



LUNDS
UNIVERSITET

En kvalitativ studie om tjejers uppbrottsprocesser från en våldsam relation

Jenny Karlström och Edit Engström

Kandidatuppsats SOPB 63

Aktuell termin HT 2022

Handledare: Hans Knutagård

Abstract

Authors: Jenny Karlström och Edit Engström

Title: A qualitative study about girls' leaving processes from a violent relationship.

Supervisor: Hans Knutagård

Assessor: Lars Harrysson

The following study consists of a qualitative analysis based on six heterosexual girls' stories about the way out of their violent relationship. The purpose of the study was to gain an increased understanding of the six girls' leaving processes and which factors led to the final breakup. The empirical material was based on six podcast episodes where the girls talked about their experience of a turning point in their relationships and what made their leaving processes difficult and possible. The theoretical framework was based on two well-suited theories: the process of normalizing violence by Lundgren and theory about the leaving process by Enander and Holmberg. The study found several turning points: the choice between life and death, the realization that the relationship was not sustainable, and a self-experienced lack of turning point. Factors contributing to the leaving process were identified. Fear of how the boyfriend would react was both an aggravating and enabling factor in the leaving process. Stalking, belief in love, and an "on and off relationship" were all factors that made the leaving process more difficult. It appears that a social network, and professional support were factors that made the leaving process possible. Finally, the result shows that the leaving process was a complex and drawn-out process for the girls.

Keywords: "Youth intimate partner violence", turning points", and "the leaving process".

Tack!

Vi vill rikta ett stort tack till vår handledare, Hans Knutagård, som under arbetets process givit oss en värdefull handledning samt bidragit med intressanta reflektioner.

Vi vill även tacka för lärorika föreläsningar och workshops under uppsatsperioden. Tack för givande diskussioner och tips.

Tack Edit, för alla gånger du lärt mig att hitta extra energi vid de motgångar vi stött på och då jag velat ge upp. Jag vill även tacka dig för alla skratt och djupa konversationer som blivit av under arbetets gång. Jag är glad att vi skrev uppsatsen tillsammans. Utan dig och din kontroll på alla krav som arbetet består av, hade arbetet inte blivit så bra som det blev! – *Jenny*

Tack Jenny, utan dig hade vi inte stått här idag! Efter vårt första arbete tillsammans har du varit en självklar uppsatspartner. Genom att du varit ett tryggt ankare i det stormiga havet, med min stress och mina tankar, har jag kunnat flyta iväg utan att försvinna bort. Tack för ett gott samarbete och för ditt stora tålamod. Framför allt tack för allt kul vi haft och alla skratt under tiden! –

Edit

Innehållsförteckning

1 Inledning.....	1
1.1 Bakgrund.....	1
1.2 Problemformulering.....	1
1.3 Syfte.....	3
1.4 Frågeställningar.....	3
1.5 Avgränsning.....	4
2 Tidigare forskning.....	5
2.1 Sökvägar.....	5
2.2 Våld i nära relation bland unga.....	5
2.2.1 Våldets upptrappning bland unga.....	5
2.2.2 Förebyggande av våld i nära relation bland unga.....	6
2.3 Vändpunkter.....	6
2.3.1 Vändpunkter för unga.....	6
2.3.2 Vändpunkter för kvinnor.....	7
2.4 Faktorer som anses möjliggöra samt försvåra för unga i uppbrottsprocessen.....	8
3 Teoretiskt ramverk.....	10
3.1 Motivering av teoretiskt ramverk.....	10
3.2 Våldets normaliseringsprocess för kvinnan.....	10
3.3 Uppbrottsprocessen.....	11
4 Metod.....	14
4.1 Metodologiska överväganden.....	14
4.1.1 Podcastavsnitt.....	14
4.1.2 Empirins tillförlitlighet.....	16
4.2 Urval.....	17
4.3 Metodens tillförlitlighet.....	18
4.4 Bearbetning och analys.....	19
4.5 Etiska överväganden.....	20
4.6 Arbetsfördelning.....	21
5 Resultat och analys.....	22
5.1 Tjejernas vändpunkter.....	22
5.1.1 Valet att leva istället för att riskera att dö.....	22
5.1.2 Insikt om att förhållandet inte är hälsosamt.....	24
5.1.3 Avsaknaden av egen upplevelse av vändpunkt.....	26
5.2 Faktorer som försvårar uppbrottsprocessen.....	28
5.2.1 Kärlekens starka band.....	28
5.2.2 Rädslans konsekvenser.....	29
5.2.3 Pojkvännens försök till fortsatt kontroll genom stalking.....	31

5.2.4 ”På och av förhållande”	32
5.3 Faktorer som möjliggör uppbrottsprocessen.....	34
5.3.1 Vikten av professionellt stöd.....	34
5.3.2 Vikten av ett socialt nätverk.....	36
5.3.2.1 Familj.....	36
5.3.2.2 Vänner.....	37
5.3.3 Rädslans viktiga poäng.....	38
6 Avslutande diskussion.....	41
7 Referenslista.....	44

1 Inledning

1.1 Bakgrund

Våld i nära relation är ett stort samhällsproblem och en brottslig handling. Det finns inget givet våldsoffer, utan är något som kan drabba vem som helst och ske i alla konstellationer av relationer, oavsett kön eller ålder (Moser Hällén & Sinisalo 2018, s.15-18). Enligt *Socialstyrelsen* (2022) är dock kvinnor mer utsatta för våld samt allvarigare våld, vilket oftast utförs av män. *WHO* (u.å) uppger att en tredjedel av världens kvinnor har upplevt sexuellt och/eller psykiskt våld av sin partner. Våld i nära relation har olika definitioner (Moser Hällén 2021, s.22). Per Isdals definition är vanligast inom socialt arbete (Ibid). Definition lyder:

Våld är varje handling riktad mot en annan person som genom denna handling skadar, smärtar, skrämmer eller kränker, får denna person att göra något mot sin vilja eller avstå från att göra något den vill (Isdal 2001, s.34).

Moser Hällén och Sinisalo (2018, s.45-46) understryker att våld i nära relation medför flera konsekvenser för den våldsutsatta, men även för närstående och samhället. *NCK* (2022a) lyfter fram att för den våldsutsatta kan det innebära fysiska och psykiska skador, som många gånger kan kräva sjukvård. För samhället innebär våldet, enligt *Sveriges kommuner och regioner* (2021), kostnader för exempelvis sjukvård, insatser från myndigheter och sjukskrivningar. *WHO* (u.å) har till följd av våldets omfattning och konsekvenser erkänt våld i nära relation som ett folkhälsoproblem.

1.2 Problemformulering

Vårt mål är att mäns våld mot kvinnor ska upphöra, men det kommer aldrig att hända om vi inte börjar med killars våld mot tjejer. [...] – Zandra Kanakaris, förbundsordförande för Unizon (se TT 2019).

Sellgren Karlsson och Westfelt (2021, s.8) menar att unga är en särskilt utsatt grupp, som är extra sårbar för att utsättas för våld i nära relation. I ungdomsåldern är det fokus på socialt utvecklande, sexualitet samt identitetsskapande. Det gör unga mer sårbara än vuxna (Ibid). Vidare poängterar *Ungarelationer* (u.åa) att våldet i ungas relationer är lika grovt och allvarligt som i vuxnas relationer. Dessutom menar de att ungdomar kan sakna referensramar för hur en hälsosam relation bör se ut, vilket gör unga sårbara om de utsätts för våld i nära relation. Närmare fyra av tio unga har, enligt UR (2022), erfårit någon form av våld i en partnerrelation. I kombination av att vara ung och samtidigt drabbas av våldets konsekvenser konstaterar Sellgren Karlsson och Westfelt (2021, s.8), att unga i större utsträckning tar mer skada av våldet än om en vuxen drabbas. Axell (2018, s.31) belyser konsekvenser såsom en förlorad ungdomstid, men även en ökad risk för att i framtiden återigen drabbas av våld i nära relation. Processen in i vuxenvärlden riskeras därmed att påverkas negativt, enligt Sellgren Karlsson och Westfelt (2021, s.8).

NCK (2022b) har kartlagt att unga kvinnor är särskilt utsatta och sårbara i våldsamma relationer. Vidare uppger NCK (2022c) att unga kvinnor i åldrarna 15-24 år är den grupp i samhället som är mest våldsutsatta när det kommer till parrelationer. Sellgren Karlsson och Westfelt (2021, s.10) hävdar dessutom att konsekvenserna många gånger är allvarligare för tjejer än killar som utsätts för våld. De belyser bland annat att tjejer i högre grad utsätts för fysiskt våld, vilket medför att tjejer oftare är i behov av sjukvård.

Processen att bryta sig loss från en våldsam relation menar Korkmaz (2021, s.69) skiljer sig mellan unga och vuxna eftersom unga har ”ungdomsspecifika” faktorer i uppbrottsprocessen som inte vuxna har. Exempelvis att unga går i skolan (Ibid, s.86). *Ungarelationer* (u.åb) belyser att ungas uppbrottsprocesser många gånger är en svår och komplex process. Vidare poängterar de att det inte är ovanligt att unga gör slut för att senare gå tillbaka till varandra ett flertal gånger, innan relationen är helt över. En process som således kan kräva många försök och stor ansträngning från den våldsutsatta (Ibid).

Våld i ungas relationer, konstaterar Jonhed (2021, s.145), är det minst studerade området gällande våld i nära relationer. Trots att unga kvinnor är en särskilt sårbar grupp och mer utsatta för våld i nära relationer, skriver *Brå* (2018) att det har forskats mer om våld i nära relationer för kvinnor över 25 år. Vidare poängterar Korkmaz (2021, s.67) att den forskning som gjorts gällande uppbrottsprocesser, har fokuserat på vuxna kvinnors uppbrottsprocesser.

Mot bakgrund av ovanstående information finner vi intresset för att utföra studien om heterosexuella tjejers uppbrottsprocesser från en våldsamt relation. Unga tjejer är den mest utsatta och sårbara gruppen när det kommer till våld i nära relationer. Dessutom belyses att ungas och vuxnas uppbrottsprocesser skiljer sig åt samt att ungas uppbrottsprocesser inte har studerats i samma utsträckning. Vi finner det viktigt att få höra tjejers erfarenheter av att ta sig ur en våldsamt relation, för förståelse av hur våld i nära relation bland unga ska upphöra. Vår förhoppning är att studien kan bidra med en ökad förståelse till socionomer och deras arbete med att stötta tjejer ur sina våldsamma relationer.

1.3 Syfte

Syftet med studien är att få en fördjupad förståelse för sex tjejer som levit i en heterosexuell relation och deras erfarenheter av att bryta upp från en våldsamt relation, samt vilka faktorer som har lett fram till att de slutligen lämnade relationen.

1.4 Frågeställningar

- Vilken upplevelse är det, enligt tjejerna, som gör att de når en vändpunkt och vill lämna relationerna?
- Vilka faktorer anses försvåra för tjejerna i uppbrottsprocessen?
- Vilka faktorer anses möjliggöra för tjejerna i uppbrottsprocessen?

1.5 Avgränsning

Vi är medvetna om att våld i nära relation kan drabba alla, oavsett relation. För att möjlighet ska ges att få en djupare förståelse för tjejers uppbrottsprocesser,

kommer studien endast att utgå från sex tjebers erfarenheter av att ha levt i en våldsam heterosexuell relation. Empirin utgår från sex podcastavsnitt från Sveriges utbildningsradio (*Toxic*, 2020).

2 Tidigare forskning

I följande avsnitt kommer forskningsläget att presenteras. Avsnittet kommer att redogöra för våld i nära relation bland unga, om vändpunkter hos unga och kvinnor, samt faktorer som anses försvåra och möjliggöra för den unga i uppbrottsprocessen.

2.1 Sökvägar

I sökandet efter tidigare forskning har vi använt oss av sökforumen LUBsearch, Swepub och Google scholar. Vidare har publikationer även funnits via referenslistor tillhörande andra forskningar. Att doktorsavhandlingen är godkänd samt att artiklarna är av peer-review, säkerställer deras kvalitet.

Nyckelord: ”*intimate partner violence*”, ”*IPV*”, ”*youth intimate partner violence*”, ”*processes of leaving*”, ”*leaving processes*”, ”*decision making*” samt ”*turning points*”.

2.2 Våld i nära relation bland unga

Följande avsnitt, Våldets upptrappning bland unga samt Förebyggande av våld i nära relation bland unga, är till för att ge ett helhetsperspektiv på våldet i ungas relationer. Däremot är det inte studiens huvudfokus.

2.2.1 Våldets upptrappning bland unga

I Toscanos (2014, s.67) studie framkommer det att våldsutövaren ofta framställs som en idealisk pojkvän i början av förhållandet. Vidare beskriver Øverlien, Maoum Hellevik och Korkmaz (2020, s.803-807) att relationens tidiga skede oftast består av attraktion, glädje och förälskelse.

Øverlien m. fl. (2020, s.803-807) uppger att unga kvinnor beskriver att våldet många gånger kan förekomma i fysiska, psykiska samt sexuella handlingar. Något som är utmärkande för ungas våld, menar Øverlien (2018, s.74), är att det till stor del sker via sociala medier. Att digitalt våld är den vanligaste

våldsformen i ungas relationer, belyses i Øverliens och Helleviks (2016, s.705-707) studie. De menar att digitalt våld kan göra att unga inte inser att det är en våldsform och att de är utsatta för våld i sin relation. Trots övergrepp och våld i ungas relationer belyser Toscano (2014, s.67) att det finns en tro på kärlek.

2.2.2 Förebyggande av våld i nära relation bland unga

Våld i nära relation bland unga är något Korkmaz (2021, s.2) uppger dolts och inte tagits på allvar. Hon menar att i vuxenvärlden har våldet bland unga istället tolkats som kärleksdrama och att ungas relationer inte anses som seriösa. Av Øverliens (2018, s.82) studie framgår det att för att unga ska få rätt hjälp och möjlighet att komma ur sina destruktiva relationer, krävs det att våldet inte ses som kärleksdrama. Liknande resonemang återfinns i Griffiths (2019, s.14-23) studie, att både vuxna och unga har bristande kunskaper om ungas relationer. Hon menar att ett avsaknande av förtroendet till vuxna kan göra att unga dels har svårt att prata om sina relationer, dels om det eventuella förekomna våldet. Upphörandet av våld i nära relation grundar sig i ett förebyggande arbete och att vuxna behöver ta ungas våld på allvar (Ibid).

2.3 Vändpunkter

Nedan kommer våldsutsattas vändpunkter att redogöras. Valet att belysa kvinnors vändpunkter utöver ungas, grundar sig i att vi inte fann tillräckligt med forskning om ungas vändpunkter. Därav la vi till kvinnors vändpunkter då åldersspannet i Changs et al. (2010) studie, varierar från unga till vuxna kvinnor. Studier (Rosen & Stith 1995; Draucker et al. 2016; Reynolds & Shepherd 2011; Chang et al. 2010) benämner vändpunkter som startskottet för den våldsutsatta till att vilja avsluta relationen.

2.3.1 Vändpunkter för unga

Reynolds och Shepherd (2011, s.325) beskriver att processen för att lämna en våldsam partner många gånger startar med en vändpunkt hos den våldsutsatta. Liknande resonemang belyser Rosen och Stith (1995, s.157-159) i sin studie, att vändpunkter är en händelse som haft betydelse för den våldsutsatta för att

vilja lämna relationen. Vändpunkter kan både komma i form av kognitiv eller känslomässig förändring. Exempel på vändpunkter som belyses kan vara i samband med en specifik händelse i interaktion med pojkvännen (Ibid).

Liknande uppger Draucker et al. (2016, s.116) att vändpunkterna kan komma ur en insikt om att relationen är skadlig och inte endast från händelser. Insikten kan komma från den våldsutsatta eller från familj och vänner. Vidare identifieras att ungas vändpunkter kan komma från att de inser att de förtjänar en bättre partner (Ibid).

Ytterligare vändpunkter som identifieras hos unga menar Drauckers et al. (2016, s.116) samt Reynolds och Shepherd (2011, s.325) är i samband med att den unga får ett geografiskt och psykologiskt avstånd till partnern. Ett exempel på ett geografiskt och psykologiskt avstånd som belyses i Reynolds och Shepherds (2011, s.325) studie, kan vara när den unga är på semester med familjen utan våldsutövaren. Avståndet möjliggör för den våldsutsatta att få perspektiv på relationen. Ett annat exempel som de belyser är att våldsutövaren inte vill veta av det gemensamma barnet. Det möjliggör för den unga kvinnan att inse att våldsutövaren inte har en betydelsefull roll i hennes och barnets liv (Ibid).

2.3.2 Vändpunkter för kvinnor

Chang et al. (2010, s.253-255) belyser i sin studie om kvinnors vändpunkter. De identifierar fem teman: skydda utomstående, våldets eskalering, insikt om ett bättre liv med hjälp av externt stöd, insikt om att förhållandet inte kommer bli bättre samt svek. Vändpunkten kan ske om någon annan eventuellt kan fara illa av våldet. Om exempelvis barnen riskerar att utsättas för våld, är det en tydlig vändpunkt för kvinnan. Våldets eskalering kan exempelvis bero på att situationen, som kvinnan befinner sig i, blir så pass hotfull att hon känner att hon inte har något annat val än att lämna relationen. Eftersom det finns en risk för kvinnan att bli dödad av våldet. Vidare identifieras att vändpunkten kan komma från stöd av utomstående och professionella, vilket gör att kvinnan kan få en medvetenhet om att relationen är ohållbar. Insikten om att våldsutövaren inte kommer förändras, skapar en trötthet hos kvinnan, vilket möjliggör en

vändpunkt. Kvinnans vändpunkt kan slutligen komma från att de känner sig svikna av våldsutövaren, vid exempelvis en otrohet. Fördelar med att lämna relationen blir således större än anledningarna att stanna kvar med våldsutövaren (Ibid).

2.4 Faktorer som anses möjliggöra samt försvåra för unga i uppbrottsprocessen

Publikationer belyser att det finns flera faktorer som både möjliggör och försvårar för unga i uppbrottsprocessen (Korkmaz 2021; Korkmaz & Överlien 2020; Caridade, Pinheiro & Alzira Pimenta Dinis 2020).

Korkmaz och Överlien (2020, s.377-379) belyser i sin studie att föräldrar är en viktig faktor som kan ha en avgörande roll i ungas uppbrottsprocesser. Genom att föräldrar och framför allt mammor, förstår att något inte står rätt till, kan de hjälpa till att bryta relationen (Ibid). Vidare beskriver Korkmaz (2021, s.68) samt Korkmaz och Överlien (2020, s.377-379) att föräldrar även är en faktor som kan försvåra uppbrottsprocessen. Det kan innebära att föräldrarna skuldbelägger den våldutsatta för våldet (Korkmaz & Överlien 2020, s.377-379). Bristen på stöd från föräldrar framgår även i Caridades m. fl. (2020, s.8) studie som en försvårande faktor i uppbrottsprocessen.

Att skolan har en viktig roll för huruvida den unga har möjlighet att lämna relationen belyses både i Korkmaz (2021, s.68) avhandling samt Korkmaz och Överliens (2020, s. 379-383) studie. Ungdomstiden tillbringas till största del i skolan, vilket gör att lärare har en viktig roll i uppbrottsprocessen. Bristande stöd från skolan kan dels göra att den våldutsatta skyller på sig själv, dels att förtroendet till professionella kan förloras (Korkmaz & Överlien 2020, s.379-383). Vidare belyser Korkmaz (2021, s.68) att det inte är ovanligt att det unga paret går i samma skola eller till och med i samma klass. Att fysiskt behöva träffa våldsutövaren varje dag är således något som kan försvåra uppbrottsprocessen (Ibid).

Korkmaz och Överlien (2020, s.381) uppger att sociala medier är en faktor som försvårar uppbrottsprocessen. Även om det innebär att inte fysiskt behöva ses, möjliggör det för paret att hålla koll på varandra. Det kan exempelvis handla om att se vart den andra personen befinner sig med hjälp av Snapchat. Vidare gör sociala medier det möjligt för våldsutövaren att kontrollera vilka bilder som gillas och kommenteras, samt skapa ”fakeprofiler” för att upprätthålla kontakten. Sociala medier behöver dock inte endast vara en försvårande omständighet. För den våldsutsatta kan det möjliggöra att undvika ex-partnern genom att exempelvis se i Snapchat vart denne befinner sig (Ibid).

I både Korkmaz (2021, s.68) avhandling samt Caridades, m. fl. (2020, s.7-9) studie framkommer det att den våldsutsatta själv har en avgörande roll för hur uppbrottsprocessen kommer att hanteras. Korkmaz (2021, s.68) menar att unga internaliserar normer om könsroller, exempelvis att tjejer ska vara omhändertagande och hjälpa sin partner, vilket försvårar uppbrottsprocessen. I Caridades m. fl. (2020, s.7-9) studie framkommer det att skamkänslor försvårar för den våldsutsatta att lämna, eftersom det utgör ett hinder för att våga be om hjälp. Rädsla är även en faktor som identifieras som försvårande i uppbrottsprocessen. Det grundar sig i att när den våldsutsatta försöker lämna relationen, kan våldsutövaren hota om fysiskt våld mot den våldsutsatta och/eller dennes föräldrar (Ibid). Slutligen framkommer det i Toscano (2014, s.70) studie, att unga har en tendens till att gå tillbaka till varandra ett flertal gånger innan det slutgiltiga uppbrottet.

Korkmaz (2021, s.65-66) poängterar att våldet i ungas relationer till största del sker i sociala miljöer. Det gör det möjligt för vuxna, och andra utomstående, att ha en insyn i relationen och hjälpa den våldsutsatta ur förhållandet (Ibid). Förutom hjälp från vuxna, beskriver Caridade m. fl. (2020, s.9) att det är viktigt att den våldsutsatta pratar om våldet, då det kan underlätta i uppbrottsprocessen.

3 Teoretiskt ramverk

I nedanstående avsnitt kommer vi att presentera de två teoretiska ramverk som vi utgår från för att analysera det empiriska materialet. Nedan kommer en sammanfattning av de teoretiska ramverken tillsammans med relevanta begrepp.

3.1 Motivering av teoretiskt ramverk

Vårt teoretiska ramverk utgår från Lundgrens (2004) teori om *normaliseringsprocessen* samt Enander och Holmbergs (2008) teori om *uppbrottsprocessen*.

Våldets normaliseringsprocess beskrivs av Lundgren (2004) som den nedbrytningsprocess som en kvinna genomgår vid våld i nära relation och varför det kan vara svårt för kvinnan att lämna förövaren. Det onormala blir normalt för kvinnan, då processen innebär nedbrytning och anpassning. Med hjälp av Lundgrens teori (Ibid), har det givit oss möjligheten att få ett helhetsperspektiv för tjejernas uppbrottsprocesser. Vidare har vi genom normaliseringsprocessen förstått hur teorin förhåller sig till uppbrottsprocessen samt vice versa.

Uppbrottsprocessen av Enander och Holmberg (2008) ger en uppfattning av kvinnors fram- och motgångar som sker under uppbrottsprocessens utveckling. Med stöd av teorin har vi haft möjlighet att synliggöra, där faserna framträder, vilka faser tjejerna befinner sig i under deras uppbrottsprocesser. Genom att fasen synliggjorts, har vi fått en fördjupad förståelse för deras beteenden under processen.

3.2 Våldets normaliseringsprocess för kvinnan

Normaliseringsprocessen beskrivs av Lundgren (2004, 49-56) som den anpassning- och nedbrytningsprocess som kvinnan kan genomgå i ett förhållande innehållande våld, vilket gör det svårt för kvinnan att lämna relationen. Vidare beskriver Lundgren (Ibid) att första våldsutövandet från

mannen kommer som en chock för kvinnan. Vid ett gradvis förskjutande av gränser kombinerat med en ökning av kontroll, normaliseras våldet för kvinnan. På grund av att kontrollen från mannen ökar successivt, begränsas kvinnans livsutrymme, således vad kvinnan får tänka, säga och göra. Förskjutna gränser och ett ökande av kontroll är en del av kvinnans anpassning till mannens överordning. Mannens ökande av kontroll gör att kvinnan blir mer isolerad från omvärlden. Mannen blir därmed tillslut kvinnans enda referensram (Ibid).

Växlandet mellan våld och värme beskrivs som en del av mannens våldsstrategi. Växlandet mellan våld och värme, med andra ord en växling mellan våld och kärlek, medför att gränsen för vad som är våld respektive kärlek gradvis suddas ut. Det frekventa växlandet blir istället ett uttryck för mannens kärlek. Kvinnans anpassning av växlingen mellan våld och värme bidrar till att våldet blir normaliserat i relationen (Lundgren 2004, s.57-70).

Lundgren (2004, s.70-71) beskriver att ju tidigare in i normaliseringsprocessen, desto enklare har kvinnan att ta sig ur förhållandet. Om våldet är mer normaliserat, krävs att utomstående kan hjälpa till och stötta kvinnan ur förhållandet. Det ställer således mer krav på det sociala nätverket och professionella för att kvinnan ska kunna ta sig ur den våldsamma relationen. Våldets normaliseringsprocess behöver nödvändigtvis inte upphöra när förhållandet tagit slut, utan är något som kan följa med kvinnan framöver (Ibid).

3.3 Uppbrottsprocessen

Enander och Holmberg (2008, s.200) beskriver att uppbrottsprocessen är uppdelad i flera faser som mer eller mindre överlappar varandra samt att faserna kan pågå samtidigt: *Att bryta upp*, *Att bli fri* och *Att förstå*.

I fasen *Att bryta upp*, kommer kvinnan till en vändpunkt att vilja bryta upp relationen. Vändpunkten kan komma ur att kvinnan kommer till insikt att hon vill lämna relationen, vilket ofta kombineras med att kvinnan känner att hon

har ”nått botten”. Vändpunkten för kvinnan kan även bero på när det handlar om liv eller död. Kvinnans känsla av att hon kommer dö, sker inte allt för sällan i samband med fysiska våldsutövningar från mannen. En annan faktor till vändpunkten, som kan göra att kvinnan vill komma ur relationen, är om någon annan person eller ägodel riskerar att komma till skada (Enander & Holmberg 2008, s.211-214).

Att bli fri syftar till att det starka känslomässiga bandet till våldsutövaren fortfarande kan finnas kvar trots viljan att bryta upp. Kvinnor som lever i våldsamma relationer beräknas lämna sin partner mellan tre till fem gånger innan det slutliga uppbrottet. Det är oftast i denna fas som majoriteten av slutgiltiga uppbrott sker (Enander & Holmberg 2008, s.214-218).

Processen *Att bli fri* bryts upp i fyra stadier av Enander och Holmberg (2008, s.214-218).

1. Första stadiet innebär förälskelse och kärlek till våldsutövaren. I denna fas beskrivs det som svårt och ofattbart för kvinnan att vilja lämna mannen.
2. Andra stadiet präglas av hat mot mannen. Från ett utomstående perspektiv kan det tolkas som att kvinnan i det här skedet är påväg att lämna relationen. Känslan av hat och ilska kan dock förknippas till kvinnans motstånd, att kvinnan vill stanna kvar med en förhoppning att mannen ändrar sig.
3. Tredje stadiet domineras av att kvinnan har en medkänsla för våldsutövaren och tycker synd om personen. Medkänsla är det stadie som beskrivs vara den mest utdragna tidsperioden.
4. Sista stadiet uttrycks som en känsla av likgiltighet till mannen. Likgiltighet beskrivs vara den fas där kvinnan kommer att lämna relationen, om hon inte redan har lämnat honom. Det som kan få kvinnan att stanna i förhållande är om hon känner uppgivenhet eller rädsla.

Att förstå, definieras av Enander och Holmberg (2008, s.218-220), till största del bestå av en kognitiv process för den våldsutsatta. Under fasen kommer

kvinnan till insikt och ser sig som ett våldsoffer. De föreslår att processen sker, efter att kvinnan bestämt sig för att lämna mannen för gott. I processen *Att förstå* betraktar majoriteten av kvinnorna inte sig som våldsoffer, utan de beskriver det snarare som att de varit utsatta för övergrepp. Processen för kvinnan att se sig själv som våldsutsatt är således något som tar lång tid och som inte är helt smärtfritt.

4 Metod

Följande avsnitt består av en redogörelse för studiens tillvägagångssätt och dess fördelar och nackdelar. Nedan kommer följande att diskuteras: metodologiska överväganden; urval; metodens tillförlitlighet; bearbetning och analys; etiska överväganden; arbetsfördelning.

4.1 Metodologiska överväganden

Vår studie grundar sig i en kvalitativ metod, eftersom studiens syfte är att få en fördjupad förståelse för sex tjejers uppbrottsprocesser. Bryman (2018, s.487) beskriver att en kvalitativ metod har som syfte att skapa en fördjupad förståelse av ett ämne. Genom att studien grundar sig på en kvalitativ metod går det att höra deltagarnas perspektiv och dessutom ges möjligheten att få en nyanserad bild av tjejers uppbrottsprocesser. Liknande resonemang återfinns hos Bryman (Ibid, s.488), där kvalitativ metod leder till en möjlighet för en fördjupad förståelse för människans beteenden.

Det empiriska materialet består av podcastavsnitt (*Toxic*, 2020) om tjejers erfarenheter av våld i nära relation, vilket kan anses som en kombination av personliga dokument och som massmedieprodukt. Det gör att podcast faller under dokument som datakälla. Bryman (2018, s.656-667) skriver att dokument som datakälla innefattar olika typer av data och där datan inte producerats i syfte för forskning. Vidare poängteras att dokument som datakälla inte behöver betyda att det enbart är text på ett papper (Ibid). Dokument som datakälla har sina begränsningar, som exempelvis att det inte går att ställa följdfrågor till informanterna. Då studien berör ett känsligt ämne och där informanterna kan vara under 18 år, ser vi fördelen med att använda dokument som datakälla än ett annat tillvägagångssätt som exempelvis egna intervjuer.

4.1.1 Podcastavsnitt

Vårt empiriska material består av sex podcastavsnitt producerade av Sveriges Utbildningsradio (*Toxic*, 2020). URs syfte är till för att utbilda och informera

(UR u.å). Podcastavsnitten är monologer baserade på verkliga händelser och relationer, däremot är rösterna som läser upp berättelserna utbytta (*Toxic*, 2020). Nedan följer en kort beskrivning av de sex podcastavsnitt som utgör empirin i studien.

Meja

Meja går i nian när hon träffar en kille i parallellklassen. I början av förhållandet är han charmig och inlyssnande. Efter ett par veckor visar dock pojkvännen en annan sida där han utövar olika former av våld mot henne, mer eller mindre bisarra. Meja blir mer och mer isolerad. Det är först när Mejas mamma frågar om ett ärr på Mejas lår, efter ett knivhugg från pojkvännen, som Meja öppnar upp om relationen. Det gör att Meja får stöd och hjälp att komma ur relationen (*Toxic*, 2020).

Dilan

Dilan är 17 år när hon träffar sin blivande pojkvän på en fest. Killen upplevs i början av förhållandet som rolig och smart. Dilan flyttar hem till killen och hans mamma. Efter en utekväll när pojkvännen inte är med, sover Dilan hos pojkvännens killkompis, vilket gör att pojkvännens beteende förändras. Från och med utekvällen blir det som att Dilan har en skuld till pojkvännen som hon inte kan bli av med. Pojkvännen börjar efter utekvällen att utöva våld mot Dilan. Efter flertalet uppbrott, sker det slutliga uppbrottet som gör Dilan fri från pojkvännen (*Toxic*, 2020).

Jonna

Jonna går i ettan på gymnasiet när en några år äldre okänd kille hör av sig på Facebook. Jonna börjar umgås med killen som bestämmer att de ska bli ett par. Jonna känner att hon inte har något val. I förhållandets början blir hon uppvaktad och överöst av kärlek. Med tidens gång blir killen allt mer svartsjuk och börjar utsätta Jonna för olika former av våld. Jonna känner att hon måste lämna honom, men det är först när hon flyttar hem till sin mamma som pojkvännen tillslut låter henne vara (*Toxic*, 2020).

Amanda

En kväll när Amanda umgås med en kompis kommer två killar förbi. Amanda faller direkt för den ena killen som uppger sig ha liknande erfarenheter som Amanda. När Amanda och killen blir tillsammans förändras hans beteende direkt. Tidigt in i förhållandet utnyttjar han hennes psykiska ohälsa och vänder det mot henne. Sakta bryts Amanda ner. Det är först när Amanda får hjälp från en kompis som hon lyckas ta sig ur förhållandet (*Toxic*, 2020).

Sara

När Sara är 14 år får hon upp intresset för en kille som tar kontakt med henne på Instagram. Kort efter den första kontakten blir de ett par. Sara är orolig för vad hennes föräldrar kommer tycka om att hon har pojkvän, då Saras familj är troende. Men föräldrarna välkomnar killen in i familjen. Tidigt in i förhållandet börjar killen utöva våld mot Sara. Sara gör allt för att dölja våldet för utomstående. Det är först efter två år när Sara är utomlands med sin familj som hon vågar berätta för sin mamma och syster om hur relationen ser ut, vilket blir början på vägen ut ur relationen (*Toxic*, 2020).

Maryam

Maryam träffar sin framtida pojkvän när hon är 15 år och han 20 år. Killen kommer fram till Maryam när hon lyssnar på musik med en kompis i en park. Maryam och killen blir snabbt ett par. Tidigt i förhållandet ändrar killen beteende och börjar våldföra sig på henne. Efter en eskalerande misshandel bestämmer Maryam sig för att lämna förhållandet. Maryam berättar om våldet för sin mamma som hjälper Maryam att polisanmäla, vilket blir vägen ut ur förhållandet (*Toxic*, 2020).

4.1.2 Empirins tillförlitlighet

För att bedöma ett dokumentets kvalitet, menar Bryman (2018, s.657) att det kan diskuteras utifrån fyra kriterier: autenticitet, trovärdighet, representativitet och meningsfullhet.

Podcastavsnitten uppfyller kriteriet autenticitet, då det inte finns några tvivel på att det är UR som har producerat podcastavsnitten. Dessutom menar UR att berättelserna är verklighetsbaserade. För att kriteriet autenticitet ska vara uppfyllt förklarar Bryman (2018, s.657), att materialet ska vara äkta och att det inte ska finnas några osäkerheter kring vem som har producerat det.

Trovärdighet handlar, enligt Bryman (2018, s.657), om att materialet inte får vara förvrängt. Vidare behöver det finnas en medvetenhet i vilken kontext dokumentet producerats i (Ibid, s.674). Vad gäller trovärdigheten kan det inte uteslutas att podcastavsnitten inte är vinklade eftersom det är ett producerat material, som troligtvis är komprimerat. Podcastavsnitten kan således vara klippta samt vara vinklade enligt URs intresse. Dessutom går det inte att veta om tjejnans berättelser är korrekt återberättade eller om tjejnarna uteslutit detaljer. Sveriges radio, står dock för opartiskhet (Carlsson 2021), vilket ställer höga krav på att podcasten bör vara trovärdig.

Representativitetskriteriet kan inte anses uppfyllt, eftersom podcast, som plattform, är relativt nytt i jämförelse med andra källor som innehåller tjejnans berättelser om våldsamma relationer. Oavsett om podcast som plattform inte är representativ, har den en betydelse för studien, då kvaliteten på innehållet är densamma. Representativitet berör, enligt Bryman (2018, s.657), huruvida materialet är typiskt för kategorin och om materialet inte skulle vara typiskt, ska det diskuteras till vilken grad det inte är typiskt.

Bryman (2018, s.657) menar att meningsfullhet innebär att materialet ska vara tydligt och förståeligt. Med hänvisning till Brymans (Ibid) resonemang, anses podcastavsnitten tydliga och förståeliga, eftersom podcastavsnitten beskriver relationerna i en kronologisk ordning, vilket skapar en röd tråd.

4.2 Urval

Bryman (2018, s.496-497) beskriver att inom kvalitativ metod är ett målstyrt urval den vanligaste urvalsmetoden. En inriktning av målstyrt urval innebär kriteriestyrt urval som fokuserar på enheter som anses ha hög relevans för

studien (Ibid). Då studien fokuserar på killars våld mot tjejer i nära relationer, har podcastavsnitt, som är av relevans för studien valts ut. Vi hade kännedom om att UR hade släppt podcastavsnitt om killars våld mot tjejer, innan vi påbörjade examensarbetet. Efter att ha lyssnat igenom podcastavsnitten ansåg vi att de motsvarade kriterierna, det vill säga killars våld mot tjejer innehållande tjejernas uppbrottsprocesser.

Sex av åtta berättelser innehåller killars våld mot tjejer, medan resterande avsnitt belyser annan parkonstellation. Det gör att endast de sex avsnitten är av relevans för studien. Om studien istället skulle utgått från samtliga podcastavsnitt om våld i nära relation bland unga, hade en fördjupning om vår studies syfte inte kunnat genomföras. Svensson och Ahrne (2015, s.22) belyser att studier som endast innehåller en miljö, öppnar upp möjligheten för att få en djupare förståelse av ämnet.

4.3 Metodens tillförlitlighet

Bryman (2018, s.467) menar att fyra kriterier: trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet och möjligheten att styrka eller konfirmera, kan användas till att diskutera studiens tillförlitlighet. Kriteriet trovärdighet avser tydlighet och berör hur den sociala verkligheten framkommer i studien (Ibid). Vår studie representerar endast en liten del av allt våld som sker i nära relationer. Dock kan studien anses trovärdig, eftersom den kan ge en förståelse för somliga människors verkligheter, det vill säga en del av killars våld mot tjejer i nära relationer. Överförbarhet, enligt Bryman 2018, s.467-468), syftar till huruvida studiens resultat gjort sig giltigt i andra situationer än den genomförda studien och i hur stor skala studien anses kontextbunden. Eftersom studien endast utgår från sex podcastavsnitt kan den anses som kontextbunden, vilket kan hindra att resultatet blir överförbart i andra sammanhang.

Bryman (2018, s.468) förklarar att pålitlighet, innebär en redogörelse för studiens tillvägagångssätt, från processens början till slut. I linje med Brymans (Ibid) resonemang har vi genom metodavsnittet, lyft fram för vår studies tillvägagångssätt samt diskuterat och synliggjort brister. Det här för att

säkerställa metodens tillförlitlighet. Objektivitet går inte att säkerställas och att våra värderingar inte påverkar studien, vilket även Bryman (2018, s.496) lyfter fram som en nackdel med kvalitativ metod. Att resultat och analys kan byggas på forskarens egen uppfattning om vad som är av relevans för studien (Ibid). Med hjälp av citat i avsnittet Resultat och analys försöker vi dock säkerställa en objektivitet. Kriteriet för möjlighet att styrka eller konfirmera syftar till, menar Bryman (2018, s.470), att forskaren behöver ha en förståelse om att det inte går att vara helt objektiv.

Svensson och Ahrne (2015, s.26-27) belyser att generalisering är ytterligare en aspekt att diskutera gällande metodens tillförlitlighet, men som ofta är en brist inom kvalitativ forskning. Med hänvisning till studiens syfte, är inte vårt fokus att generalisera utan att få en fördjupad förståelse för sex tjejers uppbrottsprocesser. Dessutom påpekar Bryman (2018, s.496) att om ett målstyrt urval används, går det inte att generalisera till populationen.

4.4 Bearbetning och analys

Bryman (2018, s.667-668) menar att till dokument som data, är en innehållsanalys lämplig och för att analysera innehållet, kan en tematisk analys vara fördelaktig. Enligt Clarke och Braun (2017, s.297) består tematisk analys av att först koda materialet för att därefter finna relevanta teman. Valet av tematisk analys gjordes för att ha möjlighet att hitta likheter och/eller skillnader i tjejernas berättelser.

Vi har båda lyssnat igenom podcastavsnitten ett flertal gånger. Därefter har materialet transkriberats. Eriksson-Zetterquist och Ahrne (2015, s.51) menar att transkribering är fördelaktigt då det kan ses som startskottet på analysprocessen. Kodning används för att ha en möjlighet att orientera sig i och skapa en närhet till materialet (Rennstam & Wästerfors 2015, s.224). Efter genomläsning av materialet, påbörjades kodning av berättelserna. Exempel på koder som har identifierats utifrån podcastavsnitten och som ligger till grund för tematisering är följande: *rädsla, föräldrar som hjälper, kontroll via telefon, externt stöd, nära döden upplevelse* samt *lång uppbrottsprocess*. Kodningen

har skett i linje med Brymans (2018, s.700) förklaring, att det bör ske ett flertal gånger för att synliggöra relevanta nyckelord.

Clarke och Braun (2017, s.297-298) förklarar att en tematisk analys möjliggör ett smidigt arbetssätt att finna mönster i materialet som är av relevans för studien. Vi har funnit fler teman än vad som kommer att redogöras för i avsnittet Resultat och analys. Valet med att sortera ut relevanta teman är för att ha möjlighet till en fördjupad förståelse. Rennstam och Wästerfors (2015, s.135-136) belyser att i en kvalitativ metod kan inte allt som kan vara av relevans för studien analyseras. En del av kvalitativ metod handlar om att våga välja bort, utan att förstöra helhetsperspektivet (Ibid). I sökandet efter teman har vi under processens gång haft olika kriterier i åtanke. Bryman (2018, s.705) exemplifierar kriterier, såsom om det finns repetitioner av teman eller om materialet saknar data. Tematisk analys ska även, enligt Bryman (2018, s.706), belysa varför temana är relevanta, exempelvis på vilket sätt temana kan relateras till annan litteratur. Genom att vi fört diskussionen om hur temana kan relateras till den tidigare forskningen och valda teorier, har vi i största möjliga mån säkerställt att irrelevanta teman inte tagit vårt fokus. Exempel på teman som vi funnit och som ligger till grund för Resultat och analys är: *valet att leva istället för att riskera att dö, ”på och av förhållande” samt vikten av ett externt stöd.*

4.5 Etiska överväganden

Vetenskapsrådet (2002, s.5-14) åberopar till Humanistisk-samhällsvetenskapliga forskningsrådets fyra etiska forskningsprinciper. Nyttjandekravet innebär att deltagarnas berättelser endast kommer att användas till den berörda studien. Vidare går konfidentialitetskravet ut på att deltagarnas information ska behandlas med respekt och att utomstående inte ska ha möjlighet att identifiera deltagarna i studien utifrån deras information (Ibid). Det är svårt för oss att förhålla oss till nyttjandekravet och konfidentialitetskravet eftersom podcastavsnitten är offentligt publicerade material. Det kan således inte garanteras att tjejernas

berättelser endast kommer att ingå i vårt studiematerial, liksom att vi inte kan garantera att tjejernas berättelser hålls anonyma.

Samtyckeskravet innebär att deltagarna själva avgör efter vilka förutsättningar de medverkar till studien (Vetenskapsrådet 2002, s.9-12). Svedmark (2019, s.107) problematiserar att inhämta samtycke av personer vars information hittas på internet. Både då eftersökning är tidskrävande och eftersom det kan vara svårt att veta vem som står bakom informationen (Ibid). Det hade blivit tidskrävande, att få tag i UR och fråga efter tjejerna i podcastavsnitten efter samtycke. Dessutom hade UR troligtvis inte givit oss tjejernas identiteter eftersom det skulle tappa URs syfte med att hålla tjejerna anonyma. Det gör att vi heller inte kan förhålla oss till informationskravet eftersom vi inte har deras samtycke. Informationskravet innebär att personer som ska medverka i studien, får rätt och tydlig information om studiens syfte och innehåll (Vetenskapsrådet 2002, s.9-12).

4.6 Arbetsfördelning

Vår utgångspunkt har varit att göra så mycket som möjligt tillsammans för att skapa en jämn balans i vår studie. Utifrån tidsramen har vissa avsnitt behövt delas upp, såsom Tidigare forskning samt Metod. Vi sökte efter tidigare forskning var för sig, för att sedan diskutera vad vi kommit fram till och vad som varit relevant för vår studie. Metodavsnittet har bitvis varit uppdelat, men innehållet har innan uppdelningen diskuterats. Vi har alltid diskuterat genom all text gemensamt, oavsett om det varit uppdelat var för sig eller inte. Vi har funnit att en flytande diskussion genom arbetet varit nödvändigt för att nå en stabilitet i arbetet. Samarbetet har varit bra och de gånger vi haft olika åsikter, har vi diskuterat fram en lösning som båda varit tillfreds med.

5 Resultat och analys

I kommande avsnitt kommer studiens frågeställningar att besvaras utifrån det empiriska materialet. Med hjälp av valda teorier och den tidigare forskningen kommer resultatet att analyseras. Varje frågeställning kommer att analyseras med utgångspunkt i identifierade teman ur podcastavsnitten (*Toxic*, 2020). Vi vill poängtera att temana är något som vi har konstruerat och inget som tjejerna själva har kategoriserat. För att göra temana begripliga kommer varje tema att konkretiseras med ett eller flera citat. Vi vill även tillägga att det inte finns någon speciell ordning för temana och att alla temana anses lika betydelsefulla för studien.

5.1 Tjejernas vändpunkter

Resultatet utgår från tjejernas första upplevelse av vändpunkt, vilket anses som början på uppbrottsprocessen och inte som ett slutgiltigt uppbrott. Tjejerna beskriver olika upplevelser av vad som gjorde att de kom fram till valet att lämna sin partner. Nedan kommer tre olika teman tas upp som varit avgörande för tjejernas vändpunkter. Teman som kommer att analyseras är: valet att leva istället för att riskera att dö; insikt om att förhållandet inte är hälsosamt; avsaknaden av egen upplevelse av vändpunkt.

5.1.1 Valet att leva istället för att riskera att dö

Ett tema som identifierats är valet mellan att leva eller riskera att dö. Valet att leva och inte riskera att dö, möjliggjorde för den våldsutsatta att komma till en vändpunkt om att relationen behövde avslutas.

I Maryams berättelse framkommer det att vändpunkten skedde när hennes pojkvän hade misshandlat henne så att hennes knän blivit skadade. För Maryam var det inte första gången han misshandlade henne, men hon nådde en punkt där hon beskriver att hon behövde välja mellan liv och död:

Så knäna som inte var i det bästa förhållandet, under det här

tillfället, så lyckades jag ändå smyga mig fram till att hitta mina grejer. [...]. Och under det här tillfället nu då, så kände jag att det är verkligen på liv och död, att nu ska jag leva liksom. [...]. – Maryam (16:46).

Maryams vändpunkt som handlade om liv eller död, kan förankras i det Enander och Holmberg (2008, s.211-214) belyser som fasen *Att bryta upp* där kvinnan når sin vändpunkt. I Maryams citat framkommer det att vändpunkten berodde på att hon förstod att hon kunde dö till följd av pojkvännens eskalerande misshandel. Vidare framkommer det att hon tidigare blivit misshandlad flera gånger av pojkvännen. Situationen som Maryams citat beskriver, kan ses som att hon efter misshandeln ”nådde botten”, eftersom hon insåg att hon behövde lämna lägenheten för att inte riskera att dö av partners våld. Det ger förståelse till varför hennes vändpunkt kom då och inte tidigare. Liknande beskrivning av vändpunkt, framkommer i Changs et al. (2010, s.253-255) studie, att vändpunkten för kvinnor kan komma ur valet av att inte riskera att dö av våldet.

Det förstås som att Maryam ”behövde” komma till en händelse mellan att leva eller dö, för att hon skulle nå fram till fasen *Att bryta upp*. Som nämnt, var det för Maryam inte ovanligt att bli misshandlad. Hon valde trots tidigare misshandelstillfällen att stanna i relationen med partnern, vilket Lundgren belyser (2004, s.49-70) som normalisering. Att våldet var normaliserat för Maryam. För att börja bryta normaliseringen var valet mellan att leva eller dö en betydande faktor för att Maryam skulle uppnå en vändpunkt. Maryams förståelse om att hon behövde lämna pojkvännen kan ses som en kognitiv förändring, då hon kände att pojkvännens misshandel var farlig, likt Rosens och Stiths (1995, s.157-159) resonemang om ungas vändpunkter. Trots att Maryam upplevde våldet som normaliserat skapade den eskalerande händelsen en kognitiv förändring hos henne, som möjliggjorde Maryams vändpunkt.

5.1.2 Insikt om att förhållandet inte är hälsosamt

Ett centralt tema som framkommer bland tjejernas berättelser är att de kom till en insikt om att förhållandet inte var hälsosamt, vilket möjliggjorde tjejernas vändpunkter. Insikten skapade en förståelse för pojkvännernas orimliga beteenden.

Jonna beskriver att hennes insikt om att förhållandet inte var hållbart inträffade när pojkvännen en morgon låste in henne i garderoben, på grund av hennes val av klädsel och sminkning:

[...]. Alltså nej jag ska bara gå till skolan vad är det. Men då så stod jag i garderoben och skulle byta om för att det var ju tydligen för fint och då så stängde han igen och så höll han för och så fick jag inte komma ut. [...]. Det var som att jag kom till insikt. Det var som att jag såg vad det var för människa och jag bara kände att jag kan inte leva så här mer och jag stod där inne och jag kände att idag räcker det. Idag flyr jag. – Jonna (16:10).

Jonna beskriver i ovanstående citat att hon kom till en insikt om att förhållandet inte var hållbart, eftersom hon inte fick välja hur hon skulle se ut för pojkvännen. Det går att förstå att Jonna uppnådde fasen *Att bryta upp* (Enander & Holmberg 2008, s.211-214), när killen låste in henne och försökte kontrollera henne. Inlåsningsen i garderoben kan ses som att hon vid det tillfället ”nådde botten”, eftersom det framkommer i citatet att hon ville fly från pojkvännen. Situationen som beskrivs i Jonnas citat, blev således hennes vändpunkt att vilja komma ifrån honom och avsluta relationen, då hon i garderoben fick insikt om vem pojkvännen egentligen var. Jonnas upplevelse av vändpunkt kan anses som vag, i jämförelse med Maryams vändpunkt om att inte riskera att dö. Jonnas beskrivning är däremot något som speglas i Drauckers et al. (2016, s.116) studie, att ungas vändpunkter kan komma ur en insikt om att relationen är skadlig och inte endast ur en händelse.

Lundgren (2004, s.49-56) menar att våldets normalisering gör att kvinnan anpassar sig till mannen. I Jonnas berättelse framkommer det att hon ständigt anpassade sig till pojkvännen för att inte göra honom upprörd eller utsättas för hans våld. Trots Jonnas försök till anpassning efter pojkvännen blev han aldrig nöjd, vilket framgår av citatet då Jonna blev inlåst i garderoben. I garderoben kan Jonna ha insett att hur mycket hon än försökte, skulle hon aldrig vara tillräcklig för pojkvännen. Jonnas insikt om att pojkvännen aldrig blev nöjd, kan ha varit anledningen till att hon ”nådde botten” och en insikt om att relationen inte var hälsosam. Våldets normalisering kom därav till en första brytpunkt.

Vidare beskriver Sara att hon kom till insikt under familjens utlandssemester. Under semestern försökte pojkvännen att logga in på hennes telefon via hennes iCloud-konto. Han skickade även SMS och mejl i mängder. Sara valde att ignorera hans försök till kontakt:

[...]. Men någonstans hade jag ändå en känsla av att det inte kunde bli värre. För jag var ju ändå så långt bort och då kändes det som att han inte riktigt kunde göra någonting. Han kunde inte ta bilen hem till mig och kasta ner mina tavlor eller hålla fast mig, så att då hade jag ändå lite trygghet i det någonstans att jag inte var i Sverige. [...]. Och då brast allting. [...]. – Sara (21:34).

Det som gjorde att Sara kunde komma till fasen *Att bryta upp* (Enander & Holmberg 2008, s.211-214), det vill säga hennes insikt, berodde på att Sara fick ett geografiskt avstånd till pojkvännen. I Saras citat går det att urskilja att hon kände sig trygg eftersom hon befann sig utomlands. Tryggheten gjorde därmed att Sara kunde få ett psykologiskt avstånd. Det gav Sara möjligheten att se relationen ur ett annat perspektiv och genererade att hon kunde uppnå en vändpunkt, då det framgår i citatet att allting brast för henne. Vikten av att Sara fick distans för att nå en vändpunkt, kan förankras i tidigare studier (Reynolds & Shepherd 2011 s.325; Drauckers et al. 2016, s.116), som menar att vändpunkter hos unga kan ske i samband med ett psykologiskt och

geografiskt avstånd till våldsutövaren.

Av Saras citat framgår det att hon tidigare blivit utsatt för våld, då hon exempelvis beskriver att hon blivit fasthållen av pojkvännen. Det kan ses som en del av pojkvännens normalisering av våldet (Lundgren 2004, s.49-70). Med andra ord att Sara anpassade sig efter honom, vilket minskade hennes livsutrymme. Då familjen befann sig utomlands, kunde pojkvännen inte upprätthålla och/eller fortsätta normaliseringsprocessen. Dels för att Sara befann sig fysiskt långt ifrån honom, dels för att hon valde att inte svara när han kontaktade henne digitalt. Saras distans till pojkvännen möjliggjorde därav ett ökat livsutrymme, vilket i sin tur kunde ge Sara insikten om att relationen inte var hälsosam. Saras vändpunkt kan därmed ses som en kombination av ett geografiskt och psykologiskt avstånd och att normaliseringsprocessen inte kunde fortgå under semestern, på samma sätt som när hon var hemma.

I Jonnas citat synliggörs det att hon i situationen med garderoben, förstod att pojkvännens agerande inte var acceptabelt. På liknande vis, synliggörs det i Saras beskrivning att hennes insikt om att pojkvännen inte kunde komma åt henne, gav henne perspektiv på relationen. Jonnas och Saras insikt om att förhållandet inte var hälsosamt, är något som kan förankras i fasen *Att förstå* (Enander & Holmberg 2008, s.218-220), som framför allt innebär en kognitiv process för kvinnan att se sig som våldsutsatt. Det går inte med säkerhet att säga att Jonna eller Sara såg sig som våldsutsatta under denna tidpunkt, däremot fick de en förståelse om att relationen inte var hälsosam. Något som i tjejernas fall var avgörande för att de skulle uppnå en vändpunkt. Jonnas och Saras insikt om pojkvännernas beteende, kan dock ses som en början till att närma sig fasen *Att förstå*.

5.1.3 Avsaknaden av egen upplevelse av vändpunkt

Avsaknaden av egen upplevelse av vändpunkt är en faktor som synliggjorts bland en av tjejernas beskrivningar. Faktorn grundade sig i att vändpunkten inte kom från den våldsutsatta, utan från en utomstående.

Från Mejas berättelse går det att utläsa att hon inte hade en egen upplevelse av en vändpunkt. Det var först när Mejas mamma förstod att Mejas pojkvän inte hade ett rimligt beteende och var våldsam, som Mejas mamma begränsade henne från att träffa honom. Även om Mejas mamma berättade att Meja inte fick träffa pojkvännen, framkommer det inte om Meja själv ansåg det som nödvändigt:

Mamma märkte mitt sår på benet som hade läkt. Hon såg ju det och ja, men förstod liksom att det var från en kniv. Så hon började ju fråga massa frågor, hon undrade om det var han som hade gjort det, vad har du för att de där blåmärkena ifrån, men jag vill inte svara på det eller jag fick liksom inte svara på sånt, så man gjorde inte det. [...]. Då liksom sätter vi oss ner och så berättade de för mig att, du ja men du får inte träffa han mer. [...]. – Meja (22:42).

Avsaknaden av egen vändpunkt eller att Meja inte berättade om våldet, kan förstås utifrån Lundgrens (2004, s.49-70) beskrivning, att ett gradvis ökande av kontroll gör att våldet blir normaliserat för kvinnan. I Mejas citat framgår det att pojkvännen kontrollerade vad Meja fick säga, vilket kan ses som en av pojkvännens strategier för att normalisera kontrollen av henne. Att Meja inte pratade om våldet visar på att hon hade anpassat sig till pojkvännen. Anpassningen efter pojkvännens kontroll, minskade Mejas livsutrymme, vilket kan ha varit anledningen till att hon inte uttryckligen delade uppfattningen med hennes mamma om att relationen behövde avslutas.

I Mejas beskrivning framkommer det att det var när hennes mamma fick se ett ärr från ett knivhugg från pojkvännen på Mejas lår, som mamman förstod att förhållandet inte var bra. I och med våldets normalisering, blev Mejas mamma hennes vändpunkt, då Mejas mamma kunde se relationen från ett utomstående- och föräldraperspektiv. Den tidigare forskningen har inte belyst att den våldsutsatta kan avsakna en egen vändpunkt, likt Mejas beskrivning. Däremot belyser Draucker et al. (2016, s.116) i sin studie, att vändpunkten hos

unga kan komma från en insikt från familjen. Till skillnad från deras resonemang, kom inte endast Mejas mamma med insikten utan Mejas mamma blev den faktiska vändpunkten. Även om Mejas mamma berättade om att förhållandet inte var rimligt, framkommer det inte om Meja förstod allvaret. En slutsats är att utan Mejas mamma, hade relationen inte avslutats vid samma tidpunkt, eftersom det var Mejas mamma som bestämde att relationen behövde få ett avslut. Det går därav att förstå vikten av, för att Meja skulle få en vändpunkt, att hon hade sin mamma närvarande samt att Meja bodde hemma under denna tidpunkt. Den unga åldern kan därmed ses som något ”bra” i Mejas fall. Mejas mammas betydelse, är något som går i linje med vad Lundgren (2004, s.70-71) belyser, att utomstående kan behöva stötta den våldsutsatta ur relationen, eftersom våldet är normaliserat för kvinnan.

5.2 Faktorer som försvårar uppbrottsprocessen

I följande avsnitt kommer fyra försvårande teman som har identifierats i tjejernas berättelser att presenteras. Det framkommer i tjejernas beskrivningar att de kunde ha flera faktorer som försvårade i uppbrottsprocessen samt att de kunde pågå samtidigt. Teman som nedan kommer att analyseras är: kärlekens starka band; rädslans konsekvenser; pojkvännens försök till fortsatt kontroll genom stalking; ”på och av förhållande”.

5.2.1 Kärlekens starka band

En faktor som lyftes fram i tjejernas beskrivningar var tron på kärlek till pojkvännen. Trots förekomsten av våld i förhållandet, belyser Toscano (2014, s.65-71) att unga kan känna kärlek till våldsutövaren. Tron på kärleken försvårade uppbrottsprocessen för tjejerna, både genom att psykiskt och/eller fysiskt inte vilja släppa taget om pojkvännen.

Sara förklarar att trots vändpunkten då hon insåg att förhållandet inte var hållbart, fanns fortfarande kärleken kvar för pojkvännen. Vidare framkommer det att Sara vid det här tillfället inte hade några kompisar kvar:

[...]. Och någonstans var jag fortfarande kär i honom och han

var också den enda jag hade vid den här tidpunkten, alltså i vänskapsväg ju. [...]. – Sara (22:53).

Saras kärlek kan förankras i fasen *Att bli fri* (Enander & Holmberg 2008, s.214-218), där kvinnan trots viljan att lämna förhållandet kan vara förälskad i våldsutövaren. Med utgångspunkt i Saras beskrivning framkommer det att hon fortfarande var kär i pojkvännen trots hans beteende och agerande mot henne. Saras kärlek till pojkvännen försvårade för henne i uppbrottsprocessen, eftersom Sara inte ville vara ifrån pojkvännen då han var den enda hon umgicks med. Genom att Sara inte ville vara ifrån pojkvännen, kunde hon aldrig få en chans att bryta våldets normalisering. Enligt Lundgrens (2004, s.49-57) beskrivning, skulle det i Saras fall varit nödvändigt med en brytpunkt för att hennes uppbrottsprocess skulle underlättas.

Saras kärlek till pojkvännen, kan ses utifrån Lundgrens (2004, s.57-70) beskrivning som växling mellan våld och värme. Pojkvännens våld blev för Sara tillslut ett uttryck för hans kärlek, eftersom gränsen för våld respektive kärlek suddats ut. Vidare bidrar isolering till att mannen blir kvinnans enda referensram (Lundgren 2004, s.49-70), vilket framkommer i Saras citat, då hon inte umgicks med någon förutom pojkvännen. Det kan ha gjort att Sara inte hade möjlighet att jämföra relationen eller se hur en hälsosam relation skulle se ut. Av Saras citat framgår det att hon, förutom pojkvännen, inte hade några vänner. Avsaknaden av vänner kan ha varit ytterligare en anledning till Saras kärlek till pojkvännen. Att hon inte hade några vänner, kan ha varit en del av isoleringen och pojkvännens strategi för att hon skulle ”behålla” kärleken för honom. Pojkvännens strategi kan därmed ha gjort att Sara inte ville förlora honom då hon istället skulle blivit ensam.

5.2.2 Rädslans konsekvenser

Det går att identifiera att rädsla var en faktor som försvårade i uppbrottsprocessen för tjejerna. En rädsla som grundade sig i att tjejerna var medvetna om vad pojkvännerna vad benägna till. Genom att tjejerna var rädda

för pojkvännerna, vågade de inte lämna relationen fullt ut, varken psykiskt eller fysiskt.

Sara beskriver en rädsla för vad som kunde hända efter att hon skulle berätta om att hon ville lämna relationen, då hon under två års tid hade levt under pojkvännens kontroll. Saras rädsla kom redan innan hon berättade för sin pojkvän om beslutet. Det gjorde att hon inte vågade lämna relationen direkt efter vändpunkten och istället övervägde suicid för att ha möjlighet att undvika våld framöver:

[...]. Så jag kommer ihåg att jag var väldigt rädd så här. Vad kommer hända nu? När jag kommer hem kommer jag våga, kommer jag orka psykiskt eller kommer jag behöva ta livet av mig för att det kommer bli för tufft? [...]. – Sara (23:11).

I citatet framkommer det att Sara var orolig för pojkvännens reaktion och att hon inte visste om hon skulle våga. Saras rädsla för pojkvännen går i linje med vad Caridade, m. fl. (2020, s.7-9) belyser i sin studie om att ungas rädsla kan försvåra i uppbrottsprocessen. Till skillnad från deras resonemang, framkommer det i Saras beskrivning att rädsla var något som kunde uppstå även om hon inte blivit hotad av pojkvännen. Saras rädsla kan ses som en försvårande faktor i uppbrottsprocessens fjärde stadie i fasen *Att bli fri* (Enander & Holmberg 2008, s.214-218). I Saras beskrivning framgår det att Sara dels upplevde en rädsla för hur pojkvännen skulle agera, dels en uppgivenhet eftersom hon beskriver att hon övervägde suicid. Utifrån teorin går det att förstå att Sara i fasen *Att bli fri* inte hade haft styrkan att lämna pojkvännen eftersom rädslan och uppgivenheten, utifrån Saras citat, var större än hennes mod att lämna pojkvännen. Vidare går det att förstå att rädslan skapade möjlighet för pojkvännen att upprätthålla det Lundgren (2004, s.46-57) belyser som våldets normalisering.

Saras rädsla går att förstå utifrån normaliseringsprocessen (Lundgren 2004, s.49-70), då Saras vilja att avsluta relationen skulle gå emot pojkvännens kontroll. Pojkvännens normalisering av våldet, innebar att Sara skulle vara

underordnad honom och att hennes livsutrymme skulle minska. Saras insikt om att relationen behövde få ett slut, kan således ha bidragit till att hon blev rädd eftersom det skulle innebära att behöva gå emot pojkvännen och en början ur våldets normalisering. I Saras citat framkommer det att hon funderade på suicid. Sara frågade sig själv om hon mentalt skulle orka att bryta upp med pojkvännen. Känslan av suicid kan ha varit ett sätt för Sara att undgå rädslan för pojkvännen. Sara kan ha upplevt suicid som en enklare utväg, än att berätta för pojkvännen om att hon ville avsluta relationen och för att undgå dess konsekvenser av att gå emot pojkvännens kontroll.

5.2.3 Pojkvännens försök till fortsatt kontroll genom stalking

Ett återkommande tema som belyses i tjejernas berättelser var stalking från deras pojkvänner, efter beslutet om att relationen skulle brytas upp. Stalkingen kunde uttryckas olika. Allt ifrån att hysteriskt ringa/SMS:a till att söka upp tjejen fysiskt. Stalkingen försvårade uppbrottsprocessen för tjejerna genom att pojkvännerna ständigt närvarande i tjejernas liv.

Efter att Maryam försökt lämna pojkvännen, försökte han behålla kontakten med henne. Maryams mobil blev pojkvännens verktyg till försök av kontroll även när de inte fysiskt umgicks med varandra:

Han kunde skicka så mycket SMS alltså, det var vart 10:e sekund minst. Och jag läste ju allting hela tiden. [...]. Och någon gång, så kommer han hem till mig efter det här och bara bankar på mitt fönster mitt i natten och stod bara där och kolla på mig. [...]. – Maryam (22:30).

Maryams pojkvän försökte upprätthålla kontakten genom att konstant SMS:a samt fysiskt söka upp henne i hennes hem under nätterna. Maryams beskrivning belyser bredden på stalking utöver det som Korkmaz och Överlien (2020, s.381) belyser i sin studie om unga, att stalking kan ske via sociala medier. Genom stalkingen går det att förstå att pojkvännen försökte upprätthålla våldets normalisering, likt det Lundgren 2004, s.49-70) berör.

Stalkningen av Maryam skedde utifrån hennes citat, dygnet runt. Det gjorde att Maryam aldrig fick en chans att få en paus från pojkvännen och att han ständigt hade en möjlighet att kontrollera henne. Med pojkvännens beteende fick Maryam varken ett psykologiskt eller geografiskt avstånd till honom, vilket skulle vara nödvändigt för Maryam i underlättandet av hennes uppbrottsprocess. Vikten av att Maryam skulle fått ett avstånd till pojkvännen, är något som kan förankras i Reynolds och Shepherd (2011, s.325) samt Drauckers et al. (2016, s.116) studier, som menar att ett geografiskt och psykologiskt avstånd kan vara det som möjliggör en vändpunkt hos unga. Författarna beskriver vändpunkten, men det går utifrån deras resonemang att förstå att en distans till pojkvännen kan ha varit nödvändig för Maryam i hennes uppbrottsprocess.

5.2.4 ”På och av förhållande”

Baserat på tjejernas erfarenheter går det att identifiera faktorn ”på och av förhållande”, vilket även framkommer i Toscanos (2014, s.70) studie om unga. Även om tjejerna bestämde sig för att lämna relationen, valde ett par av tjejerna att gå tillbaka till pojkvännen ett flertal gånger innan ett slutligt uppbrott.

Även om Amanda försökte avsluta relationen, gick hon tillbaka till pojkvännen ett flertal gånger. Under de gånger som Amanda lämnade honom bodde hon hos sin vän eller pappa:

Då när jag bodde hos min dåvarande bästis eller som den gången när jag faktiskt tog en paus och flyttade hem till pappa igen, så var han väldigt duktig på att lura tillbaka mig genom att söka efter lite sympati, vilket han då visste att jag hade massor av. Så han kunde säga saker som att han inte har inte ätit på flera dagar. Att han inte kan diska att han kanske ätit en pizza på en hel vecka eller att han bara låg i sängen och grät hela tiden. – Amanda (17:41).

Amandas ”på och av förhållande”, kan förankras i fasen *Att bli fri* i tredje stadiet (Enander & Holmberg 2008, s.214-218). Det synliggörs i Amandas citat, att hon valde att gå tillbaka till pojkvännen eftersom hon tyckte synd om honom, då han exempelvis uppgav att han inte ätit på flera dagar. En anledning till Amandas agerande kan berott på att hon tog på sig ansvaret för pojkvännens mående, eftersom det framkommer i citatet att hon kände ”sympati” för honom. Amandas sympati för pojkvännen, kan förstås utifrån det Korkmaz (2021, s.68) belyser, att tjejer internaliserar samhällets normer om att de bör vara omhändertagande och hjälpsamma. Det går därav att förstå att internaliseringen är något som försvårade för Amanda i uppbrottsprocessen eftersom det gjorde att hon sympatiserade för pojkvännen. Vidare kan det vara anledningen till att Amanda befann sig i fasen *Att bli fri*.

Att Amanda befann sig i fasen *Att bli fri* kan förstås som att hennes sympatisering för pojkvännen var normaliserat, vilket går i linje med Lundgrens (2004, s.49-70) resonemang. Det framkommer att pojkvännen lurade tillbaka henne, genom att utnyttja hennes sympati för honom. Genom att pojkvännen visste att han kunde lura Amanda, visar det på att pojkvännen hade kontroll över situationen och kännedom om hur han skulle kontrollera henne. Då våldet var normaliserat kan Amanda ha upplevt att hennes enda val var att gå tillbaka till pojkvännen.

Lundgren (2004, s.70-71) menar dessutom att normalisering av våldet kan följa kvinnan även om relationen är slut. Det kan vidare ge en förståelse till varför Amanda gick tillbaka och att våldets normalisering inte fick ett stopp, även om de geografiskt var ifrån varandra. En anledning till att våldets normalisering inte hade en chans att brytas, trots ett geografiskt avstånd, kan ha berott på att hon inte fick ett psykologiskt avstånd. Konsekvensen av att pojkvännen gång på gång lurade tillbaka Amanda, resulterade i att han kunde fortsätta normaliseringen av våldet och upprätthålla sin överordning. Amanda kunde därmed inte få ett psykologiskt avstånd till pojkvännen. Avsaknaden av ett psykologiskt avstånd kan varit anledningen till att Amandas uppbrottsprocess drogs ut, eftersom normaliseringen inte kunde brytas.

5.3 Faktorer som möjliggör uppbrottsprocessen

Tjejerna beskriver olika faktorer som underlättade i uppbrottsprocessen och som möjliggjorde det slutgiltiga uppbrottet. För tjejerna behövde det inte endast vara en faktor som möjliggjorde uppbrottet, utan även en kombination av flera faktorer. Nedan kommer tre faktorer analyseras: vikten av professionellt stöd; vikten av ett socialt nätverk; rädslans viktiga poäng.

5.3.1 Vikten av professionellt stöd

Ett förekommande tema i tjejernas berättelser beskrivs som det externa stödet. Det framkommer att det externa stödet hade olika roller i tjejernas berättelser, men gemensamt var att det var en bidragande faktor för att tjejerna skulle nå ett slutligt uppbrott.

I Jonnas berättelse framkommer det att hon inte kände sig trygg, då pojkvännen försökte söka upp henne. För att undvika pojkvännen och inte riskera att träffa honom, sökte hon bland annat stöd hos lärare på hennes skola:

[...]. Jag tänkte att han ger väl sig snart och det var ju efter det som jag pratade med min lärare och mina vänner och allting och de också höll koll på honom och nu är han utanför skolan så gå inte ut och nu är han här utanför ICA vi kommer och möter dig, han är där, han är där. Jag fick samtal hela tiden om vart han rörde sig så alla hjälpte ju till på det sättet. –
Jonna (18:47).

Av Jonnas beskrivning framgår det att hon med hjälp av lärare på skolan, kunde undvika att stöta på pojkvännen. Jonnas stöttning från skolan kan förankras i Korkmaz och Överliens (2020, s.379-383) studie, att lärare har en betydelsefull del i möjliggörandet under uppbrottsprocessen. Det kan ses som att skolan blev en fristad för Jonna och att hon med hjälp av lärare på skolan kunde uppnå en trygghet.

I Amandas citat framkommer det hur hon med hjälp av en kompis försökte lämna pojkvännen, men att de blev hindrade av honom att köra iväg, då han klamrade sig fast på bilen. Innan han stoppade bilen, hade pojkvännen ringt polisen och sagt att Amanda behövde hämtas för att hon var psykiskt sjuk. Efter ett tag kom polisen till platsen, men istället för att hjälpa pojkvännen, hjälpte polisen Amanda så att hon kunde köra iväg från honom:

Nämen tillslut, så kommer ju polisen och min kompis. [...].

Och jag förklarade att jag vill bara därifrån, och så här. Du ser väl hur min näsa ser ut, och aa då sa de att vi står kvar här med din pojkvän så får ni åka iväg. – Amanda (20:40).

I både Jonnas och Amandas citat går det att urskilja att externt stöd hjälpte tjejerna att bryta pojkvännernas kontroll och möjliggjorde att tjejerna kom till ett slutgiltigt uppbrott. Pojkvännernas beteende kan ses som ett sätt att kontrollera Jonna och Amanda, vilket är ett försök till upprätthållandet av våldets normalisering enligt Lundgren (2004, s.49-71). För Jonna var det genom lärarnas stöd som hon fick en trygghet. För Amanda var det med hjälp av polisen som hon fysiskt kunde lämna pojkvännen. Lärare och polisen möjliggjorde därmed att våldets normalisering inte kunde fortlöpa och att tjejernas livsutrymme istället kunde ökas. I Jonnas citat framkommer det att hon aktivt bad lärare om hjälp, det vill säga öppnade upp om våldet, likt Caridade m. fl. (2020, s.9) belyser i sin studie. Jonnas beskrivning står dock i kontrast till Amandas, då Amanda inte själv kontaktade ett externt stöd. Även om Amanda inte själv kontaktade polisen, var polisens insats viktig, eftersom de tog henne på allvar och kunde se igenom pojkvännens beteende. Både Jonnas och Saras beskrivningar belyser att oavsett vilket externt stöd som ingrep, togs tjejernas våld på allvar och möjliggjorde att tjejerna kunde ta sig ur relationen. Beskrivningarna står i kontrast till Korkmaz (2021, s.2) studie, att våld i ungas relationer inte har tagits på allvar bland vuxna.

Av Saras berättelse framgår det att hon började gå hos en psykolog under uppbrottsprocessen för att få stöd från en utomstående. Psykologen var en del i möjliggörandet för Sara att bli fri från pojkvännen:

[...]. Jag började gå hos en ny psykolog som stöttade mig jättemycket. Som sa liksom att det här är inte normalt, du ska ta dig ur det här. – Sara (24:25)

Likt Saras beskrivning om det externa stödets betydelse, menar Chang et al. (2010, s.253-255) att externt stöd kan ha en avgörande roll för kvinnor att nå sin vändpunkt om att relationen är ohälsosam. Det framkommer att Saras psykolog gav Sara förståelsen om att hennes relation inte var hälsosam. Saras förståelse, från psykologen, kan ha varit ett steg för att närma sig fasen *Att förstå* (Enander & Holmberg 2008, s.218-222), där kvinnan ser sig som våldsutsatt. Huruvida Sara nådde fasen *Att förstå* av det externa stödet framkommer dock inte. Däremot går det att förstå, med hänvisning till Lundgren (2004, s.70-71), att psykologen hade en betydelse för att bromsa våldets normalisering och för att Sara skulle komma vidare och uppnå ett slutgiltigt uppbrott.

5.3.2 Vikten av ett socialt nätverk

Baserat på tjejernas erfarenheter var ett socialt nätverk, familj och/eller vänner, en viktig faktor i uppbrottsprocessen.

5.3.2.1 Familj

En central faktor i möjliggörandet av uppbrottsprocessen beskrivs som stödet från familjen. För flera av tjejerna var familjen betydelsefull där familjemedlemmarna kunde hjälpa och stötta tjejerna ur relationen.

Meja beskriver hur hennes föräldrar försökte underlätta för henne i uppbrottsprocessen eftersom hon inte själv tog initiativet till att lämna honom. Mejas föräldrar ansåg däremot att Mejas relation behövde få ett avslut på grund av våldets konsekvenser. Meja fick externt stöd, på föräldrarnas initiativ, för att upprätta en skyddsplan vilket möjliggjorde att Mejas relation kunde få ett slut:

[...]. Och så gjorde de upp en skyddsplan, typ till exempel att det alltid skulle vara någon med mig, och att jag alltid skulle bli upphämtad från skolan till exempel, och så fick lärarna veta och så tog de min telefon. Ja men och sen så polisanmälde ju mina föräldrar också då. – Meja (25:11).

Föräldrarna tog initiativ, trots att Meja själv inte bad om deras hjälp, och såg till att Meja inte skulle ha en möjlighet att ha någon fortsatt kontakt med pojkvännen. Genom att Mejas föräldrar ständigt övervakade henne, som exempelvis att ta hennes telefon, var det ett sätt för att bryta pojkvännens kontroll över Meja för att förhindra våldets normalisering. Mejas föräldrar möjliggjorde att Meja kunde få både ett geografiskt och psykologiskt avstånd till pojkvännen, eftersom de bestämde att hon varken fick träffa honom eller höra av honom. Ett avstånd som i Mejas fall var av vikt eftersom Meja inte själv tog initiativet till att bryta upp med honom.

För Meja, som inte hade en egen vändpunkt, går det med utgångspunkt i normaliseringsprocessen (Lundgren 2004, s.49-70), att förstå att det var avgörande att Mejas föräldrar även fanns där under hennes uppbrottsprocess. Om föräldrarna endast hade funnits vid hennes vändpunkt, hade Meja troligtvis inte påbörjat att avsluta relationen på grund av våldets normalisering. Föräldrars betydelse är något som framkommer i Korkmaz och Överliens (2020, s.377-379) studie, vilket ger ytterligare en tyngd till vikten av att Meja även hade sina föräldrar i processen ur förhållandet.

5.3.2.2 Vänner

Vidare går det att förstå att vänner hade en avgörande betydelse i uppbrottsprocessen. Vännerna kunde ha olika möjligheter och olika former av resurser för att stötta den våldsutsatta ur relationen.

I Amandas berättelse framkommer det att hon hade flyttat ifrån pojkvännen, men att hon fortfarande hade ett emotionellt band till honom. Amandas kompisar tillät henne inte att ta kontakt med pojkvännen igen, vilket möjliggjorde att hon kunde börja bryta hennes kontakt till killen:

[...]. Ja men så det var väldigt svårt att ställa om till att helt plötsligt var alltså vara ensam men min kompis lät mig verkligen inte ta kontakt med honom. Så aa jag hade väl mycket press på mig från mina kompisar, alltså absolut inte gå tillbaka. Ja, det var alltså. Det är nog den enda anledningen till att jag inte gjorde det. – Amanda (22:20)

Av Amandas citat framgår det att det var tack vare hennes kompisar, eftersom de inte tillät henne att kontakta honom, som hon tillslut kunde nå ett slutgiltigt uppbrott. Vänners betydelse har i Draucker et al. (2016, s.116) studie om unga, belysts som att de kan hjälpa den våldsutsatta att nå en vändpunkt. I Amandas beskrivning framkommer dock att vänner även kan vara en möjliggörande faktor i uppbrottsprocessen. I avsnittet 5.2.4 ”på och av förhållande”, framkommer det att Amanda befann sig i fasen *Att bli fri*, tredje stadiet, på grund av hennes sympati till pojkvännen. Det som stoppade henne från att gå tillbaka till pojkvännen i det här skedet var kompisarnas aktiva påtryckningar att inte gå tillbaka. Kompisarnas påtryckningar påverkade Amanda, då det framgår av citatet att Amanda kände sig pressad att följa kompisarnas beslutsamhet.

Det går att förstå att Amanda var normaliserad av våldet och att hon hade gått tillbaka till pojkvännen om hon inte hade haft sina vänner. Då Amanda hade ett socialt nätverk möjliggjorde det att stödet från hennes vänner kunde sätta stopp för hans normalisering av våldet, likt Lundgrens (2004, s.70-71) resonemang. Det öppnade upp möjligheten för Amanda att få ett ökat livsutrymme och slutligen bryta upp. Det visar vikten av att Amanda fick ett psykologiskt avstånd till pojkvännen och inte endast ett geografiskt avstånd för att nå ett slutgiltigt uppbrott.

5.3.3 Rädslans viktiga poäng

Rädsla är ett tema som beskrivs som en möjliggörande faktor i uppbrottsprocessen och som en drivkraft ut ur relationen. I Caridades m. fl.

(2020, s.7-9) studie framkommer det att rädsla är en försvårande faktor hos unga. Dilans beskrivning nedan står dock i kontrast till ovanstående resonemang.

Även om Dilan hade ett års distans från killen som genererade en trygghet för henne, sammanföll de i samma mönster som innan hon flyttade utomlands. Efter ett eskalerande bråk uppstod en rädsla för vad killen kunde göra mot Dilan, vilket möjliggjorde att hon bröt kontakten med killen för sista gången:

[...]. Alltså har en rätt krallig telefon och sen börjar alltså vi, det blir ganska våldsamt och så jag måste ut från den här lägenheten för annars, annars kommer något hända typ, alltså hans aggressioner blev helt. De blev riktigt läskiga och då fattade jag typ att den här människan kommer att döda mig. Alltså, han kommer att döda mig om det bara går lite längre. – Dilan (23:38).

Dilan hade varit utomlands i ett år efter att de ”tillfälligt” gjorde slut. Det geografiska avståndet möjliggjorde ett psykologiskt avstånd eftersom hon kände en trygghet, vilket kan ha bidragit till att hon närmade sig fasen *Att förstå* som Enander och Holmberg (2008, s.218-220) belyser. Det framkommer inte om Dilan såg sig som våldsutsatt, däremot kan avståndet ha bidragit till att hon kunde se relationen ur ett annat perspektiv eftersom hon var trygg med ett geografiskt avstånd. När Dilan flyttade tillbaka till Sverige och återkom i vardagen, sammanföll Dilan och killen i samma våldsmönster. Då hon inte längre hade det geografiska avståndet, förlorades även det psykologiska avståndet. Det kan ha gjort att Dilan underskattade våldets konsekvenser, vilket kan ha försvårat för henne att nå fasen *Att förstå*. Det eskalerande våldet i killens lägenhet skapade en rädsla hos Dilan eftersom hon fick en känsla av att hon kunde dö. Rädslan kan ha möjliggjort att Dilan återigen kunde se, som under året hon var utomlands, killens oacceptabla beteende.

Vikten av att Dilan fick en distans för att nå ett slutgiltigt uppbrott, är något

som går att förstå utifrån Lundgrens (2004, s.49-70) teori om normaliseringsprocessen. Visserligen var våldet normaliserat med hänvisning till att Dilan och killen föll tillbaka i samma mönster efter ett år ifrån varandra. Distansen skulle dock kunna ses som att Dilan, under året, hade fått en möjlighet till ett ökat livsutrymme. Ett ökat livsutrymme gjorde att normaliseringen inte kunde upprätthållas på samma sätt, eftersom killen inte kunde ha en fysisk kontroll över Dilan. Vidare beskrivs det i Dilans citat att hon förstod att killens agerande kunde göra så att hon dog. Det ökade livsutrymmet kan således ha bidragit till insikten, om att han kunde döda henne, samt att Dilans rädsla kunde möjliggöra en varningssignal. Distansen i det här fallet, att hon närmade sig fasen *Att förstå* till följd av ett ökat livsutrymme, var avgörande för att Dilan skulle se våldet ur ett annat perspektiv. Dilans rädsla för att dö är även något som belyses i Changs et al. (2010, s.253-255), studie men som en vändpunkt för vuxna. Med utgångspunkt i Dilans beskrivning går det att förstå att rädsla kan vara en drivkraft ur relationen och inte endast ett startskott på att avsluta relationen.

6 Avslutande diskussion

Studiens syfte var att få en fördjupad förståelse för sex tjejer som levtt i en heterosexuell relation och om deras uppbrottsprocesser. Nedan kommer en avslutande och sammanfattande diskussion om resultatet och analysen, kombinerat med våra tankar.

I studiens resultat beskrivs vändpunkter som valet att leva istället för att riskera att dö samt genom insikt om att förhållandet inte är hälsosamt. Samtliga vändpunkter var avgörande för att tjejerna skulle få ett avstamp för att komma ur relationen. Avsaknaden av egen vändpunkt var en faktor som förvånade oss, eftersom beskrivningen inte framkommit i avsnittet Tidigare forskning eller bland de valda teorierna. Därav upplever vi att avsaknaden av en egen vändpunkt ger en ökad förståelse för tjejers uppbrottsprocesser. Det visar på att utomstående kan vara en vändpunkt och att tjejerna inte alltid behöver ha allt ansvar på sig själva för hur de ska ta sig ur den våldsamma relationen.

Vidare identifieras i empirin faktorer som ansågs som försvårande och möjliggörande i uppbrottsprocessen. För tjejerna kunde det innebära att faktorerna kombinerades och att de inte behövde utesluta varandra. Att både försvårande samt möjliggörande faktorer kombineras och pågår samtidigt i uppbrottsprocessen, visar komplexiteten i att ta sig ur den våldsamma relationen. Rädsla som faktor identifierades som både försvårande och möjliggörande för tjejerna till att nå ett slutligt uppbrott. Rädslan som en möjliggörande faktor, öppnar upp för att rädsla inte endast behöver vara en försvårande faktor utan även kan skapa en kraft för ett slutgiltigt uppbrott. Det visar att vägen ur varken är självklar eller enkel och det som är en försvårande faktor för någon, kan vara en möjliggörande faktor för någon annan.

Sammanfattningsvis går det utifrån analysen att se vikten att våldsutsatta får ett geografiskt och psykologiskt avstånd för att bryta upp från den våldsamma relationen. Genom avstånd, förhindras att våldets normalisering kan fortgå och upprätthållas. Något som är avgörande för att den våldsutsatta ska få tillbaka

sitt livsutrymme. Även om det inte belyses i alla vändpunkter och faktorer, genomsyras avstånd i samtliga teman, mer eller mindre synligt.

Det gick inte att synliggöra om någon av tjejerna faktiskt befann sig i fasen *Att förstå*. En fas som Enander och Holmberg (2008, s.218-222) föreslår kommer efter det slutgiltiga uppbrottet. Visserligen var studiens fokus på uppbrottsprocessen, men det kunde inte uteslutas om fasen kunde komma innan det slutgiltiga uppbrottet. Utifrån de sex tjejerna har vi förstått att fasen *Att förstå* är svårare att nå om det slutgiltiga uppbrottet inte skett. I flera av tjejernas berättelser framkommer det dock att tjejerna redan innan det slutliga uppbrottet insåg att förövaren inte hade ett rimligt beteende. Däremot benämner ingen av tjejerna sig som våldsutsatt. Det ger en nyfikenhet över hur processen efter uppbrottsprocessen såg ut för tjejerna, således efter det slutgiltiga uppbrottet.

Efter genomförd studie, förstår vi att teorin om uppbrottsprocessen inte går att applicera på Meja. Det går att ställa sig frågan huruvida Meja hade en uppbrottsprocess om Mejas föräldrar både var vändpunkten och hjälpte henne ur relationen. Vi menar ändå att Meja hade en uppbrottsprocess, dock inte i enlighet med Enanders och Holmbergs (2008) teori. Vidare ser vi efter en genomförd studie, att majoriteten av tjejerna hade någon utomstående som kunde hjälpa till i uppbrottsprocessen. Trots killens försök att normalisera våldet, visar avsnittet Resultat och analys på att tjejerna hade ett socialt nätverk.

Vi uppfattar att studiens resultat till största del överensstämmer med avsnittet Tidigare forskning. Att liknande resonemang återkommer, bekräftar att uppbrottsprocessen kan ha en övergripande likartad gång, även om varje upplevelse är unik. Det tänker vi ger möjlighet för professionella att ha en förförståelse, för hur de kan hjälpa unga tjejer att ta sig ur den våldsamma relationen.

Ett tema som inte synliggjorts i Tidigare forskning, men som synliggjordes utifrån tjejernas erfarenheter, var vikten av att ha vänner som kunde hjälpa och

stötta i uppbrottsprocessen. Vi tänker att studien kan bidra med en ökad förståelse av vänners betydelse under uppbrottsprocessen. En anledning till varför vänner inte var belyst i Tidigare forskning, skulle eventuellt kunna höra ihop med det Griffiths (2019, s.14-23) belyser, att unga inte har kunskap om våld i nära relationer. Även om unga har kunskap att se tecken på ett våldsamt förhållande, så har unga kanske inte kunskap om hur de ska hjälpa sina vänner ur förhållandet. En annan anledning skulle kunna vara att våldsutsatta ofta är isolerade, till följd av våldets normalisering. Det är således inte ovanligt att vänskapskretsen begränsas och försvinner för den våldsutsatta och därmed inte kan utgöra en faktor i uppbrottsprocessen. Något som är värt att nämna är att en ny läroplan har införts i skolsystemet från och med hösten 2022 (Lindvall 2022). Den nya läroplanen innefattar ett namnbyte från *Sex och samlevnad* till *Sexualitet, samtycke och relationer* samt att ämnet ska belysas i alla ämnen (Ibid). Det hade således varit intressant om läroplanen öppnat nya dörrar för vänners möjligheter i uppbrottsprocessen. Dessutom hade det varit intressant att se huruvida den faktiskt kommer påverka ungdomars kunskap om relationer.

Med utgångspunkt i studiens resultat, likt den tidigare forskningen, är ett närvarande externt stöd av vikt i ungas uppbrottsprocesser. Som tidigare nämnt i inledningen, var förhoppningen med studien att den skulle bidra med en ökad förståelse för professionella i bemötandet med unga våldsutsatta. Efter en genomförd studie, är det inte tillräckligt att kunskapen endast sprids genom examensarbeten, utan något som också måste belysas mer om i socionomutbildningen. Vår erfarenhet av ämnet våld i nära relationer under socionomutbildningen är endast en allmän föreläsning och en mindre skrivuppgift. Det kan bli svårt för socionomer att hjälpa och stötta unga våldsutsatta ur sina relationer om utbildningen inte bidragit med tillräcklig kunskap om ämnet. Det finns en medvetenhet om att socionomutbildningen dels inte har möjlighet att fördjupa sig inom alla sociala problem, dels då arbetsgivare ofta erbjuder interna utbildningar. Om ungas våld inte börjar beröras mer under socionomutbildningen, signaleras det som mindre prioriterat, med risk för att upprätthålla det som Korkmaz (2021, s.2) belyser – att ungas våld i parrelationer inte tas på allvar av vuxna.

7 Referenslista

Axell, Sofia (2018) *Brott i nära relationer bland unga*. Stockholm: Brottsförebyggande rådet. Kortanalys 6.

Brottsförebyggande rådet (2018) *Våld i nära relationer bland unga*.
https://bra.se/download/18.10aae67f160e3eba62911a84/1569574430282/Faktablad_Vald_i_nara_relationer.pdf [Hämtat: 2022-11-07].

Bryman, Alan (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Tredje uppl. Stockholm: Liber AB.

Caridade, Sónia, Inês Pinheiro & Maria Alzira Pimenta Dinis (2020) Stay or Leave Abusive Dating Relationships: Portuguese Victims' Reasons and Barriers. *Social sciences*, Vol 9, Iss 84, p 84.

Carlsson, Olov. 2021. Opartiskheten är grunden för Sveriges Radios uppdrag i allmänhetens tjänst. *Sveriges Radio*. 8 februari.
<https://sverigesradio.se/artikel/opartiskheten-ar-grunden-for-sveriges-radios-uppdrag-i-allmanhetens-tjanst> [Hämtat: 22-12-21].

Chang, Judy C, Diane Dado, Lynn Hawker, Patricia A. Cluss, Raquel Buranosky, Leslie Slagel, Melissa McNeil & Sarah Hudson Scholle (2010) Understanding Turning Points in Intimate Partner Violence: Factors and Circumstances Leading Women Victims Toward Change. *Journal of women's health*, Vol 19, Nr 2.

Clarke, Victoria & Virginia Braun (2017) Thematic analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 12 (3): 297-298.

Draucker, Claire Burke, Carolyn Smith, Jill Mazurczyk, Destini Thomas, Patricia Ramirez, Kim McNealy, Jade Thomas & Donna S. Martsof (2016) Unique Outcomes in the Narratives of Young Adults Who

Experienced Dating Violence as Adolescents. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, Vol 22 (2): 112-121.

Enander, Viveka & Carina Holmberg (2008) Why does she leave? The leaving process(es) of battered women. *Health Care for Women International*, 29:200–226.

Eriksson-Zetterquist, Ulla & Göran Ahrne (2015) Intervjuer. I: Göran Ahrne & Pete Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber AB.

Griffiths, Angela (2019) Domestic violence in teenage intimate relationships: Young people's views on awareness, prevention, intervention and regaining one's sense of wellbeing. *Educational & Child Psychology*, Vol 36 No. 1.

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

Jonhed L, Anna (2021) Barn – både en generellt och särskilt utsatt sårbar grupp. I: Linn Moser Hällén (red.) *Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer*. Stockholm: Liber.

Korkmaz, Sibel (2021) *Youth intimate partner violence in Sweden: prevalence and young people's experiences of violence and abuse in romantic relationships*. Doktorsavhandling. Stockholm: Stockholms universitet.

Korkmaz, Sibel & Carolina Överlien (2020) Responses to youth intimate partner violence: the meaning of youth-specific factors and interconnections with resilience. *Journal of Youth Studies*, 23 (3): 371-387.

Lindvall, Julia. 2022. Sexualkunskapen i skolan görs om – så blir det nya ämnet. *Svt Nyheter*: 7 januari.

<https://www.svt.se/nyheter/inrikes/sa-blir-nya-sexualkunskapen-mer-samtycke>.

[Hämtat: 2022-12-14].

Lundgren, Eva (2004) *Våldets normaliseringsprocess*. Stockholm: Riksorganisation för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige (ROKS).

Moser Hällen, Linn (2021) Våld i nära relationer. I: Linn Moser Hällen (red.) *Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer*. Stockholm: Liber.

Moser Hällen, Linn & Evelina Sinisalo (2018) Mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer i en samhällskontext. I: Linn Moser Hällen (red.) *Våld i nära relationer*. Stockholm: Liber.

Moser Hällen, Linn & Evelina Sinisalo (2018) Vad är mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer? I: Linn Moser Hällen (red.) *Våld i nära relationer*. Stockholm: Liber.

Nationellt centrum för kvinnofrid (2022a) *Medicinska och psykosociala konsekvenser av våld*.
<https://www.nck.uu.se/kunskapsbanken/amnesguider/vald-i-nara-relationer/medicinska-och-psykosociala-konsekvenser-av-vald-i-nara-relationer/> [Hämtat: 22-12-09].

Nationellt centrum för kvinnofrid (2022b) *Särskild sårbarhet och intersektionalitet*.
<https://www.nck.uu.se/kunskapsbanken/amnesguider/sarskild-sarbarhet/sarskild-sarbarhet-intersektionalitet/> [Hämtat: 2022-11-07].

Nationellt centrum för kvinnofrid (2022c) *Ungas utsatthet för våld*
<https://www.nck.uu.se/kunskapsbanken/amnesguider/sarskild-sarbarhet/ungdomars-utsatthet-for-vald/> [Hämtat: 2022-11-07].

Rennstam, Jens & David Wästerfors (2015) Att analysera kvalitativ material. I: Göran Ahrne & Pete Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber AB.

Rennstam, Jens & David Wästerfors (2015) *Från stoff till studie, om analysarbete i kvalitativ forskning*. Lund: Studentlitteratur.

Reynold, France & Clarie Shepherd (2011) Young women's accounts of intimate partner violence during adolescence and subsequent recovery processes: An interpretative phenomenological analysis. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, (84): 314–334.

Rosen, Karen H. & Sandra M. Stith (1995) Women terminating abusive dating relationships: A qualitative study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12 (1): 155-160.

Sellgren Karlsson, Monika & Lisa Westfelt (2021) *Våld i unga parrelationer*. Stockholm: Brottsförebyggande rådet. Rapport 1:15.

Socialstyrelsen (2022) *Våld i nära relationer*.

<https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/vald-och-brott/vald-i-nara-relationer/> [Hämtat: 2022-11-02].

Svedmark, Eva (2019) Att skydda individen från skada. En forskningsetisk balansakt. I: Hildur Kalman & Veronica Lövgren (red.) *Etiska dilemman: forskningsdeltagande samtycke och utsatthet*. Andra uppl. Malmö: Gleerups.

Svensson, Peter & Göran Ahrne (2015) Att designa ett kvalitativt forskningsprojekt. I: Göran Ahrne & Pete Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Andra uppl. Stockholm: Liber AB.

Sveriges kommuner och regioner (2021) *Våldets konsekvenser*.

<https://skr.se/skr/arbetsgivarekollektivavtal/arbetsmiljo/valdinararelationstodfordigsomchef/valdetskonsekvenser.35404.html> [Hämtat: 2022-11-02].

Toscano, Sharyl Eve (2014) "My Situation Wasn't that Unique": The Experience of Teens in Abusive Relationships. *Journal of Pediatric Nursing*, 29 (1): 65-73.

Toxic (2020) Amanda [Podcast],
<https://urplay.se/serie/221520-toxic-berattelserna> [Hämtat: 22-11-07].

Toxic (2020) Dilan [Podcast],
<https://urplay.se/serie/221520-toxic-berattelserna> [Hämtat: 22-11-07].

Toxic (2020) Jonna [Podcast],
<https://urplay.se/serie/221520-toxic-berattelserna> [Hämtat: 22-11-07].

Toxic (2020) Maryam [Podcast],
<https://urplay.se/serie/221520-toxic-berattelserna> [Hämtat: 22-11-07].

Toxic (2020) Meja [Podcast],
<https://urplay.se/serie/221520-toxic-berattelserna> [Hämtat: 22-11-07].

Toxic (2020) Sara [Podcast],
<https://urplay.se/serie/221520-toxic-berattelserna> [Hämtat: 22-11-07].

TT. 2019. Mäns våld mot kvinnor börjar tidigt. *Aftonbladet*. 15 december.
<https://www.aftonbladet.se/nyheter/a/70MKP3/mans-vald-mot-kvinnor-borjar-tidigt>. [Hämtat: 2022-11-05].

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

WHO (u.å) *Violence against women*.
https://www.who.int/health-topics/violence-against-women#tab=tab_3
[Hämtat: 2022-11-02].

Ungarelationer (u.åa) *Förstå*. <https://ungarelationer.se/foralder-forsta/> [Hämtat: 22-12-12].

Ungarelationer (u.åb) *Överlevnarhistorier*. <https://ungarelationer.se/?s=uppbrott>
[Hämtat: 22-12-12).

UR (2022) *Våld i relation börjar redan på högstadiet – och unga vill ha kunskap*.
<https://kontakt.ur.se/guide/vald-i-parrelationer-borjar-redan-pa-hogstadiet-och-unga-vill-ha-kunskap> [Hämtat: 2022-11-02].

UR (u.å) *Om Ur*: <https://www.ur.se/om-ur/> [Hämtat: 22-11-14].

Øverlien, Caroline (2018) Våld mellan ungdomar i nära relationer. Digitala medier och utövande kontroll. *Socialvetenskaplig tidskrift*, nr 1, s.67-86.

Øverlien Caroline & Per Hellevik (2016) Teenage intimate partner violence. *Scandinavian Journal of Public Health*, Vol. 44, No. 7, pp. 702- 708.

Øverlien, Caroline, Per Maoum Hellevik & Sibel Korkmaz (2020) Young Women's Experiences of Intimate Partner Violence – Narratives of Control, Terror, and Resistance. *Journal of Family Violence*, (35): 803-814.