



Lilla infohäftet om
**sexuella
övergrepp**

Sexuellt utnyttjande av barn

Att sexuella övergrepp mot barn och sexuellt utnyttjande av inte bara minderåriga utan alla människor bör identifieras, övergrepp stoppas och förhindras, och att alla utsatta -och deras anhöriga- ska få professionell hjälp, är en del av ATSUs agenda. De långsiktiga emotionella och psykiska skadorna av sexuella övergrepp kan vara förödande för vilken människa som helst som utsätts. Hela samhället påverkas av de övergrepp som äger rum. De familjer och barn som drabbas kan lida svårt både ekonomiskt och emotionellt. Många får posttraumatiska besvär som de länge efteråt behöver arbeta med. Här följer en relativt kortfattad sammanställning av vad sexuellt utnyttjande är, vem som drabbas, varför sexuella övergrepp äger rum och vilka följderna kan bli. Trots den mörka bilden vill vi också framhålla en viss optimism. Genom att tala om att övergrepp förekommer, genom att informera och utbilda oss, kan vi bättre avslöja pågående övergrepp, förhindra nya och ge de som drabbats rätt stöd. För att det skall bli möjligt måste vi våga prata med varandra.

I vilka sammanhang sker övergrepp och sexuellt utnyttjande?

Sexuella övergrepp kan ske inom familjen, av en förälder, styvförälder, eller kanske ett syskon eller annan släkting eller så kan det ske utanför hemmet, till exempel genom en vän, granne, barnomsorgsperson, lärare eller en total främling, även om det senaste är mindre vanligt.

Övergrepp sker inom alla samhällsklasser och i alla kulturer. Det finns dock kulturella omständigheter som kan göra det svårare för ett barn att berätta. Det kan handla om tabun och det klimat i vilket vi diskuterar sexualitet och övergrepp med barn och unga. Där övergrepp förekommer, förekommer också missbruk av makt. Sexuellt utnyttjande handlar alltid om en snedvriden maktstruktur där någon utan hänsyn till den andre använder honom för egna behov.

Hur reagerar barn på övergrepp?

När ett barn utsätts för ett övergrepp och utnyttjas sexuellt, kan barnet utveckla flera olika smärtsamma känslor, tankar och beteenden. Inget barn är psykologiskt förberett för att hantera en vuxen människas påtvingade sexualitet. Även en tvååring eller en treåring, som inte kan känna eller förstå att den sexuella aktiviteten är fel, utvecklar problem och destruktiva reaktioner och beteenden till följd av sin oförmåga att klara av den sexuella stimulering. Ett barn som är fem - sex år eller äldre blir dessutom lätt fångat mellan lojaliteter, där barnet förstår att det som sker inte skall få ske eller är skamligt eller omgärdat av hemlighetsmakeri men där barnet ändå vill möta

den vuxne, bli bekräftad och visa sin kärlek och lojalitet till en älskad vuxen tillitsperson. Till detta kommer förutom barnets tillgivenhet och beroende av den vuxne, också ibland våld eller hot om våld, mutor i form av privilegier som barnet får eller hot om att sanningen skulle skada någon annan kär person, splittra familjen eller leda till oanade konsekvenser som barnet sedan -genom att berätta - skulle ansvara för. Sker det sexuella utnyttjandet inom familjen finns aspekter av eventuell avundsjuka, rädsla för andras familjemedlemmars välbefinnande och mående och en utpräglad skamkänsla förknippad med maktförhållandet i familjestrukturen. Ett barn som utsätts för långvariga sexuella övergrepp får i regel både en vriden bild av det egna jaget, - som kan ta sig uttryck i en känsla av värdelöshet; låg självkänsla, och en förvriden bild av närhet och sexualitet; och få svårigheter i samspelet mellan människor. Barnet kanske drar sig undan sociala kontakter eller söker kärlek och närhet genom sex. Ofta kan den dåliga självkänslan följas av depression, ångest och ibland också självskadebeteende och självmordstankar. Man ser idag samband mellan övergrepp mot barn och en lång rad psykiska störningar och yttringar för dåligt psykiskt mående.

Symtom som kan väcka misstanke

I de flesta fall där åtal väcks för sexuellt utnyttjande och våldtäkt mot barn är det barnet självt som anförtrott sig åt någon vuxen eller en vän, ett förtroende som sedan kommit att leda till en polisanmälan. Ytterst sällan

finns det tydliga fysiska tecken på att övergrepp ägt rum. Det händer dock t.ex. när barn drabbas av veneriska sjukdomar, unga flickor blir gravida eller ett barn får skador i anus eller vagina, att en läkare kan konstatera att det är troligt att ett övergrepp orsakat skadan. Andra gånger, - och betydligt vanligare - är det de psykiska och beteendemässiga symtomen som visar sig tydligast.

Sexuellt utnyttjade barn kan utveckla te.x. följande:

- ✓ *Ovanligt intresse för sex och kön eller ett undvikande av allt av sexuell natur.* Föräldrar och förskolepersonal brukar kunna reagera på att barnet betar sig översexualiserat. Det kan handla om upprepad masturbation och utåtagerande sexuellt beteende redan hos mycket små barn. Ibland är beteendet det omvända där barnet undviker sitt och andras kön och uttrycker rädsla för nakenhet eller kropp. Barnet kanske vägrar att använda toaletten, särskilt om någon annan finns i närheten.
- ✓ *Sömnpblem och mardrömmar* är nästan mer regel än undantag. Barnet regredierar inte sällan i sitt sov beteende. Det kanske vill sova i sina föräldrars sovrum igen, söker tröst, ber om nappflaska till

natten trots att barnet sedan länge slutat med flaskan etc. Barnet kan visa tecken på rädsla inför att gå till sömns och vill stanna uppe. Det kanske vaknar skrikande nattetid eller har plågsamma mardrömmar.

- ✓ *Depression eller så drar barnet sig tillbaka från vänner och familj.* Barnet isolerar sig och uppvisar ett socialt mönster som inte är karakteristiskt. Det kanske börjar leka för sig självt, betar sig apatiskt eller visar uttryck för depression, orkeslöshet och brist på initiativ.
- ✓ **FÖRFÖRISKHET.** Börjar barnet bete sig förföriskt, smeka vuxna och andra barn och ta sexuella initiativ bör man se upp. Att barn vill lika "doktor" och familj någon gång ibland är normalt men tar barnet sexuella initiativ i förhållande till vuxna eller vill leka doktorlekar för jämnan finns orsak till oro.
- ✓ *Uttalanden som gör gällande att barnets kropp är smutsig (och går inte att få ren) eller skadad, eller rädsla för att det är något fel med dem i underlivet.* Vissa barn kan efter ett sexuellt övergrepp ge starka uttryck för förakt mot den egna kroppen och ge uttryck för att vara smutsig eller dålig, särskilt att kroppen är smutsig eller äcklig, att de är skadade, eller så uttrycker de oro för att det skall vara något fel på dem "där nere".

- ✓ *Skolvägran och skolk / plötsligt förändrat beteende och prestation i skolan.* för en del barn blir skolan en tillflykt och betygen kan t.o.m. skuta i höjden. Lite vanligare är det dock att barnet får koncentrationsproblem eller tappar intresset i skolan, betygen blir sämre och barnet verkar inte bry sig, engagera sig längre.
- ✓ *Ungdomsbrottslighet / allvarliga beteendeproblem.* Barn visar oftast när de mår dåligt på sätt eller annat. Att barn som far illa söker sig till varandra och agerar ut är inte ovanligt.
- ✓ *Hemlighetsmakeri* hos barn är kanske inget tecken i sig, men uttrycket på vilket sätt hemlighetsmakeriet sker kan vara det. sker det tvångsmässigt och ångestladdat kan man undra vad som finns bakom barnets beteende.
- ✓ *Matproblem och matvägran.* Utsatta kan bli särskilt känsliga för vissa konsistenser och färger i maten. Det kan t.ex. vara konsistensen på sås som påminner om sädesvätska och prinskorvar som påminner om det manliga könet.
- ✓ Aspekter av sexuellt ofredande / övergrepp / sexualiserat våld i teckningar, lekar och fantasier.

- ✓ Självskadebeteende, självmordsförsök och liknande.

Att prata med - och lyssna till- barnet är oftast det bästa sättet att få kunskap om att övergrepp existerar. De tecken som är listade ovan är ingen komplett lista och bör inte läsas som ett facit. Det är mest bara exempel på hur det kan se ut gällande reaktioner på trauma och övergrepp hos barn, - varken mer eller mindre.

Förövare av sexuella övergrepp kan vara ytterst skickliga på att ingjuta skam / rädsla hos barnet som hindrar det från att berätta. Endast när barnet känner sig särskilt tryggt kan det prata och berätta. Om ett barn säger att han eller hon har blivit antastat, bör föräldrarna eller den som får förtroendet försöka behålla lugnet och också lugna barnet genom att framhålla att det som skett inte var barnets fel. Förälderns och omgivningens uppgift bli i det skedet i första hand att ge stöd till barnet. Brottsutredningen är polisens sak.

Sambandet mellan obearbetade trauman och diverse problem
Att det finns ett samband mellan sexuella övergrepp mot barn och psykiska problem är väldokumenterat. Men traumat - om det förblir obearbetat - kan leda till problem på en rad olika områden:

- ✓ *Psykologiska problem* med fobier, panikattacker, sömnproblem och mardrömmar som ganska vanliga följder

vilka kan finnas kvar eller kanske till och med debutera när barnet nått vuxen ålder.

- ✓ *Stört sexuellt beteende* När barnets gränser demoleras av en vuxen har barnet ofta svårt att hitta en jämn balans mellan den egna kroppen och andras tillgång till den. Det kan leda till sexmissbruk och prostitution, eller ett avsevärt hämrat sexuellt beteende.
- ✓ *Sociala problem* kan ta sig uttryck på fler sätt. Det kan t.ex. handla om rädsla för förlorad kontroll i relationer eller svårigheter att känna tillit till andra människor. Det kan också handla om ett uttalat beroende av andra människors bekräftelse och stöd.
- ✓ *Fysiska besvär* kan handla om smärta vid samlag, mensvärk, buksmärter, huvud- och ryggvärk, -kort sagt alla slags utslag av kronisk värk. Ofta är värken oförklarlig rent medicinskt.

Att barn och unga utvecklar ätstörningar som en följd av sexuellt utnyttjande har man börjat uppmärksamma på senare år. Orsakerna och sambanden varierar något. Ibland vill barnet inte acceptera den vuxna människans kropp utan vill fortsätta -fysiskt- att vara barn, ibland handlar det om svårigheter

med intag av mat, att svälja kan bli problematiskt, särskilt om orala övergrepp förekommit. Andra gånger handlar det om ett behov av att kontrollera vad som går in och ut ur kroppen. Ytterligare några har svårt att tycka om den egna kroppen och tror sig kunna förändra det om vissa ideal uppfylls. Orsakerna och symtombilden kan med andra ord se ganska olika ut och bör också tacklas på lite olika sätt beroende på bakgrund och trigger.

Posttraumatisk stress som följd av sexuell traumatisering

När barnet eller den vuxne en månad efter traumat fortfarande lider av så stora svårigheter att det är svårt att få (skol)arbetet att fungera brukar vi tala om posttraumatisk stress. Posttraumatisk stress har tre huvudkaraktäristika; 1) Förnekelse och undantryckande av fakta och känslor 2) Återupplevelse och 3) Överspändhet. Förnekelse och undantryckande av fakta och känslor kan handla om att barnet/den vuxne undviker saker som påminner om traumat, vägrar att prata om övergreppen eller låtsas som om de aldrig existerat. Ibland undantrycks minnen så djupt att det senare krävs mycket arbete för att få grepp om dem igen. De kan kännas överkliga. Den utsatta återupplever också traumat. Det kan ske genom flashbacks eller mardrömmar. Ibland får den utsatta oförklarliga fysiska symtom som ett eko av övergreppen. Överspändheten tar sig uttryck genom att den som utsatts kan vara lättskrämd, hetlevrad och upplevas som "känslig". Sömnproblem och irritation är vanligt.

Vad orsakar sexuella övergrepp?

Så länge det finns människor som sätter sina egna behov av makt och kontroll över någon annans så finns det risk för att sexuellt utnyttjande finns kvar. Om man däremot går in på förövarna och hur någon blir en förövare är svaret och orsakssammanhanget lite mer komplext. Att dessutom uppemot 90% av förövarna känner sina offer gör inte saken lättare att förstå. I litteraturen kring förövare av sexuella övergrepp mot barn har man kunnat se en förhållandevis stor grupp som själva har svåra barndomstrauman i bakgrunden. Genom övergreppen kan man kanske tolka det som att de spelar upp sina egna trauman återigen. Eller att det är deras sätt att "ge igen". Trots att det sociala arvet finns där och kan spåras hos många förövare är inte heller det hela förklaringen. Alla utsatta utvecklas inte till förövare. Det är bara en liten grupp som gör det. Vad skiljer dessa två grupper åt? Vad är det som gör att någon antastar ett barn sexuellt? Man har kunnat identifiera i huvudsak fyra grupper av förövare som inbördes skiljer sig ganska mycket från varandra. Orsaken; drivkraften, bakom övergreppen varierar, liksom insikten om vilka följderna blir för barnet.

- ✓ *Barn- och unga drivna av experimentlusta.* Det finns en grupp förövare som inte alltid känns igen som förövare. Det är barn och unga som vi skulle kunna säga att "inte förstår bättre". De drivs ofta av nyfikenhet och deras primära mål är inte på samma sätt som andra grupper att utöva makt eller plåga barnet. Den sexuella

nyfikenheten står i fokus. Incest mellan syskon brukar ofta kunna ha förövare inom denna kategori.

- ✓ *Psykiskt sjuka förövare* drivs ofta av drifter utanför deras kontroll eller oförstånd. De är antingen psykostiska eller har någon form av intellektuellt funktionshinder. Det kan också handla om en neurologisk skada som gör att de inte kan hantera sin egen sexualitet. I dessa fall behöver förövarna behandling för den skada/det funktionshinder de har. I vissa fall kan man stävja behovet med hjälp av medicin (kemisk kastrering) eller om orsaken är en psykos med diverse vanföreställningar kan psykosens behandlas med neuroleptika /antipsykotisk medicin.
- ✓ *Personer med antisocial personlighetsstörning, psyko- och sociopater* är svårbehandlade. De är ofta känslolösa opportunisterna och kan drivas av en sadistisk önskan att skada och kontrollera. Psyko- och sociopater är inte sällan familjefäder eller förtrogna tränare, barnvakter, släktingar mm som ofta noggrant planerar övergreppen och manipulerar omgivningen och den övriga familjen. Dessa övergrepp pågår ofta under lång tid utan att upptäckas. Dessa förövare ger sig inte alltid på enbart barn utan för den sexuella njutningen av själva övergreppet.

- ✓ *Pedofiler och pederaster med en pågående könsdrift riktad mot barn och unga.* Ofta är dem vi tänker på när vi talar om förövare av sexualbrott mot barn. De kan oftast inte få en sexuell njutning av kontakt med vuxna. Bland denna grupp finns flera olika typer av förövare. Vissa hävdar att de drivs av kärlek, att de har sexuell umgänge med barnen för att undervisa och lära dem. En del saknar insikt i de allvarliga psykiska och beteendemässiga följderna som övergreppen kan föra med sig. Bortförklaringar förekommer ofta, medan andra erkänner och uppvisar ånger även om beteendet kan fortsätta då sexualdriften i sig fortfarande är riktad mot barn.
*Svårbehandlat.

Hur du som förälder kan förhindra eller minska risken för sexuella övergrepp:

- ✓ Den viktigaste aspekten är kanske att våga prata både om övergrepp, kropp och integritet och sexualitet med barnen. För små barn kan det handla om att tala om för barnet att det har rätt att säga nej till beröring, ifall det inte känns bra. "Tar någon på din kropp och det inte känns bra, säg NEJ till den personen och berätta genast för någon annan vuxen."

- ✓ Lär barnen att respekt inte handlar om blind lydnad i förhållande till vuxna och till andra personer med auktoritet.
- ✓ Uppmuntra professionellt förebyggande program i det lokala skolsystemet, i förskolan eller på fritidsgården.
- ✓ Sexuellt utnyttjade barn och deras familjer behöver omedelbar professionell bedömning och behandling. Barn och ungdoms psykiatri (BUP) kan hjälpa misshandlade och utnyttjade barn att återfå självkänslan, hantera sina skuld känslor och påbörja processen med att övervinna och läka traumat. Väl utförd behandling kan minska risken för att barnet kommer att utveckla allvarliga problem som vuxen.

Många föräldrar, anhöriga och även professionella är osäkra på hur de skall kunna föra upp sexuella frågor på agendan, särskilt med yngre barn. Men det finns sätt att lägga grunden så att du kan prata med barn utan att skrämma dem. Det behöver helt enkelt varken bli konstigt eller krystat, mycket ligger hos dig och den eventuella ångest du känner och ger uttryck för.

Skapa en öppen dialog om sexuella problem tidigt och våga prata om både kroppen och den egna integriteten med alla barn. Inför du däremot frågan om kön i en diskussion om övergrepp, finns det risk att tanken på kön direkt

länkas hos barnet med fara och ångest. Att däremot prata om integritet ger en positiv bild både av samtalet och er kommunikation och barnets egen kropp. Känner du dig osäker finns det professionell hjälp att få.

Om du har fostrat ditt barn en känsla av delaktighet och egen äganderätt till barnets kropp, har barnet förmodligen en instinktiv bild av vad som är okej och inte. Chansen att barnet självt ser fara när det hotar ökar. Ett sätt att bygga på barnets ägandeskap över den egna kroppen är att låta barnet vara med och bestämma vad det skall ha på sig, hur det skall ha håret etc. Undvik också att tvinga barnet att ge pussar och kramar när det inte vill eller inte är på humör. Det stärker barnets integritet. Slutligen, när föräldrar och personal inom barnomsorgen behandlar sina barns kroppar med respekt, kommer också barnet att kräva av andra att de skall behandla barnets kropp på ett liknande sätt. Barn som ständigt knuffas, greppas, eller straffas fysiskt hemma kan känna att vuxna har rätt att missbruka och använda barnets kropp bara för att de är större.

Hur går man vidare?

Det är plågsamt att tänka att barn i våra familjer och samhällen far illa och skadas av dem som de borde kunna lita på, ändå inträffar det. Efter den första stormen i samband med avslöjandet börjar så småningom kampen för återetablera en familjs liv inte bara dess överlevnad. Vi har alla olika coping-strategier för hur vi hanterar kriser. Viktigast är att sätta barnets behov i centrum se till att barnet och den övriga familjen är så tryggt som möjlig. Ett

utsatt barn behöver oftast mycket stöd. Därför kan det vara skäl att i ett tidigt skede söka stöttning i processen så att både anhöriga och utsatta får den bästa tänkbara rehabilitering. Detta eftersom det finns ett liv även efter övergrepp. Det finns hopp och en väg vidare. Som anhörig eller själv utsatt eller professionell inom barnomsorgen är det en väg du inte behöver gå ensam.

©2010 ATSU Eskilstuna
PDF - publikation av information på www.atsu.se