

# FÖR VUXNA OM BARN UTSATTA FÖR GROOMING OCH SEXUELLA ÖVERGREPP

## Inledning

Som närstående till ett barn som finner mod nog till att våga berätta om övergrepp, känner man sig ofta otroligt omskakad, maktlös och inte sällan ensam.

Eftersom ämnet är så pass stigmatiserat och många gånger kontroversiellt, har heller inget tillfälle tidigare getts där vi vuxna fått lära oss hur man bör agera när det värsta tänkbara händer ett barn i vår närhet.

Att öppna upp sig och våga be om hjälp för att få stopp på övergrepp är det tuffaste men också det modigaste beslut ett barn kan fatta. Vår skyldighet som vuxna är att då finnas där hela vägen.

Genom att ha förmågan och även kunskapen kan vi på bästa sätt stötta upp och hjälpa barnet igenom denna svåra kristid.

Denna handbok är skriven som en vägledning till alla vuxna som någon gång kan komma att försättas i just denna fruktansvärda situation. Texterna är informerande och stöttande för att kunna hjälpa vuxna till att axla den roll som beskyddare av de våra allra mest sårbara men även de dyrbaraste vi har i samhället, barnen.

**Denna handledning är tänkt att informera och stödja de vuxna väktarna i den tuffa tid som väntar ett utsatt barn och dess nära.**

## Den lilla superhjälten

Det är tyvärr väldigt få av alla de barn utsätts för grooming och sexuella övergrepp som faktiskt vågar berätta om vad de varit med om.

Det tar ofta flera år för ett barn att våga berätta för någon om ett övergrepp. Allt för många berättar aldrig och lider i tysthet med ofrånkomliga skadeverkningarna som följd. Därför är det av högsta vikt att du som vuxen tar barnet på allvar och inte ifrågasätter, skuldbelägger eller på annat sätt förminskar vilket kan få barnet att ångra sitt beslut.

Barn som utsatts för ett sexuellt övergrepp tyngs av enorma skuld- och skamkänslor. De beskyller ofta inte förövaren för vad som hänt utan axlar själva ansvaret för övergreppen.

**Den lilla skara som vågar berätta, gör detta först när de inte längre ser en annan utväg**

Bortsett från förövarens manipulering och skuldbeläggande, är barn generellt mer benägna att ta på sig skuld.

I barnets ögon är allt gott men även allt ont sprunget ur barnet själv. Eftersom man vid den åldern vet så lite om omvärlden men ändå har ett behov att förstå den genom ett orsakssamband.

Det man vet mest om som barn är sig själv och därför har barnet en tendens att utgå från att allt som sker har en direkt koppling till just en själv. Det är först när vi blir äldre som vi kan inse att vi inte bär ansvar för allt som händer runtomkring oss.

När förövaren är en närstående eller fyller en annan viktig funktion i barnets liv, är det än mer svårt för barnet att lägga över skulden på den som faktiskt ska bära den. En förövare som också är anhörig, fyller dessutom fler roller än bara gärningsperson för barnet.



## Varför sa du inget?

Barn bär inte bara på enorma skuld och skamkänslor utan även på en stor oro för att inte bli trodda eller bestraffade för att ha berättat.

Statistik pekar på att **endast ett av tio utsatta barn** någon gång kommer våga berätta om övergreppen. I snitt måste ett barn berätta sju gånger innan barnet blir betrodd av en vuxen.

Enligt forskning ljuger inte barn om att de utsatts för sexuella övergrepp, i motsats till vad många i samhället tror. De tiger hellre om det.

Barn som utsatts för övergrepp har i regel redan ett nedsatt förtroende till andra människor. När ett barn signalerar till någon om övergrepp, är det en desperat vädjan om hjälp.

**Ta detta alltid på största allvar.**

Ditt jobb som vuxen är inte att utreda huruvida ett övergrepp begåtts eller inte. Ditt jobb är att lyssna, stötta och larma berörda myndigheter. Överlåt utredningen istället till polis och socialtjänst. Vid minsta misstanke om att ett barn far illa, slå larm. Det är din moraliska förpliktelse oavsett din roll i barnets liv.

Bli inte ledsen om du som förälder inte är den första ett barn öppnar upp sig för. Barn väljer ofta inte i första hand att gå till en förälder. Det beror inte på att de inte finner dig/er stabila och trygga utan kan helt enkelt bero på att de är rädda att göra någon i familjen ledsen eller sårade. Barnet vill på så vis skydda er från den smärta som hen själv bär på



# Hur du bemöter barnet

## 1 LYSSNA

Om ett barn finner så pass stort förtroende för dig att de väljer att öppna upp sig för dig, är det viktigaste och bästa du kan göra att bara lyssna. Lyssna utan att avbryta, ifrågasätta eller ställa frågor. Om du skulle behöva ställa någon fråga, var extra försiktig med att inte ställa ledande frågor då detta kan påverka barnets svar och äventyra framtida utredningsmöjligheter. Ha tålamod och fokusera på vad barnet berättar. Pressa inte barnet att berätta. Det är inte ovanligt för ett barn att ta långa pauser i berättelsen och kanske helt välja att avsluta samtalet.

## 2 IFRÅGASÄTT ALDRIG BARNETS BERÄTTELSE

”Är du säker?” ”Nej, det kan jag inte tro..” är exempel på fraser som direkt kan få ett barn att tappa förtroendet för dig med följderna att tystna eller dra tillbaka sin berättelse.

## 3 LÅGAFFEKTIVT OCH NEUTRALT BEMÖTANDE

Det är viktigt att kunna tygla sina egna känslor och tankar inför det barnet berättar. Uttryck därför inga starka känslor och lägg inga egna värderingar i det barnet berättar. Barnet kan i värsta fall för all framtid tystna eller ta tillbaka det hen berättat om de möts av en vuxen som har svårt att behålla lugnet eller ifrågasätter det barnet berättar.

## 4 BEKRÄFTA BARNET

Tala om för barnet att det var rätt beslut att berätta om övergreppen. Detta bekräftar för barnet att de inte gjort något fel eller dumt genom att berätta för dig. Det kan även hjälpa till att skapa ett lugn i en situation där barnet ofta kan känna sig väldigt osäker och rädd. Tala samtidigt om att det som hänt inte på något vis är barnets fel eller ansvar och att du kommer finnas med och stötta hela vägen. Detta kan lätta en del av den skam och skuld barnet bär på.

## 5 FÖRKLARA

Förklara för barnet vad som nu kommer ske. Berätta att det som nu skett måste anmälas så att övergreppen kan få ett stopp, förövaren kan få hjälp att sluta begå övergrepp och att inga fler barn ska kunna bli utsatta. Det är viktigt att barnet i förhållande till sin egen utvecklingsnivå blir informerad och införstådd med vilka åtgärder som måste vidtas och varför. Barn som utsatts för sexuella övergrepp har redan en lägre tillit till vuxna. De barn som överrumplas med information när en anmälan redan är ett faktum utan att själva varit inkluderade och införstådda med processen, har större benägenhet att dra tillbaka sin historia, sluta sig och inte samarbeta under en utredning. De bör vara inkluderade och införstådda med processen. Svara på eventuella frågor barnet har på bästa sätt du kan. Om du inte kan besvara vissa frågor och funderingar är det bra att du även är tydlig och ärlig med detta. Även vuxna vet inte precis allt här i världen.

## 6 DOKUMENTERA

Skriv ner det barnet har berättat. Dokumentera i dagboksform; tid, plats och en så detaljerad beskrivning av det inträffade som möjligt. Vänta inte utan gör detta steg så snart som möjligt efter det inträffade och innan du hunnit prata med andra för att inte glömma bort viktiga detaljer och att andras upplevelser kan komma att färga din egen minnesbild av händelsen.

## 7 LARMA

När ett barn berättat om eller antytt till dig om att ha utsatts för övergrepp eller om du själv misstänker att ett barn far illa, larma socialtjänst och polismyndigheten. Ditt jobb som vuxen är inte att utreda huruvida ett övergrepp begåtts eller inte. Ditt jobb är att lyssna, stötta och larma berörda myndigheter. Överlåt det ansvaret istället helt till polis och socialtjänst. Vid minsta misstanke om att ett barn far illa, slå larm. Om du arbetar med barn har du en skyldighet att anmäla men du har även en moralisk förpliktelse gentemot barnet oavsett din profession eller roll i barnets liv.

## 8 VENTILERA

Efter att man som vuxen tagit del av den här typen av information antingen genom ett barn som berättat, vittnesmål från andra eller att man rentav själv bevittnat gränsöverskridande beteende och/eller övergrepp, är det extra viktigt att prata med någon om det man varit med om. Detta för att själv kunna processa och bearbeta situationen på ett hälsosamt sätt. Prata med någon du känner förtroende för om det inträffade. Utnyttja de resurser som finns via din arbetsgivare och inom den offentliga sektorn. Var inte rädd för att be om hjälp.

Som anhörig till ett barn, mår man ofta väldigt dåligt över situationen och skuldbelägger inte sällan sig själv. Man dömer sig själv för att man inte kunnat skydda barnet och förhindrat övergreppen. Det är då extra viktigt att man söker någon professionell att prata med om sina tankar och känslor. Ett barn som faller offer för sexualbrott är ofta på förhand noga utvalt av förövaren som i majoriteten av fallen är tvungen att grooma inte bara barnet utan även barnets familj och omgivning för att få tillgång till barnet. Anhöriga är nästan alltid även de offer för grooming.

## 9 KONFRONTERA INTE

Starka känslor är en normal reaktion. Inte sällan väcks ett övermäktigt hat gentemot förövaren och man kan känna sig manad att ta lagen i egna händer. Men kom ihåg att detta skapar bara ännu mer trauma för ett redan traumatiserat barn. Överlåt ansvaret för förövaren helt till rättsvårdande myndigheter. En konfronterad och trängd förövars första instinkter är att förneka och förminska händelsen. Risken finns att hen kommer kunna övertyga dig om att barnet ljugar eller hittar på. Undvik därför att på eget bevåg konfrontera den utpekade.

## 10 REHABILITERANDE ÅTGÄRDER

Barn som utsatts för sexuella övergrepp ska ha rätt till samma rehabiliterande vårdinsatser oavsett vart i landet man bor. Tyvärr efterlevs inte detta och många barn hamnar mellan stolarna. De sätts i årslånga vårdköer om de ens anses berättigade till en efterföljande traumavård. Ju tidigare ett barn har möjlighet att få bearbeta ett trauma desto bättre är prognosen och framtidsutsikterna för just det barnet. Bilden vi tidigare haft av att barn är motståndskraftiga och repar sig lätt från trauman har varit felaktig. Forskning inom området har på senare år visat på en direkt korrelation mellan obearbetade trauman i barndomen och försämrad livskvalitet med fysisk och psykisk ohälsa som följd.

Det kan som anhörig kännas övermäktigt och många gånger hopplöst när ett barn nekas traumabehandling efter övergrepp eller sätts i orimligt långa vårdköer. Vårt är då att komma ihåg att man är långt ifrån ensam och att det finns många som är försatta i en liknande situation. Men det finns stöd och hjälp längs vägen till läkning. Dumpen har stödinsatser för utsatta och deras anhöriga med stödgruppen Legoklossarna där utsatta och anhöriga till utsatta kan finna tröst och styrka i varandra. Även om det ofta är en lång och snårig väg, finns det alltid ett ljus i tunnelns slut.

# Till dig som bevittnat ett gränsöverskridande beteende mot ett barn

## Dokumentera

*Dokumentera det du bevittnat. Har händelsen inträffat på ditt arbete? Finns ett system för avvikelserapportering upprättad på din arbetsplats? Om denna möjlighet inte finns eller du är anhörig eller bevittnar avvikande beteende mot ett barn du inte känner, dokumentera i dagboksform; tid, plats och en så detaljerad beskrivning av det inträffade som möjligt. Vänta inte utan gör detta steg så snart som möjligt efter det inträffade och innan du hunnit prata med andra för att inte glömma bort viktiga detaljer och att andras upplevelser kan komma att färga din egen minnesbild av händelsen.*

## Ventilera

*Ventilera, prata med någon du känner förtroende för om det du bevittnat och bolla dina tankar med denne. Om det avvikande beteendet skett på din arbetsplats, bör det helst finnas en speciellt tillförordnad anställd med specialistkompetens inom området som du som anställd kan ventilera dina tankar/misstankar med.*

## Larma

*Larma! Vid konkreta, objektivt vidimerade händelser men även misstankar, larma! Larma hellre en gång för mycket än en gång för lite. Som anställd kontakta din ledning som bär ansvar att kontakta berörda myndigheter. Följ därefter upp att så gjorts. Som privatperson kontakta både socialtjänst och polismyndighet. Vid pågående brott ring 112.*

### **Hit kan du som vuxen och anhörig vända dig för att få stöd:**

<https://storasyster.org/stod-och-hjalp-efter-sexuella-overgrepp/anhorigstod/>

<https://mind.se/>

<https://hjalplinjen.se/>

Nationella hjälplinjen öppen dygnet runt, året om. Telefon: 90390

Jourhavande präst via 112: telefontider mellan 21-06

<https://www.jourhavande-medmanniska.se/>

<https://mindler.se>

Digitala psykologsamtal 100 :- /samtal, frikort gäller

<http://1177.se/>

För att få hjälp att hitta närmsta psykiatriska akutmottagning, kontakta Vårdguiden.

**Dumpens egen stödfunktion:** <https://dumpen.se/2023/12/23/37340/>

### **Sammanfattning**

#### **Dokumentera, ventilera och larma**

- Dokumentera händelsen noggrant och snabbt för att bevara detaljer.
- Prata med någon du litar på för att bearbeta dina upplevelser.
- Vid konkreta misstankar, larma ansvarig på arbetsplatsen eller kontakta myndigheter.