tillit. Men det största problemet är inte alltid att barnen inte berättar. Det största problemet är istället enligt många barn, **vad som händer – och vad som inte händer – när de väl berättar.**

I inledningen skrev vi följande: *När ens egna föräldrar brister – och som för många av de unga i Maskrosbarns målgrupp – utsätter dem för fara i sitt eget hem, då blir kontakten med andra vuxna livsavgörande.* Den kontakten betyder allt, vilket vi hoppas har blivit tydligt för dig som läser denna rapport. När ett barn väljer att berätta för en sådan vuxen att hen blir utsatt för våld av sina föräldrar – då **måste** barnets berättelse tas på allvar. Det finns inget utrymme för något annat, för ibland ges bara ett enda tillfälle där barn känner att de kan säga något. Vad som händer under det tillfället kan förändra, och rädda, liv. Det finns inte heller utrymme för något annat av den anledningen att barn och ungdomar påverkas oerhört negativt av att bli utsatta för våld hemma. Det fysiska våldet kan innebära livsfara – men även det psykiska våldet ger, som vi har fått ta del av i denna rapport, allvarliga och långsiktiga konsekvenser som ungdomarna behöver

och har rätt att få hjälp med. De har också rätt att bli tagna på samma allvar oavsett vilken typ av våld de blir utsatta för. Barnrättskommittén har i sin allmänna kommentar nr 13 uttalat att *alla former av våld mot barn, hur lindriga de än är, är oacceptabla*. **Varken frekvens, skadans svårighetsgrad och uppsåt att skada är nödvändiga förutsättningar för definitionen av våld.** Om nivån ska ligga vid att barn inte tas på allvar för att de just idag inte har några skador som går att dokumentera, blir det ännu svårare att tas på allvar när det våld många av dem utsätts för aldrig syns med blotta ögat. Synen på vad våld innebär behöver förändras och det är vuxnas ansvar att kunskaperna finns på plats hos de som möter barn och unga. Sammanfattningsvis är det, oavsett våldstyp, oerhört allvarligt och ett stort misslyckande när barn berättar att de inte blir trodda av myndighetspersoner när de berättar om sina upplevelser. Detta ska förstås mot bakgrund av det vi precis har redogjort för; hur svårt det är för barn att berätta, hur rädda de är för konsekvenserna och att de tvingas förlita sig på den de berättar för. Att som barn inte bli tagen på allvar när du berättar om dina upplevelser av våld ska inte vara en möjlighet i ett Sverige som har ratificerat Barnkonventionen och sedan 1 januari 2020 också gjort den till lag.

I våra samtal med ungdomar framkommer väldigt blandade erfarenheter av kontakten med socialtjänsten. I denna rapport har erfarenheterna upplevts negativa i hög utsträckning, vilket genomgående beror på känslan av att inte ha blivit lyssnad på. Att barn inte görs delaktiga i processer på socialtjänsten får allvarliga konsekvenser för dem, såväl här och nu som i ett längre perspektiv. Forskning visar att barnets delaktighet i utredningsprocessen på socialtjänsten står i direkt relation till hur stöd och insatser utformas. När barnet inte får komma till tals och inte ges inflytande över problembeskrivningen passar inte utformningen av stödet de problem som framkommit i utredningen. När barnet får vara delaktigt och ges möjlighet att

påverka problemformuleringen passar utformningen av insats bättre de problem som framkommit i utredningen. Samtidigt konstateras att barns delaktighet minskar för varje ny fas i utredningen medan föräldrars röster snarare förstärks. För att kunna bevilja insatser behöver socialsekreterare idag i många fall få vårdnadshavares samtycke vilket kan leda till att deras problembeskrivning ges företräde framför barnets. Här förekommer att allvarliga problem, som misshandel mot barn, omformuleras och skrivs fram som till exempel problem med gränssättning. Även när utredare gör direkta kopplingar mellan föräldrars omsorgsbrister och barnets symptom skrivs i vissa fall inte kopplingen ut i analysen av anledningen att man vill få föräldern att tacka ja till insats (Heimer, Näsman & Palme, 2017).

Vi känner igen ovanstående utifrån de berättelser vi dagligen får ta del av. I vårt arbete med ungdomar ser vi tydligt vilka stora konsekvenser det ger när de inte får vara delaktiga i processer på socialtjänsten. Känslan av att aldrig erbjudas stöd för sin egen skull utan att föräldrarnas behov hamnar i centrum är vanlig. När barn och ungdomar inte får vara med och definiera vad som är problemet, så att stödet därefter kan utformas för att matcha den egna problembeskrivningen – så uppfattas inte heller stödet som verksamt. Många av de ungdomar vi möter har till exempel erfarenhet av familjebehandling vilket ofta blir problematiskt för vår målgrupp. Ungdomarna känner att det riktiga problemet inte adresseras; att det plötsligt börjar handla om rutiner och om hur de själva kan bidra till att det fungerar hemma, när deras förälder i själva verket har ett missbruk och utsätter dem för våld. Insatsen uppfattas då inte som ett stöd av ungdomarna; tvärtom leder den för många av dem till en ökad känsla av att det är deras ansvar *att laga sin familj och göra sin förälder frisk* (Maskrosbarn, 2016). Vi ser dagligen hur den starka föräldrarätten i vår lagstiftning påverkar ungdomarnas möjligheter att få hjälp och stöd för sin egen skull. De beviljas stöd som inte passar dem och deras egen bild av sina behov och



**Det man kan säga är ju att barnen är ju framtiden och om inte de mår bra, alltså allt kommer ju bli fel och liksom barn ska ha en bra uppväxt och att om det råkar hända något eller man har det tufft hemma, så ska man få hjälp och man ska veta att systemet finns och att man hjälper barn, dom verkligen hjälper de som är utsatta, att man inte bara faller mellan stolarna. Att man ska kunna känna trygghet att om det händer något så får jag hjälp.**

många av dem nekas stöd överhuvudtaget på grund av att vårdnadshavare säger nej.

Ytterligare en mycket allvarlig aspekt av vad som händer efter att barn har berättat om våldet för professionella utanför socialtjänsten (till exempel psykologer, kuratorer och annan personal inom hälso- och sjukvården) är att många av dem förväntas gå tillbaka hem till sin våldsutövande förälder igen. Ofta till en förälder som har fått, eller kommer att få, information om vad barnet precis har berättat. Detta innebär en närmast omöjlig situation för de mest utsatta barnen i vårt samhälle. De uppmanas av vuxna att berätta om det allra, allra svåraste i livet och har därefter bara ett alternativ: att förlita sig på att den vuxne de berättar för ska skydda dem.

Att det skyddet inte finns upplevs som ett enormt svek av vuxenvärlden och kan påverka tilliten till vuxna negativt under lång tid. Idag finns lagstiftning som möjliggör för professionella att avvakta med eller begränsa den information från barnet som delas med vårdnadshavaren, i de fall det krävs för att skydda barnet. För personal inom hälso- och sjukvårdens allmänna verksamhet gäller sekretess enligt 12 kap 3 § offentlighets- och sekretesslagen enligt följande: *Sekretess till skydd för en enskild gäller, om den enskilde är underårig, även i förhållande till dennes vårdnadshavare. Sekretessen gäller dock inte i förhållande till vårdnadshavaren i den utsträckning denne enligt 6 kap 11§ föräldrabalken har rätt och skyldighet i att bestämma i frågor som rör den underårigas personliga angelägenheter, såvida*

det inte **1. Det kan antas att den underåriga lider betydande men om uppgiften röjs för vårdnadshavare** eller **2. Det annars anges i denna lag.** För enskilda verksamheter regleras tystnadsplikten i patientsäkerhetslagen. Även om reglerna ser olika ut för allmän och enskild verksamhet ska det i princip inte vara någon skillnad på integritetsskyddet (Vårdförbundet, 2019).

Professionella har enligt 14 kap 1 § socialtjänstlagen skyldighet att genast anmäla till socialnämnden om de i sin verksamhet får kännedom om eller misstänker att ett barn far illa. I rutinerna för hur personal ska agera när barn berättar om våld måste det därmed också ingå att anmälan ska göras, på vilket sätt detta ska ske och vem på arbetsplatsen som är ansvarig för att göra anmälan. Ur ungdomarnas perspektiv kan vikten av det här inte understrykas nog – dels att orosanmälan görs men också på vilket sätt den görs. Många ungdomar vi möter funderar mycket på **varför det aldrig var någon som gjorde något, även när det fanns vuxna som visste vad som hände hemma så var det ändå ingen som gjorde den där anmälan.** Men vi får också till oss berättelser från ungdomar som många gånger har känt sig besvikna när vuxna väl har anmält – för att de själva inte har fått vara delaktiga. De vet inte att anmälan görs, de vet inte vad anmälan innehåller och de vet inte vad som kommer att hända nu. Först när socialtjänsten kontaktar dem och/eller deras föräldrar får de veta att någon, inte sällan någon de själva har berättat för, har anmält. Vi vet att många ungdomar redan har svårt med förtroendet för vuxna, att de har blivit svikna många gånger vilket har påverkat deras möjligheter att lita på andra människor. Ur deras perspektiv, när de inte får veta att en orosanmälan görs, är det lätt att känna att det händer bakom ryggen på dem vilket kan förstärka känslan av att vuxna sviker. Det är oerhört viktigt att de får information så att de förstår vad som händer och att de sedan får vara delaktiga i det. Barn behöver, från start, få veta hur tystnadsplikt, sekretess och anmälningsplikt ser ut så att ingenting kommer

som en överraskning för dem. De behöver få veta att anmälan kommer att göras, innan den görs – och varför du är orolig. De behöver få vara med och formulera vad som ska finnas med i anmälan, så att det blir rätt. Så att du som vuxen har förstått rätt. De behöver också att, så långt det är möjligt, få veta vad som kommer att hända framåt och vart de kan vända sig när de har frågor eller behöver skyddas.

När informationen sedan kommer socialtjänsten tillhanda uppstår också situationer som tydligt blir problematiska för barn, när vårdnadshavare omedelbart får information om vad de har berättat. För socialtjänsten finns enligt 11 kap. 2 § tredje stycket socialtjänstlagen möjlighet att avvakta med att informera vårdnadshavare om att en utredning har inletts, om särskilda skäl finns. I lagens förarbeten lyfts ett JO-uttalande kring att ett barns uttryckliga önskan bör ha företräde framför vårdnadshavarens behov av information. I det aktuella ärendet fanns misstanke om brott och skälet till att avvakta med att informera var barnets önskemål. Barnskyddsutredningen har ansett det vara viktigt att barn kan vända sig till socialtjänsten utan att föräldrarna omedelbart kontaktas, framförallt när det finns en misstanke om att barnet utsätts för brott i hemmet (se Prop 2012/13:10). Vi vet dock genom alla samtal med tusentals ungdomar genom åren att denna möjlighet används i alldeles för liten utsträckning och att det finns en hel del svårigheter när lagstiftningen tillämpas i praktiken. Ungdomarna vi möter lyfter återkommande hur viktig denna möjlighet är för dem. Att föräldrar får veta allt de berättat – och räds-lan för vad konsekvenserna då kan bli – är ofta en anledning att de inte vågar berätta allt.

Det är anmärkningsvärt att nästan alla de intervjuade ungdomarna, liksom så många ungdomar vi har mött genom åren, säger att de hade velat bli placerade om de själva hade fått bestämma (se till exempel Maskrosbarn, 2016). Vuxna behöver förstå det oerhört svåra känslomässiga dilemma som uppstår i ett barn när den som står dig när-

mast är den som skadar dig. Som barn vill du älska och skydda din förälder, och att som barn känna att **det är omöjligt för mig att bo kvar här** är oerhört starkt och ska tas på allvar. Att tvingas bo i ett hem där du regelbundet blir utsatt för våld går emot både barnets rättigheter och mot mänskliga rättigheter i stort.

Forskning har tydligt visat att det finns en hel del problematiska aspekter kring att vara placerad, på både kort och lång sikt. Barn som får social dygnsvård är en högriskgrupp för både fysisk och psykisk ohälsa. Det är vanligt att skolgång och skolresultat påverkas negativt. Placerade barn löper också betydligt högre risk för problem på längre sikt, till exempel olika hälsoproblem, missbruk och kriminalitet. Många placeringar avbryts också i förtid (SBU, 2017). I vårt arbete ser vi många exempel på vilken livsavgörande skillnad en placering kan innebära för ett barn. Vi ser också exempel på när det inte blir bra - men det betyder inte att placering inte ska vara ett alternativ för barn som blir utsatta för våld hemma. Kvalitén på placeringar behöver ses över, liksom socialtjänstens möjligheter att stötta både barnet och familjehemmet. Ungdomar berättar för oss att det kan vara väldigt, väldigt svårt att bli placerad och komma till en ny familj när du är van vid att ha det svårt hemma. Kontrasterna blir enorma vilket gör att placeringen i sig, ur ungdomarnas perspektiv, inte utgör ett tillräckligt stöd. Snarare uppstår ett nytt behov av stöd när de väl har blivit placerade. Det kan till exempel handla om att få en kontaktperson utanför familjehemmet som kan hjälpa och stötta med känslor, tankar, praktiska saker etc. (Se Maskrosbarn, 2016).

Det första steget för vuxna när barn berättar om våld är, enligt barnen själva, att lyssna, inte döma, bekräfta barnet i dess känslor och ta barnet på allvar. Därefter måste barnets röst om sin egen vilja och egna behov få ta plats och vara vägledande. Detta gäller naturligtvis det individuella barnet men blir aktuellt också på gruppnivå. Ungdomarnas berättelser visar tydligt vikten

av tydliga rutiner och handlingsplaner kring hur personal går tillväga när barn berättar om våld - och barns röster måste vara med även i framtagandet av sådana rutiner. För det som måste ske efter att barnet har berättat och den vuxne har lyssnat, är att den vuxne **agerar** - något ungdomarna lyfter samstämmigt och med stor tyngd. Och tänk, om alla vi vuxna gör just detta som barnen ber oss om så kan vi faktiskt rädda liv, både här och nu men också framtida liv som inte behöver kantas av lidande. Vi vet att förändring krävs på många nivåer i samhället men första steget ligger hos var och en av oss, oavsett om du möter barn som far illa i din yrkesroll, om det är ditt barns kompis eller ett barn i grannhuset som det handlar om.

*Jag vet faktiskt inte. Jag tror när det precis hade hänt att jag bara hade velat att nån skulle fråga mig såhär 'hur mår du? Är du okej?' Jag hade för det första velat ha en vuxen människa som fanns där när det väl var som värst. Liksom någon att vända sig till.*

# Förändringsförslag

Barnens egna berättelser hjälper oss att förstå mer om var de största bristerna i systemet finns. Det är nu politiker och beslutsfattares ansvar att se till att lagar, rutiner och system förändras så att de skyddar de här och framtidens barn. Maskrosbarn vill se följande förändringar:



## Lagstiftning – Barns rätt måste vara i fokus

- Föräldrars och barns ställning i lagstiftning behöver utredas och förtydligas då föräldrars rättigheter är starka och barns röster många gånger inte tas på allvar. Barns rättigheter behöver få företräde när det gäller våldsutsatthet i hemmet. Föräldrabalken behöver ses över i förhållande till barns rättigheter utifrån den nya barnrättslagen.

- Lagstiftningen gällande våld mot barn behöver skärpas och alla former av våld måste inkluderas, i överensstämmelse med barnkonventions artikel 19. Vi vill se att förslaget kring en ny brottsrubricering, **misshandel mot barn**, förverkligas.

### Varför en ny brottsrubricering?

En bestämmelse som särskilt reglerar föräldrars eller andra omsorgspersoners våld mot barn. Ett särskilt barnmisshandelsbrott skulle stärka barnets rätt att inte utsättas för våld. Då barn befinner sig i en särskilt utsatt ställning i förhållande till sina vårdnadshavare bör det ses extra allvarligt på när barn utsätts för alla former av våld av just denne. Våldet sker oftast i den miljö där barnet ska vara som allra tryggast och samtidigt av den person som egentligen ska skydda dem.

## Socialtjänsten måste få rätt förutsättningar för att skydda barnen

- När ett barn berättar om våldsutsatthet, måste socialtjänsten ha större möjlighet att omedelbart erbjuda barnet skydd inför att vårdnadshavare nås av den informationen. Dessutom måste socialtjänstens möjligheter att avvakta med att informera vårdnadshavare om att sådan information framkommit, öka.

- Vid kontakt med socialtjänsten, behöver **barnombud** erbjudas till alla barn där det finns misstankar om våld i hemmet.

## Kunskap som det förebyggande arbetet

- Kunskap om barns rättigheter och att bli utsatt för våld behöver föras in i läroplanen och vara en naturlig del av elevernas utbildning, både i grundskolan och gymnasiet.

- Kunskap om barn som blir utsatta för våld i hemmet, **från barn själva**, behöver föras in i relevanta yrkesutbildningar. Exempelvis; Socionom-, lärar- och psykologutbildning samt utbildning för polis, jurister och domare.

# Referenser

Heimer, M; Näsman, E; Palme, J, 2017.  
*Rättighetsbärare eller problembärare?*  
Stockholm: Stiftelsen Allmänna Barnhuset

Jansson, S; Jernbro, C, 2017. *Våld mot barn 2016*.  
Stockholm: Stiftelsen Allmänna Barnhuset

Jernbro, C; Landberg, Å, 2020. *Multiutsatta barn*.  
Stockholm: Stiftelsen Allmänna Barnhuset

Maskrosbarn, 2016. *Jag är bara en påse med pengar*. Stockholm

SBU, 2017. *Insatser för bättre psykisk och fysisk hälsa hos familjehemsplacerade barn*.  
SBU-rapport nr 265.  
Stockholm: Statens beredning för medicinsk och social utvärdering.

Vårdförbundet, 2019. *Tystnadsplikt och sekretess*.  
Hämtad 200502 från: <https://www.vardforbundet.se/rad-och-stod/lagar-och-avtal-som-galler-din-anstallning/tystnadsplikt-och-sekretess/>

Stort tack till Somewhere Up North som har formgett rapporten.

Tack för att ni på ett så bra sätt har lyft fram ungdomarnas berättelser och gjort de levande.

Maskrosbarn 2020

**Stort tack till alla ni fantastiska ungdomar som svarat på enkäten och ställt upp på intervjuer. Tack vare ert mod blev det möjligt för oss att skriva denna viktiga rapport. Vi kommer alltid att kämpa för er!**

