



INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

”JAG HAR RUTAT IN HELA MITT LIV EFTER HUR HAN MÅR...”

**- En kvalitativ studie om hur kvinnans liv
påverkas av mannens våld i en nära relation.**

SQ4562, Vetenskapligt arbete i socialt arbete, 15hp

Scientific Work in Social Work, 15 higher education credits

Kandidatnivå

Termin: VT 18

Författare: Cecilia Erlandsson & Filippa Ristorp

Handledare: Tina Olsson

Antal ord: 15470

Abstract

Titel: ”Jag har rutat in hela mitt liv efter hur han mår...” – En kvalitativ studie om hur kvinnans liv påverkas av mannens våld i en nära relation.

Författare: Cecilia Erlandsson och Filippa Ristorp

Syftet med studien var att undersöka hur kvinnan påverkades av att leva i en relation där hon utsattes för våld av sin manliga partner. Genom att läsa självbiografier ta del av och utifrån teorier och tidigare forskning identifiera hur kvinnan själv definierade sin situation. Empirin byggde på självbiografier skrivna av kvinnor som levt i en relation där de varit utsatta för våld i en nära relation av sin manliga partner. Vi använde oss av en kvalitativ metod och analyserade empirin med en tematisk analys. Analysen byggde på teorier bestående av normaliseringsprocessen, makt, härskartekniker, socialt nätverk och feministisk teori. Sammanfattningsvis visar resultatet på att gränsen för vad som är acceptabelt förskjuts och är en del av den process som normaliserar våldet kvinnan utsattes för. Männens användande av olika härskartekniker påverkade kvinnan och delar av hennes liv togs ifrån henne. Det sociala nätverket har en stor betydelse för kvinnans räddning och överlevnad men vi såg också att våldet ledde till negativa konsekvenser för kvinnans sociala nätverk.

Nyckelord: våld i nära relationer, makt, normalisering, socialt nätverk.

Innehållsförteckning

Förord.....	5
1 Inledning.....	6
1.1 Bakgrund och problemformulering	6
1.2 Syfte och frågeställningar.....	8
1.3 Relevans för socialt arbete	8
1.4 Arbetsfördelning.....	9
2 Tidigare forskning	10
2.1 Normalisering.....	10
2.2 Skuld och skam	11
2.3 Socialt nätverk.....	12
2.4 Normalisering och makt	13
3 Teorier och begrepp	15
3.1 Normaliseringsprocessen.....	15
3.2 Makt.....	17
3.2.1 Härskartekniker	17
3.3 Feministisk teori.....	19
3.4 Sociala nätverk	20
4 Metod.....	22
4.1 Metodval och insamlingsmetod.....	22
4.2 Urval av textmaterial	23
4.2.1 Valda självbiografier	23
4.3 Analysmetod.....	24
4.3.1 Bearbetning av material.....	25
4.4 Studiens tillförlitlighet.....	25
4.5 Etiska överväganden.....	26
5 Resultat och analys.....	29
5.1 Våld	29
5.1.1 Våldets yttrande.....	29
5.1.2 Kontroll	32
5.1.3 Anpassning	34
5.2 Känslor	36
5.2.1 Skuld och skam	36
5.2.2 Rädsla	38
5.2.3 Ensamhet	40
5.3 Omgivningens inverkan	42

5.3.1 Negativ inverkan	42
5.3.2 Socialt stöd	44
6 Avslutande diskussion	47
6.1 Slutsatser och slutdiskussion	47
6.2 Metodologiska överväganden.....	50
6.3 Förslag på vidare forskning.....	51
Referenslista.....	52

Förord

Vi kan inte annat än tacka varandra, för ett genomgående orubbligt samarbete. Trots långa dagar, frustrationer och många frågetecken ända in i det sista, hade vi roligt hela vägen. Vi vill också tacka vår handledare Tina för sökandet efter den röda tråden. Sist men absolut inte minst vill vi tacka våra kära kurskamrater för alla hejarop, välformulerade opponering och givande kommentarer.

1 Inledning

1.1 Bakgrund och problemformulering

Socialstyrelsen definierar att våld kan vara både fysiskt, psykiskt och/eller sexuellt. Våld kan också ske genom social utsatthet som till exempel frihetskränkningar, ekonomiskt- eller materiellt våld. Inom dessa olika våldstyper finns det olika grader, men benämns ändå som våld (Socialstyrelsen 2016). Per Isdal (2001) definierar våld som varje handling riktad mot en annan person, som genom att denna handling skadar, smärtar, skrämmer, kränker, får denna person att göra något mot sin vilja eller avstå att göra något den vill.

Våld i nära relationer är enligt Socialstyrelsen (2016) ett stort samhällsproblem. Våldet är ofta ett mönster av handlingar, allt från knappt märkbara till grova brott. Socialstyrelsen menar på att våld i nära relationer ofta är en kombination av fysisk, psykiskt och sexuellt våld (Socialstyrelsen 2016). Under 2017 anmäldes i Sverige omkring 12 000 misshandelsbrott där gärningsmannen var i nära relation med offret. I en undersökning som nationella trygghetsrådet gjort 2014 framkom att 18% av de som utsatts för misshandel blivit det inom ramen för en nära relation. Vidare visar undersökningen att det är stor skillnad mellan könen, 40% av de utsatta kvinnorna som finns med i undersökningen menar på att det är en närstående som är gärningsmannen, medan endast 3% av de utsatta männen i undersökningen blivit utsatta av en närstående. Undersökningen visar också att knappt 4% uppger att de polisanmält våldet de utsatts för vilket visar på att det finns ett stort mörkertal (BRÅ 2017). En nära relation avser här att en har, eller har haft, ett partnerförhållande oavsett om en är/varit sammanboende eller inte.

Enligt Socialstyrelsen (2016) är majoriteten av de som utsatts för våld i en nära relation kvinnor och majoriteten av de som utsätter är män. Regeringen har därför beslutat om nationella strategier för att bekämpa samt förebygga mäns våld mot kvinnor (Socialstyrelsen 2016). Förenta Nationernas (FNs) deklARATION om avskaffande av våld mot kvinnor, vilken antogs 1993, menar på att våld mot kvinnor är en av de sociala mekanismer som upprätthåller kvinnors underordnade

ställning mot män. Staterna uppmanas därför att motverka våld mot kvinnor men också arbeta förebyggande mot våld (Nationellt centrum för kvinnofrid 2018). Världshälsoorganisationen (WHO) menar på att det finns starka samband mellan våld och fysisk och psykisk ohälsa. Av denna anledning definieras mäns våld mot kvinnor av WHO som ett utbrett folkhälsoproblem samt en kränkning mot mänskliga rättigheter. WHO menar på att våldet påverkar alla delar av den utsatta kvinnans liv, hennes självständighet, allmänna hälsotillstånd och livskvalitet. Våldet ger inte bara direkta fysiska skador utan risken att drabbas av kroniska sjukdomar ökar (Nationellt centrum för kvinnofrid 2018).

När vi fortsatt i studien skriver om våld i nära relationer menar vi mäns våld mot kvinnor i nära relationer, då det enligt statistik är mer vanligt förekommande.

Enligt Eva Lundgren (2012) räknas som en baskunskap att män som misshandlar kvinnor noga styr när, var och hur mycket han slår, samt att det företrädesvis sker i hemmet när de två är ensamma. Lundgren (ibid.) menar på att våldet aldrig är blint, utan att det är en styrd handling, där misshandlaren kontrollerar kvinnan, platsen och tiden för när våldet skall ske. Men att denna kontroll också påverkar kvinnans liv utanför handlingens ögonblick. Män som utsätter sin partner för våld brukar isolera henne, vilket både kan ske rent fysiskt, genom att låsa in, men också genom att förbjuda henne ha ett socialt liv. Isoleringen kan också ske mentalt, att det som händer innanför husets väggar är en tvåsamhets angelägenhet, mellan kvinnan och mannen. En isolering som gör att kvinnan inte vågar prata med någon utanför tvåsamheten vad som händer och vad hon utsätts för. Denna process är en del av en normaliseringsprocess, där en gränsförskjutning sker och våldet accepteras i vardagen (ibid.).

Utifrån ovan nämnda utmaningar och den problematik som både WHO och Socialstyrelsen menar på att våld i nära relationer är vill vi i denna studie undersöka hur kvinnan definierar sin situation, i syfte att få en bredare förståelse för hur den enskilda kvinnans liv drabbas. Genom att öka förståelsen för kvinnans situation utifrån hennes perspektiv kan samhället skapa bättre förståelse och underlag för hur en mer effektivt kan hjälpa och stötta dessa kvinnor.

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med föreliggande studie är att undersöka hur kvinnan påverkas av att leva i en relation där hon utsätts för våld av sin manliga partner. Genom att läsa självbiografier ta del av och utifrån teorier och tidigare forskning identifiera hur kvinnan själv definierar sin situation.

För att nå syftet med vår studie ämnar vi besvara följande frågeställningar:

- Vilken betydelse har normaliseringsprocessen för kvinnans liv?
- Vilken påverkan har mannens makt och våld på kvinnans liv?
- Hur kan vi se kvinnans sociala nätverk förändras av relationen?

1.3 Relevans för socialt arbete

I socialtjänstlagen 5 kapitlet 11§ (SFS 2001:453) står:

Till socialnämndens uppgifter hör att verka för att den som utsatts för brott och dennes närstående får stöd och hjälp.

Socialnämnden skall särskilt beakta kvinnor som är eller har varit utsatta för våld eller andra övergrepp av närstående kan vara i behov av stöd och hjälp att förändra sin situation.

Socialstyrelsen har bland annat gett ut ett material där personal inom hälso- sjukvård, barn och ungdomspsykiatri samt socialtjänsten uppmanas ställa rutinmässiga frågor om våld i nära relationer samt att fortbildas inom ämnet, i syfte att öka förutsättningarna för att upptäcka våldsutsatthet (Socialstyrelsen 2014).

Syftet med vår studie är att undersöka hur kvinnornas liv påverkas av relationen de lever i vilket vi tror kan öka förståelsen för hur hjälp och stöd kan ges utifrån de nationella strategier socialtjänsten ämnar följa. Socialtjänstens arbete riktar sig både till de våldsutsatta kvinnorna, till männen som utövar våldet samt till barn som bevittnar våld. Genom att undersöka den våldsutsatta kvinnans berättelse

öppnar vi upp för ett perspektiv som kan ge en djupare förståelse för vilket stöd klienten är i behov av. Denna förståelse kan även bidra till att socialarbetaren kan öppna nya vägar för utsatta kvinnor att söka hjälp.

1.4 Arbetsfördelning

Vi har under hela uppsatsprocessen haft en jämn fördelning av arbetsbördan. Under insamling av empiri valde vi gemensamt ut de 4 böcker som utgjort vårt empiriska material. Vi har båda läst alla böcker, men har valt att koda två böcker vardera. Vi har under hela processen skrivit på alla delar gemensamt men ibland valt att fokusera på varsin del för att sedan sammanstråla och göra varandra delaktiga. Samarbetet har hela tiden flutit på bra, vilket vi tror beror på att vi gjorde en gemensam plan för de veckor vi haft till förfogande samt att vi haft en öppen dialog och ett ödmjukt bemötande av oliktankande.

2 Tidigare forskning

I följande kapitel presenteras den tidigare forskning vi funnit relevant för vår studie. Vi har hittat tidigare forskning genom att söka i olika databaser som Social Science databas, Social Services Abstract och Supersök. De sökord vi har använt oss av är “domestic violence”, “women”, “abused women” och “violence”. Vi har valt ut nedanstående tidigare forskning då de berör olika delar av kvinnans liv vilket är vad vi vill undersöka. Dock fann vi endast en tidigare forskning som vi fann relevant för vår studie som var skriven i Sverige.

2.1 Normalisering

Syftet med Carina Holmberg och Viveka Enanders (2010) studie “Varför går hon” är att definiera olika processer som leder till att kvinnan lämnar mannen när hon lever i en våldsamt relation. Studien är gjord i Sverige och bygger på 10 intervjuer vilka genomförts med kvinnor som lämnat en våldsutsatt relation. I studien beskrivs hur den våldsamma relation kvinnan lever i normaliseras och om hur gränsen för vad som anses acceptabelt förskjuts. Normalisering beskrivs som den process där våldet blir normala drag i vardagen vilket gör att det accepteras och försvaras. Författarna menar på att mannens behandling av kvinnan är ett strukturellt problem och måste ses ur en samhällelig konstruktion av mannen. Att mannens våldsutövning måste betraktas i termer som under- respektive överordning, vilket kan förklara en del av våldets normalisering (Holmberg & Enander 2010).

I studien framkommer också hur kvinnan känner skuld och tar på sig en del av ansvaret för mannens våld. De menar på att kvinnan kan känna skuld över hur mannen kommer må om hon lämnar honom, men också skuld över att hon inte lämnar den våldsutövande mannen. Dessa skuldkänslor kan också kopplas till det stora ansvar kvinnan anses ha för relationen, ett ansvar pålagt både av kvinnan själv men också av andra (Holmberg & Enander 2010).

Vidare tar författarna upp hur kvinnans nätverk krymper dels genom att den våldsutövande mannen förbjuder henne, avskärmar henne, från att träffa andra än honom, men också att vänner och familj kan ta avstånd för att hon lever med mannen. Kvinnan kan känna att mannen är den enda hon har, och att han då har makt över hennes liv. Studien behandlar även begreppet internalisering vilket beskrivs som ett band som binder ihop kvinnan med mannen. Med begreppet menar de att kvinnan i olika utsträckning övertar mannens bild av verkligheten, gällande våldet, synen på sig själv och synen på andra (Holmberg & Enander 2010). Denna fastspänning kvinnan har i mannens verklighet kan leda till att kvinnan försvarar mannens handlingar mot andra, vilket distanserar henne än mer från sociala nätverk och även sig själv (Holmberg & Enander 2010).

I denna studie kan vi utläsa normalisering, skuld och internalisering som centrala begrepp. Studien beskriver hur en gränsförskjutning av vad som anses acceptabelt sker och om hur våldet normaliseras. Vidare beskriver de hur kvinnan själv tar på sig skuld för det våld hon utsätts för och tar på sig ansvar för mannens handlingar. Studien behandlar även begreppet internalisering, vilket förklarar hur kvinnan tar över mannens verklighetsbild vilket inte bara distanserar sig från sin egen självbild utan också från hennes sociala nätverk.

2.2 Skuld och skam

Syftet med Andrew R. Balys (2010) studie "Leaving Abusive Relationships: Constructions of Self and Situation by Abused Women" är att försöka förstå hur de kvinnor som deltar i studien gjort för att hantera den våldsutsatta relationen de levte i. Studien har genomförts genom att de intervjuat sex kvinnor i Storbritannien som levte i en våldsutsatt relation.

Baly (2010) menar på att en del i att kunna hantera situationen är att kvinnorna accepterar våldet som något normalt och som en privat angelägenhet. En normalisering av våldet och synen på sitt eget ansvar för relationen kan också ses som en strategi att skydda sig mot stigmatisering. En annan del i att klara av att leva i en våldsutsatt relation är att kvinnan ofta tar på sig ansvaret över våldet och förminskar det som har hänt. Kvinnan och dess omgivning har sociala och

kulturella föreställningar om hur en kvinna ska vara. En konstruktion av kvinnan där hon tilldelas egenskaper som passivt omhändertagande och omsorgsfull påverkar kvinnan negativt och har en förmåga att lägga skuld och skam på den våldsutsatta kvinnan (Baly 2010). Vidare menar forskaren (ibid) på att många kvinnor känner skuld och skam över vad de blir utsatta för. Baly (2010) tar även upp hur många kvinnor känner skuld och skam för att de stannar i en våldsam relation, men också svaghet och misslyckande över att behöva lämna relationen.

I Balys (2010) studie framkommer normaliseringen av våldet som en försvarsmekanism för att överleva vardagen. Vi får läsa hur kvinnorna ofta känner skuld och skam över hur relationen är. Vidare framkommer en ambivalens både för att de stannar i relationen men också över att lämna relationen. Baly (2010) skriver om hur omgivningen, kvinnans sociala nätverk, påverkar kvinnans känsla av skuld.

2.3 Socialt nätverk

I Goodkind et als (2003) studie "The impact of family and friends reactions on the well-being of women with abusive partners" framkommer att det inte finns så mycket forskning om de reaktioner kvinnor får då de berättar för familj och vänner om den våldsamma relation de levte eller lever i. Goodkind et als studie syftar till att undersöka i vilken utsträckning våldsutsatta kvinnor sökte stöd hos familj och vänner samt vilka reaktioner de våldsutsatta kvinnorna upplevde att de fick från familj och vänner om de sökte stöd. Studien är genomförd i USA och bygger på kvalitativa intervjuer där 137 kvinnor rekryterades till att delta. Kvinnorna fick förfrågan att delta i studien oavsett om de valt att lämna eller återgå till relationen (Goodkind et al 2003).

Goodkind et al. (2003) skriver om den påverkan det sociala nätverket har för den våldsutsatta kvinnans välmående. Forskaren beskriver hur socialt nätverk är viktigt både för den våldsutsatta kvinnans välmående, men också för kvinnans akuta skydd mot våld. Stöd från vänner och familj visar sig hjälpa till att minska negativa påföljder av våldet (Goodkind et al. 2003). Goodkind et al. (2003) menar att tidigare forskning visar på att alla inte har ett socialt nätverk som kan skydda

och stötta dem ekonomiskt och/eller socialt. Det framkommer också att även om de våldsutsatta kvinnorna har ett socialt nätverk kan de sakna stöd av vänner och familj, vilket kan bero på att vänner och familj inte tror på deras situation och/eller överlåter skuld för våldet på den utsatta kvinnan. Vänner och familj till den våldsutsatta kvinnan kan själva känna en rädsla för att utsättas för våld och vågar därför inte stötta kvinnan (Goodkind et al. 2003).

Det är viktigt att ha en förståelse för kontextuella olikheter som kan påverka vänner och familjs reaktioner och vilken påverkan detta har på den utsatta kvinnans välmående. I studien framkommer att lågt stöd eller avsaknad av stöd från vänner och familj har starkt samband med kvinnans negativa mående. De reaktioner och olika attityder de våldsutsatta kvinnorna möter från vänner och familj visar sig ha stor betydelse för vilken effekt stödet ger kvinnans situation (Goodkind et al. 2003).

Goodkind et als (2003) studie visar på den centrala betydelse det sociala nätverket har för kvinnans situation och hälsa. Studien visar också hur kvinnan kan sakna stöd från sitt sociala nätverk på grund av att de i vissa fall skuldbelägger kvinnan för den situation hon lever i eller att de själva känner rädsla för mannens våld. Även de reaktioner och attityder det sociala nätverket har om kvinnans situation har stor betydelse för vilken effekt stödet ger.

2.4 Normalisering och makt

Syftet med Woods (2001) studie "The normalization of violence in heterosexual romantic relationships: Womens narratives of love and violence" är att ta reda på om deltagarna i studien beskriver våldet som något normalt och begripligt, samt hur de berättar om sin egna och sin partners roll i våldet. Studien handlar om kvinnors berättelser om hur våldet i relationen blir till något normalt och hur kvinnorna tillslut accepterar det. Studien är genomförd i USA och empirin består av intervjuer med 20 heterosexuella kvinnor som har levt i våldsutsatta relationer. Intervjuerna var ostrukturerade för att kvinnorna skulle få prata fritt och använda sina egna ord. Vidare gjorde Wood en induktiv analys och analyserade med hjälp av grundad teori.

Wood (2001) beskriver kvinnornas berättelser om normalisering i tre teman; kön, romantik och den mörka romantikens berättelser. Utifrån kön ansåg kvinnorna att det var normalt för männen att dominera i ett förhållande och för kvinnorna att underordna sig. De menar på att en kvinna skulle se ut på ett visst sätt och acceptera att det var sin roll som kvinna att ta hand om sin partner. Några av kvinnorna uppger att de slutade göra saker de tidigare tyckt om att göra för att exempelvis kunna ha maten klar när mannen kom hem. I den romantiska berättelsen menar kvinnorna på att deras partner gett dem presenter och fått dem att känna sig speciella. De menar även på att de accepterade våldet då det fanns de som hade det värre, att våldet de upplevde egentligen inte tillhörde deras egentliga relation, att våldet var undantag (Wood 2001). Den mörka romantikens berättelse handlar om att kvinnorna beskriver att det är normalt att männen sårar kvinnor och att det är kvinnans uppgift att vara förlåtande. Kvinnorna berättade om rädsla för ensamhet och att de istället var nöjda med vad de hade. De menar på att våldet inte var någon anledning att lämna relationen då de sett andra kvinnor bli slagna av sina män och att våldet kunde ses som något normalt i en relation (Wood 2001). Kvinnorna beskriver att det finns olika anledningar till att våldet sker. Att de antingen förtjänar det, eller att han inte menade det eller att det kunde blivit värre (Wood 2001).

Wood beskriver normalisering som ett centralt begrepp i den våldsutsatta relationen. Vi får i denna studie läsa hur våldet normaliseras genom mannens makt över kvinnan i en strukturell över- och underordning. Vidare beskrivs hur mannen använder härskartekniker för att kontrollera kvinnan och få henne att tro att våldet var ett undantag från den faktiska romantiken. Vi läser också hur kvinnans rädsla för ensamhet gör att hon stannar kvar i relationen, ett beroende som mannen gett kvinnan genom sin maktutövning.

3 Teorier och begrepp

Vi har valt nedanstående teorier och begrepp för att med hjälp av dessa kunna se hur olika delar av kvinnans liv påverkas av våldet hon utsätts för i den relation hon lever. Normaliseringsprocessen ger på individnivå en bredare förståelse för vad som händer med kvinnan mentalt i den våldsutsatta relationen. Feministisk teori förklarar hur mäns våld mot kvinnor kan förstås ur ett strukturellt perspektiv. Denna teori utelämnar dock förklaringar på exempelvis samkönat våld. Vi har även behandlat begreppen makt, härskartekniker och socialt nätverk då vi finner dessa viktiga för att förstå hur kvinnans liv påverkas.

3.1 Normaliseringsprocessen

Begreppet normalisering anses idag vara ett nyckelbegrepp för att förstå fenomenet kvinnomisshandel. Holmberg och Enander (2010) menar på att det är viktigt att skilja på begreppen normalt och normalisering. De argumenterar för att det inte anses normalt att bli utsatt för våld i relationen, men att en viss normalisering kan förklara fenomenet. En gränsförskjutning sker gradvis och därmed omtolkas och legitimeras våldet. Normaliseringen kan ses som en sorts anpassning, vilken till en början handlar om att få våldet att upphöra men sedan ändrar sig till en anpassning för ren överlevnad (Holmberg & Enander 2010).

För att förstå normaliseringsprocessen skriver Lundgren (2012) att det är viktigt att ha kännedom om tre begrepp. Det första är normalisering vilket hon menar är att våld kan utvecklas och upplevas som något normalt i vardagen. Det andra är externalisering, vilket beskriver hur kvinnan försöker förstå hur våldet i sig inte behöver ha något med hur mannen egentligen är, utan ofta relaterar våldet till andra omständigheter. Det tredje är internalisering, vilket handlar om hur de utsatta kvinnorna tar över mannens förståelse av varför de utför våldet och även tar över mannens syn på kvinnor (ibid.).

Lundgren (2012) beskriver olika strategier som kvinnor använder sig av för att hantera och aktivt förhålla sig till våldet samt hitta förståelse för hur våldet är en del av deras liv. Lundgren (2012) menar att våldet blir en del av vardagen och det

blir för farligt för kvinnan att inte anpassa sig.

Ett framträdande drag i normaliseringsprocessen är gränsförskjutning, att gränsen för vad som skall accepteras och inte, suddas ut. Våldet kan ses som kärlek av kvinnorna, vilket visar att gränsen mellan ett våldsamt liv och ett ofarligt liv har suddats ut. Kvinnors anpassning till gränsförskjutning är en av normaliseringsprocessens konsekvenser (Lundgren 2012). Lundgren (2012) beskriver hur gränsen mellan våld och värme suddas ut genom att mannens handlingar växlar mellan slag och tröst.

Lundgren (2012) skriver också om osynliga gränsförskjutningar, vilket beskriver hur kvinnorna anpassar sig till en underordning som obemärkt blir till våld. Vidare beskrivs hur kvinnorna anpassar sig från en underordning till att öppet bli undergiven och även anpassar sig till mannens krav på hur hon bör vara. Våldet normaliseras i kombination med isolering, vilket är en form av psykiskt våld som gör att kvinnan får svårt att bevara sin egen verklighetsuppfattning. Kvinnan får svårt att skilja på gott och ont och mannens verklighet blir den enda rätta (Lundgren 2012).

Lundgren (2012) beskriver internalisering som den mest komplicerade delen av normaliseringsprocessen. Där kvinnan genom att ta över mannens verklighetsuppfattning tar på sig ansvar för våldet och förklarar det som en konsekvens av hennes handlingar och sätt att vara. Från början ser kvinnan våldet som något oacceptabelt, men tillsammans med gränsförskjutningar och en förändrad självbild accepterar hon att ingå i ett våldsamt liv. Istället hittar kvinnan strategier för att hantera det våldsamma vardagslivet och anpassningen blir en viktig del av kvinnans liv (Lundgren 2012).

3.2 Makt

Makt är ett mångtydigt begrepp och går att hänvisa till en mängd olika saker, relationer eller händelser. Dock finns ingenting i dessa begrepp som kan hjälpa oss att helt definiera makt. Makt är mer ett sätt att tala om saker, relationer eller händelser (Börjesson & Rehn 2009). Börjesson och Rehn (2009) skriver att det finns olika tekniker av makt, hur en får makt och hur en utövar makt. Makt visar sig på olika sätt i samhället och för att saker och ting ska fungera krävs det olika system. Någon bestämmer hur dessa system skall fungera och övriga följer, där vi kan se att de som bestämmer dessa system har en sorts makt över de övriga. Vidare skriver författarna om olika handlingar som utförs och blir makt. Hot om våld är ett exempel som kan användas som maktmedel liksom övervakning och kontroll (Börjesson & Rehn 2009).

Börjesson och Rehn (2009) skriver att vi oftast talar om makt som något en besitter och inte något en gör. Vilket gör att makt kan förstås som något som händer mellan människor. Vidare skriver Börjesson och Rehn (2009) att det finns olika maktförhållanden och att makt kan växa från att ha varit något mellan två människor som sen växer och blir mellan en hel grupp. Vilket leder till att det kan bli större handlingar och över tid blir det fler som utövar makt och blir tvingade till underordning av makt.

Ur ett intersektionellt perspektiv är makt något som alltid finns mellan olika parter. Att de olika egenskaper en kategori (ex kvinna, man) tillskrivs ger en viss sorts makt. Exempelvis motsatserna, kvinna och man där tillskrivs kvinnan en underordning och mannen en överordning. Mannen anses som normen, liksom andra egenskaper inom etnicitet, klass, ålder osv ha den egenskap som anses normalt och motsvarigheten, det onormala, klassas som "den andre", där "den andre" alltid anses underordnad (Mattsson 2014). Makt är med andra ord inte något en enbart skaffar sig utan något som strukturellt ordnas i samhället.

3.2.1 Härskartekniker

Ländin (2014) skriver att härskartekniker är en social manipulation vars syfte är att skaffa sig eller behålla makt eller en position. Det finns olika grader av

härskartekniker, det kan vara allt från skämtsamheter till mobbning och trakasserier. Härskartekniker används ofta omedvetet, men det kan trots det utgöra ett mönster som följs och det har effekter för den som utsätts.

På 1940-talet beskrev Berit Ås fem härskartekniker som används än idag och är sammankopplade med social status inom en grupp, dessa är osynliggörande, förlöjligande eller förminskande, undanhållande av information, dubbelbestraffning och påförande av skuld och skam (Ländin 2014).

Osynliggörande är den vanligaste härskartekniken vilken innebär att utövaren inte ser eller noterar det den andre säger eller gör. Det kan även innebära att den andre blir avbruten när den börjat prata eller att en inte visar något intresse när den andre berättar något (Ländin 2014). Förlöjligande eller förminskande beskriver Ås kan vara att en person blir hånad eller utskrattad på grund av det hen säger, gör eller är. Den här tekniken innebär att en tror att en är rolig och skämtsam men det istället ger en känsla av att bli förminskande eller förlöjligande då det sker på någon annans räkning (Ländin 2014). Undanhållande av information anser Ås vara en utstuderad teknik, vilket är ett sätt för många att positionera sig på exempelvis arbetet, den innebär att några eller någon undanhåller viktig information för dig för att visa sin makt (Ländin 2014). Dubbelbestraffning beskrivs som att hur den andre än gör anser härskaren att det är fel och hittar något negativt i handlandet hur det än ser ut (Ländin 2014). Den femte härskartekniken är påförande av skuld och skam, vilken ofta används tillsammans med förlöjligande eller skuld och skam. Den innebär att härskaren vill få den andre att skämmas för sina egenskaper och att det den utsätts för är ens eget fel. Det kan anses att en får ”skylla sig själv” om en blivit sexuellt utnyttjad, trakasserad eller misshandlad, att det exempelvis skulle bero på att den utsatta betett sig på ett visst sätt (Ländin 2014).

Berit Ås har utvecklat sin teori med ytterligare två härskartekniker, objektifiering och våld eller hot om våld. Objektifiering innebär exempelvis att ens utseende diskuteras i sammanhang där det inte är relevant. Våld eller hot om våld innebär att härskaren med hjälp av sin fysiska styrka får sin vilja igenom eller berättar om hur han skall använda den (Ländin 2014).

3.3 Feministisk teori

Feminismen har lämnat många viktiga bidrag till en mer kritisk teori, dels genom att den söker förklaringar för fler förtryck än enbart de som handlar om klass och "ras", vilket kan bidra till social förändring. Feministisk teori vill förklara samspelet mellan olika former av förtryck och att inte ta den rådande sociala ordningen för given (Payne 2008).

Många forskare inom feministisk teori menar på att könsroller är sociala konstruktioner som skapats i syfte att upprätthålla och legitimera mäns överordning och kvinnors underordning i samhället (Sahlberg 2014). Att synliggöra skapandet av det kvinnliga könet utmanar de maktordningar i samhället där kvinnan anses underordnad mannen. Feministisk teori kan inte ses som en teori, utan är en rad olika teoribildningar som fokuserar på olika frågor men vilka alla visar på ojämlikheter mellan män och kvinnor (Mattsson 2010). Kvinnans underordning ses ibland som något biologiskt givet, det vill säga inget som människan själv skapat, vilket med den synen ses som något oföränderligt. Inom feministisk teoribildning ses kön som något konstruerat och inget som ligger fixerat i mäns respektive kvinnors kroppar. Forskare menar på att kön konstrueras i språk och handling, vilket börjar redan från födseln. Vi klär små flickbebisar i vad som anses flickfärg och pojkar i pojkfärg. Forskning visar att vi bemöter pojkar och flickor olika, vilken röst vi har, tonläge och på vilket vis vi tillrättavisar och ger kommandon (Mattsson 2010).

Sahlberg (2014) skriver om hur kvinnan ses som *Den Andre*, det vill säga den som underordnas normen. *Den Andre* finns i flera sammanhang, det kan vara män, kvinnor, fattiga och rika osv. Det handlar om en dikotomi, där den ene, normativa, är överordnad och *Den Andre* alltid är underordnad, som man - kvinna, vit - svart osv. Sahlberg (ibid.) menar på att så länge kvinnan är *Den Andre* kommer hon vara begränsad genom föreställningar om vad en kvinna är och bör vara.

Enligt Eliasson (2010) finns normer i samhället där män anses överordnade kvinnor bara genom egenskapen att de är män. Mäns överordnade status ger dem rätt att uttrycka missnöje genom att höja rösten eller slå näven i bordet, medan

kvinnans vrede och missnöje bör döljas. Män som utövar våld mot kvinnor gör övertramp på vad som anses acceptabelt, men gränsen från vad som anses normalt och vad som anses gränsöverskridande kan vara hårfin. Eliasson (2010) beskriver att detta delvis är grunden till varför våldsutsatta kvinnor inte alltid uppfattar direkt när de utsätts för våld. Inom feministisk- likväl som konventionell forskning kring kvinnomisshandel råder enighet kring att våld mot kvinnor har sina rötter i ett samhällssystem som placerar kvinnor i en position underordnade män.

Då vi i denna studie begränsar oss till mäns våld mot kvinnor i nära relationer kan vi se feministisk teori och mäns och kvinnors över- respektive underordning som relevant att diskutera. Detta perspektiv belyser dock inte samkönat våld, eller kvinnors våld mot män, vilket gör att detta perspektiv inte kan ses som förklarande i våld i nära relationer som helhet.

3.4 Sociala nätverk

Det är viktigt att förstå hur socialt arbete fungerar strukturellt i samhället, men socialt arbete beskrivs ofta i termer som möte mellan individer som centrala element (Lindqvist & Nygren 2006). De personer en individ har i sin närhet som vänner och familj definieras som ens sociala nätverk och är de som en kan vända sig till och få socialt utbyte med.

Socialmedicinsk forskning har länge visat på det sociala nätverks betydelse för hälsan. Utsträckningen av betydelsen avgörs av huruvida det fyller personens behov av socialt stöd, det vill säga om relationerna i nätverket ger känslomässig närhet och möjligheter till att få råd och stöd. Det sociala stödet kan anses fungera som en buffert vid små eller stora kriser i personens liv. Att känna en känslomässig närhet i sitt nätverk har visat sig ha stor betydelse för hur människan hanterar och tar sig ur olika utmaningar i livet (Forsberg & Wallmark 2002). Ett bra nätverk ger känslomässigt stöd, information och praktisk hjälp samt hjälper en människa att klara av svåra påfrestningar. Medan att leva i ett dåligt nätverk, eller inget alls, kan göra att behov som trygghet, kärlek och bekräftelse inte blir tillgodosedda. Relationer är förhållandet mellan individer vilka kan anta olika

former, både privat och i yrkeslivet. En relation kan ses som en form av beröring, vi berör och berörs av varandra. En relation kan både vara symmetrisk och asymmetrisk. I en symmetrisk relation är båda parterna jämbördiga medan de i en asymmetrisk relation står i olika maktpositioner. Asymmetriska relationer finns inte bara i yrkesvärlden, som till exempel socialsekreterare och klient, utan kan även finnas i en vänskapsrelation där den ena parten är i behov av hjälp från den andre (Andresen 2002). Att ingå i ett socialt nätverk är ofta kopplat till en stark känsla av sammanhang, vilket enligt studier har stor påverkan på vår hälsa och vårt sociala liv (Andresen 2002).

4 Metod

I följande kapitel kommer vi presentera hur vi har gått tillväga för att genomföra denna studie samt vilka metodologiska överväganden vi gjort. Vi kommer även ta upp de etiska aspekter vi förhållit oss till.

4.1 Metodval och insamlingsmetod

Vi har valt att göra en kvalitativ undersökning med syftet att få en djupare förståelse samt beskriva en annan individs upplevelse av sin situation. Vår insamlingsmetod har varit att läsa självbiografier skrivna av kvinnor som levt i en nära relation där de utsatts för våld. Valet av insamlingsmetod lämpar sig för syftet i vår studie då det ger oss tillgång till kvinnornas egna berättelser, opåverkade av intervjuaffekter, i syfte att få kvinnans perspektiv på sin situation. Öberg (2015) skriver att livshistorier är material i form av bland annat självbiografier som handlar om att människor har berättat om sina liv med sina egna definitioner, vilket leder till att läsaren kan få en förståelse för hur hen har levt sitt liv. Vad som räknas som text kan vara begränsat i viss mening men utvidgas i fråga om textanalys till allt som kan läsas, varför självbiografierna i denna studie kan räknas som textuell data (Matthew & Sutton 2016). Användandet av textuell data ger ett förmedlat tillträde till dem som skrivit texterna likt intervju. Fördelen med att använda textuell data istället för intervjuer är att svaren formats utan intervjuareffekten, det vill säga utan att svaren formats efter vad intervjupersonen tros vilja ha för svar (ibid). Insamlingsmetoden ger en access på ett känsligt ämne som hade kunnat vara svårt att få genom intervjuer då det kan antas vara svårt att få kvinnor att ställa upp på intervju. Vi har utgått ifrån ett hermeneutiskt synsätt i vår undersökning i syfte att få en förståelse av textens mening där tolkandet av texten är forskningens huvudsakliga metod (Larsson 2005).

4.2 Urval av textmaterial

Vi har valt ut fyra självbiografier skrivna av kvinnor utsatta för våld i en nära relation av en man. Ett av kriterierna var att det skulle vara självbiografier, det vill säga skrivna av den utsatta personen. Den utsatta skulle vara en kvinna och förövaren skulle vara en man vilken kvinnan var i en relation med. Vi gjorde dessa inkluderingskriterier då vi enligt Socialstyrelsen (2016) vet att majoriteten av de som utsätts för våld i nära relationer är kvinnor och att majoriteten av de som utsätter är män. Denna form av urval kallas även kvoturval, genom att vi på förhand format kriterier som biografierna skall uppfylla (Matthew & Sutton 2016).

Vi har valt att exkluderade självbiografier som handlade om våld i samkönade relationer, kvinnor som utsätter män för våld samt böcker där författaren återberättar någon annans historia. Vi hade också exkluderingskriterier att böckerna inte skulle specificerade sig på ett visst sorts våld. Vi valde därför bort böcker vilka i titeln eller sammanfattningen specificerade sig på exempelvis sexuellt våld. En svårighet i vår sökande efter textmaterial var att många böcker inom genren var riktade i titeln mot ett visst sorts våld. Vi har även valt bort böcker vilka behandlade hedersrelaterat våld då vi anser det är ett eget ämne som kräver annan kunskap och omfattning. Vi har gjort dessa exkluderingar i syfte att avgränsa vår studie.

Genom att söka på dessa kriterier samt ta hjälp av bibliotekarier på biblioteken i vårt närområde fann vi fyra böcker relevanta för vår studie. Vi har valt att ge en kort sammanfattning för vad självbiografierna handlar om för att ge analysen en kontext.

4.2.1 Valda självbiografier

En vacker dag lämnar jag honom. Av: Maria Blomqvist

I denna självbiografi får vi följa Marias berättelse om hur relationen med mannen växlade mellan kärlek, åtrå, hopp och djup förtvivlan. Hon beskriver hur relationen fick henne att tappa greppet om sig själv och hur mannens våld blev

något normalt. Vi får också läsa om hur vissa av hennes vänner vände henne ryggen då hon en vacker dag polisanmälde mannen.

Det ska bli ett sant nöje att döda dig. Av: Magdalena Graaf

I denna självbiografi berättar Magdalena om den relation hon som nittonåring inleder med den charmige Jorma. Det som var tänkt en ungdomlig familjelycka med en omtänksam man övergick snart i misshandel och fullständig terror. Vi får följa hennes resa på flykt och vilken betydelse hennes sociala nätverk har i resan.

Kvinnofridsmyten – får vi be om största möjliga tystnad. Av: Kristina Loveby

I denna självbiografi får vi följa en kvinnas berättelse om hur hon och hennes barn tvingas leva under hot, våld och trakasserier samt svårigheten i att få skydd från mannen. Vi får också läsa om hur omgivningen ser på och inte ingriper mot det våld hon utsätts för.

Det händer inte mig: förhållandet – en sann historia. Av: Veronica Axelsson

I denna självbiografi får vi följa Veronicas berättelse om hur det är att leva tillsammans med en man som utövar både fysisk och psykisk terror mot henne och barnen. Vi får läsa hur mannen använder barnen för att trycka ner henne och vilken psykisk misshandel han dagligen utsätter henne för. Boken är en stark skildring hur det psykiska våldet normaliseras och den makt det ger mannen över kvinnans liv.

4.3 Analysmetod

Vi har använt oss av en tematisk analys då vi har analyserat vårt material vilket innebär att en konstruerar och analyserar olika teman (Braun & Clarke 2006). En tematisk analys görs enligt Braun och Clarke (2006) i sex steg: bekanta sig med data, koda data, hitta teman, granska teman, definiera och namnge teman och till sist analysera resultaten.

Vi började med att bekanta oss med data genom att vi läste två självbiografier var. Vi valde att dela upp böckerna mellan oss för att effektivisera på grund av tidsaspekten. Då vi läste böckerna kodade vi genom att plocka ut att de stycken

där kvinnan nämner faktorer vilka vi anser ha betydande roll för kvinnans situation. Dessa begrepp var socialt nätverk, skuld och skam, våld och makt. Därefter hittade vi olika teman utifrån det vi plockat ut ur böckerna som handlade om kvinnans liv. Efter att vi kodat läste vi de två böcker den andre hade kodat och gick sedan gemensamt igenom de koder vi funnit. Vi gick vidare genom att vi gjorde mindmaps över de olika teman vi valde ut och namngav dem. Detta resulterade i tre teman: våld, känslor och omgivningens inverkan. I dessa teman tog vi fram subteman under vilka vi sedan skrev in de citat vi plockat ut. I dessa teman har vi sedan analyserat fram resultat med hjälp av tidigare forskning samt valda teorier och begrepp.

4.3.1 Bearbetning av material

I bearbetningen av vårt material plockade vi ut flera citat där kvinnorna beskrev liknanden situationer och känslor, vilka vi sedan utgått ifrån i vår analysering. Vidare har vi valt ut enstaka citat och presenterat under våra olika subteman. Vi har valt att plocka bort några meningar i vissa citat för att få fram det vi finner extra intressant, de meningar vi tagit bort har vi ersatt med //...//.

4.4 Studiens tillförlitlighet

Den kvalitativa forskningen söker djupvaliditet snarare än statistisk generaliserbarhet. Den intresserar sig för innebörd och mening ur ett mer holistiskt synsätt och menar på att detta inte kan mätas utanför sin kontext (Matthew & Sutton 2016). Kvalitativ forskning visar på att verkligheten kan tolkas olika utifrån olika sociala sammanhang och söker inte nödvändigtvis en absolut sanning.

Bryman (2011) skriver att inom kvalitativ forskning använder en sig oftast inte av reliabilitet och validitet men att det ändå är relevant att använda liknande begrepp för att kunna bedöma kvaliteten. Bryman (2011) använder sig därför av två begrepp, tillförlitlighet och äkthet. Tillförlitlighet består av fyra kriterier; trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet och möjlighet att styrka och konfirmera. Böckerna vi har läst bör anses trovärdiga, om författarna var ärliga i vad de skrev kan vi aldrig veta, men då författarna skriver om sina egna upplevelser finner vi

ingen anledning att ifrågasätta detta även om vi har med oss att en alltid ska vara kritisk.

För att öka trovärdigheten i vår studie har vi analyserat den med hjälp av olika teorier och tidigare forskning. Bryman (2011) skriver att det innebär att en skapar en trovärdighet i resultatet som visar att forskningen utförs enligt de regler som finns. Det är även viktigt att en angriper från flera olika håll med metoder, teorier och tidigare forskning. Bryman (2011) tar upp att överförbarhet innebär att göra fylliga och täta beskrivningar som gör att andra kan förstå hur resultaten kan användas i en annan kultur. Pålitlighet är när en säkerställer att det skapats en fullständig och tillgänglig redogörelse av alla faser i forskningsprocessen att någon annan granskar och bedömer det som skrivit (Bryman 2011). Under hela vår studie har vi strävat efter att ha ett transparent förhållningssätt då det är viktigt att ha ett genomskinligt synsätt och både kunna diskutera och kritisera studien. Bryman (2011) tar upp att ett av kriterierna är möjligheten att styrka och konfirmera vilket innebär att en agerat i god tro. Vi har strävat efter att arbeta utifrån ett förhållningssätt där våra egna värderingar inte ska ha påverkat resultatet.

4.5 Etiska överväganden

Etik kan förklaras som ett formaliserande av regler vilka skiljer ett gott beteende från ett dåligt. I samhällsvetenskaplig forskning kan etik förklaras som vetenskapen om moral, vilken bestämmer värdena för regleringen av människors beteende. Vid insamling av information av människor, i denna studie självbiografier, väcks etiska frågor gällande val av fokus, metoder och även forskningsresultatens form och användning (Matthew & Sutton 2016). Matthew och Sutton (2016) menar att en som forskare kan ställa sig frågan om en själv skulle gå med på att forskningen tilläts. Som forskare är det viktigt att vara medveten om den känslighet de ämnen en undersöker kan ha. Det är viktigt att hantera materialet med ödmjukhet och respekt för att inte riskera skada personens, i detta fall författarna till självbiografierna, självkänsla (Matthew & Sutton 2016). Vi är i vår forskning medvetna om att vi i analysen lyfter ur meningar ur sina

sammanhang, men behandlar dessa med vördnad genom att använda oss av sammanhangsmarkering i våra rubriker.

Enligt Vetenskapsrådets (2002) forskningsetiska principer finns två krav vilka måste övervägas samt vägas mot varandra, forskningskravet samt individskyddskravet. Forskningskravet innebär att tillgängliga kunskaper utvecklas, fördjupas och att metoder förbättras. Vilket är viktigt för att samhället och individer utvecklas. Individskyddskravet, vilket är en självklar utgångspunkt för forskningsetiska överväganden innebär att inga individer får utsättas för psykisk- eller fysisk skada, förödmjukelse eller kränkning. Samhällets individer har ett berättigat krav på skydd mot obehörig insyn i sina livsförhållanden. Dessa två krav måste alltid vägas mot varandra i frågor om samhällsvetenskaplig forskning, där risken för individskyddskravet ställs mot nyttan av forskningskravet.

Vidare har individskyddskravet konkretiserats i fyra allmänna huvudkrav, informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet innebär att forskaren ska informera uppgiftslämnare om deras uppgift och villkor för deltagande, såsom frivillighet och rätten att avbryta. Då våra undersökningspersoner inte aktivt deltar i undersökningen och informationen hämtas från redan publicerad text, finns inget självklart krav på information, utan avgörs från fall till fall. Vi har övervägt vilka konsekvenser den uteblivna informationen kan ha samt utgått från projektets storlek (Vetenskapsrådet 2002). Då vi skriver en uppsats om 15 hp samt att de kvinnorna som skrivit böckerna gett ut dem för kommersiellt bruk bedömer vi oss passera kravet på information.

Samtyckeskravet innebär att deltagarna i undersökningen själva skall ha rätt att bestämma om de vill delta i studien eller inte (Vetenskapsrådet 2002). Etiska överväganden inom forskningen kan diskuteras huruvida författaren till biografen gett sitt samtycke till deltagande i forskningen då samtycke inte samlas in så som vid en intervju. Det vill säga vi som forskare kommer inte att träffa eller på något vis ha direkt samröre med författaren till boken, motsvarighet till intervjuperson. Att ta i beaktning är hur dokumenten var avsedda att spridas (Matthew & Sutton 2016). En självbiografi utgiven av författaren och ett förlag kan antas ha för avsikt

att spridas för allmänheten varför vi finner det etiskt försvarbart att använda oss av materialet. Enligt Vetenskapsrådet (2002) avgörs betydelsen av denna regel av deltagarnas aktivitet i undersökningen. Då de uppgifter vi inhämtat redan var skrivna och publicerade bedömer vi att samtycke inte behöver efterfrågas.

Konfidentialitetskravet innebär att de uppgifter vi samlar in om deltagarna skall ges största möjliga konfidentialitet, vilket har ett nära samband med sekretess och offentlighet. Vidare innebär detta att all information om forskningspersonerna skall hanteras så att det praktiskt skall vara omöjligt för utomstående att komma åt uppgifterna (Vetenskapsrådet 2002). Då vår information är tagen ur publicerade böcker som finns tillgängliga för allmänheten kan vi inte garantera att individerna inte kan identifieras. Vi har beaktat värdet av det förväntade kunskapsstillskottet mot eventuellt negativa konsekvenser för berörda genom att dels inte tolka citat utanför sitt sammanhang.

Nyttjandekravet innebär att insamlade uppgifter endast får användas för forskningens ändamål, det vill säga det får inte utlånas för kommersiellt bruk eller icke-vetenskapliga syften (Vetenskapsrådet 2002). Det material vi plockat ut och analyserar används enbart i vår studie och kommer inte publiceras i annat syfte än i vetenskapligt. Dock används materialet vi utgått ifrån redan i kommersiellt bruk då vår metod har gått ut på att använda textuell data i form av publicerade självbiografier.

5 Resultat och analys

I följande kapitel presenterar vi studiens resultat och analys utifrån tre huvudteman: *våld, känslor och omgivningens inverkan*. Under varje tema finns två eller tre subtema kopplade till huvudtemat. Alla teman belyser makt på olika sätt, makt som mannen har och utövar över kvinnan. Börjesson och Rehn (2009) menar på att makt är något en har och inte något en gör, samtidigt menar de på att olika handlingar kan bli makt. Vi identifierar i vår analys hur mannen använder makt genom att utsätta kvinnan för våld, genom att använda olika härskartekniker för att ta ifrån henne hennes nätverk, påverka hennes känslor och ta ifrån henne delar av hennes liv på ett negativt sätt.

5.1 Våld

I föreliggande tema kommer vi behandla tre subteman som vi kopplar till våld. Vi kommer belysa våldets olika yttranden, samt hur mannen kontrollerar kvinnan. Vi kommer också belysa den anpassning vi ser hos kvinnan vilket vi tolkar som en form av strategi för att överleva situationen och en del av normaliseringsprocessen.

5.1.1 Våldets yttrande

Vår uppsats behandlar ämnet mäns våld mot kvinnor och de självbiografier vi valt ut belyser just våldet. Dock ser vi att kvinnorna inte alltid definierar det våld de utsätts för i enlighet med Isdal (2001) och Socialstyrelsens (2016) definitioner. Det våld kvinnorna lever under tolkar vi som att det bidrar till att en gränsförskjutning för vad kvinnorna accepterar sker och olika delar av kvinnans liv tas ifrån henne genom att våldet tilltar och kvinnans utrymme minskar.

Det fysiska våldet tolkar vi som många gånger lättare att identifiera, ett slag som ger fysisk smärta och är svårare att dölja både för andra och för sig själv. Vi ser dock i böckerna hur kvinnorna har en förmåga att dels förminska det fysiska våldet genom att se det som en engångsföreteelse, samt genom att externalisera våldet. Lundgren (2012) menar på att externalisering är en del av

normaliseringsprocessen vilken innebär att kvinnorna försöker relatera våldet till andra omständigheter, det vill säga att våldet inte beskriver hur mannen *egentligen* är. I en av böckerna beskriver kvinnan hur hon efter att ha blivit misshandlad tycker synd om mannen och förklarar hans handling som en reaktion på den press han levde under inför den roll han hade som blivande pappa (Graaf 2006).

I en av böckerna skriver kvinnan hur hon funderar på att söka hjälp på en kvinnojour men är rädd att ta någon annans plats, någon som har det värre (Axelsson 2013). I kvinnans berättelse tolkar vi det som att hon har lättare för att identifiera våld då andra kvinnor utsätts än när det handlar om henne själv. Likt kvinnorna i Woods (2001) studie där kvinnorna beskriver att de accepterar det våld som sker då det finns andra kvinnor som har det värre. Vi kopplar detta som en del av normaliseringsprocessen där en gränsförskjutning sker för vad som är acceptabelt och inte.

Han hade nog rätt tänkte jag, vad hade jag egentligen för rätt att söka deras hjälp? Det finns så många kvinnor som ber för sina liv, som nästan blir strypta, får tänderna utslagna, huvudet bankat i sängen... Vad fan hade jag att gnälla om? Man hör att det bara är att gå vid första slaget! Men jag fick ju inga slag! Inga fysiska i alla fall, det närmsta som det kom var knuffar. Om jag hade fått slag hade jag förstått. I alla fall vill jag tro det. (Axelsson 2013:152)

I samtliga böcker läser vi om det fysiska våld kvinnorna utsätts för, dock upplever vi det i många fall som att kvinnorna själva inte uppfattar det som just våld i alla situationer. Och i vissa fall upplever vi det som att kvinnorna förminskar sin utsatthet genom att benämna det som "knuffar", "stöta emot.." osv vilket vi tolkar som en form av försvarsmekanism mot vad de egentligen drabbats av. I Woods (2001) studie beskriver kvinnorna att de nöjde sig med vad de hade då det fanns en rädsla för den ensamhet som skulle uppstå om de lämnade mannen. I citatet ovan skriver kvinnan att hon vet att en ska lämna vid första slaget och hade hon fått slag hade hon förstått, vilket vi tolkar då hade lett till att hon hade varit tvungen att lämna mannen. Hade kvinnan istället definierat de knuffar hon utsätts för som slag tolkar vi det som att det hade tvingat in henne i en position där hon

varit tvungen att ta ställning till om hon skulle lämna relationen. En av kvinnorna beskriver hur hon kunde luras av att det under perioder lugnade sig, men att anledningen till att hon stannade var för att hon trots allt älskade honom (Loveby 2016). Baly (2010) menar på i sin studie att en annan del i att klara av att leva i en våldsutsatt relation är att kvinnan ofta tar på sig ansvaret över våldet och förminskar det som har hänt, vilket vi tolkar som en försvarsmekanism som skulle kunna förklara varför kvinnorna inte identifierar delar av våldet de utsätts för som våld.

Det psykiska våldet benämns sällan i böcker som just våld, vi tolkar det som svårare för kvinnorna att definiera då de lever i det. Det psykiska våldet kan anta många former och vi identifierar det genomgående i samtliga böcker vi behandlat. Kvinnorna beskriver det psykiska våldet på olika sätt, dels genom att bli behandlad som luft, att bli förlöjligad eller förminskad inför andra. Vi tolkar detta som olika härskartekniker mannen använder för att ta makt och/eller behålla makt över kvinnan (Börjesson & Rehn 2009). I böckerna tolkar vi det som att det psykiska våldet oftast var värre än det fysiska. Fysiskt våld ger fysisk smärta, en smärta som ger blåmärken men det kroppsliga läker. Det psykiska våldet ger smärta på insidan som är svårare att ta på och svårare att få ur kroppen.

Ett år efter att vi träffades började våldet på riktigt. Det trappades upp ordentligt och det blev till en början vardag att vara rädd och orolig. Med tiden försvann oron och rädslan och övergick till den tomhetskänsla där ork och energi inte räckte till att leva med någon glädje i vardagen även när det var bra mellan oss. Det mentala våldet som var en större del i början av vårt förhållande kändes ofta värre eftersom jag var rädd och den känslan aldrig gick ur kroppen riktigt.
(Loveby 2016:29)

I böckerna läser vi att kvinnorna beskriver hur det psykiska våldet aldrig går ur kroppen, hur dagliga kränkningar förminskar kvinnans självständighet genom att hon förlorar orken till glädje. Det psykiska våldet påverkar också kvinnans liv genom att mannen kontrollerar kvinnans känslor.

En annan del av våldet är sexuellt våld. Denna sorts våld upplever vi som svårast att tala om, dels genom egna tankar men också genom att det sällan definieras i böckerna som våld. Att tvingas göra något mot ens vilja är att utsättas för våld (Isdal 2001) och att tvingas ha sex mot sin vilja, även om det är med sin partner är att utsättas för sexuellt våld.

Jag var beroende av att han tog hand om barnen då och då eftersom jag hade ett jobb som ibland krävde övernattningar. Han hjälpte mig mycket, men han utnyttjade även situationen fullt ut. Hade jag inte sex med honom så hjälpte han mig inte heller med barnen. (Blomqvist 2014:66-67)

I citatet läser vi hur mannen tvingar kvinnan till sex genom att sätta henne i en situation där hon inte har något val. Hon beskriver att hon var beroende av hans hjälp och hade hon inte sex med honom hjälpte han inte henne. I samtliga böcker läser vi hur kvinnorna många gånger har sex med mannen mot sin vilja. En kvinna beskriver att om mannen inte får ha sex x-antal gånger i veckan blir han våldsam, varför hon ställer upp i syfte att inte bli utsatt för fysiskt våld (Blomqvist 2014). Vi läser i samtliga böcker hur mannen på olika sätt tar sig friheter över kvinnans kropp både genom fysiska handlingar och förnedrande kommentarer. Denna äganderätt som vi tolkar männen se sig ha över kvinnan kopplar vi till feministisk forskning om kvinnomisshandel där det råder enighet kring att mäns våld mot kvinnor har sina rötter i ett samhällssystem som placerar kvinnor i en position underordnade män (Eliasson 2010). Forskare inom feministisk teori menar på att könsroller är sociala konstruktioner som skapats i syfte att upprätthålla och legitimera mäns överordning och kvinnors underordning (Sahlberg 2014).

5.1.2 Kontroll

I böckerna läser vi om hur männens kontroll tar över kvinnornas liv genom att den tar ifrån henne hennes självständighet, hennes fria vilja samt hennes rätt att bestämma över sin egen tid och liv. Kontroll är en form av härskarteknik vars syfte enligt Ländin (2014) är att skaffa sig eller behålla makt. Det finns många olika härskartekniker och vi identifierar åtskilliga i samtliga av kvinnornas berättelser.

En av kvinnorna beskriver att hur hon än gjorde var det fel i mannens ögon (Blomqvist 2014), vilket vi kopplar till den härskarteknik Ländin (2014) definierar som dubbelbestraffning. En annan kvinna beskriver hur mannen drog ut telefonjacket varje gång hon talade i telefon eller att han gömde telefonen (Axelsson 2013), vilket vi identifierar som en teknik han använder för att kontrollera kvinnan och minska hennes rätt att bestämma över sitt liv. En annan sorts kontroll som vi identifierar genomgående i samtliga böcker och som Ländin (2014) definierar som en härskarteknik är *hot om våld* och den kontroll det får över kvinnans känslor, både fysiskt och psykiskt.

Jag känner mig rädd för hur han ska reagera på att jag inte vill flytta hem. Han höjer sin hand och jag viker undan. Men han ler och klappar mig mjukt på kinden istället för att slå mig. Jag ryser vid tanken på att han hela tiden får mig att känna osäkerhet inför vad som ska ske. (Loveby 2016:159)

I böckerna identifierar vi hot om våld dels genom att mannen, som i citatet ovan, med handen visar vad han är kapabel till, utan att slutföra den fysiska våldshandlingen. Vi läser också om hur männen verbalt hotar om våld "gör du inte detta så..." men också hur hotet om våld hela tiden hänger i luften. Kvinnornas kunskap om vad männen är kapabla till får dem att ständigt leva under hotet om vad de kan utsättas för, vilket tvingar in dem i en underordning gentemot mannen.

Ett maktmedel som vi läser i flera av böckerna är hur männen använder sig av barnen för att kontrollera kvinnan. Om kvinnan inte gör som mannen vill hotar han att skada barnen vilket kvinnorna menar på att männen vet är deras svaga punkt. En av kvinnorna beskriver hur mannen gav sig på barnen dels verbalt men också genom att låsa in dem i små utrymmen, neka dem mat, eller behandla dem som luft (Axelsson 2013). Kvinnan beskriver vidare att om hon bara gjorde som han önskade så gav han sig inte på barnen och att hon därför anpassade sig. I flera av böckerna tolkar vi det som att männen anser kvinnan vara den som skall ha ansvar för barnen och att de utifrån denna föreställning använder dem i syfte att utöva makt.

Han tog ett stadigt grepp om kragen på min svarta läderjacka och det hår han kunde få tag på, och så tog han sats och kastade mig nedför slänten. Jag rullade runt i det ruttna gräset som var blandat med snöslask och hundbajs. Jag kunde inte andas; det kändes som om någon stod på min bröstorg. Hade stygnen gått upp? Jag hade svårt att röra mig där jag låg, och så såg jag Jorma komma fram till dikeskanten med barnvagnen i ett krampaktigt grepp. Han tittade ner på mig och sa: "Du kan gå hem och mjölka. Jag tar Isak, och när jag kommer hem så ska du ut, om jag så ska kasta ut dig. Det här är sista gången du ser ditt barn! Han ska få en ny mamma!" (Graaf 2006:52)

Vi tolkar det som att mannen anser kvinnan vara den som ska ha omsorg om barnet genom att han säger att barnet ska få en ny mamma. I Balys (2010) studie beskrivs hur kvinnan genom sociala och kulturella föreställningar tilldelas egenskaper som passivt omhändertagande och omsorgsfull. Vi tolkar det som dessa egenskaper i dessa situationer påverkar kvinnans situation negativt genom att hon och omgivning anser henne vara ansvarig för både partners och barnens välmående. Detta ansvar tvingar kvinnan till att underordna sig mannens kontroll för att barnen inte ska fara illa.

5.1.3 Anpassning

I samtliga böcker kan vi läsa hur kvinnorna anpassar sig efter mannens behov, önskemål och mående. Vi tolkar denna anpassning som en del av normaliseringsprocessen vilken Enander och Holmberg (2010) menar på är en gränsförskjutning som sker gradvis och därmed legitimerar och omtolkar våldet.

Flera av kvinnorna beskriver hur våldet och kontrollen blivit en vardag och hur det onormala blivit något normalt. Detta tolkar vi som en gränsförskjutning av vad som anses vara acceptabelt har skett och att kvinnorna får svårt att skilja ett gott liv från ett dåligt. En del av anpassningen är att kvinnorna slutar göra sådant de själva vill då mannen inte vill att de gör det, som att prata med manliga vänner (Blomqvist 2014) eller att ha ett socialt umgänge överhuvudtaget (Axelsson 2013). Vi tolkar kvinnornas anpassning som en strategi för att överleva situationen, vilket Lundgren (2012) beskriver är en del av normaliseringsprocessen.

Jag har rutat in hela mitt liv efter hur han mår. Vant mig vid att vara glad när han behöver det och hålla mig undan de dagar då han smäller i dörren redan när han kommer från jobbet. (Loveby 2016:151)

I citatet beskriver kvinnan hur hon anpassar sig efter mannens humör vilket styr hela hennes liv. I samtliga av böckerna ser vi hur kvinnorna rutar in sina liv efter mannens mående och önskemål och i det ser vi hur kvinnans självständighet och självbestämmande kränks och tas ifrån henne. Det vill säga rätten att själv bestämma sitt eget humör, styra sina egna känslor och liv. Denna form av anpassning kopplar vi till Woods (2001) studie där kvinnorna beskriver hur våldet blir en vardag och hur de tillslut accepterar det som något *normalt*. Hur våldet blir något normalt i vardagen tolkar vi som en av konsekvenserna av gränsförskjutningen, vilket även Lundgren (2012) skriver att sker genom att allt flyter ihop när gränserna suddas ut. Detta är något vi ser i samtliga självbiografier, hur mannens växande kontroll och makt tvingar kvinnan till anpassning och i det minskar hennes utrymme i relationen och i livet.

En annan form av anpassning som vi tolkar sker mer passivt är hur kvinnorna normaliserar våldet genom att dels se det som något *normalt* samt genom att ta på sig ansvar för våldet. En anpassning är när gränserna för vad som är normalt förskjuts och kvinnan anpassar sig efter nya gränser (Lundgren 2012). Lundgren (2012) beskriver normalisering, internalisering och externalisering som tre nyckelbegrepp för att förstå normaliseringsprocessen, vilket vi ser i samtliga av kvinnornas berättelser. En av kvinnorna beskriver hur mannen inte är någon misshandlare (Axelsson 2013) och vi tolkar det som att kvinnan externaliserar våldet, att våldet inte är något som beskriver hur mannen *egentligen* är. Likt kvinnorna i Woods (2001) studie vilka beskriver våldet som något som inte tillhörde deras egentliga relation. Genom att externalisera våldet tolkar vi det som att kvinnan finner sig själv skyldig genom att bete sig på ett visst sätt och på så vis anpassa sig. Vi kopplar ihop anpassning med internalisering och externalisering genom att vi tolkar att kvinnan gör detta för att ta bort mannens skuld för våldet och genom det anpassa sig till mannens handlingar.

Kvinnans anpassning i relationen med mannen ser vi som något som tar ifrån hennes delar av henne själv och hennes liv. I böckerna tolkar vi att mannens makt över kvinnan inte bara tar ifrån henne delar av hennes liv utan också skapar ett beroende hos henne, där mannen tillslut blir allt kvinnan har kvar. En av kvinnorna skriver hur hon hörde allt mindre av sina vänner och sin familj och att mannen tillslut var allt hon hade kvar (Axelsson 2013).

5.2 Känslor

Följande tema kommer belysa några av de känslor vi i självbiografierna identifierat hos kvinnorna som återkommande och starka. Vi identifierar i samtliga böcker vilken makt mannen tar sig över kvinnornas känslor, vilken vi delvis tolkar in som den kränkning mot mänskliga rättigheter som WHO (Nationellt centrum för kvinnofrid 2018) menar på att våld i nära relationer är.

5.2.1 Skuld och skam

Skuld och skam är två tunga känslor vi identifierar hos kvinnorna i alla böckerna. Känslorna kommer många gånger tillsammans men också var för sig. En av kvinnorna beskriver hur mannen med hjälp av sina härskartekniker fick henne att både känna sig delaktig och skamfull (Blomqvist 2014). En annan kvinna beskriver hur hon känner skam över vad hon utsätts för och samtidigt skam för att hon inte lämnar relationen (Blomqvist 2013), likt kvinnorna i Balys (2010) studie som belyser skuld och skam.

En av kvinnorna beskriver hur hon ser sig som ansvarig för vad barnen utsätts för genom att hon inte tar dem därifrån, att hon på så vis tar på sig ansvar för våldet (Axelsson 2013). Lundgren (2012) skriver om hur män som utsätter kvinnor för våld ofta isolerar kvinnan, både fysiskt genom att låsa in men också mentalt, vilket leder till att kvinnan inte vågar prata med någon utanför tvåsamheten. Denna mentala isolering tolkar vi påverka kvinnan dels genom att hon tar över mannens syn på henne själv och på våldet, vilket leder till att hon tappar sin verklighetsbild och genom det tar på sig skuld för våldet. Baly (2010) menar på att en konstruktion av kvinnor tilldelar henne egenskaper som omhändertagande

och omsorgsfull, vilket vi tolkar är en del som påverkar kvinnan negativt och leder till att hon lägger skuld för våldet på sig själv, vilket vi känner igen i citatet nedan.

Jag förklarade att det blev värre när han mådde dåligt - det verkade han tyvärr göra nästan jämt - och jag bad om råd om hur jag skulle hjälpa honom. Jag var rädd att såra någon som blev misshandlad, så jag liksom underströk: "Det här är ju inte misshandel, men..." "Då fick jag höra att "visst fan är det misshandel" "Herregud, låt dina barn slippa växa upp i det där!" De hade missförstått mig, jag måste ha uttryckt mig dumt! Manne var ingen misshandlare. Jag kände mig orättvis som fått folk att bedöma honom så. (Axelsson 2013:148)

I citatet tolkar vi att kvinnan känner skam över att hon fick folk att bedöma mannen som misshandlare, hon beskriver att hon känner skuld över att hon får honom att framstå som det. Samtidigt skriver kvinnan att hon sökte råd för hur hon skulle kunna hjälpa honom vilket vi kopplar till Balys (2010) studie om att kvinnor ses som omhändertagande, både av sig själv genom att hon ser sig som den som skall hjälpa men också av andra genom att de skriver att hon skall skydda barnen. I Woods (2001) studie framkommer att omhändertagandet även handlar om att kvinnan utifrån kön skall underordna sig männen och vara den som har omsorg om sin partner.

Vi ser även i böcker hur kvinnorna försöker hitta orsaker hos sig själva till våldet. En av kvinnorna skriver "vad hade jag gjort för att förtjäna detta" (Graaf 2006:97), vilket vi tolkar som den skuld Holmberg och Enander (2010) menar på att kvinnor lägger på sig själva genom att ta på sig ansvar för våldet.

Varför tog jag inte mitt pick och pack och tackade för mig och flyttade ut dagen därpå? Därför att när jag vaknade nästa morgon satt han där som en ledsen hund på sängkanten med tårar i ögonen och gråten i halsen och frågade sig själv vad som egentligen hade flugit i honom. Det hade aldrig hänt tidigare, och det skulle aldrig hända igen ... Jag försökte till och med hitta skulden till det hela hos mig själv. Var det inte dumt av mig att gå iväg med hunden och Uffe när jag visste hur mycket Jorma älskade mig och hur svartsjuk han faktiskt var? När man börjar

tänka så som jag tänkte då, då är det för sent; då finns det ingen återvändo. Man är fast i en hjärntvätt som sakta kommer att ta livet en. Det här var bara ett litet smakprov på vad som skulle komma. (Graaf 2006:39-40)

Vi tolkar det som att kvinnan lägger skulden på sig själv för att hon gick en promenad med en vän, fast hon visste att mannen var svartsjuk. I detta citat beskriver kvinnan att när hon ser tillbaka på det inser hon att det är fel att tänka så, dock saknar kvinnorna den förmågan att se det då de lever mitt i våldet. I flera av böckerna läser vi om hur männen efter att ha misshandlat kvinnan fysiskt ofta efteråt visar ångest genom att börja gråta eller överösa kvinnorna med blommor och annan uppvaktning (Graaf 2006). Detta kopplar vi till den härskarteknik Ländin (2014) benämner som *påförande av skuld och skam*. Det vill säga att mannen genom att gråta får kvinnan att känna skuld över att mannen är ledsen samt att det kan få henne att känna skam över de känslor mannen får henne att känna. En kvinna beskriver hur mannen efter att han slagit henne grät och hur hon torkade hans tårar och frågade sig vad hon hade gjort för att få honom att känna sådan vrede (Blomqvist 2014), vilket vi tolkar som ett påförande av skuld av mannen på kvinnan. En annan kvinna beskriver hur hon i en sekund glömde tänka efter före och då mannen kallade henne för förnedrande ord svarade hon med "så säger man väl inte" (Graaf 2006) vilket ledde till att hon blev slagen. Hon kommenterar händelsen med att hon inte tänkte sig för, vilket vi tolkar som att hon ser sin obetänksamhet som orsak till våldet.

5.2.2 Rädsla

En av de känslor vi identifierar i samtliga böcker är rädsla. Vi tolkar rädsla som något som byggs upp inom kvinnan och inte lämnar henne. Lundgren (2012) menar på att mannen inte bara styr kvinnan i själva våldsutövningen utan att denna kontroll även påverkar kvinnans liv utanför handlingens ögonblick. Vi tolkar denna kontroll som en av delarna som föder rädsla hos kvinnorna. I böckerna läser vi hur kvinnorna beskriver hur hotet alltid hängde i luften, vilket inskränker på kvinnornas känslor genom att de hela tiden är rädda att göra *fel*.

Jag undrade varje dag om den var min sista. Risken att Manne skulle ha ihjäl mig i ett raseriutbrott kändes minimal, för han hade aldrig slagit mig. Knuffat och kastat oss hade han, skrikit och haft sönder saker och skrämt oss från vettet också, men inte just slagit. Men det hängde alltid i luften, hotet att han skulle bli arg, hotet att han skulle börja gapa, knuffa Emilia i golvet, slå sönder mer av Jonathans saker eller kalla honom korkad idiot, och jag hade bit för bit förstått att när jag trott hans gräns var nådd, så hade jag haft fel. Det jag var rädd för, var att jag en dag skulle försvinna för egen hand. Att det jag varje dag kände - nu klarar jag inte mer - en dag skulle vara verklig. (Axelsson 2013:140)

I flera av böckerna identifierar vi just den känslan kvinnan i citatet skriver, en rädsla för att inte orka mer. Vi tolkar den ansträngning det kräver av kvinnorna att ständigt leva under detta hot som något otroligt energikrävande och något som tar över hela kvinnans varande. Vetskapen om vad mannen är kapabel till men att inte veta vad som kommer hända och när skapar en stor rädsla hos kvinnorna som inte går ur kroppen. I citatet skriver kvinnan hur rädsla även finns för att barnen skall utsättas vilket vi också tolkar det som att kvinnan ser sig som ansvarig för att skydda barnen ifrån. En annan konsekvens av rädsla vi tolkar är där kvinnan drar sig undan från sin familj och sina vänner av rädsla för att de skall utsättas. En kvinna beskriver hur hon på alla sätt försökte dölja vad som försiggick i lägenheten för sina föräldrar av rädsla för att de skulle konfrontera mannen och på så vis fara illa (Graaf 2006).

En annan rädsla vi identifierar i böckerna är rädslan att lämna relationen. En rädsla för hur mannen skall reagera på att hon vill lämna relationen eller rädsla för att fly i hemlighet och att han skall hitta henne, samt identifierar vi en rädsla för vad hon har kvar om hon lämnar. En av kvinnorna beskriver hur hon inte vet vem hon är utan mannen (Blomqvist 2014), vilket vi tolkar som den fastspänning Holmberg och Enander (2010) tar upp i sin studie att kvinnan har i mannens verklighet. Hur kvinnan tappat det som är hon, hennes självständighet och självkänsla så till den grad att hon inte längre vet vem hon är utan mannen. Vi tolkar att rädsla påverka alla delar av kvinnans liv, både i och utanför våldshandlingen. Rädslan att göra fel, rädslan att bli slagen, rädslan att andra i hennes närhet skall råka illa ut samt rädslan att inte klara lämna relationen. Vi

identifierar kvinnornas rädsla födas av mannens makt och våld vilket vi kopplar till WHO (Nationellt centrum för kvinnofrid 2018) som menar på att våldet påverkar alla delar av den utsatta kvinnans liv, hennes självständighet, allmänna hälsotillstånd och livskvalitet.

5.2.3 Ensamhet

I samtliga självbiografier identifierar vi känslan av ensamhet som stark och betydande i olika situationer i kvinnornas berättelser. Vi läser om en känsla av ensamhet då kvinnorna fortfarande lever i relationen vilken beskrivs utifrån att kvinnan inte längre har sina vänner och familj kvar.

Kanske var det första gången, som jag uppriktigt kände att: "Nu får han för helvete skärpa sig"! Men några månader senare hade jag förskönat händelsen för mig själv. I och med att mamma verkade avsky mig allt mer och jag såg allt mindre av mina vänner, blev Manne allt jag hade. (Axelsson 2013:68)

Kvinnan i citatet beskriver hur hon inte hade någon annan än den våldsutövande mannen kvar i sitt sociala nätverk. Att kvinnan bara har mannen kvar i sitt sociala nätverk tolkar vi som att det kan vara en effekt av att mannen genom sin kontroll isolerat henne. Ländin (2014) beskriver isolering som en härskarteknik som kan utövas både fysiskt och mentalt, vi tolkar kvinnans ensamhet som en effekt av båda. Kvinnan skriver att hennes mamma verkade avsky henne allt mer vilket vi tolkar kan vara ett antagande kvinnan fått genom att hon internaliserar mannens verklighetsbild. Det vill säga i detta fall att kvinnan tar över mannens syn på kvinnan själv samt på hur hennes mamma är.

En annan form av ensamhet vi identifierar i de olika böckerna är den ensamhet kvinnorna beskriver uppstår när de inte längre lever med mannen. En av kvinnorna beskriver hur livet med mannen var något invariant och känt och att livet utan mannen därför ökade av både ensamhet och ovisshet. Vi tolkar att den ensamhet som kvinnorna känner utan mannen kan bidra till att kvinnorna inte lämnar relationen, alternativt lämnar men återvänder. Andresen (2002) menar på att det enligt studier har stor påverkan på människors hälsa huruvida en ingår i ett socialt nätverk eller inte. Vi tolkar kvinnornas ambivalens kring att lämna mannen

eller stanna kvar som en form av val mellan ett dåligt nätverk eller inget nätverk alls.

Det tog lång tid för mig att gå vidare. Jag försökte igen och igen. Men jag var ensam. Vi kände oss båda ensamma och vi hade inte träffat någon ny partner. (Blomqvist 2014:88)

I ovanstående citat beskriver en kvinna hur ensamheten som uppstod genom att inte ha någon partner bidrog till en utdragen process kring att lyckas gå vidare. Vi tolkar även kvinnans känsla av ensamhet som en form av saknad av mannen, inte hans handlingar utan saknaden av att beröras av någon, en känsla av sammanhang. Andresen (2002) menar på att en relation kan ses som en form av beröring, det handlar om att beröras och att beröra. Dessa relationer kan anta olika former och vi tolkar kvinnans relation till mannen som en asymmetrisk relation (Andresen 2002) där de står i olika maktpositioner. Vi tolkar kvinnans saknad efter mannen som en effekt av dels rädslan för ensamhet men också som ett beroende kvinnan har av mannen utifrån maktposition (Mattsson 2014).

En tredje sorts ensamhet vi identifierar i böckerna är den ensamhet som uppstår när kvinnan tillslut lämnat mannen och av säkerhetsskäl tvingas isoleras från sitt sociala nätverk. Denna ensamhet kan dels bero på att kvinnan inte får lov att ha kontakt med sina vänner och familj av risk att bli hittad av mannen. Men ensamheten kan också bero på att kvinnan varit så isolerad av mannen att när hon lämnar honom har hon inga vänner och familj att vända sig till.

Men snart övergår frihetskänslan till en oerhörd ensamhet. Jag kan inte ringa till någon med risk för att min telefon ska bli spårad. //...// Jag vet att det handlar om risken för att jag kanske kommer få stryk igen men ensamheten och isoleringen håller på att driva mig till vansinne. (Loveby 2016:115)

I citatet skriver kvinnan om hur hon av säkerhetsskäl lever isolerad från sitt sociala nätverk och hur frihetskänslan övergår till en stark ensamhet. I citatet tolkar vi det som att frihetskänslan försvinner på grund av att mannens handlingar fortfarande styr över henne genom att hon tvingas leva gömd, vilket gör att

friheten är långt från räckhåll. Kvinnan skriver om hur hon är medveten om varför hon måste hållas isolerad men att ensamheten håller på att driva henne till vansinne. Vi tolkar in en form av ambivalens i kvinnans text genom att hon skriver *men* som om hon väljer mellan två onda ting, där båda riskerna föder starka känslor. Vi identifierar en risk, som kvinnan skriver, att få stryk men också en risk att drivas till vansinne. Goodkind et al. (2003) skriver om hur det sociala nätverket har stor betydelse för kvinnans välmående och vi tolkar det sociala nätverket som viktigt för att hjälpa kvinnan i den ambivalens som vi tolkar födas av ensamheten.

5.3 Omgivningens inverkan

I följande tema har vi valt att identifiera och analysera hur kvinnans nätverk förändras av relationen. Vi ämnar undersöka både vilket stöd det sociala nätverket ger kvinnan men också vilken negativ inverkan det kan ha på kvinnans situation.

5.3.1 Negativ inverkan

Genomgående i alla självbiografier läser vi hur kvinnornas sociala nätverk påverkas negativt på olika sätt av den våldsutsatta relationen de lever i. Kvinnorna beskriver på olika sätt hur deras sociala nätverk minskas, dels genom att det är kvinnorna själva som tar avstånd från vänner och familj men det kan även vara tvärtom, att vänner och familj tar avstånd från kvinnan då hon lever i en våldsutsatt relation (Blomqvist 2014). Detta leder till att kvinnornas sociala nätverk krymper och delar av kvinnans liv tas ifrån henne. I tidigare forskning tar Goodkind et al. (2003) upp att det sociala nätverket har en påverkan på kvinnans välmående och att det kan fungera som akut skydd mot våld.

I kvinnornas berättelser läser vi om det sociala nätverket kvinnorna hade innan de inledde relationen med mannen och våldet började.

Umgänget med ett stort antal personer skulle aldrig mer bli detsamma igen. En del gjorde ett tyst val, en del för att de inte visste bättre, andra för att ingen kunde tro att den charmerande Erik kunde misshandla någon.
(Blomqvist 2014:137)

Vi tolkar det som att det är svårt att ta in och acceptera att någon man känner blir utsatt för våld samt att någon man känner utför våldshandlingar varför man tar avstånd. Mannens sätt att vara och användandet av härskartekniker gör att det blir svårt att tro att det som sker är sant. Detta kan förstås med hjälp av Goodkind et als (2003) tidigare forskning som menar att även om kvinnorna har ett stort socialt nätverk så kan det leda till att vänner och familj ändå inte tror på deras situation utan lägger istället över skulden på kvinnan. Kvinnorna beskriver att männens utövande av våld gör att deras nätverk krymps, exempel i en av kvinnornas berättelse kan vi läsa att hon beskriver att den dag hon väl polisanmälde så vände vänner ryggen mot henne (Blomqvist 2014). Forsberg och Wallmark (2002) menar att en del i det sociala nätverket är att de ska fungera som en buffert vid små eller stora kriser och vara till hjälp för att hantera utmaningar i livet. Vi tolkar det som sker i kvinnans liv, att bli utsatt för våld och tvingas fly från mannen, som en kris och genom att vänner då vänder henne ryggen uppfylls inte hennes behov av stöd från det sociala nätverket utan ger istället en negativ inverkan.

Vi läser även i böckerna hur kvinnorna tar avstånd från sitt sociala nätverk på olika sätt. Det kan bland annat ske genom att de inte vill prata med sina vänner om vad de blir utsatta för liksom Balys (2010) studie som visar på att kvinnorna känner skuld och skam. En av kvinnorna beskriver att hon drar sig för att berätta för vänner då många på ett tydligt sätt visar att våld är något svårt och jobbigt att prata om (Blomqvist 2014). Goodkind et als. (2003) studie visar på att avsaknad av stöd från vänner och familj ger negativa konsekvenser. Avsaknaden av stöd ser vi bland annat komma från att kvinnan inte vågar berätta för sina vänner vad hon utsätts för av rädsla för vilka reaktioner hon kan komma att möta (Blomqvist 2014).

För mig resulterade det i att jag blev passiv och trött. Jag orkade inte med vardagen och drog mig undan från bekanta och även de närmaste. Då och då var det lugnt ett tag. Ibland lurade det mig, men det var inte därför jag stannade. Jag älskade honom. //...// Vi delade så klart mycket bra stunder. Det är svårt att förklara för någon som på förmiddagen sett oss glatt pratandes i affären och uppfattat oss som kära, att han kunde vända sitt humör och på några timmar och

utsätta mig för sparkar och slag när vi kom hem och stängt dörren. (Loveby 2016:29-30)

I citatet ovan beskriver kvinnan hur våldet gjorde att hon inte orkade med vardagen vilket ledde till att hon drog sig undan sitt nätverk. Vi läser även i andra berättelser hur kvinnorna även drar sig undan för att de inte vill riskera att relationen blir så definitivt avslutad som den kan tvingas bli om de berättar vad de utsätts för (Blomqvist 2014). Vi ser likheter i kvinnornas resonemang i Woods (2001) studie där kvinnorna menar på att det även finns en romantisk berättelse och genom att lämna våldet tvingas de även lämna den.

5.3.2 Socialt stöd

När en kvinna lever i en våldsutsatt relation tolkar vi det som att det sociala nätverket har en stor betydelse. Vi läser i alla kvinnornas berättelser hur de på olika sätt beskriver att det sociala nätverket spelar en stor roll för deras räddning och överlevnad. Vi tolkar detta som liknande den forskning Goodkind et al. (2003) tar upp i sin studie som visar på nätverkets betydelse för minskande av negativa följder av våldet och kvinnans välmående. Kvinnorna beskriver i böckerna på olika sätt betydelsen av det sociala nätverket oavsett om det är gamla eller nya bekantskaper (Graaf 2006). Andresen (2002) menar på att relationer både inom vänskapskretsen och inom yrkesvärlden kan utgöra en form av asymmetrisk relation där den ena parten är i underläge och i behov av hjälp och stöd. Vi anser att alla människor är i behov av socialt stöd och känslomässig närhet och då kvinnorna inte får de stödet från sin partner spelar omgivningen en stor roll. En av kvinnorna beskriver att hon kunde berätta allt för sina närmsta vänner och de hade funnits där för henne under alla år (Blomqvist 2014), medan en annan kvinna berättade att det var en som arbetade som kriminalinspektör som var hennes stöd under flykten från den våldsutsatta perioden (Graaf 2006). En annan kvinna beskriver att i och med flytten de behövde göra för att mannen ville det ledde till att hon träffade en ny vän och hon beskriver att denna nyfunna vän blev viktig för henne (Axelsson 2013). Det kvinnorna beskriver om sociala nätverkets betydelse kopplar vi till vad Forsberg och Wallmark (2002) skriver om hur viktigt det sociala nätverket kan vara om det ger känslomässig närhet. Vi

utläser i kvinnornas berättelser att det sociala nätverket är viktigt men det behöver inte vara någon en känd en längre tid, utan det handlar om att en hittar någon som en har tillit till och fyller behovet av socialt stöd.

Att kvinnorna hade ett socialt nätverk då de levde i den våldsutsatta relation tolkar vi som viktig för dem för att känna sig i ett socialt sammanhang och det var något som bidrog till att stödet från vänner gjorde att de orkade leva i den våldsutsatta relationen samt att orka leva efter att ha lämnat den. Det sociala stödet kunde ske på olika sätt, bland annat i form av fysisk närhet eller telefonsamtal. Kvinnorna beskriver att de många gånger fick flytta på sig under tiden de levde i den våldsutsatta relationen, exempelvis för att mannen ville att de skulle flytta närmre hans familj eller arbete eller så var det för att de behövde fly från mannen. Flytten innebar ofta att det sociala nätverket fick en större betydelse och det handlade om att hitta sätt att kunna behålla sitt sociala nätverk, även om de hade flytt från mannen eller levde kvar i relationen.

Var det riktigt illa så hade jag olika kodade meningar som jag kunde använda när jag ringde till Jessica och tvillingarna Camilla och Carina; "Jag känner mig lite trött" kunde betyda "snälla, kom genast hit!" (Graaf 2006:63)

I citatet beskriver kvinnan hur hon och hennes vänner hade kodord som hon använde när hon levde i relationen och var i behov av hjälp. Samma kvinna beskriver hur hennes vänner inte kunde ringa henne då hon var på flykt med risk att bli spårad, istället fick de skicka brev (Graaf 2006). Vi kopplar detta behov av stöd från vänner till Andresen (2002) som menar på att då en är i en utsatt position är det viktigt att känna att en ingår i ett sammanhang. En av kvinnorna berättar att hon använde internet för att berätta om det hon varit med om och det gjorde att gamla vänner hörde av sig och det beskriver hon som något värdefullt (Axelsson 2013). Vi tolkar det som att uppmuntrande ord stärker kvinnans känsla av trygghet och visar vilken stor betydelse det sociala nätverket har för hennes välmående likt det Goodkind et al. (2003) belyser i sin studie.

Goodkind et al (2003) tar upp i sin studie att det även kan finnas vänner och familj som är rädda för att själva utsättas och därför inte stöttar kvinnan. En av

kvinnorna berättar att hon inte får något stöd av sin mamma under tiden våldet sker.

Min mamma hör av sig när han blivit häktad. //...//. Jag är förvånad över att hon erbjuder sig, men oerhört tacksam. Inom mig känner jag mig som ett litet barn som verkligen behöver min mamma. - Ja. Det blir ju mycket för dig att gå igenom ensam. //...// ..men trots hennes tidigare frånvaro låter jag henne vara en del nu. När jag som bäst behöver någon och inte riktigt orkar med allt som sker är det skönt att hon tar kontakt. Loveby s. 189-190

I citatet läser vi att kvinnan berättar att hon inte fått något stöd av sin mamma tidigare men att när mannen blir häktad hör mamman av sig vilket förvånar henne. Vi tolkar det som att mamman känt en rädsla för hur hon ska hantera situationen och även en rädsla för vad hon kan utsättas för. Vi tolkar citatet som att det är till stor betydelse att familj och vänner hör av sig. Under tiden kvinnan har levt i den våldsutsatta relationen har hon inte haft någon kontakt med mamman vilket vi tolkar har påverkat henne negativt. Vi kopplar det till den forskning Goodkind et al. (2003) gjort som beskriver att familj och vänner tar avstånd för att de är rädda för att även de ska bli utsatta. I citatet ovan beskriver kvinnan att mamman hör av sig när mannen blivit häktad vilket vi tolkar som att hon då *kände sig säker* när hon visste var mannen befann sig, inlåst, och då vågade och kunde vara ett stöd för sin dotter. Kvinnan beskriver betydelsen av att hennes mamma hör av sig vilket visar hur en negativ inverkan från nätverket i form av frånvaro kan vändas till ett starkt socialt stöd.

6 Avslutande diskussion

I följande kapitel återkopplar vi vår analys till studiens frågeställningar samt diskuterar kring olika aspekter av vårt resultat och ger förslag på vidare forskning.

6.1 Slutsatser och slutdiskussion

Syftet med denna studie var att undersöka hur kvinnans liv påverkas av att leva i en relation där hon blir utsatt för våld av sin manliga partner. För att genomföra studien har vi utgått från tre frågeställningar vilka vi haft som ambition att besvara genom att göra en tematisk analys av självbiografier skrivna av kvinnor som levt i en nära relation med en man som utsatt henne för våld.

Vad gäller vår första frågeställning där vi ville besvara vilken betydelse normaliseringsprocessen har för kvinnans liv visar analysen att kvinnorna anpassar sig till den situation de lever i och det onormala blir en vardag, vilket motsvara den teori Lundgren (2012) beskriver som normaliseringsprocessen. Analysen visar att kvinnorna känner skuld och skam över dels vad de blir utsatta för, att det är deras eget fel att våldshandlingarna sker men de visar även på att de känner skam över vad de utsätts för och vill på så vis dölja vad de är med om. Enligt Lundgren (2012) är en del av normaliseringsprocessen den gränsförskjutning som sker och i analysen ser vi att det stämmer överens med alla kvinnors berättelser att de anpassar sig till situationen. Vi tolkar in den anpassning som vi ser att kvinnorna gör i relationen med mannen som en del av normaliseringsprocessen, genom att gränsen för vad som är acceptabelt förskjuts så anpassar sig kvinnan till en ny gräns, en gräns som styrs av mannen. Genom att mannen tar över och kontrollerar kvinnans känslor och värdering kan vi se hur normaliseringsprocessen påverkar olika delar av kvinnans liv genom att krympa det i takt med att mannens kontroll växer. Vi ser normaliseringsprocessen som den viktigaste delen att förstå genom att den kan förklara hur våldet kan fortgå i relationen utan att kvinnan lämnar. Genom att den visar hur våldet trappas upp gradvis och i takt med att kvinnans utrymme minskas och tas ifrån henne.

I vår andra frågeställning är vår ambition att undersöka vilken påverkan mannens makt och våld har på kvinnans liv, vilket vi ämnar besvara under temat "våld" men också i våra andra två tema, då makt är något som finns med genomgående i kvinnornas situationer. Analysen visar att mannens användande av våld på olika sätt påverkar kvinnans liv, både fysiskt och mentalt. Vi kan se i kvinnornas berättelser hur mannens våld inte bara skrämmer och kontrollerar kvinnan i själva våldshandlingen, utan även genom att kvinnorna vet vad mannen är kapabel till och det hot om våld som ligger över henne krymper delar av kvinnans liv (jfr Börjesson och Rehn 2009). Mannens utövande av makt och våld och kvinnans rädsla att utsättas för våld gör att hon slutar göra saker hon annars tycker om för att mannen inte skall bli svartsjuk eller arg. Att männen använder sig av olika härskartekniker för att kontrollera kvinnornas liv gör att delar tas ifrån dem och krymper vilket vi ser i vår analys bidrar till den del av anpassning som Lundgren (2012) menar sker i normaliseringsprocessen. Det kvinnan utsätts för av mannen då hon är i förhållandet leder till att hon lever med en ständig rädsla för vad han skall utsätta henne för närmast. Vår analys visar även att våldet blev en del av vardagen vilket kvinnorna beskriver som varför det inte blev en självklar anledning till att lämna relationen vilket motsvarar vad Wood (2001) kommit fram till i sin studie.

I vår tredje frågeställning ville vi se hur kvinnans sociala nätverk förändras av den relation hon lever i. Under temat "omgivningens inverkan" kan vi i analysen se hur det sociala nätverket har en viktig betydelse i deras liv både för välmående och överlevnad, vilket motsvarar Forsberg och Wallmark (2002) och Andresen (2002) teori om det sociala nätverkets betydelse för överlevnad. Det framkommer i analysen att det sociala nätverket tas ifrån kvinnan då hon lever i relationen men att det sker på olika sätt. Det kan ske genom att det är kvinnan som tar avstånd från sitt sociala nätverk, dels genom att det är mannens vilja eller för att hon känner skam över vad hon är med om (jfr Baly 2010). Analysen visar även på att det kan vara kvinnan som väljer att ta avstånd från det sociala nätverket för att skydda vänner och familj mot vad mannen skulle kunna utsätta dem för. Vi ser även i analysen hur det sociala nätverket väljer att ta avstånd från kvinnan då hon lever i en våldsutsatt relation, dels genom att de inte tror på det kvinnan utsätts för eller för att de är rädda för att de själva ska utsättas för något. Men många gånger

är det familj och vänners stöttande ord, deras närvaro och omtanke som gör att kvinnorna orkar leva vidare. Då kvinnorna beskriver hur viktiga familj och vänners ord är för deras överlevnad ser vi vad viktigt det är för, i detta fall, kvinnornas liv att ha människor i sin omgivning som ger stöd och hjälp.

Vidare i analysen kan vi läsa hur kvinnans utrymme i sitt eget liv minskar och hur deras gemensamma liv mer och mer blir mannens kontroll. Vi kan i vår empiri läsa hur kvinnan avstår från att göra saker hon själv vill för att mannen skall vara nöjd. Vi kan också läsa hur kvinnan undviker vänner och familj då hon skäms för mannens beteende. I takt med att delar av kvinnans liv krymps och mannens kontroll ökar leder det till att kvinnan har mindre kvar när/om hon klarar av att lämna relationen. Vi kan också läsa om hur kvinnan känner skam och skuld över hur relationen är samt i vissa fall tar på sig ansvar för våldet mannen utövar, vilket ger mannen än mer makt över kvinnan.

Mäns våld mot kvinnor handlar genomgående om makt och för att förstå hur våldet kan fortgå anser vi det vara viktigt att förstå våldet ur ett strukturellt perspektiv. Mannens makt över kvinnan är det som ger honom möjlighet att kontrollera, isolera och utsätta henne för våld. Wood (2001) menar på att våldet normaliseras genom mannens makt över kvinnan vilket hon menar på är något som är strukturellt ordnat. Vi läser om hur mannens isolering av kvinnan ökar hennes beroende av mannen genom att hennes sociala nätverk minskar i takt med mannens ökande kontroll. Mattsson (2014) menar på att makt ur ett intersektionellt perspektiv alltid finns mellan olika parter. Olika kategorier tillskrivs olika egenskaper och genom att kvinnan strukturellt kategoriseras som underordnad mannen tillskrivs mannen makt genom att han just är *man*. Makt är med andra ord inte något en enbart skaffar sig utan något som finns strukturellt ordnat i samhället. Vilken kan förklarar varför feministisk teori menar på att mäns våld mot kvinnor kan förstås ur ett strukturellt perspektiv. Männens makt över kvinnorna visar sig i analysen genom att vi belyser hur han kontrollerar och styr över hennes känslor, hur det sociala nätverket påverkas av hans handling mot kvinnan samt hur han genom olika härskartekniker utsätter henne för olika sorters våld vilka allihop tar ifrån henne olika delar av hennes liv.

Utifrån våra egna funderingar och diskussioner som växt fram under uppsatsskrivandet menar vi på att mäns våld mot kvinnor i nära relationer är något som vi utan källa på nog kan hävda har funnits i alla tider. Dock har synen på mannens makt över kvinnan förändrats vilket lett till att fenomenet i dag uppmärksammas som ett problem. Vi som framtida socionomer är en av de professioner som kommer möta dessa utsatta kvinnor och arbeta för att hjälpa dem ur den utsatthet de lever i för att kunna bygga upp ett liv fritt från våld och mannens kontroll. Våld och då som i denna studie mäns våld mot kvinnor i nära relationer är ett tungt ämne att prata om vilket kräver stor kunskap för att förstå. Vi som profession måste ha verktyg att våga fråga för att de utsatta kvinnorna skall finna mod att våga berätta. Vi får i studien läsa om hur kvinnorna inte vågar berätta för sina allra närmaste av rädsla för vad de ska tycka om kvinnan, vi kan bara föreställa oss vilket mod det krävs att våga söka professionell hjälp.

Något som vi saknar i vår egen studie är hur kvinnans självkänsla påverkas av mannens våld. Självkänslan är en stor del av kvinnans livsutrymme och de dagliga kränkningar och den kontroll mannen har över kvinnan förminskar kvinnans självkänsla och därmed tas ytterligare delar av hennes liv ifrån henne.

6.2 Metodologiska överväganden

I vårt val av att använda oss av självbiografier i stället för att intervjua kvinnor som uppfyllt samma kriterier är inte helt oproblematiskt då självbiografierna är kommersiella och utgivna delvis i syfte att sälja. Vi kan inte i och med den kommersiella aspekten helt förlita på sanningshalten i berättelserna, dock är det böcker titulerade som självbiografier och inte skönlitteratur. Vi har valt att använda oss av den här data då vi inte ser det som helt oproblematiskt att intervjua kvinnor som levt i en så utsatt situation utan att säkert veta att kvinnan tagit sig ur relationen och de känslor den kan antas föda. Detta då vi inte ser oss ha tillräcklig kunskap kring hur vi skulle bemöta de känslor som kan väckas hos intervjupersonen.

6.3 Förslag på vidare forskning

I tidigare forskning har vi funnit hur olika delar av våldet påverkar kvinnan samt om uppbrottsprocessen. Då vår studie handlar om hur kvinnans liv tas ifrån henne och minskar hade vi funnit det intressant att i vidare forskning undersöka kvinnans återhämtningsprocess. Förslag är en kvalitativ undersökning där studien undersöker hur kvinnan efter uppbrottsprocessen återtar sitt liv.

Referenslista

Andresen, Ragnhild (2002) Perspektiv på arbete med kollektiv och sammanhang. I: Ragnhild Andresen (red.) *Sociala nätverk, grupper och organisationer - praktiskt arbete och teoretisk reflexion*. Stockholm: Natur och kultur.

Baly, Andrew R. (2010) Leaving Abusive Relationships: Constructions of Self and Situation by Abused Women. *Journal of interpersonal violence*, 25(12) s. 2297-2315.

Braun, Virginia & Victoria Clarke. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, Vol. 3 s. 77-101.

Brottsförebyggande rådet 2017:

[<https://www.bra.se/brott-och-statistik/statistik-utifran-brottstyper/vald-i-nara-relationer.html>

Hämtad: 2018-03-01]

Bryman, Alan (2011) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.

Börjesson, Mats & Alf Rehn (2009) *Makt*. Stockholm: Liber AB.

Eliasson, Mona (2010) *Mäns våld mot kvinnor*. Stockholm: Natur och kultur.

Forsberg, Gunnar & Johan Wallmark (2002) *Nätverksboken – om mötets möjligheter*. Stockholm: Liber.

Goodkind, Jessica R, Tameka L. Gillum, Deborah I. Bybee & Cris M. Sullivan (2003) The impact of family and friends' reactions on the well-being of women with abusive partners. *Violence against women*, Vol. 9 No. 3 s 347-373.

Holmberg, Carina & Viveka Enander (2010) *Varför går hon? om misshandlade kvinnors uppbrottsprocesser*. Lund: Studentlitteratur AB.

Isdal, Per (2001) *Meningen med våld*. Stockholm: Gothia förlag.

Larsson, Sam (2005) *Kvalitativ metod - en introduktion*. I: Sam Larsson, John Lilja och Katarina Mannheimer (red.) *Forskningsmetoder i socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur AB.

Lindqvist, Rafael & Lennart Nygren (2006) *Social teori och socialt arbete*. I: Anna Meeuwisse, Sune Sunesson & Hans swärd (2006). *Socialt arbete - en grundbok*. Stockholm: Natur och Kultur.

Lundgren, Eva (2012) *Våldets normaliseringsprocess - och andra våldsförståelser*. Växjö: Riksorganisationen för Sveriges kvinnojourer.

Ländin, Camilla (2014) *Härskartekniker - identifiera, hantera och förebygga*. Lund: Grönegatan förlag.

Matthew, David & Carole D. Sutton (2016) *Samhällsvetenskaplig metod*. Lund: Studentlitteratur AB.

Mattsson, Tina (2010) *Intersektionalitet i socialt arbete - teori, reflektion och praxis*. Malmö: Gleerups Utbildning AB.

Mattsson, Tina (2014): *Intersektionalitet i socialt arbete: teori, reflektion och praxis*. Malmö: Gleerups Utbildning AB.

Nationellt centrum för kvinnofrid 2018:

[<http://nck.uu.se/kunskapsbanken/amnesguider/mans-vald-mot-kvinnor-ett-globalt-perspektiv/global-folkhalsa/>

Hämtad: 2018-04-11]

Nationellt centrum för kvinnofrid 2018:

[<http://nck.uu.se/kunskapsbanken/amnesguider/mans-vald-mot-kvinnor-ett-globalt-perspektiv/fn-s-arbete-mot-vald/>

Hämtad: 2018-03-25]

Payne, Malcolm (2008) *Modern teoribildning i socialt arbete*. Stockholm: Natur och kultur.

Sahlberg, Lillemor (2014) *Kvinnors kamp för människovärde*. Vulkan.se: Lillemor Sahlberg.

SFS 2001:453. *Socialtjänstlagen*. Stockholm: Utbildningsdepartementet

Socialstyrelsen (2014) *Att vilja se, vilja veta och våga fråga – vägledning för att öka förutsättningarna att upptäcka våldsutsatthet*. Stockholm: Socialstyrelsen

Socialstyrelsen (2016) *Våld – handbok om socialtjänstens och hälso- sjukvårdens arbete med våld i nära relationer*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Vetenskapsrådet (2002) *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Wood, Julia T. (2001) The normalization of violence in heterosexual romantic relationships: women's narratives of love and violence. *Journal of social and personal relationships*, Vol. 18(2) s. 239-261.

Öberg, Peter (2015) Livshistorieintervjuer. I: Göran Ahrne & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber AB.

Självbiografier

Axelsson, Veronica (2013) *Det händer inte mig: förhållandet – en sann historia*. Härnösand: Upper room förlag.

Blomqvist, Maria (2014) *En vacker dag lämnar jag honom*. Falun: Ordberoende förlag.

Graaf, Magdalena (2006) *Det ska bli ett sant nöje att döda dig*. Viborg: Lind & Co.

Loveby, Kristina (2016) *Kvinnofridsmyten? Får vi be om största möjliga tystnad*. Lerum: Idus förlag.