



VÅLDsamt

Dokumentation från seminarier med *Allan Wade*.

Inledning

Allan Wade använder ordet "response" för att beskriva både medvetna handlingar och omedvetna reaktioner som är en följd av våld eller hot. Jag har valt att oftast använda ordet reaktion/reagera på svenska men är medveten om att det finns flera alternativ (gensvar, respons osv)

Våld i nära relationer är ett uttryck som täcker in olika scenarier. Allan Wade väljer att tala om mäns våld mot kvinnor och barn. Det är det vanligaste scenariot och det är strukturellt inbyggt i språk och kultur, men han säger också att han är medveten om att han i allt för hög grad talar utifrån en heteronorm.

Allan Wade, Ph.D, lever och verkar som samtals-/familjeterapeut vid Centre for Response-Based Practice i Duncan, Kanada. Han inleder seminarierna med att tala om förhållande mellan ursprungsbefolkningen, inuiter, och den immigrerade befolkningen i Kanada. Han pekar på paralleller i indianers och samers historia och i historien hos oss som lever i den kontexten. I sin praktik har han ofta att förhålla sig till dels människors erfarenheter av övergrepp, våld och hot men också till det strukturella övergrepp som ursprungsbefolkningar har erfarenhet av.

"Kanada är i många avseenden en kolonial nation. Inuiterna lever som fångar i sina reservat och skolorna där är ofta inte bra. Nationens misslyckande i förhållande till ursprungsbefolkningen är ett problem som vi arbetar med och som jag ofta måste förhålla mig till i min praktik. Många människor i vår stad har svåra erfarenheter av att bli omhändertagna (kidnappade) som barn och placerade i stränga internatskolor där de förnekades sin kultur, sin familj och sitt språk."

Allan Wade tar gärna emot respons och frågor: Allanwade@shaw.ca

Dokumentation: Gunnel E Vidén, Plan Sju kommunikation AB



Tell it Like it Is: Developing Effective Social Responses to Violence

Berättelsen om *Jen*:

Jen var 23 år gammal. Hon bodde med sina föräldrar, isolerade sig och var självmordsbenägen när hon kom i behandling hos mig. Jen var yngst av sex syskon, och den enda flickan.

Jag frågade Jen:

vem skulle sakna dig mest om du flyttade hemifrån?

Mamma, svarade Jen.

Varför?

Därför att jag är den enda som kan hantera pappa. Där började Jens berättelse rullas ut.

Jag frågade vad hon menade. Det visade sig

att pappan drack och var våldsam, han terroriserade mamman. Jen och hennes syskon lärde sig att känna igen billjudet, och att höra på körstilen i vilket skick han var när han närmade sig hemmet. De sprang ut och avledde honom, de ljög och hittade på olika strategier för att skydda sin mamma. Som svar på mina frågor beskrev Jen sitt motstånd, sina reaktioner. Hon slutade kalla honom pappa, hon sa alltid Bob. Hon åt inte den mat han lagade, satt inte bredvid honom, slog sönder hans whiskeyflaska osv. Jag fokuserade på hennes motstånd och frågade mer om det, hur gjorde du, vad gjorde du osv?



När Jen kom tillbaka en tid senare mådde hon klart bättre, och det var en oväntad förändring. Hon hade slutat äta antidepressiv medicin, hon sökte jobb och hade börjat ta kontakt med vänner. Hon sa ”jag började tänka att om jag kan hantera min pappa så klarar jag av vad som helst”. Jag tänkte att jag borde börja göra detta med avsikt, detta med att fokusera på människors motstånd, på deras friska och starka reaktioner på våld och hot från en annan människa.

Samtidigt träffade jag *Fran* i behandling. Hennes föräldrar dog i en brand när hon var sju år gammal och Fran gick sedan på internatskola för inuiter. Jag bad henne berätta om det, vilket hon aldrig gjorde annars. Hon berättade om hur hon blev omhändertagen med våld och i princip kidnappad och förd till det fängelse som internatskolan utgjorde. Barnen hade det svårt på internatskolorna, de blev slagna, de fick inte prata med sina syskon och inte använda sitt eget språk. Skolorna drevs av nunnor. Vid ett tillfälle som Fran berättade om hade hon och några andra flickor tagit sig för att plocka fallfrukt under äppelträdet på bakgården. En nunna såg dem och släpade in dem för bestraffning. De fick ställa upp sig på rad, från den minsta till den största. ”Gråt inte!” viskade den minsta flickan till den som stod bredvid, och budskapet viskades vidare i raden av flickor. Nunnan piskade deras händer så att de blödde, men de grät inte. Ingen av dem grät. De bara tittade på henne.

Vad är det?

Är inte det en bild av värdighet, av motstånd och självrespekt?

Fran grät inte på 30 år efter den dagen. För henne var det ett sätt att behålla sin värdighet. De skulle i alla fall inte få hennes tårar, hennes själ.

Jag blev berörd av detta och visste att barns motstånd mot våld behöver uttryckas. Det finns så många berättelser där som aldrig har berättats för att ingen har frågat.

Fran och hennes vänner gjorde troligen misshandeln värre genom sitt motstånd. Men om vi bara ser motstånd i form av handlingar som minskar våldet så missar vi 99 procent!

Vi som arbetar med brottsoffer tenderar att osynliggöra deras motstånd, men förövarna agerar alltid för att möta motstånd. De vet att det finns. Rånaren tar med sig en pistol. Väskryckaren väljer gamla, små, svaga offer. Den som hotar, förtrycker och misshandlar uppträder adekvat i den bemärkelsen att de ser och förväntar sig motstånd. Det är därför som hustrumisshandlare isolerar sitt offer och begränsar hennes rörlighet och hennes självförtroende.

Kom ihåg att våld är ett agerande, en handling, av den som utför våldet. Det är inte något som både våldsvärkaren och offret gör.

Ordet värdighet används mest i frågor om mänskliga rättigheter, inte i frågor om brottsoffer och i sjukvård/socialvård. Värdighet kommer av att ha kontroll, makt över sina tankar, självständighet. Människor uppvisar värdighet i de mest vidriga situationer. Tänk på fången i koncentrationsläger som ger sitt bröd till en medfånge som är ännu värre därän. Eller som sjunger på väg mot gaskammaren. Att ha sin värdighet är essensen av att vara människa. Det är lika viktigt som vatten och mat. Därför är det också "naturligt" att förtryckaren förnedrar sina offer, tar ifrån dem deras värdighet på olika sätt. Förnedring är ett starkt vapen. Vi minns alla situationer som barn, när vi tappat ansiktet, blivit röda av skam för att vuxna skrattat åt oss eller förnedrat oss på värre sätt. Människor skyddar ofta varandras värdighet och den skapas och återskapas i social interaktion med artighet, respekt och gränser. Vi tycker inte om att se andra göra bort sig. Om någon riskerar att göra bort sig rycker vi in och skyler över eller hjälper till på subtila sätt för att skydda den människans värdighet. Det sker med blixtnabba tysta överenskommelser och det är viktigt för oss. Det här är en vacker egenskap som förenar mänskligheten. Barn lär sig detta tidigt.

Våldsoffrets blåmärken försvinner men den skadade värdigheten tar längre tid att återta. Det vi andra säger kan antingen hjälpa till med det eller göra det hela ännu värre. Kampen för att återta sin värdighet är kärnan i återhämtningen efter våld.

Det finns gott om berättelser om detta. Se på *Lisbet Salander i Stieg Larssons Millenniumtrilogi*. Hon hade försökt få hjälp för att skydda sig och sin mamma men ingen lyssnade, ingen gjorde något. Konsekvensen blev att de istället skyddade hennes pappa. Det här är en läxa som många barn lär sig.

Jag hittar många exempel i litteraturen. *Reiner Maria Rilkes* dikt *First Duino Elegy* beskriver utsattheten i en våldsamt situation, känslan av att veta att man är ensam, ingen kommer att ingripa. Man kan se passiv ut men det man gör är att svälja sin gråt och skydda sitt inre.

Hur bemöter vi våldsoffer? "Som man bäddar får man ligga" finns det ett ordspråk som säger. Tänk en situation där en man har misshandlat sin hustru. Polisen kommer dit och försöker lugna situationen och skaffa sig överblick genom att ställa frågor. Vad har hänt? Vilken typ av våld, hur mycket? Han frågar: Har ni haft äktenskapsproblem länge?

Kvinnan blir arg och säger att det här inte är äktenskapsproblem, det är våldspåbud. Mannen får så småningom besöksförbud men överträder det. När kvinnan ringer till polisen hänvisas hon till samma polis, men han är inte anträffbar och han återkommer inte till henne som kollegan sagt att han ska. Det ena efter det andra bygger på och förstärker de krafter som tar ifrån henne värdigheten. Det är inte medvetet eller avsiktligt, men det sker och det är viktigt.

Jag träffade en kvinna som hade lång psykiatrisk sjukdomshistoria. Efter en rad ECT-behandlingar fick hon minnesstörningar och kom inte ihåg episoder från sina barns barndom. Då sa hon stopp. Inga fler elchocker. Hon skrev ett mycket långt brev till mig där hon beskrev sitt liv ”så du vet och vi slipper spilla vår tid på det”.

När hon var åtta år gammal utsattes hon för övergrepp av sin bror. Det hände igen, men då av fosterbröder. Hon har berättat om det för många, men den där första gången sa hon inget eftersom föräldrarna var i samma rum när man frågade ut henne. ”De hade inte trott mig” sa hon. ”Hur vet du det”, frågade jag. Och då fick jag veta att hon hade försökt en gång tidigare. Det var i en förtrolig situation en kväll när hennes mamma badade henne. Hon sa då till mamman vad som hade hänt, och mamman svarade med att trycka ner hennes huvud under vattnet en bra stund och sedan säga ”din bror skulle aldrig göra så!” Efter det berättade hon inte mer.

Och så är det. Den som möts av negativ respons väljer ofta att inte berätta igen, tappar förtroendet för vuxna, för myndigheter och auktoriteter. Deras erfarenhet är att livet blir ännu värre om man berättar.

Både gärningsmannens och brottsoffrets reaktioner behöver förstås i sitt sociala sammanhang med faktiskt och förväntat bemötande. Om jag, som tillhör normen, kontaktar myndigheter blir jag bemött på ett annat sätt än den fattiga inuitkvinnan. Och även våldet sker i en social kontext, det finns en bakgrund där som gör visst våld mer accepterat än annat. Förövaren bedömer risken för motstånd hela tiden och förhåller sig till det.

Kvaliteten på bemötandet är den absolut viktigaste faktorn när vi ska försöka bedöma det psykiska tillståndet och nivån av stress/påverkan på grund av våld eller hot. När vi talar med en traumatiserad person måste vi alltid fråga om deras erfarenhet av kvaliteten på bemötandet. Det är viktigt att få veta detta, det är en indikator både i bedömningen av tillståndet och i behandlingen/återhämtningen. Och särskilt om erfarenheterna är negativa måste vi fråga för att få veta, det berättar man inte spontant. Kvaliteten på bemötande och de egna reaktionerna och motståndshandlingarna måste beskrivas för att bilden ska klarna. Varför går hon tillbaka gång på gång till den man som misshandlar henne? Vad hände när hon kontaktade polisen? Vad sa de och vad gjorde hon då? Vad hände när hon sökte hjälp hos terapeuten? Många gånger får kvinnan gång på gång bekräftat att ingen kommer att hjälpa/skydda henne om hon väl tar steget. Att bryta relationen skulle då bara leda till ökad risk.

Våld är en envägshandling, inte en ömsesidig handling. Det är en viktig distinktion. En ömsesidig handling sker med upprepade blixtnabba överenskommelser i ögonkontakt och rörelser, tonfall mm. En handskakning, en kyss osv. Nästa steg i handlingen är en följd av ömsesidiga medvetna och omedvetna/reflexmässiga överenskommelser. Våld i form av boxningsmatch är ömsesidig, men när den ene boxaren plötsligt biter bort en bit av motståndarens öra har ömsesidigheten överskridits. Men det är bara förövaren som har gått över gränsen, inte offret. Offret försvarar sig, men deltar inte i våldsutövningen. Den är alltid en envägshandling.

I en kyss bedömer båda parter i varje ögonblick den andres gensvar och signaler och nästa steg blir en följd av dessa bedömningar. Men när någon tvingar sin mun på din och sin tunga in i din mun är det inte en kyss. Det är en våldshandling och den döljs när vi kallar den för kyss, vilket ofta är fallet i rättsprotokoll och annat. Ordet bidrar till att osynliggöra vad som faktiskt hände. När man slår någon i huvudet med en bräda kallar vi inte det för att snickra, när man slåss med en stekpanna är det inte att laga mat. Det är fel att använda ord som förutsätter ömsesidighet i beskrivningar av våld eftersom våld i sig alltid är en envägshandling.

Ömsesidiga ord antyder att brottsoffret tar del i och medverkar till våldet. Det lägger skuld på offret. ”Jag har levit i en våldsam relation” säger ofta kvinnor. Nej, det har du inte, säger jag. Du har levit i en relation med en man som varit våldsam mot dig. Det är en stor skillnad. Det skapas skuld i språket, i den professionella kontexten. Ta till exempel ordet ”sexturism”. Vad är det för ord? Är det verkligen sex det är frågan om när vuxna män våldtar barn? Nej, det vi kallar sexturism borde kallas internationell barnvåldtäkt, inget annat. Sex är en ömsesidig handling. Distinktionen mellan ömsesidiga handlingar och envägshandlingar avgör allt. Misshandel ska inte kallas äktenskapsproblem, våldtäkt ska inte kallas samlag. Lika lite som att ett bankrån kan kallas penningtransaktion.

Sexism och kolonialism har samma grund, samma argument när förövaren lägger skuld på offret och implicerar att offret behöver och vill ha den behandling han/hon utsätts för. ”Om du inte var xxx så skulle inte jag xxx”. Om man beskriver en situation som att paret hade en upprörd diskussion och kvinnan sa något som mannen blev upprörd över och tog tag om hennes hals med ett strypgrepp, så beskriver man våldet på ett sätt som flyttar skuld från förövaren till offret. Språket korrelerar med sociala mönster och indikerar att båda parter har en överenskommelse i det våld som sedan sker. Ett bankrån skulle inte beskrivas på samma sätt.

Vem tjänar på ett språkbruk som beskriver våldshandlingar med ömsesidiga ord? Vem tjänar på att skuld förflyttas från förövare till offer och på att våldshandlingar döljs av felaktiga ord? Det är bara den som utövar våld som tjänar på det, och det är nästan uteslutande män. Vilka har makten i samhället? Män. Språkbruket som lägger medansvar på offret är en del i ett strukturellt genusmönster.

Visst är det viktigt att tala om för den som har utsatts för övergrepp och misshandel att hon inte bär skuld till det. Men det blir bara en tom slogan om vi inte också synliggör hennes motstånd, hennes handlingar i de situationer som beskrivs.

Genom att säga/skriva att ”fosterpappan började ha sex med henne när hon var 11 år” indikerar man en ömsesidighet genom att använda orden ”sex” och ”med”. När vi väl börjar inse detta och letar så hittar vi många sådana här formuleringar som förskjuter skuld från förövare till offer. Och i lagens utövande är förövarens avsikt viktig, därför får sådant här språkbruk följer. Om avsikten är sex, eller om avsikten är våldtäkt och övergrepp.

Ordet pedofil betyder childlover. Och varför accepterar vi att pedofili har något med sex och sexuella behov att göra över huvud taget? Man planerar inte att ha ”sex” med barn. Man planerar att kidnappa, kränka och våldta dem. Varför säger/skriver vi inte det då? Bankrån är bankrån, inte en finansiell transaktion. Det är viktigt att använda ett korrekt språk.

Colm O’Gorman har skrivit en bok, *Beyond Belief*, om sina upplevelser av övergrepp från församlingens präst i den ort där han växte upp. Han beskriver skuld känslor och att känna sig förrådd av sin egen kropp när övergrepp leder till utlösning. Men även om kroppen reagerar fysiologiskt på en situation betyder inte det att den ömsesidighet som sex kräver finns där.

Om något tvingar i dig choklad kommer kroppen att reagera med höjt blodsocker och andra positiva reaktioner trots att intaget inte var frivilligt. En utlösning behöver inte vara sexuell. I boken blir det så tydligt att förövaren medvetet använder ord som rättfärdigar det han gör och lägger skuld på pojken. Förövaren och kulturen gör gemensam sak i övergreppen. Åter igen: Det är viktigt när vi möter den som utsatts att beskriva offrets motstånd i handlingar, tankar och reaktioner för att lätta på skuldbördan och för att beskriva hela situationen på ett rättvisande sätt.

När man väl börjar se och beskriva människors erfarenheter på det här sättet måste man ofta ifrågasätta en rad diagnoser. Våldet blir då bara en början på en lång rad förödmjukelser som gör livet värre och värre. Traumat är inte över när de kroppsliga skadorna har läkt, det fortsätter. När vi ställer frågor som synliggör offrets motstånd framträder en ny bild, ett sammanhang där diagnosen ofta är missvisande och symtomen relevanta. Depressioner, självskadebeteende, ADHD mm kan vara fråga om relevanta reaktioner på våld. Många människor har aldrig pratat om sitt motstånd, bara om våldet i andra termer. Att synliggöra motståndet får ofta stora konsekvenser i helandet.



Deltagare på seminariet i Landstingshuset i Luleå.

Small Acts of Living: From Treating Effects to Honoring Resistance.

Det är inte helt enkelt att övergå till att göra korrekta beskrivningar av våld, där hela bilden framträder. Beskrivningar där offrets motstånd synliggörs. Hela vår kultur är marinerad i värderingar som tar sig uttryck i språkbruket. Det är en tjock dimma att ta sig igenom. Vi måste vara analytiska och observanta. Men det är ett förhållningssätt som är användbart för alla som möter våldsoffer, både i sitt yrke och privat.

Jaget formas någonstans mellan identifikation och motsats, det är i förhållande till något annat som jaget utvecklas. Vi kan inte beskriva hur en person ÄR utan egentligen bara hur hon har reagerat på bemötande, i förhållande till andra. Vår identitet stöds av det stadiga huset, vårt jag bor i husets sprickor. Small acts of living är ett uttryck för de små, subtila handlingarna som människor gör för att bevara värdigheten i en ovärdig situation.

Det finns starka krafter som lägger skuld på offret och teorierna är många om vilken typ av kvinnor som ”väljer” eller ”hamnar” i våldsamma situationer. Vi fokuserar på offrets hjärna. I själva verket är det så att hur du klär dig, vad du är allergisk mot, hur du inreder ditt hem, ja egentligen allt du gör utvecklas i lyhörd respons på omgivningen. Allt vi behöver veta finns framför oss hela tiden. Sök inte för djupt, det behövs inte.

”When the grand lord passes, the wise peasant bows deeply and silently farts.” Ett etiopiskt ordspråk: När den höge herren passerar bugar den kloke bonden djupt och pruttar tyst.

Det tysta motståndet finns det gott om bevis på. Alla vet att slavar pinkar i förtryckarens soppa, tvättar toalettstolen med tandborsten osv. Motstånd innebär ökad risk, det är farligt för individen och måste därför ta sig tysta, hemliga uttryck. Hos den som utsätts för våld och hot kan motståndet vara att sova under sängen istället för på, att ha på sig flera lager underkläder mm. Det är ett motstånd som inte syns om man betraktar det ytligt. Det är inte den sortens handlingar vi vanligen menar när vi pratar om ”motstånd”.

Den kulturella modell som vi utgår från är motståndet i en kamp mellan jämnstarka individer och vi letar då efter synliga bevis på motstånd i form av blåmärken och hud under naglar. Därför får vi inte veta att det tysta motståndet finns om vi inte frågar efter det. Att någon slutar skrika kan också vara ett motstånd.

Modellerna förblindar oss.

Att leva under Stalins välde och i en familj där det finns en misshandlare har många likheter. Varje ord, tonen, handlingar, gester... allt måste analyseras snabbt i förhållande till hotbilden. Det är ett sätt att skydda sig och att anpassa sig till en extrem situation. Men i den anpassningen finns även det tysta motståndet som skyddar värdigheten, ingen anpassar sig helt till våld och hot.

Teorier grundas ofta felaktigt på att kvinnor skulle vara passiva, att de omedvetet väljer våldsamma män. Det påverkar hur kvinnor bemöts och hur fakta värderas. I själva verket attackerar män kvinnor för att de inte är undergivna. Vi ska komma ihåg att rent statistiskt är risken stor för varje kvinna att bli våldtagen, slagen, hotad osv. Vi ska också komma ihåg att den man som slår sin fru inte gjorde det när de först träffades. Hon valde inte honom för att han var våldsam utan tvärtom. Hon valde honom för att han gjorde allt för att dölja sin våldsamhet med vänlighet och charm.

När man talar om att hon har ”missat tidiga tecken” ska man komma ihåg att alla äktenskap består av gradvis tillvänjning, alla par förhåller sig logiskt till varandra i en process där man växer samman i en relation. Om jag frågar: Vad var det första du blev tveksam till? får jag veta exakt vad det var. Kanske var det att han skrek till henne inför barnen.

Hon missade inte alls det tecknet. Och när jag sedan frågar vad hon gjorde när han skrek till henne så får jag veta hur hon försökte lugna ner situationen för att skydda barnen, osv. Jag får veta adekvata och relevanta handlingar som är respons, reaktioner, ett motstånd mot hotet i situationen. Punktera därför myten om att kvinnor väljer våldsamma män. Om de gjorde det skulle de vara nöjda när de blir misshandlade. Fråga henne om hon skulle lämna sin man om han blev trevlig. Naturligtvis väljer inte kvinnor våldsamma män, det är bara förövre som tjänar på sådana teorier för de bidrar till att flytta skuld till offret.

Charlene är en kvinna som kom till min praktik och inledde med orden: Jag vill berätta något som jag aldrig talat med någon om. (Hon visste hur man får en terapeut på kroken.) Hennes två vuxna barn hade nyss varit nära att dödas i en bilolycka och Charlenes kris bestod i insikten om att hon inte trodde sig kunna fungera som mormor om dottern dog. I hennes kultur är familjesammanhållningen stark och rollen som mormor är att självklart ta hand om och uppfostra barnen om mamman dör. Charlene tyckte inte att hon hade fått med sig den egenskapen. Hon ville berätta om sina traumatiska erfarenheter av internatskola för inuiter.

När Charlene var tio år gammal dog hennes mamma och pappan arbetade på annan ort och var frånvarande. Charlene tog hand om sina yngre syskon. Som så många andra inuitbarn blev de sedan kidnappade av staten och förda till internatskola, väl där separerades syskonen och fick inte lov att tala med varandra. Jag frågade: "Hur reagerade du på det, vad gjorde du då?" Charlene berättade då hur hon utvecklade strategier, hur hon och hennes syster brukade se till att hamna bredvid varandra i klungan av barn på väg till matsalen och hur de pratade tyst med varandra på sitt eget språk. Jag frågade vidare, och jag fokuserade på hennes reaktioner, hennes handlingar, inte på hennes känslor inför det som skedde. På det sättet fick hon hjälp att minnas fler och fler situationer där hon skyddat sin lillasyster, där de upplevt samhörighet osv. Hon kom ihåg hur hon låg vakent till vakten passerat och sedan kröp på golvet under sängarna till den del av sovsalen där systemen låg, och hur hon sedan låg bredvid henne, strök hennes hår och sjöng på deras språk för att trösta. Stegvis blev Charlene medveten om att hon hela tiden har visat sig ha utmärkta egenskaper som mormor. Efter några samtal kände hon sig redo att träda in i sitt barnbarns värld och inta rollen som mormor.

Att förstå motståndet handlar inte om att "vara stark". Man kan förstå motstånd i depression och självskaðebeteende också. Klienterna berättar det terapeuten vill höra. Om du inte frågar får du inte veta, om du inte söker motstånd hittar du det inte. Fråga inte hur de påverkades utan om hur de reagerade. Motstånd är en reaktion, en respons, på våld.

Distinktionen mellan orsak och verkan är viktig: Om jag sparkar en sten så rullar den till den stannar och där ligger den stilla till någon eller något flyttar den igen. Vad händer om du sparkar en människa? De kanske sparkar tillbaka, de ifrågasätter varför du sparkar, de känner smärta, ilska. När vi talar om människor kan vi inte tala om orsak och verkan, vi måste tala om orsak och reaktion. Men nästan ingen teori har detta fokus. Nästan alla teorier fokuserar verkan, som om människor vore stenar.

Vi behöver lära oss att skilja på verkan och reaktion (effect and response). Du utsätts för väpnat rån - att du blir av med pengarna är då verkan, och att du blir arg, rädd, får hjärtklappning, börjar drömma mardrömmar, blir okoncentrerad på jobbet, får kritik av chefen... allt det är reaktioner. Barn i familjer där de ser våld reagerar på det. Det utlöser motståndshandlingar som blir en väv av handlingar som får olika konsekvenser. Vad är orsak och vad är verkan/respons? Paraplyer orsakar regn, skulle man kunna säga. Varje gång man ser massor av paraplyer så regnar det, eller hur? Det är ett bevisat samband. Men naturligtvis är det inte så, människor reagerar på regnet och det är detta som mängden paraplyer bevisar. Kan man säga att övergrepp orsakar depression? Eller är depression en reaktion på övergrepp? Varför är det viktigt?

Därför att i effektspråket finns det en negativ orsak och då kan det inte finnas positiva effekter. Misshandel orsakar depression, t ex. Men om något är en reaktion på en negativ orsak skulle "något" kunna vara både positivt och negativt. Depression (eller något annat) är en reaktion på misshandel. Svaren begränsas av frågan, därför är det viktigt vad du frågar.

Någon säger ”min chef angrep mig inför mina arbetskamrater”. Du frågar: ”Oj, hur känns det för dig?” Det som händer i den situationen är att du byter fokus, du byter ämne och flyttar fokus från chefen som angriper till offrets hjärna och känslor. Du flyttar fokus från den sociala interaktionen till känslorna. Det som också händer i situationen ovan är att du byter fokus i tid, från det som hände till hur det känns. Från då till nu. Hur länge ska vi behandla kvinnors känslor och psyke för att ändra mäns beteende? Om du istället hade svarat: ”Oj. Hur reagerade du då? Vad gjorde du?” så hade du fått andra svar. Då hade ni fortsatt att prata om samma sak, samma kontext. Det sänder en signal om kapacitet. Att eftersträva starka verb är en bra tumregel i terapi.

Följ med på resan i det här exemplet: En kvinna blir attackerad av sin man. Han har tidigare varit hotfull men denna gång slår han. Hon skriker men hon försöker ändå att inte väcka barnen. Ett av barnen vaknar i alla fall och kommer in och ser misshandeln. Kvinnan oroar sig för detta, hon drar sig undan, blir rädd, nedstämd och försöker undvika att det sker igen. Visst är det logiskt? Hon får svårt att koncentrera sig, hennes korttidsminne blir sämre, hon äter för lite (eller för mycket) och hon gör självmordsförsök. Allt som hon uppvisar är tecken på klinisk depression, hon får en diagnos och medicin. Men det vi egentligen gör då är att vi medicinerar bort hennes relevanta reaktioner. Friskt motstånd görs om till sjukdom. Det här sker hela tiden. Språkets makt att gå från den sociala situationen till den känslomässiga bidrar till detta men inga teorier tar in det. Varken för kvinnor eller barn som utsatts för våld. Det finns ett systematiskt undvikande av våldets följder och dess konsekvenser. När du väl inser det får det stor inverkan i din praktik. Livet är responsivt, alla mänskliga reaktioner är följder av det.

Det finns en god vilja i fokuseringen på att beskriva lidandet, men det behövs ett paradigmskifte i användningen av orden, det behövs mer aktivitet, starkare verb, starkare aktörer. Så istället för att fråga henne hur det kändes, fråga hur hon reagerade, vad hon gjorde.

En 15-årig flicka gjorde en synundersökning och optikern tafsade på henne. Hon använde aldrig glasögonen efter det. Om vi bara ser det som en effekt bygger vi in värderingar som att hon inte tar hand om sig och inte tar ansvar för sitt synfel osv. Hennes vägran att använda glasögon är ett problem. Men om vi ser det som en reaktion blir hennes ställning starkare. Hon vägrar att befatta sig med glasögonen som en reaktion på optikerns tafsande. Hon agerar och blir aktiv på ett annat sätt om vi väljer det synsättet. Olika synvinklar påverkar vår förståelse.

Så snart man synliggör det friska så får det konsekvenser. Man behandlar inte långtidseffekter, man kartlägger och synliggör reaktioner och motstånd. När du möter någon som säger att hon är deprimerad, fråga hur hon lever, vad hon varit med om och hur hon reagerat på det. Med den infallsvinkeln kan det vara normalt att reagera med depression, men självklart ska man gå den vägen försiktigt. Jag har stor respekt för mina kollegor och deras diagnoser. Man ska vara lika försiktig att ifrågasätta en diagnos som att ställa en. Inte heller tar jag avstånd från antidepressiv medicinering, men jag hävdar ändå att den ofta används för att dölja motståndreaktioner.

I kartläggning och beskrivning av våld är det viktigt att ha fokus på den sociala situationen, inte den interpersonella. Vad hände? Och båda parternas handlingar ska beskrivas. Känslor och tankar är sekundära.

Läs nedanstående beskrivning först utan och sedan med offrets handlingar, som är markerade med rött i texten:

Han följde efter henne längs trottoaren. Han ökade farten för att ta fast henne. Han tog henne om axlarna och kastade ner henne på marken. Han släpade henne mot buskarna. Han övermannade henne och släpade in henne i buskaget. Han höll en sten över hennes huvud och hotade att döda henne om hon skrek. Han kallade henne nedsättande namn. Han tvingade sin mun på hennes ansikte. Han försökte öppna hennes bälte. Han tog tag i hennes byxben och drog i dem. Han övermannade henne och våldtog henne vaginalt.

*Han följde efter henne längs trottoaren. **Hon ökade farten.** Han ökade farten för att ta fast henne. **Hon gick åt sidan.** Han tog henne om axlarna och kastade ner henne på marken. **Hon rullade för att komma undan.** Han släpade henne mot buskarna. **Hon tog tag i ett träd så att han inte kunde dra in henne i buskarna.** Han övermannade henne och släpade in henne i buskaget. **Hon började skrika.** Han höll en sten över hennes huvud och hotade att döda henne om hon skrek. **Hon slutade skrika.** Han kallade henne nedsättande namn. **Hon sa, "Du vill inte göra detta. Du vill inte sära mig."** Han tvingade sin mun på hennes ansikte. **Hon vred ansiktet åt sidan.** Han försökte öppna hennes bälte. **Hon stack ut magen så att han inte kunde få upp bältet.** Han tog tag i hennes byxben och drog i dem. **Hon korsade sina vrister så att han inte kunde dra av hennes byxor.** Han övermannade henne och våldtog henne vaginalt. **Hon blev stilla för att undvika skada och riktade sina tankar på annat.***

Intrycket blir helt annorlunda när reaktionerna synliggörs. Situationen beskrivs mer adekvat och det blir tydligt att gärningsmannen gång på gång överträder gränser. Eftersom avsikt är viktigt vid bedömning av skuld och straffsats är det en väsentlig upplysning. För offret är beskrivningar av motståndet viktiga eftersom hon då framställs som stark och kapabel, det är mindre skuldbeläggande. Avsaknad av motstånd i beskrivningar gör gärningen mildare, det döljer inte bara motståndet utan även våldets grad. Att utelämna den delen av händelserna gynnar enbart förövaren. Ändå görs det ofta i rättssalarna. Det är ett systematiskt döljande och förminskande av våld.

Synliggörande av motstånd borde ingå i alla utredningar och anteckningar. Det ingår i fakta och i den korrekta beskrivningen, och det minskar offrets upplevelse av maktlöshet. Det är också inte minst viktigt för barnen att verkligen kunna läsa att deras mamma har gjort motstånd.

Att inte synliggöra motstånd leder till teorier om våldsutsatta kvinnor som en särskild sort. Teorier om hur barndomen har påverkat dem osv. Läs dessa teorier och prova byta ut ordet kvinna till ordet jude eller arab. Att skifta kontext är en nyttig övning för att verkligen se. Och när vi väl har blivit medvetna om motståndets osynliggörande finns det ingen väg tillbaka.

Jag träffade den kvinna som blev våldtagen i exempeltexten ovan och hjälpte henne att synliggöra vad hon gjorde när det hände. Hon drogs länge med en känsla av skam för att hon inte skrikit under själva våldtäkten. Under våra samtal kom hon ihåg något nytt och tårarna började rinna medan hon satt stilla och tyst i rummet. Hon kom plötsligt ihåg vad hon såg när hon vred undan huvudet under våldtäkten; två små flickor på gångvägen vid buskaget. Hon skrek inte för att hon ville skydda dem från att se vad som hände. För henne var det naturligtvis en viktig insikt.

Här vill jag poängtera att man i samtal med våldsutsatta inte ska tvinga någon att berätta smärtsamma detaljer om själva övergreppet. Men det hindrar inte att man kan fråga: "Okej, du var 11 år när pappa började komma in till ditt rum om nätterna. Jag tänker inte tvinga dig att berätta om det men hur reagerade du när han började komma in i ditt rum? Vad gjorde du?" Det är inte så lätt att se mönstren och ställa de räta frågorna, vi är inte vana vid det sättet att beskriva våld. Det är en annan dialekt i det terapeutiska språket kan man säga. Vi behöver prata med kollegor och diskutera det här synsättet.

Drops of Longing: Children's Responses to Violence and Adversity

Jag träffade *Barb* i några samtal. Hon levde i en relation med en man som ibland var våldsam, men som hon också hade roligt med när han inte slogs. Vid ett tillfälle kom han hem och var på dåligt humör. Barb stod i köket och lagade mat när han kom in, han smällde lunchboxen i bänken och skrek att hon hade dålig fantasi när hon gjorde i ordning luncher åt honom. Hon kände det hotfulla i situationen, svarade inte, låtsades att han inte var där och när tillfälle gavs slank hon ut ur köket och väntade till det hela hade blåst över. Nästa dag när mannen öppnade sin lunchbox låg där två brödskeivor med ett papper mellan. På papperet stod det: "Låtsas att det här är ost."

Den som lever med våld i sin närhet lär sig exakt var gränserna går, vad man kan göra och vad man inte kan göra för att skydda sig så gott det går.

Barn är aldrig bara vittnen till våld i familjen, de är en del i det som händer och de reagerar på det i handlingar. Det finns gott om romaner, memoarer, intervjuer och historiska texter som beskriver detta. En av mina favoriter är "Domination and the art of resistance" av *James C Scott*.

Karin är en patient som berättade hur hennes pappa fick henne att spela med genom att inte lyssna på sin mamma och lyda henne, låtsas att mamman var sjuk osv. Hon visste exakt vad hon gjorde och hon gjorde det för att undvika våldsupptrappning i olika situationer. Men sådant har ju aldrig betraktats som en förmåga, en kompetens, även om det är precis det.

Eller *Lotta* som sa att hon stängde öronen när föräldrarna bråkade. Hur gjorde du det? Med öronproppar, eller hur gjorde du?" Hon sa att hon inte lyssnade, att hon spelade hög musik så att de skulle bli arga på henne istället. Hon reagerade alltså genom att ignorera, att distrahera sig från våldet, sedan genom att ändra fokus och slutligen genom att erbjuda sig själv som problemet.

Barn har också en taktik. Det är viktigt att undersöka handlingarna, att fråga hur för att få veta hur de använder taktiken.

Evelyn kom till mig för att hennes man tyckte att hon behövde hjälp. Mannen var vit och *Evelyn* kom från ursprungsbefolkningen. Att mannen kom till mig med henne fick varningsklockor att ringa. Det visade sig att han ofta var verbalt aggressiv, och han brukade förödmjuka henne inför andra. Jag frågade om hennes handlingar och hon berättade hur hon brukade låta bli att tvätta hans kläder, glömma bort att ge honom telefonmeddelanden, bränna vid hans mat, bjuda hem vänner som hon visste att han avskydde osv. Hon gick i strejk! Jag frågade kring hur hon kunde ha den styrkan att göra motstånd på det sättet.

Jag frågade kring den förmågan och det visade sig att hon varit utsatt för våld även som barn. Hon hade en väl utvecklad förmåga till motstånd. Hennes föräldrar drack mycket och när de somnat i sitt rum fanns det män i bekantskapskretsen som våldförde sig på döttrarna. Hon berättade att hon brukade sova med många lager av kläder, att hon låg på mage och höll sig stel, hade en kniv under kudden, att hon brukade lägga sig ytterst i sin lillasysters säng för att skydda henne. När *Evelyn* som vuxen gjorde en anmälan blev hon utesluten ur gemenskapen men hon fortsatte att göra motstånd på olika sätt.

Simon var en homosexuell man med högriskbeteende som så att säga bjöd in förövare. Han annonserade och han lät sin ytterdörr stå öppen så att okända män kom in och förgrep sig på honom. Han led av skamkänslor. Han kopplade sitt beteende till att hans äldre bror utnyttjade honom som barn.

Han beskrev det som att han som barn ”bad om att bli våldtagen” men när vi undersökte det närmare tillsammans visade det sig att brodern var mycket brutal, luktade illa och våldtog honom oavsett vad han gjorde. Han utvecklade en strategi för att skydda sin syster från övergrepp och för att komma undan lindrigare. Om han knackade på väggen mellan deras sovrum och på det sättet bjöd in sin bror då och då så slapp han den värsta brutaliteten och brodern till och med duschade och höll sig ren vilket för den här pojken gjorde det hela lindrigare. Det beteende som varit så skamfyllt var egentligen en akt av motstånd.

Taras Schevchenko har skrivit boken *My Destiny*, om sitt liv. Där beskriver han våld och motstånd, och ger en bra bild av hur barn kan utveckla empati trots att de blir utsatta för övergrepp.

Barn hittar alltid vägar att göra motstånd och bevara värdighet. Våldscykeln, där våldsoffer själva blir förövare, har ingen automatik. Men hur motståndet har osynliggjorts och svikits eller synliggjorts och ärats under åren spelar roll för hur den vuxne agerar som en följd av upplevelser i barndomen.

Georg Orwells författarskap intresserar mig för hans beskrivning av förödmjukelse och motstånd. Likaså *Jack London*, *HD Wells* och *Vaclav Havel* hjälper mig att förstå länken mellan barnets och den vuxnes motstånd. ”*I Rigoberta*” heter en annan bok om barnets motstånd, skriven av *Rigoberta Menchu*.

Bland svenska författare är jag intresserad av *Astrid Lindgrens* barnporträtt. Mycket av hennes egen historia syns i hennes berättelser. Hon blev gravid som mycket ung och var tvungen att lämna bort barnet till ett barnhem. Den föräldralösa *Pippi* ger oss många exempel på styrka, svaghet och värdighet.

Överväganden för barn som upplevt våld:

Missbrukande, våldsamma pappor försöker ofta vända barnen mot sin mamma.

Det blir fel att tycka om och lyda mamma.

Hustrumisshandel innehåller ofta angrepp på bandet mellan mor och barn.

Barn är rädda för att en eller båda föräldrarna ska dö. De vill hjälpa sina föräldrar och syskon.

Misshandlade barn blir ofta aggressiva tonåringar överlastade med ansvar.

Det finns ofta en lång historia av att inte ha blivit sedd, av osynliggörande av ens motstånd.

Stigmatisering med olika etiketter.

Känslor av skuld och illojalitet.

Ofta utagerande och ångest.

Det finns många likheter mellan barn som upplevt krig och dem som upplevt våld i hemmet. Hotet finns där ständigt, traumat är förutsägbart, de tvingas utveckla strategier för överlevnad. Att leva med en ständig hotsituation påverkar negativt förmågan att lära i normal skolmiljö. Experiment visar dock att barn med den erfarenheten lär snabbare än andra barn i stressande, hotfulla situationer. Vad vi betraktar som förmåga eller svårighet varierar beroende på vad vi tittar efter.

Våld i familjen leder ofta till att mammans förmåga som förälder ifrågasätts. Det är viktigt att hjälpa barnen att se sin mammas förmågor, hennes olika handlingar för att skydda barnen och lära dem färdigheter för den miljö de lever i.

När jag har barn i behandlingsrummet använder jag ofta en illustration med fyra olika hus. Ett hus för bra saker, ett hus för oro, ett för drömmar och ett hus för reaktioner. Där, i det fjärde huset, finns svaren på frågorna om; **vad gör du när x gör så?**