



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

Från kärlek till kontroll

En kvalitativ studie om unga kvinnors upplevelser
av våld i nära relationer

Alena Mogrip & Johanna Rautio

Kandidatuppsats (SOPB63)
Aktuell termin HT23
Handledare: Monica Larsson

Abstract

Authors: Alena Mogrip & Johanna Rautio

Title: From love to control - a qualitative study on young women's experiences of violence in intimate relationships.

Supervisor: Monica Larsson

Assessor: Fay Lundh Nilsson

The aim of our study was to, through a qualitative content analysis, understand how violence manifests among young women aged 16-25 in their romantic relationships, as well as how violence affects their social lives. By listening to six podcasts, watching three short film clips, and reading three written texts, we have gained insights into personal stories from young women's own experiences of violence in close relationships. Our findings highlight the various expressions of violence in the young individuals' close relationships, where psychological violence emerges in all stories. Psychological violence is often the initial type of violence displayed by the partner, and the results indicate that controlling behavior from the partner occurs in 10 out of 12 stories. Today's youth use digital tools and platforms to communicate and nurture their social relationships, contributing to the tendency for digital violence to increase and become normalized among the young. With our feminist theoretical framework, which includes the normalization process and coercive control, we have gained an understanding of how gender power dynamics and power imbalances can explain women's vulnerability to violence. The digital development has also contributed to the possibility of surveillance and control, evident in several of the young women's stories. Drawing on Foucault's ideas about how people can be controlled and disciplined through surveillance, and keeping Panopticon in mind, we contemplate how digital surveillance can lead to control over the young woman, ultimately limiting her freedom, autonomy, and opportunities for social life.

Keywords: teen intimate partner violence, intimate partner violence, IPV, digital violence, normalization, coercive control

Nyckelord: våld i ungas nära relationer, våld i nära relationer, digitalt våld, normaliseringsprocessen, coercive control.

Förord

Vi vill börja med att ge ett stort tack till vår handledare Monica Larsson (Jur.kand, FD socialt arbete, Universitetslektor) på Socialhögskolan som var vårt bollplank, som gav oss perspektiv och goda inspel under resans gång.

Vi vill även tacka Lisa Norén (koordinator våldsförebyggande arbete i Helsingborgs stad och doktorand vid Socialhögskolan, Lunds universitet) som vi fick bolla tankar med i inledningsfasen av vår uppsats och som gav oss bra tips på vidare forskning inom området.

Att skriva en uppsats är en spännande och stundtals utmanande resa. För oss har det varit viktigt att hitta ett ämne som vi båda två kunde finna intressant att utforska och vi kan med säkerhet efter dessa veckor säga att vi prickade rätt. Tillsammans har vi haft många diskussioner, många reflekterande tankar och även om ämnet stundtals har varit tungt känner vi att detta är ett viktigt ämne att lyfta fram i ljuset. Vi vill rikta ett tack till varandra för ett gott samarbete.

Avslutningsvis vill vi tacka våra respektive familjer och vänner som har kommit med hejarop och stöttning under denna process.

Alena Mogrip & Johanna Rautio
Helsingborg 2024

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	5
1.1 Våld i unga parrelationer.....	6
1.2 Problemformulering.....	7
1.3 Syfte och frågeställning.....	8
1.4 Arbetsfördelning.....	8
2.1 Tidigare forskning.....	9
2.1.1 <i>Det digitala våldet</i>	10
2.1.2 <i>Normalisering av våldet</i>	11
2.1.3 <i>Traumatisk bindning och dess konsekvenser</i>	11
2.1.4 <i>Vändpunkt</i>	11
2.1.5 <i>Sammanfattning av tidigare forskning</i>	12
3. Teoretiska ramar.....	13
3.1 Normaliseringsprocessen.....	13
3.2 Coercive control.....	14
3.3 Foucault: Makt, disciplin och Panopticon.....	15
4. Metod.....	16
4.1 Metodologiska överväganden.....	16
4.1.1 <i>Val av metod: Kvalitativ innehållsanalys</i>	16
4.1.2 <i>Datamaterial och insamling via podcasts och videoklipp</i>	16
4.2 Urval och avgränsningar.....	18
4.3 Tillförlitlighet.....	18
4.4 Genomförande av analys.....	20
4.5 Etiska överväganden.....	20
4.6 Vår egen förförståelse.....	21
5. Resultat och analys.....	22
5.1 Våldets olika uttryck - Relation under kontroll.....	22
5.1.1 <i>Fysiskt våld</i>	22
5.1.2 <i>Sexuellt våld</i>	24
5.1.3 <i>Psykiskt våld</i>	26
5.1.4 <i>Digitalt våld och kontroll</i>	29
5.2 Normalisering av våldet.....	33
5.2.1 <i>Traumatisk bindning och dess konsekvenser</i>	35
5.2.2 <i>Vändpunkt</i>	38
5.3 Sammanfattande synpunkter.....	41
6. Slutdiskussion.....	43
7. Referenser.....	46
8. Bilagor.....	51
8.1. Sammanställning: Filmklipp från ungarelationer.se.....	51
8.2. Sammanställning: Textavsnitt från ungarelationer.se.....	52
8.3. Sammanställning: Podcasts - Toxic på UR.se.....	53

1. Inledning

Jag minns väl när jag ringde till kvinnofridslinjen första gången när jag satt hemma i lägenheten och tittade på mig själv och var blåslagen. Men ändå var frågan till kvinnofridslinjen: 'Är jag misshandlad?' Trots att jag såg mina skador på kroppen.

- Mathilda (Ungarelationer.se, 2022)

Mathildas berättelse är bara en av många unga kvinnors upplevelser av att bli utsatt för våld av den man älskar. Enligt världshälsoorganisationen WHO är våld mot kvinnor utbrett över hela världen och ett av de största hoten mot kvinnors hälsa. (WHO, 2023) Vidare menar WHO att våldet mot kvinnor även är ett folkhälsoproblem, vilket är en syn som Folkhälsomyndigheten i Sverige också delar (Folkhälsomyndigheten 2021; Socialstyrelsen 2023). Våld i nära relationer kan drabba vem som helst, oavsett bakgrund, kön, ålder eller etnicitet. När det gäller ungdomar i Sverige har var femte ungdom mellan 16 och 24 år utsatts för brott i en nära relation och våldet i nära relationer drabbar oftare unga kvinnor, 23 procent jämfört med unga män 14 procent (BRÅ, 2021). Våldet kan ta sig uttryck i form av fysiskt, psykiskt, materiellt, ekonomiskt, sexuellt, digitalt våld samt våld mot husdjur (Socialstyrelsen, 2023). De olika typerna av våld kan överlappa varandra, det vill säga att det fysiska våldet sker parallellt med det psykiska och sexuella våldet. Det fysiska våldet är ofta osynligt för ögat, genom att det riktas in på dolda kroppsdelar, och det psykiska våldet behöver inte bara uttalas och ske i den fysiska världen utan kan även ta plats i digitala dolda forum (Överlien, 2018).

I Europarådets Istanbulkonvention definieras våld mot kvinnor som ett brott mot mänskliga rättigheter, och en form av diskriminering där våldet leder till fysisk, sexuell, psykisk eller ekonomiskt lidande för kvinnor. Definitionen innefattar även hot om våld, tvång eller frihetsberövande i både offentlig och privat sfär (Europarådet, 2011). Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige, ROKS (2023) menar att samhällets struktur, där en könsmaktsordning får ta stor plats, speglas i det våld som kvinnor utsätts för i parrelationer. Alla som identifierar sig som kvinnor riskerar att utsättas för våld, och när existensen av könsmaktsordningen får ta stor plats i samhällsstrukturen, förekommer våldet i alla sammanhang och miljöer. Med könsmaktsordning menas den mekanism som skapats inom samhället som bidrar till mäns överordning över kvinnor (NE, 2023).

Våld i nära relation förknippas med att det finns en störning i den sociala sfären. För att ta sig ur problematiken kan den utsatta gruppen komma att behöva insatser från samhällets sida. Detta leder till att våld i nära relation kan uppfattas som ett socialt problem i samhället. (Meeuwisse och Swärd, 2013).

Med detta som bakgrund utgår vi ifrån förståelsen att våld i nära relationer är ett socialt problem, eftersom våldet kan generera svåra konsekvenser för individen på kort och lång sikt, men också ur ett samhällsperspektiv till följd av resurskrävande insatser från rättsväsende, socialtjänst, hälso- och sjukvård samt skola.

1.1 Våld i unga parrelationer

Att unga kvinnor utsätts för sexuellt och fysiskt våld, ger upphov till fysiska skador samtidigt som rädslan ökar för att bli allvarligt skadad eller att dödas. Mellan åren 2008-2017 dödades totalt 23 unga kvinnor, yngre än 26 år, av en nuvarande eller tidigare partner. Av dem var fem 19 år eller yngre. Våldets dynamik, utveckling och process i unga relationer, har stora likheter med det våld som sker i vuxna parrelationer. Detsamma gäller upplevelsen och konsekvenserna av våldet (BRÅ, 2021). Psykosociala förändringar och identitetsskapande präglar ungdomsåren, och därför har särskilda omständigheter en stor betydelse för de ungas syn på relationsvåld. Känslomässiga band i parrelationer och sexualitet får en större betydelse i ung ålder (BRÅ, 2021).

Forskning visar enligt Murray och Azzinaro (2019) att biologiska faktorer kan påverka utsattheten för våld. Den del av hjärnan som tar beslut är mindre aktiv under tonåren när ungdomen försöker utveckla sitt eget jag och eftersom hjärnan inte är fullt utvecklad finns också en risk för ökad aggressivitet vid stress. Eftersom konsekvenstänkande är kortsiktigt kan ungdomen utsätta sig för högre risktagande, vilket också kan inkludera ohälsosamma relationer. Murray och Azzinaro (2019) beskriver att ungdomar inte kan se och tolka farligt beteende, och kopplar det till ungdomarnas fysiska och emotionella utveckling, vilket gör att de löper större risk för att bli utsatta för våld i nära relation. När ungdomar går in i parrelationer saknas förståelsen av vad som är normalt och acceptabelt beteende i en relation (Barter & Stanley, 2016).

Enligt en undersökning gjord av Novus i uppdrag av Utbildningsradion har 66 procent upplevt relationsvåld i skolan. Våldet har för var femte av dessa börjat under högstadietiden (UR, 2021). Detta indikerar att förövaren vistas i samma miljö som den utsatta, vilket gör att den unga kvinnan har svårt att värja sig både mot förövaren och våldet. Våldet sker även i skolmiljön, då förövare och den utsatta kan gå i samma klass eller vistas i samma sociala nätverk (BRÅ, 2021).

Av de olika uttryck som våld kan ta sig i nära relationer kommer vi i denna uppsats att fokusera på unga kvinnors berättelser om det fysiska, psykiska, sexuella och det kontrollerande våldet vilket också innefattar digital kontroll. Detta med anledning av att digitala verktyg idag är av central betydelse i ungas sociala interaktioner. Enligt BRÅ (2021) ger det en förståelse för den utsatthet ungdomar kan befinna sig i, som kan vara en konstant situation av kontroll även om förövaren inte är fysiskt närvarande.

1.2 Problemformulering

Mäns våld mot kvinnor är ett globalt samhällsproblem (NCK, 2022). Inom den forskning som vi har tagit del av har mycket fokus varit på våld i vuxna relationer, även om forskare idag uppmärksammar att mer kunskap om ungas våld i nära relationer behövs. Det finns således en kunskapslucka som initialt kan fyllas genom att ta del av de unga kvinnornas berättelser om sina upplevelser av våld i nära relation. Vi kan se att internationell forskning kring våldets utveckling hos unga har pågått under de senaste 20 åren, liksom en ökning av fokus på det digitala våldet i takt med den allt ökade digitaliseringen i samhället. I flera studier från USA ser vi att fokus ligger på hur våldet påverkat olika etniska grupper och även särskiljandet av samhällsklasser, vilka inte är helt överförbara till svensk kontext.

Genom att lyfta de utsattas egna berättelser menar vi att vår uppsats, som undersöker hur den sociala aspekten i kvinnornas liv begränsas av våldet och hur våldet uttrycker sig, kan fylla en kunskapslucka inom fältet. Med den sociala aspekten menar vi utsattheten i de ungas sociala liv och deras sociala utveckling. Genom att leva i en parrelation präglad av våld, kan den utsatta bli både begränsad och kringskuren av våld och kontroll, vilket kan leda till isolering. Vidare kan detta leda till både hälsoproblem och sociala problem. För socialt arbete som praktik är det av vikt att ha kännedom och kunskap om hur våldet bland ungas nära relationer

särskiljer sig från vuxnas för att kunna arbeta förebyggande och stöttande vid behov av hjälpinsatser från samhället.

1.3 Syfte och frågeställning

Syftet är att med utgångspunkt ur ett feministiskt perspektiv, och utifrån unga kvinnors personliga berättelser förstå hur dessa erfar våldet och på vilket sätt våldet har påverkat det sociala livet när de har befunnit sig i en våldsam heterosexuell nära parrelation. Vi har valt att fokusera på följande frågeställningar.

- Vilka olika uttryck tar våldet i de unga kvinnornas liv?
- Vilken inverkan har de olika formerna av våld på de unga kvinnornas sociala liv under en pågående relation med våldsutsatthet?
- Hur normaliseras våldet av kvinnorna i en pågående relation?

1.4 Arbetsfördelning

Vi har gemensamt arbetat fram uppsatsen med många diskussioner och många skrivtimmar tillsammans. Vi har delat upp våra olika teman sinsemellan men vi har båda varit delaktiga i varandras delar genom att diskutera och genomföra ändringar gemensamt under arbetsprocessen. Arbetsfördelningen har varit jämn mellan författarna.

2. Kunskapsläge

I detta avsnitt presenteras det rådande kunskapsläget inom forskning om våld i ungas relationer. Inledningsvis presenteras hur vi arbetat med insamling av tidigare forskning och hur vårt urval har gjorts. Därefter följer en kortare presentation av de artiklar vi valt att arbeta vidare med i vår studie som beskriver det nuvarande kunskapsläget utifrån delteman: det digitala våldet, normalisering av våldet, traumatisk bindning och dess konsekvenser samt vändpunkt. Vi avslutar med en kortare sammanfattning.

2.1 Tidigare forskning

Vi utgick från LUBsearch och SwePub i ett första steg i vår sökning av tidigare forskning av vetenskapliga artiklar och avhandlingar, både på engelska och svenska. Materialet som vi sökte skulle vara peer-reviewed för att ge större kredibilitet i ämnet. Det visade sig att genom att använda sökord som våld i nära relation, våld + ungdomar, *teen dating violence*, *teenage intimate partner violence*, *adolescent violence*, *cyber violence*, *digital abuse*, *domestic violence* fick vi fram artiklar ur internationell och svensk kontext om våld i unga nära relationer samt övergripande kring våld i relationer. Därefter använde vi en variant av snöbollsurval av våra artiklar. Snöbollsurval används enligt Bryman (2018) till att finna nya respondenter genom att guidas vidare från en redan deltagande respondent till en ny, men för vår studie handlade det om att följa referenser från en artikel till en annan inom samma område. Utöver vetenskapliga artiklar har vi använt oss av rapporter från Socialstyrelsen, Brottsförebyggande rådet, BRÅ (2021) och Nationellt centrum för kvinnofrid, NCK (2022) som innehåller både definitioner och statistik kring våld i ungas parrelationer, främst ur en svensk kontext.

Vårt val av tidigare forskning inkluderar både kvalitativ och kvantitativ forskning. Vi har valt artiklar ur internationell och svensk kontext för att få en bred bild. Den europeiska forskningen kring våld i ungas relationer är ett relativt nytt område och de artiklar vi valt är från de senaste 10 åren, jämfört med övriga internationella artiklar som är från 2009 och framåt med undantag från en artikel från 1981 som vi anser vara relevant även idag. De utvalda artiklarna berör våld i ungas nära relationer, digitalt våld, *coercive control* som innebär flera våldsuttryck som löper parallellt i kontrollerande och isolerande syfte, normaliseringsprocessen, traumatisk bindning och vändpunkt i relationen.

Den tidigare forskningen från Korkmaz (2017) lyfter tankar om maktobalans och förändrat socialt beteende och Pensak (2015) ger oss inblick i att ungdomars våld i nära relationer särskiljer sig till viss del från våld som pågår i vuxnas relationer.

2.1.1 Det digitala våldet

Forskningen visar också på olika former av våld och har på senare tid lyft det digitala våldets utveckling som en ny arena för våld att utövas på, främst för ungdomarna. Barter et al. (2017) menar på att det behövs forskning kring hur det digitala våldet påverkar ungdomar. Barter och Stanley (2016) lägger fram fem olika typer av digitalt våld och lyfter våldets påverkan på ungdomars mentala hälsa. Inom området digitalt våld har Zweig et al. (2013) gjort en enkätstudie rörande digitalt våld i kärleksrelationer hos ungdomar i USA som visar att en fjärdedel av ungdomarna upplevt digitalt våld. Vidare menar de att utvecklingen av digital teknik möjliggör nya forum att utöva våld på. Boethius, Åkerström och Hydén (2023) har genomfört en kvalitativ studie med 21 kvinnor i en svensk kontext som lyfter det digitala våldet, vilket ger oss en bild av att digitalt våld inte bara drabbar ungdomar. Al-Alosi (2017) lyfter brottmål kopplat till digitalt våld i Australien, hämndporr och hur kvinnor upplever bemötandet från samhället vid polisanmälan.

Överlien (2018) ger oss en förståelse av hur det psykiska våldet tar sig uttryck med hjälp av digitala hjälpmedel och introducerar oss till Starks teori om *coercive control*. Stark och Hester (2019) presenterar vikten av att uppmärksamma våldets mönster med hjälp av *coercive control*. Barlow och Walklates monografi (2022) beskriver *coercive control* och dess påverkan på ungdomar, men lyfter även våld i ungas relationer med fokus på det som benämns som tekniskt våld. Det senare väljer vi att se som digitalt våld. Klein, Li och Wood (2023) visar i sin studie på att de fyra vanligaste metoderna för att utöva kontroll i nära relationer är med gaslighting, nämligen att först bli kärleksbombad, att bli isolerad, inte kunna förutse förövarens agerande eller att bli nonchalerad.

Wieners monografi (2023) ger oss ett historiskt perspektiv på synen av våld i nära relation, från att tidigare varit lagligt till att det i nutid i många länder är ett lagbrott. Vidare leder Havard och Lefevre (2023) oss in på Panopticon vilket begripliggör tanken om övervakning och kontroll. Den forskning vi tagit del av ställer sig dock tveksam kring huruvida digitalt våld ska ses som en egen yttring av våld eller om det ska ingå som en undergrupp i det som karaktäriseras som det psykiska våldet. Överlien (2018) menar att

digitalt våld inte bör ses som en ny form av våld, utan istället subkategoriseras under psykiskt våld.

2.1.2 Normalisering av våldet

Holmgren och Enanders (2014) studie om uppbrottsprocessen i en våldsam parrelation har varit behjälplig vid analysen av förloppet i en våldsam relation. Wiklund et al. (2010) studie belyser maktobalans samt unga kvinnors psykiska ohälsa i våldsamma parrelationer, och Hellevik och Överliens (2016) studie lyfter kopplingen mellan digitala medier och normalisering bland ungdomar. Dessa studier gav oss en god insikt i ungdomars upplevelser om våld och dess inverkan på deras psykiska mående. Även Barter et al. (2017), ger en beskrivning av hur ungdomar normaliserar våldet genom att tolka våldet som kärlek. Brännvall (2016) bekräftar Lundgrens teori om normaliseringsprocessen kring sexuellt våld i relationerna.

2.1.3 Traumatisk bindning och dess konsekvenser

Dutton och Painter (1981) är frontpersoner i myntandet av begreppet traumatisk bindning som innebär ett emotionellt band som växer fram genom upprepat våld. Holmberg och Enander (2014) samt Wieners (2023) monografier gav oss en inblick i hur rädslan tar sig uttryck i en våldsutsatt kvinnas liv, och hur det kan leda till en traumatisk bindning. Lundgrens (2014) beskrivning av våldets växling mellan våld och värme, vilket följaktligen kan leda till traumatisk bindning, gav oss en koppling till normaliseringsprocessen. För att förstå känsligheten att bli utsatt för våld i ung ålder, tog vi del av Pensaks (2015) studie för att få en övergripande bild över sårbarheten i ungdomars utveckling. Barter et al. (2017) studie förklarar att långvarig utsatthet av våld påverkar den psykiska och fysiska hälsan på lång sikt.

2.1.4 Vändpunkt

Korkmaz (2021) avhandling baseras på hennes fyra studier om våld i unga parrelationer. Hon tydliggör frigörelseprocessen och lyfter begrepp som broar och barriärer, som antingen motverkar eller hjälper kvinnan att lämna relationen. Hennes avhandling ger oss en förståelse för processen innan uppbrott som vi även tagit nytta av i Holmberg och Enanders (2014) monografi om uppbrott. I Överliens (2021) kapitel i antologin *Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer*, lyfter hon våldsproblematiken i samkönade relationer, men hon

benämner även situationsbetingad rädsla som en aspekt i uppbrottsprocessen, som vi kunde applicera på heterosexuella relationer. En barriär till försvårat uppbrott ger Överliens (2018) studie om utövande av kontroll på digitala medier. Lundgrens (2014) teori om normaliseringsprocessen har bidragit med förståelse till hur maktobalansen i en våldsam relation bryter ned kvinnan.

2.1.5 Sammanfattning av tidigare forskning

Mycket av tidigare forskning har fokuserat på vuxnas våld. Våld i ungas relationer är ett relativt nytt område då den europeiska forskningen vi funnit är främst från 2010-talets senare del. Forskning visar på olika former av våld som sker inom ungas nära relationer och att delar särskiljer sig från de vuxnas våld exempelvis genom att ungas våld tar sig uttryck på offentliga platser. Det digitala våldets utveckling lyfts som en ny arena för våld att utövas på, främst för ungdomarna.

3. Teoretiska ramar

Utifrån vår studies syfte och frågeställningar valde vi att använda oss av ett teoretiskt ramverk som inkluderar Eva Lundgrens teori om normaliseringsprocessen och Evan Starks teori om *coercive control*, vilka båda grundar sig i ett feministiskt perspektiv för att skapa oss en förståelse av berättelserna. För att få en förståelse av maktobalansen i de nära relationerna valde vi att se på makt, kontroll och disciplin med hjälp av Foucault. Detta ledde oss in på Panopticon, en teoretisk modell som handlar om beteendeförändring via disciplinering med hjälp av övervakning. Nedan följer en kortare redogörelse om valda teoretiska ramar.

3.1 Normaliseringsprocessen

Eva Lundgren, professor i sociologi, har forskat i våldets normalisering. Hon väljer att se våldet ur ett feministiskt perspektiv, med fokus på kön och makt. Lundgren (2014) förklarar att vi ser varandra som könsvarer i ett större sammanhang och att dessa sammanhang skapar föreställningar om hur vi förväntas leva som man och kvinna. Detta är något som blir framträdande i våldsprocessen. Lundgrens (2012) teoretiska modell av våldets normaliseringsprocess, har varit betydelsefull för att få en förklaring om hur våldsdynamiken i en relation kan se ut. Hon menar att våldet kan ses som en process, där upprepat våld mot kvinnan tenderar att få kvinnan att anpassa sig till våldet. Därmed sker en gränsförskjutning för vad som är normalt i en relation. När gränsförskjutningen ägt rum, är vägen kort till isolering. En utsatt kvinna som blir fysiskt isolerad från familj, vänner och kollegor, blir även mentalt och psykiskt isolerad. Gränsen mellan gott och ont uttraderas i detta skede, och hennes självrespekt utplånas i takt med att hennes uppfattning av mannen som våldsutövare förmildras. Vidare förklarar Lundgren (2012) hur växlingen mellan våld och värme påverkar den utsatta. När mannen kontrollerar när, var och hur han växlar mellan våld och värme, skapar det hos den utsatta en förvirring när det gäller vad som är kärlek och vad som är våld.

Sammanfattningsvis innebär våldets normaliseringsprocess att gränserna för vad som är acceptabelt och icke-acceptabelt beteende i en relation är diffusa. Kvinnan tar ansvar för mannens förståelse för användning av våldet och internaliserar våldet. Genom denna process omdefinieras våldet och blir en normalisering i relationen. (Lundgren, 2012.)

3.2 Coercive control

Stark och Hester (2019) beskriver coercion som tvång innehållande övergrepp i form av känslomässiga, psykiska, ekonomiska, sexuella och fysiska former. Kontroll av beteende menar Stark och Hester (2019) är att isolera en person och göra denne underordnad, begränsa och utesluta personens självständighet, försvåra för flykt och motstånd, utnyttja personen och dess resurser för personlig vinning samt reglera och styra personens vardag.

Det finns flera tolkningar av *coercive control*. Den vi väljer att använda oss av är enligt följande: *Coercive control* är en taktik för att få en annan människa att agera utefter ens egna önskemål och vilja. Den här typen av kontroll visar sig genom att mannen isolerar sin partner och förminskar henne tills självkänslan blir lägre eller försvinner helt. Övervakningen kan göras med digitala verktyg för att kontrollera att kvinnan uppför sig som mannen vill. Genom *coercive control* tvingas kvinnan att anpassa sig efter partners krav för att inte göra denne upprörd då det finns en genomgående rädsla för olika typer av straff och reprimander (Havard & Lefevre, 2023).

Överlien (2018) menar att om samhället varit jämlikt hade inte *coercive control* existerat. Vidare lyfter Barlow och Walklate (2022) att enligt Stark sker *coercive control* i heterosexuella relationer och männen använder sig av konstruktionen av kön och de sociala normerna av vad som är manligt respektive kvinnligt för att utöva sin vilja över kvinnan, utan att det behöver finnas fysiskt våld med i bilden utan det är det överliggande hotet och medvetenheten av hotet hos kvinnan som gör att denne anpassar sig efter mannen.

3.3 Foucault: Makt, disciplin och Panopticon

Enligt Foucault vävs den rådande diskursen, om vad som är formulerat och accepterat som en sanning, samman med vetandet i form av kunskap och skapar då ett maktförhållande. Makt används på alla nivåer i samhället och används inte bara för att tvinga eller förbjuda, utan även för att forma och organisera. Makt leder till subjektivering som enligt Davidssons (2022) tolkning av Foucault förklaras med att vi människor alltid befinner oss i någon form av maktkonstellation. Vi börjar att se på oss själva och förändra vårt beteende efter vad makten säger åt oss är korrekt.

Foucault (2017) beskriver att Panopticon kan användas för att göra experiment där beteenden sätts i fokus för att göra förändringar, korrigera icke önskvärda beteenden och dressera individerna. Panopticon - ”det allseende ögat” bygger på den brittiska filosofen Jeremy Benthams arkitektoniska modell om ett cirkelformat fängelse där den fängslade hade konstant övervakning mot sig utan att själv kunna se övervakaren, vilket tanken var skulle leda till disciplin hos den intagne. Davidsson beskriver att målet med disciplinering är att anpassa och fostra de disciplinerade till ett önskvärt beteende som ett sätt att skapa normalisering. Enklast att utöva disciplinering är i avskilda rum, exempelvis i fängelser (Davidsson 2022). Innan Panopticon var fängelserna byggda att fungera som ett låst utrymme och sen gömma undan fången, men nu efter Panopticon blev fängelserna en ljus plats där det inte fanns någonstans att gömma sig. Fången kunde inte heller se sina medfångar eller kommunicera med dem, vilket innebar en ensamhet för dem. Med hjälp av detta blir övervakningen enkel och maktutövningen blir tydlig genom att den fängslade kan se själva tornet där övervakarna sitter men övervakaren är osynlig för dem. Fången vet de facto inte om det sitter någon på plats och övervakar, men känslan av att konstant vara övervakad kvarstår (Foucault, 2017). Detta leder till att övervakningen kommer att internaliseras hos den fängslade. Tillsammans med övriga disciplinerande åtgärder med straff och belöningar kan makten då normalisera individerna till de bestämda reglerna (Davidsson, 2022).

Foucault (2017) beskriver att Panopticon kan användas för att göra experiment där beteenden sätts i fokus för att göra förändringar, korrigera icke önskvärda beteenden och dressera individerna. Davidsson (2022) lyfter exempel med kameraövervakning som kan ge trygghet, men också skapa data fylld med kunskap vilket också kan nyttjas för att få ett större vetande och därmed även makt.

4. Metod

I detta avsnitt lyfts våra tankar kring val av metod för insamling av data och för analys samt diskutera vilka möjligheter och hinder som dessa val medför. En presentation av vårt urval för empirin följs vidare av hur vi valt att bearbeta denna efter insamlingen. Vi diskuterar sedan tillförlitligheten i vår studie samt om forskningsetikens påverkan av våra val i genomförandet av denna studie. Vi avslutar med att lägga fram vår förförståelse kring våld i nära relation.

4.1 Metodologiska överväganden

4.1.1 Val av metod: Kvalitativ innehållsanalys

Vi har valt att använda en kvalitativ metod och göra en konventionell innehållsanalys genom att ta del av unga kvinnors egna berättelser i form av podcasts, filmklipp och skrivna texter, för att skapa oss en förståelse för hur våld i ungas nära relationer uttrycker sig genom deras egna ord och tankar. Enligt Bryman (2018) används kvalitativ forskning för att förstå hur individer tolkar och uppfattar sin sociala omgivning. Ansatsen till innehållsanalysen har varit induktiv och visat sig genom att vi har haft ett öppet sinne inför vad materialet ska ge oss för underlag utan en bakomliggande teori i åtanke, endast med tanke om att vi ska finna olika uttryck som våldet ter sig i de unga kvinnornas berättelser och dess påverkan på deras sociala liv (Alvehus 2023).

Det hade varit svårt för oss att genomföra intervjuer och nå den yngre målgrupp som vi önskar inom ramen för en kandidatuppsats, dels ur ett etiskt perspektiv med hänsyn till ålder, ämnets känslighet, och möjligheten att erhålla samtycke från myndig och/eller vårdnadshavare, men också för att vi inte hade kunnat erbjuda professionellt stöd efteråt då många känslor kan röras upp efter samtal om det självupplevda och eventuella trauman kan triggas igång. Vi hade även haft svårigheter att under denna korta tid få de unga respondenternas förtroende och skapa en tillit för att de skulle öppna upp sig för oss.

4.1.2 Datamaterial och insamling via podcasts och videoklipp

Vårt fokus är på erfarenheter av våld i nära relationer i en svensk kontext, varpå det är naturligt att använda oss av en svensk källa vid val av datainsamling på Internet. Vi upplevde en svårighet i att finna metodböcker om forskning på material som hämtats på internet. Men vi fann Daneback och Månsson (2008), som beskriver hur Internet är föränderligt och i ständig rörelse samt att kritik har riktats mot tidigare forskning som inhämtat sitt material med hjälp av Internet med aspekten av tillförlitlighet. Detta med hänsyn till att man aldrig vet vem

det är som sitter bakom skärmen på andra sidan och om informationen är sann eller påhittad. Med ovan i åtanke har vi valt att använda oss av material från hemsidorna UR.se och Ungarelationer.se. (Se nedan).

Vår datainsamlingsmetod består av ett urval av 12 berättelser från de utsatta unga kvinnorna i form av:

- 6 poddar från UR.se från programserien Toxic - berättelserna som är mellan 26-31 minuter långa och är producerade under 2020.
- 3 inspelade filmklipp från Ungarelationer.se som är mellan 4-6 minuter långa.
- 3 skrivna texter från Ungarelationer.se som beskriver relationerna och den unga kvinnans tankar och reflektioner.

UR är en del av public service och har ett utbildningsuppdrag från Sveriges riksdag och regering med syfte att producera och tillhandahålla folkbildande material. UR ska vara oberoende, sakligt och opartiskt (UR.se, 2023). Vi tar inte del av en interaktion eller gör en observation av något som pågår på Internet, utan vi har hämtat material som redan är redigerat och publicerat av en trovärdig källa.

Stiftelsen 1000 möjligheter driver sedan år 2019 en nationell stöd- och kunskapsplattform, Unga Relationer.se, med uppgift att motverka killars våld mot tjejer och våld i ungas parrelationer (Stiftelsen 1000 möjligheter, 2023). Vi förstår att den här hemsidan har ett syfte att informera, vilket också kan göra att materialet som de lägger upp på sin hemsida vinklas efter den målsättningen.

Genom att använda oss av Internet som datakälla är informationen tillgänglig för oss oberoende av tidpunkt på dygnet. Vi har möjlighet att se filmklipp och lyssna på podcasts flera gånger och när vi önskar, vilket är något som Daneback och Månsson (2008) lyfter är positivt med Internet. Podcasts finns tillgänglig att ladda hem och lyssna offline. Fördelen med vårt material är att vi får ett brukarperspektiv och tar del av personligt upplevda erfarenheter ur en nationell kontext, vilket är något som saknas i den tidigare forskning som vi har tagit del av.

4.2 Urval och avgränsningar

Utifrån våra frågeställningar har vi gjort ett målstyrt och kriteriestyrt urval (Bryman, 2018) med kriterierna att berättelserna kommer från unga kvinnor i ålder 16-25, som har varit i en heterosexuell parrelation där hon blivit utsatt för våld av sin manliga partner. Det finns våld i nära relationer inom alla olika typer av förhållanden, men vi har valt att avgränsa denna studie till att handla om heterosexuella relationer.

Åldersintervallet 16-25 år använder sig Socialstyrelsen (2023) av för att beskriva ungas parrelationer och vi kan se snarlika åldersintervall i rapporter samt annan forskning inom området, vilket leder till att vi kan dra paralleller med vårt material. Våra etiska ställningstagande gör att vi inte kan använda oss av en yngre målgrupp än 16. Vi kan se att inom den utvalda ålderskategorin är det vanligt att ungdomarna har sin första parrelation, varpå urvalet och avgränsningarna bidrar till att skapa en större förståelse för utsattheten för våld bland unga vuxna.

4.3 Tillförlitlighet

Kriterierna för att forskning ska vara tillförlitlig är reliabilitet och validitet. I huvudsak används dessa begrepp inom kvantitativ forskning. Bryman (2018) menar att en del forskare föreslår att en kvalitativ studie ska värderas utifrån andra kriterier. Bryman (2018) hänvisar till Lincoln & Guba som specificerat termer och metoder i kvalitativa metoder som förankras i reliabilitet och validitet. De föreslår termer som, *tillförlitlighet* och *äkthet*. Tillförlitligheten innefattar fyra delkriterier, *trovärdighet*, *överförbarhet*, *pålitlighet* och *en möjlighet att styrka och konfirmera*. Med trovärdighet menas att resultatet av analysen ska kunna respondentvalideras av de personer som studerats (Bryman, 2018). Eftersom vår studie har sin grund i redan befintligt material, kunde vi tidigt förutse att det inte skulle bli möjligt med respondentvalidering.

Kvalitativa studier innebär en inblick i en mindre grupp människor och därför tenderar de att skapa ett djupare innehåll. En kontextuell innebörd och ett gemensamt socialt sammanhang är kärnan i en kvalitativ studie. En fyllig och tät beskrivning av begrepp och tendenser ska påvisa att resultatet ska kunna överföras till andra sammanhang (Bryman, 2018). Det finns risker med att använda sig av kodning, och främst då vi använder oss av berättelser, är risken att texterna faller ur sin kontext. Med den tolkning vi gjort finns en risk att det som berättaren önskat förmedla missuppfattas, vilket vi haft i åtanke när vi gjort vår analys. Vårt fokus har

varit att få en djupare förståelse för de unga kvinnornas utsatthet. Vi har förenat tidigare forskning med vårt teoretiska ramverk för att skapa en god tolkning av empirin. Citat och tydliga beskrivningar bidrar till en större tillförlitlighet. Citaten har återgetts korrekt med viss reservation för att vissa mellanord har redigerats bort så som, eh och ja, för att underlätta läsning av citaten. Vi ser att vår täta beskrivning av våldets uttryck och dess påverkan på de unga kvinnorna lyfter likheter i berättelserna, vilket bidrar till en gynnsam applicerbarhet till framtida studier.

Pålitlighet i en studie skapas genom att forskaren har ett genomgående granskande öga till sin studie. En säkerställan om en transparent redogörelse är av vikt för att uppnå pålitlighet. En handledares kritiska öga, samt samtal med kollegor om studiens kvalitet under arbetets gång är en viktig komponent i strävan mot pålitlighet (Bryman, 2018). Det har funnits en självklarhet i att ha en konstant pågående diskussion mellan oss, för att säkerställa våra tankar och tolkningar. Utmaningen i att göra en innehållsanalys har varit att göra tolkningar enbart utefter det som framkommer i poddarna och texterna, utan att blanda in våra egna tankar och värderingar. Därav har mycket tid lagts på att upprepa och förklara, samt att ställa motfrågor till varandra för att frambringa tydlighet i ämnet. Det har sedan förankrats hos vår handledare för ytterligare övervägande om vår noggrannhet. Jacobsson (2008) nämner "metodologisk medvetenhet" som viktigt begrepp för att skapa en pålitlighet. Vår studie genomsyras av denna grundtanke genom löpande diskussioner och vi är medvetna om svårigheten att uppnå tillförlitlighetens kriterier.

Att kunna styrka och konfirmera är det sista delkriteriet. Det innebär att forskaren agerar i god tro, och inte bjuder in sina egna värderingar i tolkning av empirin (Bryman, 2018). Vi har förstått att det i ett så aktuellt ämne, finns en stor risk till egna tankar och värderingar att ta plats. Vi är båda föräldrar till både yngre barn och till barn i samma ålder som vår urvalsgrupp. Känsligheten i ämnet upplevs av oss som stor, och våra diskussioner har kretsat kring den utsatthet som barn och unga kan försättas i. Men vårt ledord har varit professionell medvetenhet och därför har fokus varit på att tillämpa vårt teoretiska ramverk som grund till vår slutsats.

4.4 Genomförande av analys

En innehållsanalys bygger på att göra tolkningar av innehållet i materialet och genom att använda sig av kodning och kategorisering kunna urskilja mönster och se olika tema i materialet i enlighet med Isaksson (2021). Vårt datamaterial innehåller en blandning av podcasts, filmklipp och texter, för att ta del av fler berättelser vilket ger oss en större förståelse för hur våldet ser ut och om mönster återupprepas. Vi valde att först lyssna på podcasts, se filmklipp och läsa texterna enskilt. Podcasts och filmklipp fördelade vi jämt mellan oss för att transkribera ordagrant. Detta blev lättare för oss att tydliggöra och se strukturer och mönster i berättelserna samt underlättade för oss att organisera och sammanställningar i enlighet med Brymans (2018) tankar om kodning och tematisering. Kodningen utvecklades i takt med att vi tog till oss vår data då det var möjligt att berättelserna innehöll nya perspektiv för oss att ta del av vilket utökade våra kategorier inom kodningen. Efter transkriberingarna gick vi igenom alla berättelserna tillsammans. Ur det transkriberade materialet valde vi ut citat utifrån kategorierna våldets olika uttryck, normalisering, digitalt våld, vändpunkt och socialt liv. Enligt Rennstam och Wästerfors (2019) finns en process där vår data kan behöva reduceras för att hitta kärnan som vi kan argumentera för. Utifrån kategoriseringen skalade vi ner material och skapade två teman: Våldets olika uttryck - Relation under kontroll samt normalisering av våldet. Under vår arbetsprocess har vi fått ökad kunskap och har läst om materialet flera gånger med nya ögon. Därmed har vi fått en större förståelse mellan kopplingen av teori och tidigare forskning.

4.5 Etiska överväganden

Vetenskapsrådet i Sverige har tydliga riktlinjer om hur forskning ska utföras ur ett etiskt perspektiv med fyra principer i form av krav på information, samtycke, konfidentialitet och nyttjande (Eldén 2020). Vi har hämtat vår data via offentligt publicerat material och därav har vi själva ingen möjlighet till att inhämta samtycke från deltagarna (Daneback & Månsson, 2008). Eftersom materialet är publicerat på offentliga hemsidor gör vi antagandet att deltagarna har fått information och gett samtycke till att medverka med sina berättelser på dessa kanaler. Deltagarna måste förbli anonyma enligt Daneback och Månsson (2008), vilket är svårt för oss att garantera. I podcasts från UR.se anger berättarrösten att namnen är fingerade och att det är en annan röst än den utsatta unga kvinnan som berättar, vilket vi känner är tillräckligt för att kvinnan i podcasten ska förbli anonym. I filmklippen från Ungarelationer.se står däremot både förnamn och efternamn på deltagaren. Vid en sökning av deras namn via Google.se framkommer det att de även föreläser om sina erfarenheter av våld i

nära relationer eller har annat offentligt engagemang, varför vi ser att de själva är öppna med sina upplevelser. Vi har däremot valt att inte använda oss av deras efternamn i den här uppsatsen för att ha en samstämmig bild av vår empiri. Gällande texterna, överlevnarhistorierna från Ungarelationer.se står det endast förnamn och vi har inte haft något kontakt med deltagarna, vi vet inte vilka de är och kan heller inte röja deras identitet, varför konfidelitetskravet anses vara uppfyllt. Gällande nyttjande kriteriet så kommer vi i denna uppsats att endast använda materialet för denna studie (Daneback & Månsson, 2008).

Åldersgruppen vi har valt att undersöka är delvis under 18 år och räknas därmed som barn, vilket gör barnkonventionen högst aktuellt att ta hänsyn till ur ett etiskt perspektiv. I vår empiri framkommer det att alla vid intervjutillfällena varit minst 18 år.

4.6 Vår egen förförståelse

Under vår verksamhetsförlagda praktik har vi gjort studiebesök hos Kvinnojouren som beskrev hur de upplever att våldet kryper ner allt längre ner i åldrarna. Detta gjorde oss nyfikna på att undersöka detta fenomen ytterligare, varpå vi närvarade vid en föreläsning anordnad av Kvinnojouren Helsingborg, som vände sig till föräldrar kring samtycke och ungas relationer. Under den presentationen fick vi upp ögonen för hemsidan Unga Relationer.se där vi sedan har hämtat delar av vår empiri.

Även om vi har viss förförståelse inför fenomenet upplever vi inte att vi har präglat uppsatsarbetet med denna kunskap, utan vi har haft ett öppet sinne för att ta till oss mer information och skapa oss en större förståelse för problematiken med våldet i ungas nära relation.

5. Resultat och analys

I följande del presenteras det resultat som vi har fått via vår empiri uppdelat efter följande teman: våldets olika uttryck och normalisering av våldet. Vidare lyfts *coercive control*, normaliseringsprincipen och hur våldets påverkan av det sociala livet ser ut i de unga kvinnornas berättelser löpande i texten.

5.1 Våldets olika uttryck - Relation under kontroll

Det framkommer i berättelserna att de unga kvinnorna som har varit i en parrelation med våldsinslag utsatts för olika typer av våld som fysiskt, psykiskt, sexuellt, latent, materiellt, kontrollerande, digitalt/tekniskt våld och eftervåld. Vi har tagit del av 12 stycken berättelser från unga kvinnor som varit minst 16 år gamla under den tiden som relationen med pojkvännen har pågått. Vi kan inte se exempel på försummelse eller ekonomiskt våld i de berättelser som vi har tagit del av, varpå vi valt att inte beskriva de våldsuttrycken närmare. I ett par av berättelserna framkommer beskrivningar av eftervåld, vilket vi sett har påverkan på socialt liv, vilket då faller sig naturligt att vävas in löpande i analysen.

5.1.1 Fysiskt våld

Fysiskt våld beskrevs i form av slag, knuffar, fasthållning, stryptag och våld med tillhyggen. De unga kvinnorna beskriver hur de döljer blåmärken och fysiska skador från sin omgivning, genom att hålla sig hemma, vilket skapar en social isolering fysiskt. Alternativt täcker de över märken och skador vilket de beskriver är besvärande eftersom de är oroliga att någon ska upptäcka det. I 10 av 12 berättelser beskrivs att de unga kvinnorna blir utsatta för fysiskt våld och i flera av fallen är våldet grovt.

Maryam berättar om en våldssituation när hennes pojkvän drar henne i håret, ut från köket till vardagsrummet. Pojkvännen sparkar därefter på henne när hon ligger ner på golvet, främst på rygg och knäna för att hon inte skulle kunna ta sig därifrån. Därefter tar pojkvännen stryptag på henne och Maryam beskriver det som en näradödenupplevelse.

Det kändes som att mitt hjärta stannade och det sa han också. Så jag slocknade av helt enkelt. Och jag kommer ihåg den känslan för att efter, kändes det som att jag dog. Det kändes så fridfullt, kommer jag ihåg. Jag vaknade av att han slog mig i ansiktet och så skrek han att jag inte får dö för att han inte är klar med mig, och jag är en jävla hora.

- Maryam (UR Toxic #8, 2020)

Misshandeln som Maryam utsätts för innehåller hårda tag och kränkande ord. Vår tolkning är att han genom att förminska henne sakta bryter ner henne psykiskt och använder sig av våld för att skapa en rädsla hos henne. Nu har han visat att det är han som har makten och bestämmer över hennes liv genom att låta henne leva eller dö. Stryptag berättar även Meja om och beskriver den första gången som hon utsätts för det av sin pojkvän. Hon hade pratat med en manlig klasskamrat under skoldagen och när hon kom hem till pojkvännen var han arg på henne för att hon pratat med klasskamraten. De ligger i pojkvännens säng när han plötsligt reser sig upp och tar stryptag på henne. Han släpper taget först när han märker att hon inte kan andas. När hon reser sig upp kommer det ett knytnävsslag från honom som träffar Mejas näsa, varpå pojkvännen säger: ”Så här får du fan inte göra igen, du ska lyda mig”.

Pojkvännens ord ”lyda” kopplar vi till Foucault (Davidsson 2022). Med det menar vi att det är ett sätt för pojkvännen att genom disciplinering utöva makt för att ändra ett oönskat beteende. Vår tolkning är att Meja har genomfört en handling som pojkvännen inte ser positivt på och bestraffar henne med fysiskt våld, för att hotet om våld ska bli verkligt och genom att inte utöva samma handling igen, att prata med en annan man, kommer hon att ändra sitt beteende vilket skapar en ny normalitet.

Det fysiska våldet kan också ske genom att ungdomar använder tillhyggen. Pensak (2015) beskriver att det är ett beteende som är vanligare hos ungdomar jämfört med vuxnas våld i nära relation. Meja beskriver en händelse när hon och pojkvännen är på promenad och han tvingar henne djupare in i skogen, så att de inte ska synas från stigen. Meja känner på sig att misshandeln kommer att ske, men hon lyder honom och går in i skogen.

Så tog han liksom fram en tjock pinne och slog den på min rygg och då faller jag så här ner till marken. Då tog han fram en kniv för att han skulle hugga mig i magen, men då skyddar jag min mage. Så skärde han mig på handen och högg mig i benet.

- Meja (UR Toxic #1, 2020)

Även Tilda upplever våld med kniv som tillhygge.

Han kunde även bli fysisk våldsam genom att skära sig själv framför mig eller trycka upp mig mot en vägg och sätta en kniv mot min hals, helt oprovoerat, för att sedan bara släppa mig och skratta åt det.

- Tilda (Ungarelationer.se, 2022)

Detta kopplar vi till den tidigare forskningen om ungdomars svårigheter med att hantera känslor och handla i affekt (Murray & Azzinaro, 2019). Vi tolkar det som att tillhyggen kan användas utan att ungdomen hinner tänka igenom konsekvenserna som kan ske av våld med tillhyggen.

Pensak (2015) lyfter att ungdomarnas våld ofta utspelar sig på en offentlig plats, vilket särskiljer sig från vuxnas våld som sker bakom stängda dörrar. Något som vi kan utläsa i berättelserna är att våldet sker exempelvis i skolmiljön när pojkvännen går på samma skola, vilket vi ser gör att de unga kvinnorna aldrig får andrum från våldet. I berättelserna beskriver några av de unga kvinnorna hur skolan är en fristad, medan andra upplever det som att hon alltid är på helspänn då pojkvännen finns på plats eller hotar med att andra håller koll på henne.

5.1.2 Sexuellt våld

Man märkte att han njöt av att göra en illa under sexet. Alltså det var, det var hårt, det var slag, det var hårda tag och det var strypningar. Det var liksom vissa gånger så trodde jag, att nu svimmar jag. Det var läskigt på ett sätt för att han blev svart i ögonen. Man såg verkligen att han tyckte om och göra mig illa helt enkelt.

- Jonna (UR Toxic #4, 2020)

Fyra av 12 av de unga kvinnorna berättar att de har blivit våldtagna eller haft sex trots ovilja. Utöver det beskrivs det även av fler att de har fått utstå hårdhänt sex med inslag av strypsex, slag och nedvärderande ord under den sexuella akten. Det sexuella våldet används för att bestraffa, och samtidigt som kvinnorna förväntas vara sexuellt tillgängliga, kritiseras de verbalt för samma tillgänglighet, menar Överlien (2018). Vi kan inte se att någon av de unga kvinnorna beskriver att det sexuella våldet blir en bestraffning för en handling som de har gjort, utan vår tolkning är att detta är något som de utstår, mycket till följd av att de upplever sig inte ha något val.

Tilda beskriver att: ”Han ville ofta testa nya groteska sexuella saker och så fort han inte fick som han ville anklagade han mig för att inte älska honom och sa att han ville dö.” Citatet beskriver hur pojkvännen använder sig av psykiskt och manipulativt våld för att ifrågasätta Tildas egna tankar, ett sätt att utöva kontroll genom att förminska henne med hjälp av anklagelser om att hon inte älskar honom, varpå hon går med på handlingar mot sin vilja.

Maryams relation varade i tre månader. Hon blev utsatt för digital kontroll, psykisk och fysiskt misshandel. Det grova våldet som kunde pågå i flera timmar gick snabbt över till sexuellt våld.

En gång så våldtog han mig från kl. 11 på kvällen till kl. 7 på morgonen. Jag blödde och bad honom att sluta flera gånger. Jag grät och han slutade inte. Han kunde slå mig och säga att jag ska sluta fråga liksom. Många gånger kunde jag inte röra på mig för att jag hade så ont. Jag hade ingen energi, för att ja men det hade hållit på i väldigt många timmar. Ibland kunde det hålla på i flera dagar som sagt.

- Maryam (UR Toxic #8, 2020)

Maryam beskriver inte händelsen ovan som en engångsföreteelse utan det sexuella våldet var närvarande under hela relationen och vad vi tolkar är det grovt från start. Detta är avvikande från övriga berättelser som vi har tagit del av, där det sexuella våldet blivit grövre efter hand. Pensak (2015) lyfter att det sexuella våldet skiljer sig jämfört med det våld som sker i vuxna relationer. Sexakten bland unga har ett tvång som normaliserats och inte ses som våldsutövning ur den utsattes perspektiv i parrelationen. Vi kan inte se detta i de berättelser som vi har tagit del av. Vår uppfattning av att ta del av berättelserna är att de unga kvinnorna inte är begränsade i att prata om sina upplevelser av sexuellt våld, utan de beskriver våldet sakligt och även med detaljer om hur våldet har tagit sig uttryck. De uppvisar en förståelse av att de grova sexuella handlingarna är våld, något som sker mot deras vilja även om de till slut finner sig i utsattheten för de kan inte värja sig mot våldet, utan befinner sig i underläge gentemot sin partner. Vi funderar på hur normen kring sexuellt våld ser ut hos ungdomar idag med hänsyn till porrindustrin där strypsex och andra sexuella våldsinslag förekommer, om det påverkat ungdomar till den grad att strypsex normaliserats. Lundgren (2014) belyser att kvinnor tenderar att ha svårt att benämna sexuellt våld i och utanför parrelationer, eftersom de inte alltid betecknar dessa handlingar som våld. Brännvall (2016) bekräftar i sin studie att många kvinnor har svårt att definiera sexuellt våld som våldtäkt inom relationen, däremot definieras sexuellt våld som våldtäkt efter relationen. Hon hänvisar till kvinnornas syn på sex i en relation, där en förväntan att vara tillgänglig för sin man leder till en normalisering av sexuellt våld. Ur vår empiri är det endast två av de unga kvinnorna som använder sig av ordet våldtäkt när de beskriver det våld som de har utsatts för, men fler använder sig av ord som sexuella övergrepp eller beskrivande att de hade sex mot sin vilja. Ingen av de unga kvinnorna befinner sig i en pågående våldsam relation vid inspelningarna, vilket vi tolkar kan påverka deras sätt att reflektera kring det sexuella våldet i efterhand.

I berättelserna beskrivs en känsla av extrem rädsla och förnedring. Wiklund et al. (2010) förklarar i sin studie att unga kvinnor i en ålder av identitetsskapande som utsätts för sexuella övergrepp i parrelationer kan få allvarliga negativa påföljder. Kvinnorna ser sin kropp som en brottsplats och kan därmed uppleva en känsla av att förlora kontrollen över sig själv. Vidare förklarar de hur både låg ålder, våldets karaktär och bristfällig säkerhet bidrar till ohälsa och traumatisering. Maryams sociala liv brister i många avseenden, hon har en försummad relation till sin familj, samtidigt som våldet med isolering bidragit till stagnation i hennes övriga sociala liv. Likt i flera av berättelserna återvänder Maryam gång på gång till förövaren. Holmberg och Enander (2014) förklarar att rädslan verkar som en bindande kraft till mannen. Hon blir psykologiskt nedbruten vilket gör att hon inte vågar bryta upp från mannen. Men i motsats till detta kan rädslan över fruktan för sitt liv frigöra kraft som hjälper kvinnan att bryta upp. Hon kan välja att utnyttja sin makt att slå sig fri.

Wiener (2023) beskriver hur offrets autonomi och självbestämmande förminsas av förövaren efter en ofrivillig sexuell akt och att det sexuella våldet blir ett uttryck av ägandeskap. När en sådan akt har skett räcker det med att uttrycka hot om att det kan ske igen för att skapa rädsla hos offret, vilket vi kopplar till att utgöra en del av *coercive control*.

5.1.3 Psykiskt våld

Alla 12 berättelser visar på att psykiskt våld har varit närvarande i relationen. Det psykiska våldet uttrycker sig i de unga kvinnornas berättelser som anklagelser, svartsjuka, nedvärderande och/eller kränkande kommentarer, kontroll, manipulering och gaslighting. Enligt BRÅ (2021) har 46 procent av unga kvinnor blivit utsatta för psykiskt våld ansikte-mot-ansikte i en nära parrelation. Barter (2009) lyfter studier som visar att det psykologiska våldet är det vanligaste våldet som ungdomar möter och att ungdomarna har svårare att upptäcka sin utsatthet i jämförelse med vuxna som upplever våld i nära relation. Pensak (2015) beskriver att våldet som de unga utsätts för är likvärdigt med det som vuxna upplever, men att ungdomens mentala utveckling skapar en mer volatil omgivning. Detta tolkar vi som att ungdomarna ännu inte utvecklat mentala spärrar som kan hindra dem från att agera i affekt och utan konsekvenstänk, vilket också kan ses som att de inte tar våldet på allvar.

I sex av 12 berättelser framkommer det att nedvärderande och kränkande kommentarer har förekommit. Överlien (2021) menar att kränkningar, kontroll och rädsla är en form av

psykiskt våld som är vanligt förekommande inslag i ungas våld, vilket vi kan se i berättelserna som vi har tagit del av. Sara berättar hur pojkvännen kommenterar negativt om hennes kropp och utseende. I berättelserna får vi ta del av ord som att de unga kvinnorna är en hora eller slampa, en idiot som inte duger för något och att hon inte är värd att älskas av någon.

Den kontrollerande delen av det psykiska våldet förekommer i 10 av 12 berättelser och de unga kvinnorna lyfter olika sätt som kontrollen sker på. Dilan berättar om hur pojkvännen följde henne till bussen och mötte henne vid arbetsplatsen, vilket Dilan beskriver att hon i början av relationen upplevde som en romantisk gest. Med tiden fick hon aldrig röra sig fritt ute utan hans närvaro. Amanda delar med sig av en snarlik erfarenhet.

Sekunden som vi blev tillsammans antar jag att han kände nån sorts äganderätt över mig. För det var ju, ja, från den sekunden som han hade väldigt mycket att säga till om helt plötsligt. Från den dag vi blev tillsammans så började han alltså säga till mig, att bestämma vad vi ska göra, var vi ska och från den dagen vi blev tillsammans så gick det väl bara utför liksom.

- Amanda (UR Toxic #5, 2020)

Maryam beskriver att hon tidigt i relationen spenderar mycket tid hemma hos sin pojkvän och att hennes upplevelse är: ”Han skulle göra mig till en bra kvinna. Som en upplärningsfas typ. Han visade mig allt. Alltså hur jag skulle leva, allt. Hur jag skulle göra, prata, klä mig, städa, diska och så.” Detta ser vi som ett sätt för pojkvännen att utöva makt över flickvännen, att disciplinera henne till att göra förändringar, enligt Foucaults teori om kontroll och disciplin, för att bli den som han tycker att hon ska vara. Men det är inte bara hur de unga kvinnorna ska vara och bete sig som pojkvännerna bestämmer över, utan även vilka som de ska få ha kontakt med. Flera av de unga kvinnorna beskriver hur deras manliga vänner uteslöts ur deras sociala liv. Tilda säger att ”han skapade medvetet bråk med mina kompisar för att jag skulle sluta umgås med dem.” Sara börjar på en ny skola och kommer inte in i gemenskapen då hon isolerar sig socialt och deltar inte i fester och umgänge, utan spenderar tid endast med pojkvännen. Bland ungdomar är *peer-centered* våld vanligt förekommande, vilket särskiljer sig från det vuxna våldet. *Peer-center* våld innebär enligt Murray och Azzinaro (2019) att offret utsätts för social isolering där förövaren vänder bort vänner och sociala relationer för sin partner, samt skadar partners rykte med lögner. Detta kopplar vi till *coercive control*, om att begränsa offrets tillgång till socialt umgänge och dennes frihet (Wiener, 2023).

Elin uttrycker att pojkvännen var svartsjuk, kontrollerande och skapade regler för henne. Hon beskriver att hon efter några månader inte vågade möta andra mäns blickar och att hon inte hade några killkompisar kvar.

En av de sakerna var att absolut inte prata med andra. En annan var att inte ha Facebook eller att kolla på gossip girl, vilket är helt irrationellt också. [...] Men just det här med att inte prata med andra hade han en förmåga att verkligen få mig att hålla mig till, för annars blev det väldigt otrevligt.

- Elin (Ungarelationer, 2023)

Elin beskriver inte vidare i filmklippet om vad otrevligt innebär i sammanhanget, men vi tolkar det som en indirekt form av dolt hot om att bli utsatt för annan våldsform. Hot är också en del av det psykiska våldet. Al-Alosi (2017) menar på att hot och kontroll bygger på att framkalla rädsla hos den utsatta. Genom att använda oss av *coercive control* förklaras detta med att pojkvännen använder sig av metoder för att skapa rädsla hos sitt offer och att neka denne grundläggande rättigheter, tillgångar och frihet med syfte att få offret att lyda vilket vi tolkar som ett sätt att disciplinera individen och få fram sin egen kontrollerande vilja. Wiener (2023) beskriver att *coercive control* handlar om att dominera sin partner. Vidare fortsätter Wiener (2023) att genom att skapa en trovärdig bild av att hotet om våld uppfylls så kommer kontrollerandet bli lättare eftersom offret blir rädd och därmed känner tvånget av anpassning, vilket Linas ord nedan bekräftar.

Jag var ständigt på tå runt honom och gjorde allt för att han inte skulle bli arg, för jag visste att det alltid skulle leda till psykisk eller fysisk misshandel. Jag anpassade mig ständigt för att det skulle passa honom, men oavsett vad jag gjorde så blev det aldrig rätt.

- Lina (Ungarelationer.se, 2023)

Manipulativt beteende berättar fyra av de unga kvinnorna om. Stark och Hester (2019) lyfter att gaslighting används för att förminska kvinnorna och Wiener (2023) menar att det är ett sätt att kontrollera sin partner. Gaslighting innebär att det är ett manipulativt sätt av en förövare att få sitt offer att ifrågasätta sig själv, sitt minne och vem man är (Klein, Li & Wood, 2023). Amanda beskriver hur pojkvännen manipulerade henne till den grad att hon till slut inte visste vem hon var: ”Jag fick inte riktigt ha några egna åsikter och jag fick inte riktigt ha en egen vilja.” Vidare berättar Amanda att pojkvännen hittar på lögnar som han förmedlar till hennes familj och till sin arbetsgivare. På så vis får han sympatier från omgivningen när han framställer Amanda som sjuk och att han är den omhändertagande, vilket vi ser är en tydlig beskrivning på manipulativt beteende. Klein, Li och Wood (2023) visar på studier som menar

att gaslighting som sker i en nära relation inte har något tydligt mål, utan används för kontroll och för att uppfylla egoistiska syften.

5.1.4 Digitalt våld och kontroll

Digitalt våld tar stor plats i de unga kvinnornas berättelser och yttrar sig genom att ske på digitala plattformar över Internet och med olika tekniska hjälpmedel. Enligt en nationell undersökning från BRÅ (2021) har 56 procent av unga kvinnor som blivit utsatta för våld i en nära relation utsatts för psykiskt våld via digitala medier. Enligt Al-Alosi (2017) är majoriteten som åtalats för digitalt våld män. Barter & Stanley (2016) delar upp det digitala våldet i fem delar: emotionellt med meddelanden av nedvärderande karaktär, kontrollerande över vilka man är vän med i sociala kanaler, övervakande om var man befinner sig eller har varit, sexting med krav om att skicka och motta ofrivilliga sexuella meddelanden samt social isolering där förövaren skickar meddelanden i partners namn eller utesluter och blockerar vänner.

Idag lever ungdomar större delen av sitt sociala liv via Internet. Vi gör kopplingen att ungdomar upplever ett upphörande av deras existens när de förlorar kontrollen över sitt digitala jag. I de tre skriftliga berättelserna som vi analyserat beskrivs inte det digitala våldet tydligt förutom i en mening där Tilda skriver att hon får konstanta sms och telefonsamtal från sin pojkvän. I de övriga berättelserna med tal framkommer tydligare beskrivningar av det digitala våldet. Dilan berättar att pojkvännen kräver lösenord till hennes olika konton och att han kollar igenom hennes mobiltelefon. Zweigh et. al (2013) visar i sin studie från USA att den vanligaste typen av digitalt våld består av intrång i personliga konton online, något som vi tolkar leder till kunskap som kan utnyttjas av förövaren för att tillföra skada till sitt offer.

Sara beskriver att hon gör upptäckten att pojkvännen har hackat sig in på hennes icloud-konto, när hon befinner sig på semester utomlands. Hon får en panikattack eftersom det finns information på icloud-kontot som kommer att göra pojkvännen upprörd. Inom 15 minuter börjar Saras telefon ringa:

Jag blockade hans nummer. Jag brukade göra det ibland när han blev alltför aggressiv. Så jag blockerade honom på Instagram, Facebook, KIK, alla de här sakerna som vi brukade skriva på. Då började han mejla. Där kunde jag inte blocka honom så att det blev liksom att han skrev långa långa mejl om att jag var en hora, jag har ingen respekt för dig och vad fan kan du skriva de här sakerna? Det kommer mejl efter mejl efter mejl. Till slut blockade jag upp hans nummer och pratade med honom i telefon och det blev ju ännu värre då.

- Sara (UR Toxic #7, 2020)

Sara är inte den enda som beskriver hur hon trakasseras med telefonsamtal, sms och e-post, utan detta lyfter även Meja, Jonna och Tilda i sina berättelser. ”Han kunde skicka så mycket sms, var 10:e sekund minst.” beskriver Maryam. Meddelandet är ofta hotfullt, vilket vi tolkar som att syftet är att skapa rädsla hos den unga kvinnan alternativt att hon ska veta att hon är övervakad, att partnern har koll på henne i enlighet med Panopticon (Foucault, 2017).

Al-Alosi (2017) visar på att hämnd-porr, med smygtagna foton/videos som delas eller med hot om att delas och icke önskvärda sexuella meddelanden i form av sexting, är vanligt förekommande. Sara berättar om hoten från sin pojkvän:

Han brukade ibland ta bilder på mig när vi hade sex utan att jag visste om det. Sen efteråt kunde han visa de här bilderna och hota mig med dem. Att han skulle skicka dem till min pappa, att han skulle posta dem till mig i min brevlåda när jag minst anade det.

- Sara (UR Toxic #7, 2020)

Detta anser vi visar på en skrämstaktik från pojkvännens sida, med hot om att skada Saras anseende inför hennes pappa. Utöver hot och kontroll, är att skapa rädsla, något som enligt Al-Alosi (2017) är vanligt förekommande vid digitalt våld. Detta kan leda till att den unga kvinnan går med på saker som hon själv egentligen inte vill, för att hotet om spridning av foton inte ska ske.

Ur vår empiri kan vi utläsa de beteenden som Barter och Stanley (2016) beskriver som digitalt våld. Det emotionella digitala våldet med att få meddelanden av nedvärderande karaktär tolkar vi som att de unga kvinnorna aldrig är fria från sin pojkvän. Vi ser att tidigare kom orden verbalt när personerna befann sig på samma fysiska plats, men nu när de unga kvinnorna är uppkopplade kan det emotionella digitala våldet komma när som helst, för att smartphonen följer med överallt i vardagen. Pensak (2015) går tillbaka i tiden till när den fasta telefonen var det hjälpmedlet man använde för att kommunicera sinsemellan. Då fanns oftast telefonen i en hemmiljö med andra vuxna som kunde övervaka på ett annat sätt än vad som är möjligt idag på grund av smartphonen. Den digitala värld som vi lever i har förändrat

människors sociala beteendemönster, som hur vi möts och socialiserar enligt Korkmaz (2017). Tekniken kan vara till hjälp till vardags för att upprätthålla de sociala banden, men kan också vara något som används för övervakning och kontroll, vilket vi kan utläsa i de unga kvinnornas berättelser. Boethius, Åkerström och Hydén (2023) delar upp den digitala kontrollen med hjälp av tekniska hjälpmedel i tre delar: kontroll av kommunikationen, hot och trakasserier samt att ge sig på kvinnans egna sociala nätverk och relationer. Att använda mobiltelefonen som hjälpmedel för övervakning tar Amanda upp där hon beskriver hur pojkvännen krävde att hon alltid skulle ha FaceTime igång oavsett var hon befann sig, om hon var ledig eller jobbade. ”Även om det kom gäster så fick jag inte lägga på för honom.” Detta beteende beskriver även Pensak (2015) i sin artikel och påpekar att den digitala spårningen möjliggör det kontrollerande våldet. Jonna beskriver hur hon använder sig av Snapchat för att kunna se var pojkvännen befinner sig och han gör likaså. Jonna berättar att hon får användning av den här funktionen den dagen som hon bestämt sig för att lämna honom, för att få en säkrare planering i flykten då hon kan se var han är någonstans. Boethius, Åkerström & Hydén (2023) menar i sin studie att den digitala tekniken inte bara behöver vara ett hot för kvinnorna, utan även ett hjälpmedel för att återta kontrollen över sin situation, vilket bekräftas av Jonnas berättelse.

Vi kan se att den övervakning som sker via digitala verktyg låser de unga kvinnorna till att ständigt vara anträffbara för pojkvännen. De digitala verktyg och hjälpmedel som finns gör att pojkvännen ständigt kan vara medveten om var hon befinner sig, vare sig hon har gett medgivande till detta eller inte. Om hon är medveten om att han vet var hon är, begränsar hon sig om var hon ska gå eller göra, vilket utgör risk för ett utanförskap i sociala sammanhang. Vi kan se många likheter med vår studie och Boethius, Åkerström & Hydén (2023) om hur de unga kvinnorna utsätts för digital kontroll, men också hur det digitala våldet tar sig uttryck i deras liv med digital terror med meddelanden och telefonsamtal, hot om spridning av smygtagna foton, hur de tvingas släppa in pojkvännen på sina digitala enheter och digitala sociala liv samt hur utomstående kontakter begränsas av partnern. Här kan vi se tydlighet till det övervakande ögat, Panopticon, i hur de unga kvinnorna gör Anpassningar och släpper in sin partner i deras digitala värld, alternativt att han tränger sig på genom att bli vän med andra i hennes sociala nätverk. Övervakningen blir en del av hennes vardag. I takt med att den unga kvinnan får till sig kunskap om att partnerns agerande inte är normalt och accepterat beteende enligt de normer som råder i kontexten som hon befinner sig i, först då finns möjlighet till att

återgå till att bryta normaliseringens mönster och se våldet för det maktutövande som utförs av partnern.

Al-Alosi (2017) pekar på att många offer upplevt att de inte har fått stöd från polisen och samhället, vilket gjort att de drar sig för att anmäla våldet. Istället upplever offren *victim-blaming* med uppmaning om att sluta använda digitala verktyg, plattformar och sociala medier eller att de får skylla sig själva som tagit nakenbilder, även om detta kan ha skett utan deras medgivande. Med Wiklund et.al (2010) tankar om genusperspektiv är *victim blaming* något som sker på individnivå, medan det på strukturell nivå handlar om en maktobalans och ojämlikhet mellan könen. Det är viktigt att se vilka normer och vilken kontext som råder i den tidsandan som fenomenet uppstår i. Vidare fortsätter Wiklund et.al med att i takt med att våldet normaliseras hos de unga, så kommer även synen på vad som är våld i nära relationer också att förändras. En isolerad händelse i form av ett inlägg på sociala medier kan se ofarlig ut, men ser man det i relation till att personen blir utsatt för annat våld i en nära relation så blir kontexten annorlunda, vilket gör att *coercive control* blir ett användbart begrepp. Starks teori om *coercive control* lyfter att enskilda våldsbrott kan vara svåra att upptäcka om man inte ser till helhetsbilden, ett mönster av tvång och kontroll som sker under en längre tidsperiod (Wiener 2023). Tilda beskriver sitt förhållande enligt följande:

Det är inte kärlek att behöva gråta sig till sömns i oro över vad som ska hända härnäst, det är inte kärlek att få plötsliga panikattacker över den ständiga otryggheten han skapat, det är inte kärlek att bli tvingad till att ha sex med någon för att bevisa att man älskar honom/henne.

- Tilda (Ungarelationer.se, 2022)

Citatet påvisar hur *coercive control* kan påverka en ungdom som befinner sig i en kärleksrelation, att vardagen är otrygg och hur anpassningar görs för att bevisa något eller för att i vår tolkning i vissa fall överleva. Wiener (2023) lyfter ett citat från Stark ”He changes who and what she is” vilket vi kopplar till en eliminering av kvinnans identitet vilket sker genom normaliseringsprocessen.

5.2 Normalisering av våldet

Att skapa relationer i ung ålder är viktigt ur flera aspekter, dels för att identifiera ett eget jag, men även för att ingå i sociala relationer. Tonåringar saknar även kunskap om våldsamma beteenden. Med ny teknik, såsom internet och digitala medier, har toleransen för vad som är kränkande beteende ökat (Hellevik & Överlien, 2016). När unga människor träder in i vuxenlivet, finns en förväntan av vidgat utrymme för frihet och självständighet. Detta är en naturlig process i unga människors liv. I motsats till den processen, kan istället livsutrymmet minimeras i våldsamma relationer där kränkningar blir en vardag (Wiklund et al. 2010). När våld normaliseras i vardagen, tenderar våldet att eskalera, och det kan synliggöras genom att använda ett processperspektiv (Lundgren, 2014).

Meja träffar en kille på skolan, som hon först blir god vän med. Allteftersom tiden går, efter skrivande på Snapchat så vill han ses. De ses ofta, och Meja upplever att hon inte hinner göra annat än att träffa honom. Han blir allt mer kontrollerande och Meja blir begränsad i sitt sociala liv. Att hon blir kontrollerad och följer hans önskan, leder till en gränsförskjutning och våldet eskalerar. Det innebär att gränserna för vad som accepteras och inte accepteras suddas ut. Ibland kan kvinnan även tolka våldet som uttryck för kärlek (Lundgren, 2014).

Vad hade jag gjort honom, liksom? Varför blev han så arg? Jag visste ju inte det, tänk om jag verkligen gjorde någonting, så man börjar ju anklaga sig själv då såklart. Jag visste liksom inte vad jag skulle tänka eller vad jag skulle göra.

- Meja (UR Toxic #1, 2020)

Första gången Meja blir slagen sker efter ett utspel av svartsjuka. Hon beskriver känslan efteråt, hur hon sitter på hans sängkant, chockad och oförstående till vad som hänt.

När han kom tillbaka så var allt som vanligt liksom. Han var som vanligt. Det var som att det aldrig hade hänt. Jag tror att han bara satte sig och tittade på TV. Sen efter ett tag så kom jag också in i rummet och satte mig och tittade på TV bara, och vi sa liksom ingenting.

- Meja (UR Toxic #1, 2020)

Meja uppfattade svartsjukan som kärleksfull omtänksamhet. Aspekten av kontroll kan normaliseras, till följd av att den uppfattas som en bekräftelse på kärlek och skydd (Barter et al. 2017). Kontrollen som utmynnar ur svartsjukan blir en del av hennes vardag, och trots att mycket tid ägnas åt att klä sig och bete sig som han vill, så hittar han ändå anledning att slå.

...och ibland kunde han bara slå till mig liksom när han var sur. Man visste liksom aldrig när det skulle hända så till slut satt man bara och väntade. Ibland så gjorde han ingenting, ibland så kunde han bara sluta prata med mig i flera dagar och sen komma tillbaka.

- Meja (UR Toxic #1, 2020)

När Meja övergått till att genom gränsförskjutning bli öppet undergiven, sker en omärklig anpassning till hans krav om hur hon ska vara. Därigenom sker en självutplåning. Detta är något som sker gradvis allteftersom våldet eskalerar (Lundgren, 2014). Konsekvensen blir att våldet accepteras och internaliseras. Lundgren (2014) förklarar internaliseringen med att kvinnan tar på sig ansvaret för hans motiv till misshandeln. Hennes självkänsla förminskas, och hon upplever sig själv genom hans ögon. Hon motsvarar inte hans norm för hur en kvinna ska vara.

I normaliseringsprocessen ingår även begreppet isolering. Flera av de unga kvinnorna vi lyssnat till och läst om, vittnar om att de antingen isolerat sig själva eller blivit tvångsmässigt isolerade. Den sistnämnda isoleringen har sitt ursprung i den digitala kontroll de blivit utsatta för, där våldsutövaren förvägrat dem all kontakt med vänner och familj. Den så kallade frivilliga isoleringen grundar sig på internaliseringen som de unga kvinnorna utsatts för.

Men det blir också när man lever i en gömd relation så att säga, så får man ingen reaktion från omvärlden runt omkring, så blir det nästan som att det blir en bekräftelse på att det man lever i är normalt.

- Mathilda (Ungarelationer.se, 2022)

Lundgren (2014) förklarar att vid en fysisk isolering, sker även en psykisk och mental isolering. När kvinnan isoleras från familj och vänner och främst umgås med mannen, upplever hon det mesta i förhållande till honom. Hans verklighet blir hennes. Vidare sker en stegvis dominans av hennes känsloliv, och han blir hennes enda känslomässiga referensram. Kvinnans saknad av andra sociala och känslomässiga referenser försvårar hennes bedömning av vad som är gott och ont, och därmed sker en acceptans och anpassning till våldet.

Jag kände länge att jag behövde lämna. Eller, jag kände ständigt att något inte stämde, min magkänsla sa mig att något var fel, men jag var alldeles för ung för att förstå vad jag var med om.

- Lina (Ungarelationer.se, 2023)

Svårigheten i unga relationer är att se vad som hör till normaliteten och inte. Undomar kan ha en romantiserad bild av hur en relation ska se ut, känslolivet är stort, och en längtan efter att vara älskad är stor. Om vi vill förstå våldets normalisering och internalisering, kvinnans och mannens roller i våldets rum, behöver en tillbakablick till våra könskulturella rötter göras. De föreställningar och normer som mannen och kvinnan bär med sig, kan leda till att mannen skapar en maktobalans i relationen (Lundgren, 2012). Den obalans som kan skönjas i våldets tecken, menar Holmberg och Enander (2014) möjliggör en maktutövning från mannens sida där han utnyttjar kvinnans känsla av ett ”svek mot sig själv”. Det leder till att mannen får kvinnan att kränka sig själv. Det är inte svårt att förstå att unga kvinnor, med en icke-existerande erfarenhet av intima relationer, kan ha svårt att förstå vad de är med om. Citat som ”jag är ingenting utan honom” och ”jag var ju ingen annan människa än hans”, ger oss en förståelse för den maktobalans som växer fram i våldets tecken.

5.2.1 Traumatisk bindning och dess konsekvenser

Traumatisk bindning är ett känslomässigt band som genom upprepat våld, växer fram mellan förövaren och den utsatta. Det som är uppseendeväckande är att kvinnan hyser positiva känslor till förövaren även om hon blir utsatt för våld (Dutton & Painter, 1981). Känslor som kärlek, rädsla, hat, medlidande, skuld och hopp är något som framträder i de unga kvinnornas berättelser. I vår studie har vi valt att belysa känslan av rädsla, då den är mest framträdande hos samtliga i vår studie, även om rädslan kan vara baserad på olika strategier som våldsutövaren utsätter kvinnan för. Att kärlek och medlidande är känslor som förekommer rädslan, är också uppenbart i några av berättelserna. Holmberg och Enander (2014) förklarar att dessa känslor är grunden till den internalisering som vi tidigare benämnt, och tenderar att skapa en traumatisk bindning mellan förövaren och den utsatta kvinnan. Vidare beskriver Holmberg och Enander (2014) första tiden i en relation som en fängslande period då kvinnan faller snabbt för mannens bekräftelse. Hon uppfattar honom som mer empatisk och insiktsfull än andra män. Att kärleken är ömsesidig skapar ett starkt band dem emellan. ”han behandlade mig som en prinsessa” och ”han var ju jättecharmig, gav en mycket komplimanger” är citat från två av de unga kvinnorna, kopplade till relationernas första stadium.

När våldet träder in i relationer ändras dynamiken men kärleken finns kvar. Lundgren (2012) förklarar hur växling mellan kärlek och våld skapar en förvirring av känslor som leder till ett beroende. Även Holmberg och Enander (2014) har en förklaring till hur den traumatiska bindningen kan återkopplas till växling mellan värme och våld. De hänvisar till Dutton och Painters (1981) teori om inlärnings- och attachmentteorin, som menar att en traumatisk bindning uppstår när en överordnad utsätter en underordnad för omväxlande positiva och negativa stimuli. Detta kan vi utläsa i några av de unga kvinnornas berättelser. Dilan är en av dem som levde i en våldsam relation där hon blev utsatt för både fysiskt, psykiskt och materiellt våld. Hon ansåg att det var svårt att förhålla sig till våldet, så hon valde att tro på de kränkningar han utsatte henne för. Dilan förklarar också att kärleken till honom fick henne att stanna kvar i relationen.

Jag älskade honom ändå väldigt mycket, han kunde ju vara fin också, alltså han var ju inte så här vidrig hela tiden. Det var fifty fifty.

- Dilan (UR Toxic #2, 2020)

Pensak (2015) förklarar att sårbarheten i unga kvinnors utveckling gör att de är mer receptiva till att utsättas för traumatisk bindning. Vidare menar hon att de tenderar förlora sin identitet genom att bli känslomässigt beroende av förövaren. Förövaren får således mer bekräftelse i sin starka könsroll. Även Lundgren (2012) bekräftar att våldets normaliseringsprocess utplånar kvinnans egna identitet.

Mot bakgrund till Starks (Stark & Hester, 2019) teori om *coercive control*, som innefattar att skrämma, skada, övervaka och isolera, lyfter elva av tolv unga kvinnor i vår studie, en känsla av rädsla kopplade till dessa fyra strategier. Flera av dem använder sig av begrepp som, ”jag vågade inte”, ”jag var jätterädd” och ”jag var extremt rädd”. Rädslan har i berättelserna sitt ursprung i kontroll, psykisk och fysisk misshandel, och sexuellt våld.

Wiener (2023) förklarar att rädslan hos utsatta kvinnor ofta grundas i rädsla för att något ska hända, snarare än rädsla kopplad till en specifik händelse, därför är våldsutsatta kvinnor sällan

fria från sin rädsla. Mejas utsatthet började med digital kontroll som sedan övergick i grovt fysiskt våld. Hon beskriver rädslan som konstant närvarande.

Jag var ju liksom livrädd dygnet runt varje dag, och det påverkar en väldigt mycket att vara rädd under en väldigt lång tid. Man blir väldigt trött och nedstämd som människa liksom. Man känner sig väldigt, väldigt ensam.

- Meja (UR Toxic #1, 2020)

Att falla offer för våld i nära relationer, att leva med en känsla av att inte kunna slappna av, och ständigt vara rädd och må dåligt över sig själv, kan ha skadliga effekter på hälsan på kort och lång sikt (Barter et al., 2017). En sämre livskvalité med försämrad självkänsla, depression och sömnsvårigheter är hälsoeffekter som kan relateras till våldsutsatta kvinnor. När detta pågår under en längre period utan pauser av mental vila, har det en negativ påverkan på den psykiska hälsan (Wiklund et al., 2010). Normaliseringsprocessen beskrivs i tre faser av eskalerande fysiska och psykiska symtom. Symtomen börjar ofta med diffusa smärtor, muskelspänningar, bristande beslutsförmåga och leder till omfattande och djupgående kroppsrelaterade konsekvenser (Lundgren, 2012). I de unga kvinnornas berättelser kan vi inte utläsa att någon fått kroppsrelaterade symtom som en konsekvens av våldet, däremot är det flera av de unga kvinnorna som uppger att de påverkats negativt av rädslan. Skolgången blev försummad på grund av sömnsvårigheter, familj- och vänskapsrelationerna blev lidande, och några nämner att självbilden försämrades.

Överlien (2021) förklarar hur rädslan även kan vara situationsbetingad, det vill säga rädslan uppstår i en sårbar situation som handlar om överlevnad. Men rädslan kan även komma smygande, för att stanna kvar och bli en del av vardagen. Samtidigt som vi i några berättelser kan utläsa en rädsla som smyger sig på, baserad på hur grovt våldet är, finns det några berättelser som vittnar om den situationsbetingade rädslan för sitt liv, som till slut får de unga kvinnorna att lämna relationen.

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 (UR Toxic #2, 2020)

Dilan är en av de unga kvinnorna i vår studie, som upplever en situationsbetingad rädsla som får henne att lämna relationen. Även om en traumatisk bindning hållit kvar henne i relationen, är rädslan för att inte överleva så stor att den får henne att lämna sin pojkvän.

5.2.2 Vändpunkt

Samtliga podcasts som vi lyssnat till ger oss vittnesmål om starka emotionella band som försvårar ett uppbrott. Det är tydligt i berättelserna hur de unga kvinnorna genom en nedbrytningsprocess skapat ett beroende av pojkvännerna som är svårt att bryta. Citat som ”det var därför jag stannade kvar, för att jag älskade honom” och ”jag älskade honom så mycket, han kunde ju vara fin också” ger oss en förståelse, för att de genom internalisering förlorat sin känsla för gott och ont och därmed accepterat hans våldshandlingar. Här vill vi anknyta till normaliseringsprocessen. Lundgren (2012) ger oss en förståelse för hur kvinnan bagatelliserar våldet eftersom hon anser att mannen egentligen är god. Även om kvinnan väljer att anpassa sig till mannens gränsförskjutning, så är hennes anpassning inte tillräcklig, våldet fortgår. Det fortgår till den grad att hon bryts ner och lever på gränsen mellan liv och död. Holmberg och Enander (2014) menar att den emotionella frigörelseprocess som föregår ett uppbrott är den som är svårast för kvinnan, och det kan kopplas till det starka emotionella band som kvinnan utvecklat till den misshandlande mannen.

Jonna har försökt att bryta sig loss från sin pojkvän som misshandlade henne både psykiskt, fysiskt och sexuellt. Citatet nedan är kopplat till en händelse där hon blivit fysiskt misshandlad. Hon lämnar pojkvännen, men väljer att snart återvända igen.

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 (UR Toxic #4, 2020)

Holmgren och Enander (2014) menar att uppbrottet innefattar tre aktiva processer, som nödvändigtvis inte sker i den ordningsföljd vi beskriver, *att bryta upp, att bli fri, och att förstå*. Att bryta upp är det som avgör varför kvinnan väljer att lämna relationen, att bli fri, är processen där kvinnan emotionellt frigör sig från mannen. I processen av att förstå kommer kvinnan till insikt om att det är en misshandelsrelation som hon levt i. Vi kopplar Jonnas uppbrott till den fas i processen där hon väljer att bryta relationen. Dock är hon inte fri från

sitt emotionella band och väljer därför att gå tillbaka till sin pojkvän. Jonna blir återigen misshandlad och kommer till insikt och till förståelse över att relationen inte kommer att förändras.

Likt Överliens (2021) tankar om en situationsbetingad rädsla som leder till uppbrott förklarar även Holmberg & Enander (2014) att ett uppbrott kan ske när kvinnan fysiskt eller psykiskt når botten. När kvinnan nått botten handlar det oftast om liv eller död.

Han misshandlade mig och hit och dit och till slut så bara kände jag att jag, jag måste bara härifrån för annars kommer jag inte finnas kvar alls. Och jag gick hem en dag och bara slutade svara honom helt.

- Maryam (UR Toxic #8, 2020)

Maryam vittnar om så grovt våld att hon inte vet om hon kommer att överleva. I ett slutskede där kvinnan genomgått gränsförskjutning och internalisering så finns ingen återvändo från våldet. Hon förklarar att även om kvinnan överlever våldet som en fysisk person, så har hon genomgått en död av sitt inre jag. Detta är något vi kan koppla till Saras berättelse. Sara var tillsammans med en kontrollerande pojkvän som utsatte henne för både psykiskt, fysiskt och sexuellt våld. Hon beskriver hur han genom upprepade kränkningar till slut fick henne att tro på hans ord.

Och han fick verkligen mig att tro att så här: du är inte värd någonting, du är ful, du är en åsna, du förtjänar inte att bli älskad. Så jag hade ju fortfarande någonstans känslan av min egen kropp och sätt att se på mig själv och att så här, jag var inte värd någonting.

- Sara (UR Toxic #7, 2020)

Även Korkmaz (2021) beskriver uppbrotten som en process, som innehåller ”barriärer” och ”broar”. Barriärerna står för de aspekter som hindrar kvinnan från att lämna relationen och broarna står för det som hjälper henne att lämna. I de berättelser där vi får ta del av uppbrottsprocessen, tolkar vi att de unga kvinnornas emotionella band till männen är barriärer, och vänner, familj och professionella agerar broar som underlättar ett uppbrott.

Sara har levt tillsammans med en kontrollerande pojkvän. Hon berättar hur hon satt i klassrummet, att hon ständigt var på sin vakt över sin mobil, ifall pojkvännen ringde. Hans krav var att hon alltid skulle svara när han ringde på Facetime. En klasskompis till Sara reagerade på detta.

Hon förklarar för mig att det här är inte hur en relation ska se ut, och du har varit med om så mycket för att vara så ung, och det här är inte okej. Du måste liksom lämna.

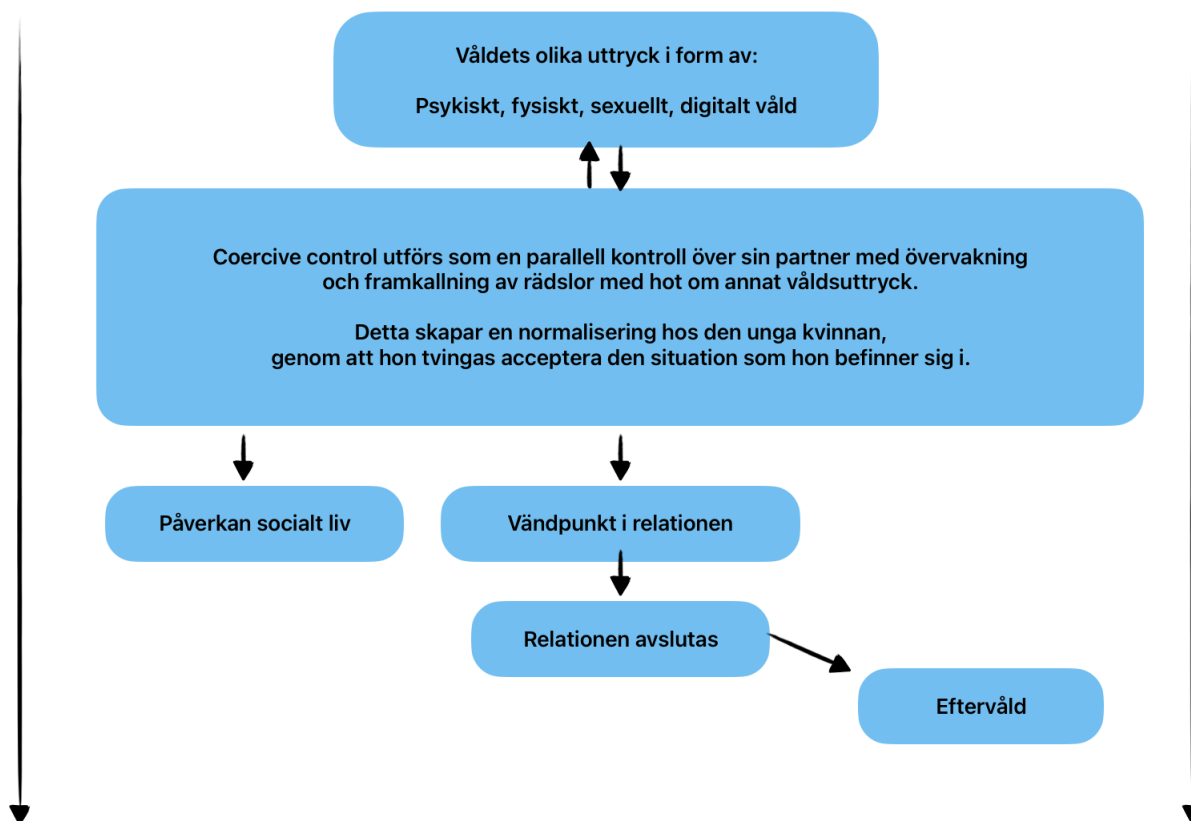
- Sara (UR Toxic #7, 2020)

Vidare förklarar Korkmaz (2021) hur samhällseliga normer kring kön är kopplade till både barriärer och broar. Att inte uppfylla normen av den tillräckligt ”goda” flickvännen som omsorgsfullt ska ta hand om pojkvännen kan ses som en barriär. Citat som ”jag levde mig in i den här hemmafrurollen” och ”han hade krav liksom på hur hans flickvän skulle vara och ville jag vara hans flickvän så fick jag följa de kraven” ger oss en förståelse för hur de unga kvinnorna anpassar sig till sina pojkvänner. Lundgrens (2012) processperspektiv på normalisering förklarar att även om paret inledningsvis i förhållandet har en jämlik relation till varandra, så skapar mannen sin maskulinitet på våldets arena, och kvinnan tvingas inta en roll som underordnad utan att kunna styra över det själv. Därmed blir könsskillnaderna uppenbara och ojämlikheten ett faktum. Vår förståelse är, med hänvisning till normaliseringsprocessen, att oavsett om könsnormer om manligt och kvinnligt härstammar från samhällets struktur eller inte, så blir den förr eller senare uppenbar i en våldsam relation. Korkmaz (2021) förklarar hur sociala arenor och individuella aspekter påverkar frigörelseprocesser i destruktiva relationer. Hon lyfter, utan vidare förklaring, sociala medier som en barriär. Överlien (2018) förklarar också om svårigheten med att bli fri från sin förövare, då hot om att till exempel sexuella bilder på de unga kvinnorna kan läggas ut på sociala medier. Flera av de unga kvinnorna vittnar om svårigheten att bli totalt fria från sina pojkvänner, då de riskerar att bli fortsatt utsatta på sociala medier. Även skolan, menar Korkmaz (2021) är en barriär på den sociala arenan, då många utsatta ungdomar går på samma skola som förövaren. I två av berättelserna framkommer att de gått på samma skola som sin förövare, men det är inte uppenbart om det varit en barriär för dem eller inte.

Korkmaz (2021) menar att den individuella aspekten handlar om kvinnans grundläggande självförtroende, vilket kan påverka i vilket stadie hon väljer att lämna relationen. Några av de unga kvinnorna förklarar att de har gott självförtroende. Citat som ”jag har alltid varit den starka personen” och ”jag var jättestark och framåt och allt detta när jag började gymnasiet, innan jag träffade honom” ger oss en förståelse för att några av dem hade ett gott självförtroende innan våldets inträde i relationen. Det framkommer dock inte i alla berättelser om den individuella aspekten haft någon inverkan på uppbrottet. Det som framkommer är att alla berättelser slutar med ett uppbrott. I alla berättelser förutom en, är det den unga kvinnan som väljer att lämna relationen.

5.3 Sammanfattande synpunkter

Vi har nedan försökt illustrera hur våldet tar sig uttryck utifrån de berättelser vi tagit del av.



Vi har sett att det psykiska våldet dominerar. Tankarna om Panopticon, om att vara övervakad utan att kunna se sin övervakare, leder oss rakt in i dagens digitala övervakning där vi ständigt är uppkopplade eller spårbara genom digitala verktyg och appar. De unga kvinnorna finns tillgängliga på sociala plattformar och pojkvännen nyttjar dessa genom att själv skapa vänskapsband med flickvännens sociala nätverk för att övervaka och kontrollera henne. Han kan också använda sig av flickvännens inloggning för att se vilka kontakter hon har, men även för att förstöra nuvarande relationer, vilket vi tagit del av i berättelserna. *Coercive control* med tankar om tvång och kontroll pågår löpande under tiden som andra våldsuttryck tar plats i relationen och enligt forskning kan det vara lätt att missa enstaka våldsinslag, men om man ser till ett mönster av våldsinslag som har pågått under en längre period är det möjligt att istället se helheten av våldet och dess inverkan. Han är kontrollerande, i en maktposition över henne, något som kan vara strukturellt skapat genom könsmaktsordningen med normer om vad som är manligt och kvinnligt. Genom kontroll, hot och övervakning från pojkvännens

sida, vilket leder till en form av disciplinering som enligt Foucault används för att normalisera ett beteende, framkallas rädslor hos den unga kvinnan som har förståelse för att våldet kan ta värre uttryck eller att hotelserna förverkligas om hon inte anpassar sig.

Normaliseringsprocessen blir därmed aktuell och det kan bli svårare för den unga kvinnan att bryta sig loss, eftersom hon numera har svårt att hitta sin egen autonomi samt troligtvis är begränsad i sin frihet av pojkvännen. Att bryta sig loss och konsekvenserna därefter i form av eftervåld har inte varit något som vår studie har haft fokus på, utan det är hur det sociala livet har påverkats för de unga kvinnorna.

6. Slutdiskussion

Syftet med vår studie var att utifrån personliga berättelser förstå hur våldet kommer till uttryck hos unga kvinnor i åldern 16-25 år. Vi sökte även förståelse för på vilket sätt utsattheten har påverkat de unga kvinnornas liv när de befunnit sig i en våldsamt nära relation. De podcasts vi har tagit del av har varit detaljrika kring våldets uttryck och den normalisering som pågått i relationen, vilket har medfört att vi kunnat koppla dem till våra forskningsfrågor samt tidigare forskning. De kortare filmklippen och texterna har varit mer fokuserade på de unga kvinnornas lärdomar och vad de hade önskat för hjälp från omvärlden.

I vår första frågeställning om våldets uttryck framgår av berättelserna att våldet visar sig psykiskt, fysiskt, sexuellt samt genom digitalt våld och kontroll. Berättelserna visar dock att våldet skiljer sig åt i omfattning i de olika relationerna. Vi kan se att våldet tar sig olika uttryck och de olika formerna pågår parallellt i relationerna, men att det psykiska våldet är dominerande i alla berättelserna. Tydligt framträdande är att det psykiska våldet som innehåller kontroll, både i det faktiska fysiska rummet och i den digitala sfären, är inkörsporten till fysiskt och sexuellt våld. Foucaults Panopticon visar på att genom övervakning kan vi se att våldsutövaren framkallar rädsla hos den utsatta kvinnan som gör Anpassningar för att undvika disciplinering med våldsuttryck som ter sig värre än vad Anpassningen gör. Med avstamp i normaliseringsprocessen kan vi se hur Anpassningen leder till gränsförskjutning för vad som är normalt och inte i en relation, vilket också kan föranleda internalisering, det vill säga en utplåning av den egna identiteten. Mannens verklighet blir hennes, hon tar på sig skulden för våldet, och därmed förlorar hon sitt eget jag.

Vår andra frågeställning om vilken inverkan de olika formerna av våld har på de unga kvinnornas sociala liv under en pågående relation med våldsinslag besvaras även den. De unga kvinnorna beskriver på olika vis hur deras sociala liv förändras och påverkas under den tid som de befinner sig i den våldsamma relationen. Kontroll och regler från pojkvännen begränsar de unga kvinnornas sociala relationer med familj och vänner. Pojkvännen kan uppvisa ett manipulativt beteende och den unga kvinnan isoleras från omgivningen, både fysiskt och digitalt. Rädsla för att bli utsatt för våld påverkar de unga kvinnornas beslut i vardagen, bland annat avseende vilka de ska umgås och ha kontakt med, vilket leder till att de låter pojkvännen dominera gällande beslut, och därmed blir de unga kvinnorna underordnade i relationen.

För att besvara vår tredje frågeställning, visar normaliseringsprocessen, som leder till anpassning till våldet och till slut till självutplåning, att det är något de unga kvinnorna i berättelserna upplever i olika grad. Beroende på hur länge de befinner sig i den våldsamma relationen, sker det en internalisering. Konsekvenserna av processen kan kopplas till tidigare forskning där olika stadier leder till både fysisk och psykisk ohälsa.

Det som förvånade oss mest var att det digitala våldet var så utbrett i de unga kvinnornas berättelser och utgjorde en negativ påverkan på deras liv. Genom att de hotades digitalt skapades en rädsla som kunde vara konstant. Det digitala våldet var också något som kunde förfölja dem under dygnets alla timmar, vilket ledde till sömnlösa nätter och en konstant oro. Panopticon blir en verklighet för de unga kvinnorna som aldrig kan se sina övervakare, men vetskapen om att vara under övervakning leder till en social isolering och begränsning av frihet. Att unga även tenderar att normalisera digitalt våld, genom att ha en ökad tolerans för vad som är acceptabelt och inte, ser vi som ett omfattande problem. Vi vill därför föra fram det digitala våldet i ljuset. För att det digitala våldet ska prioriteras inom framtida forskning behöver vi stärka förståelsen kring problematiken av digitalt våld. Vi menar att den barriär Överlien (2018) ser i generationsklyftan när det gäller digitala medier bör elimineras och att vi i allra högsta grad bör se det digitala våldet genom de ungas glasögon. I takt med att digitaliseringen utvecklas och att den digitala sfären redan är en stor del av ungdomars liv, förstår vi att mycket av deras sociala liv upplevs via digitala plattformar. Vår uppfattning är att den digitala sfären är en våldsarena som tenderar att förbises om den inte uppmärksammas som en egen kategori av våld. Att det i många fall är digitalt våld, som är en inkörsport till ett eskalerande våld med både fysiska och sexuella våldsinslag, ger oss också en förståelse för dess omfattande problematik och att *coercive control* är viktigt att uppmärksamma.

För socialt arbete är det viktigt att ha en förståelse för hur olika uttryck våldet kan ha hos ungdomarna och att det digitala kontrollerande våldet är vanligt förekommande. Utan kunskap om våldets uttryck är det lätt att missa den unga kvinnan och hennes utsatthet för våld. Inom socialt arbete behövs förståelsen för den digitala sociala värld som ungdomar tillhör, hur våldet ses som en helhet och hur ungdomen ska bemötas och skyddas.

Med hänvisning till vad vi kommit fram till i vår studie, menar vi att digitalt våld, men även digital kontroll bör framhållas som en egen kategori tillsammans med övriga våldsuttryck, och inte döljas inom kategorin psykiskt våld. Vår empiri samt tidigare forskning vittnar om

svårigheten att bli fri från sin förövare då våldet fortsätter på sociala medier och digitala plattformar. För framtida studier ser vi att det finns behov av vidare forskning över hur eftervåldet påverkar de utsatta unga kvinnornas sociala liv, både ur ett digitalt perspektiv men även i det verkliga livet.

7. Referenser

Al-Alosi, Hadeel (2017). Cyber-violence: digital abuse in the context of domestic violence. *University of New South Wales Law Journal*. 40(4). s.1573-1603

Alvehus, Johan (2023). *Skriva uppsats med kvalitativ metod - En handbok*. 3 uppl. Stockholm: Liber

Barlow, Charlotte & Sandra Walklate (2022). *Coercive control*. London: Routledge

Barter, Christine (2009). In the name of love: Partner abuse and violence in teenage relationships. *British Journal of Social Work*, 39(2), 211-233. doi:10.1093/bjsw/bcm127

Barter, Christine & Nicky Stanley (2016). Inter-personal violence and abuse in adolescent intimate relationships: mental health impact and implications for practice. *International review of psychiatry*. Vol 28(5) s.485-503. doi:10.1080/09540261.2016.1215295

Barter, Christine, Nicky Stanley, Marsha Wood, Alba Lanau, Nadia Aghtaie, Cath Larkins & Carolina Överlien (2017). Young people's online and face-to-face experiences of interpersonal violence and abuse and their subjective impact across five European countries. *Psychology of violence*. 7(3), s. 375-384. doi.org/10.1037/vio0000096

Boethius, Susanne, Malin Åkerström & Margareta Hydén (2023). The double-edged sword - abused women's experiences of digital technology. *European Journal of Social Work*. 26(3) s.506-518. doi:10.1080/13691457.2022.2040437

Bryman, Alan (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 3 uppl. Stockholm: Liber

BRÅ (2021). *Rapport 2021:15 - Våld i ungas parrelationer uppmärksammas inte tillräckligt*. <https://bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/press/2021-10-29-vald-i-ungas-parrelationer-uppmarksammas-inte-tillrackligt.html> [Hämtad: 2023-11-14]

Brännvall, Mari (2016). *Frigörelse utan förhinder. Om polisanmälan när kvinnor tar sig ur mäns våld i nära relationer*. Malmö högskola: Fakulteten för hälsa och samhälle

Daneback, Kristian & Sven-Axel Månsson (2008). Internetforskning. I Meeuwisse, Anna, Hans Swärd, Rosmari Eliasson-Lappalainen & Katarina Jacobson (red). *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm:Natur och Kultur. s.154-169

Davidsson, Tobias (2022). Michel Foucault: Diskurs, makt/vetande och styrning. I Mattsson, Tina & Em Andersson (red.). *Teorier för socialt arbete - Del 2 Normalitet, förkroppsligad erfarenhet och motstånd*. Malmö: Gleerup s.161-173

Dutton, Donald G. & Susan Lee Painter (1981). Traumatic bonding: The development of emotional attachments in battered women and other relationships of intermittent abuse. *Victimology: An International Journal*, 7(4), 139–155.

Eldén, Sara (2020). *Forskningsetik. Vägval i samhällsvetenskapliga studier*. Lund: Studentlitteratur

Europarådet (2011). *Europarådets konvention om förebyggande och bekämpning av våld mot kvinnor och av våld i hemmet*. <https://rm.coe.int/1680462544> [Hämtad: 231114]

Folkhälsomyndigheten. (2021). *Alkohol, narkotika och våld i nära relationer - det breda förebyggande arbetet behövs*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/8be9b0bf477e40fa933d1688622b1533/alkohol-narkotika-vald-nara-relationer.pdf> [Hämtad: 231218]

Foucault, Michel (2017). *Övervakning och straff - fängelsets födelse*. Lund:Arkiv Förlag

Havard, Tirion & Michelle Lefevre (2023). The new panopticon - Women's experiences of mobile phone-mediated coercive control within abusive relationships. I Harris, Bridget & Delanie Woodlock (red). *Technology and domestic and family violence*. New York: Routledge s.88-100

Hellevik, Per & Carolina Överlien (2016). Teenage intimate partner violence: Factors associated with victimization among Norwegian youths. *Scandinavian Journal of Public Health*, 44(7), 702-708. doi.org/10.1177/1403494816657264

Holmberg, Carin & Viveka Enander (2012). *Varför går hon? Om misshandlade kvinnors uppbrottsprocesser*. 2 uppl., Lund: Studentlitteratur

Isaksson, Joakim (2021). Riktad kvalitativ innehållsanalys. I: Klingberg, Gunilla & Ulrika Hallberg (red). *Kvalitativa metoder helt enkelt!* Lund: Studentlitteratur AB

Jacobsson, Katarina (2008) Den svårfångade kvaliteten. I: Katarina Sjöberg & David Wästerfors (red.) *Uppdrag: Forskning. Konsten att genomföra kvalitativa studier*. Malmö: Liber

Klein, Willis, Sherry Li & Suzanne Wood (2023). A qualitative analysis of gaslighting in romantic relationships. *Personal Relationships*, 30(4), s.1316-1340. doi:10.1111/pere.12510

Korkmaz, Sibel (2017). Research on teenage intimate partner violence within a European context - Findings from the literature. I Holt, Stephanie, Carolina Överlien & John Devaney (red.) *Responding to domestic violence: Emerging challenges for policy, practice and research in Europe*. London:Jessica Kingsley Publishers, s.113-134.

Korkmaz, Sibel (2021). *Youth intimate partner violence in Sweden. Prevalence and young peoples experiences of violence and abuse in romantic relationships*. Stockholm: Stockholms Universitet

Lundgren, Eva (2012). *Våldets normaliseringsprocess och andra våldsförståelser*. Stockholm: Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige.

Meeuwisse, Anna & Hans Swärd (2013). Introduktion: Vad är ett socialt problem? I Meeuwisse, Anna & Hans Swärd (red.) *Perspektiv på sociala problem*. Stockholm: Natur & Kultur

Murray, Ashlee & India Azzinaro (2019). Teen dating violence: Old disease in a new world. *Clinical Pediatric Emergency Medicine*. 20(1) s.25-37. doi:10.1016/j.cpem.2019.02.001

NCK (2022). *Mäns våld mot kvinnor - ett globalt perspektiv*.
<https://www.nck.uu.se/kunskapsbanken/amnesguider/mans-vald-mot-kvinnor-ett-globalt-perspektiv/mans-vald-mot-kvinnor---ett-globalt-perspektiv/> [Hämtad: 23-11-14]

NE, Nationalencyklopedin (2023). *Sökord: Könsmaktsordning*.
<https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/k%C3%B6nsmaktssystem>
[Hämtad 23-12-20]

Pensak, Rebecca (2015). Must be 18 or older: How current domestic violence policies dismiss teen dating violence. *William & Mary Journal of Women and the Law*. 21(2). s.498-523

Rennstam, Jens & David Wästerfors (2019). Att analysera kvalitativ material. I Ahrne, Göran & Peter Svensson. (red). *Handbok i kvalitativa metoder*. Malmö: Liber. s.220-236

Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige (2023)
<https://www.roks.se/har-finns-kunskap/mans-vald-mot-kvinnor-en-samhallsfara>
[Hämtad: 23-11-13]

Stark, Evan & Marianne Hester (2019). Coercive control: Update and review. *Violence against women*. 25(1) s.81-104. doi:10.1177/1077801218816191

Stiftelsen 1000 Möjligheter. (2023). *Ett år med ungarelationer.se*. Stockholm
<https://ungarelationer.se/wp-content/uploads/2023/01/Ettarmedungarelationerrapportkillarsvaldmotttjejdigital.pdf> [2023-11-08]

Socialstyrelsen (2023). *Våld i nära relationer - Handbok för socialtjänsten, hälso- och sjukvården och tandvården*. Stockholm: Socialstyrelsen

Ungarelationer.se (2022). *Överlevnarhistorier*.
<https://ungarelationer.se/overlevnarhistorier/> [Hämtad: 2023-11-02]

UR.se (2021). *Våld i parrelationer börjar redan på högskolan – och unga vill ha kunskap*.
<https://www.ur.se/aktuellt/vald-i-parrelationer-borjar-redan-pa-hogskolan-och-unga-vill-ha-kunskap/> [Hämtad: 2023-11-14]

UR.se (2023) Så arbetar UR. <https://www.ur.se/om-oss/sa-arbetar-ur/> [Hämtad 2023-12-11]

UR Toxic (2020). #1: Avsnitt 1 - Meja.
<https://urplay.se/program/221516-toxic-berattelserna-meja>
[Hämtad: 2023-11-02]

UR Toxic (2020). #2: Avsnitt 2 - Dilan.
<https://urplay.se/program/221512-toxic-berattelserna-dilan>
[Hämtad: 2023-11-15]

UR Toxic (2020). #4: Avsnitt 4 - Jonna.
<https://urplay.se/program/221519-toxic-berattelserna-jonna>
[Hämtad: 2023-11-15]

UR Toxic (2020). #5: Avsnitt 5 - Amanda
<https://urplay.se/program/221515-toxic-berattelserna-amanda>
[Hämtad: 2023-11-23]

UR Toxic (2020). #7: Avsnitt 7 - Sara
<https://urplay.se/program/221518-toxic-berattelserna-sara>
[Hämtad:2023-11-23]

UR Toxic (2020). #8: Avsnitt 8 - Maryam
<https://urplay.se/program/221513-toxic-berattelserna-maryam>
[Hämtad: 2023-11-23]

Wiklund Maria, Eva-Britt Malmgren-Olsson, Carita Bengt & Ann Öhman (2010). "He messed me up": Swedish adolescent girls' experiences of gender-related partner violence and its consequences over time. *Violence against women*. 16(2) s.207-232.
doi:10.1177/1077801209356347

WHO (2023). *Violence against women*.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
[Hämtad: 23-11-14]

Wiener, Cassandra. (2023). *Coercive control and the criminal law*. London and New York: Routledge

Zweigh, M. Janine, Meredith Dank, Jennifer Yahner & Pamela Lachman (2013). The rate of cyber dating abuse among teens and how it relates to other forms of teen dating violence. *J Youth Adolescence*. 42 s.1063-1077 .doi: 10.1007/s10964-013-9922-8

Överlien, Carolina. (2018). Våld mellan ungdomar i nära relationer. Digitala medier och utövandet av kontroll. *Socialvetenskaplig tidskrift*. 1, s.67-86. doi:10.3384/svt.2018.25.1.2382

Överlien, Carolina. (2021). Våld i ungas nära relationer - fokus på samkönade par. I: Linn Moser Hällen (red.) *Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer*. Stockholm: Liber

8. Bilagor

8.1. Sammanställning: Filmklipp från ungarelationer.se

Namn	Hämtad på, typ av format, avsnittets längd, publicering	Citat på filmklippet på Ungarelationer.se	Kort beskrivning av materialets innehåll
Elin	Ungarelationer.se Filmklipp Längd: 6:19 min. Publicerat: 21 nov 2022	"Jag behövde få höra att det inte var mig det var fel på"	Elin är 14 år när hon träffar sin pojkvän och relationen varade i 7 år. Hon tror att det är kärlek hon upplever, men det är svartsjuka, regler och kontroll som hon är med om. Elins självkänsla förminskas och hennes sociala liv begränsas. En vän ser problematiken och vännen hjälper Elin att planera en väg ut ur förhållandet.
Mathilda	Ungarelationer.se Filmklipp Längd: 6:01 min. Publicerat: 21 nov 2022	"Idag kan jag titta tillbaka och se att våldet började ganska tidigt."	Mathilda bor med sin sambo och utsätts tidigt i relationen för psykiskt våld. Hon blir fysiskt misshandlad och har blåmärken på sin kropp. En vän frågar Mathilda rakt ut: "slår han dig?" och det ser Mathilda som en brytpunkt. Relationen avslutas när sambon misshandlar Mathilda framför hennes mamma som är på besök. De lyckas tillsammans rymma från bostaden och Mathilda polisanmäler honom.
Nathalie	Ungarelationer.se Filmklipp Längd: 4:26 min. Publicerat: 21 nov 2022	"Jag kände vid flera tillfällen att jag behövde lämna."	Nathalie inleder ett intensivt och passionerat förhållande när hon är 19 år. Det verbala psykiska våldet kommer snabbt, men de fysiska slagen kommer först efter två år. Relationen pågår till och från i sex år och Nathalie kände flera gånger att hon behövde avsluta förhållandet, men återvänder flera gånger. En dag fick hon nog och börjar sin resa mot frihet.

8.2. Sammanställning: Textavsnitt från ungarelationer.se

Namn	Hämtad på, typ av format	Citat från Ungarelationer.se	Kort beskrivning av materialets innehåll
Tilda	Ungarelationer.se Textavsnitt	<p>“När jag hörde hur mina vänner pratade om min kille, så började jag mer och mer förstå att hans beteende inte var okej.”</p> <p>"Jag hade behövt få förklarat för mig vad kärlek var, eftersom jag trodde att det vi hade var kärlek. Att någon hade sagt till mig att det är okej att säga nej, och att min killes känslor och beteenden inte skulle vara mitt ansvar."</p>	Tilda var 15 år när hon blev tillsammans med en klasskamrat. Relationen pågick i två år. Hon beskriver att han använde sig av digitalt våld och förstörde hennes sociala relationer. Det sexuella våldet är grovt och han kunde hota henne med kniv oprovocerat för att sen bara skratta åt det. Den psykiska misshandeln bryter ner henne och hon är rädd för honom, men kan inte lämna honom. Efter ett grovt övergrepp mot henne inser hon att om hon stannar kommer hon att dö.
Amanda	Ungarelationer.se Textavsnitt	<p>“Vi möttes när jag var 19 år, och precis som många andra så gick det väldigt fort för oss. Jag var fast besluten om att han var min person och kärleken i mitt liv.”</p> <p>"Man är så pass kontrollerad att ingenting biter på en."</p>	Amanda träffar sin pojkvän när hon är 19 år. Hon lämnar sitt jobb och lägenhet för att flytta till honom. 12 månader senare föder hon deras första barn medan han sitter i fängelse. De är tillsammans i fem år och gifter i ett år. Amanda utsätts för fysiskt, psykiskt och materiellt våld. Trots att han lovar att bättra sig sker ingen förändring. Hon tar beslut om skilsmässa, men eftervåldet fortsätter.
Lina	Ungarelationer.se Textavsnitt	<p>“Jag kände ständigt att något inte stämde, min magkänsla sa mig att något var fel, men jag var alldeles för ung för att förstå vad det var jag var med om.”</p>	Lina var förälskad i en kille, men det tog ett år innan de blev tillsammans. Det psykiska våldet framträdde först efter ett år tillsammans med nedvärderande och kränkande kommentarer. Hon upplevde det psykiska våldet så mycket att det blev vardag och normaliserat. Sen kom det fysiska våldet. Lina tar till sig information om gaslighting och normaliseringsprocessen, vilket till slut leder till att hon gör slut med pojkvännen.

8.3. Sammanställning: Podcasts - Toxic på UR.se

Namn	Format och avsnittets längd	Kort beskrivning om avsnitten
Meja	UR Podd Toxic #1 Längd: 31 min. Produktionsår: 2020	De träffades i skolan när Meja går i nian och håller kontakt via sociala medier innan de blir tillsammans. Efter några veckor ändrar han sin personlighet och visar två olika sidor. Han blir svartsjuk och kontrollerande. En dag tar han oprovocerat stryppgrepp på Meja. Det fysiska våldet tar allt större plats i förhållandet. Våldet sker utomhus och en dag använder han en kniv mot henne. Mejans föräldrar har sina misstankar om att relationen inte är bra. De lägger upp en plan för att få henne fri från honom och skydda henne.
Dilan	UR Podd Toxic #2 Längd: 28 min. Produktionsår: 2020	Dilan gillade att festa, skolkade mycket men jobbade extra på kvällarna. När hon är 17 år blir hon tillsammans med en äldre kille. Hon är oftast hemma hos honom och sover över. De tar droger tillsammans. Pojkvännen har ett kontrollerande beteende, kollar igenom hennes telefon och övervakar hennes sociala medier. Han utövar psykiskt våld mot henne. Det fysiska våldet smyger sig sakta på. Hon kan vakna av att han har tagit stryptag på henne. Dilan är rädd för honom men tänker att han kommer att döda henne om hon stannar. Hon bestämmer sig för att flytta utomlands och bryta kontakten.
Jonna	UR Podd Toxic #4, Längd: 28 min. Produktionsår: 2020	Jonna är 16 och har precis flyttat till en egen lägenhet i en ny stad. Hon blir uppvaktad av en kille via sociala medier och väl efter första träffen tar det tre dagar innan han flyttar in till henne. Han ställer sig in hos hennes familj och vänner. Med tiden blir han allt mer kontrollerande och Jonna börjar förändra sig själv. Våldet tar sig uttryck både fysiskt och sexuellt. Vändpunkten för Jonna blir när han stänger in henne i en garderob. Hon avslutar förhållandet, men han släpper inte taget om henne och Jonna är rädd för hon vet aldrig när han dyker upp.

Namn	Format och avsnittets längd	Kort beskrivning om avsnitten
Amanda	UR Podd Toxic #5 Längd: 26 min. Produktionsår: 2020	Amanda är 17 år när hon träffar pojkvännen som kommer att utsätta henne för våld i nära relation. Amanda har psykisk ohälsa och upplever att pojkvännen förstår henne eftersom han själv har mått dåligt. Hon blir utsatt för fysiskt och sexuellt våld, men det är det psykiska våldet från honom som långsamt bryter ner hennes självkänsla. Det digitala kontrollerande våldet är tydligt pågående i deras relation och Amanda anpassar sig allt mer efter pojkvännen. De vänner som är kvar hjälper henne att lämna relationen.
Sara	UR Podd Toxic #7 Längd: 28 min. Produktionsår: 2020	Saras blivande pojkvän tar initialt kontakt via Instagram när hon går i åttan. Hon hinner precis fylla 15 år när de går på sin första dejt och de blir ihop. De träffar varandras föräldrar och Saras frikyrkliga föräldrar välkomnar honom. Snabbt kommenterar han hennes kropp negativt och Sara börjar allt mer tro på hans ord och anpassar sig efter hans regler. Hon blir inlåst och blir utsatt för sexuellt fysiskt våld. Hon måste ständigt ha mobiltelefonen nära om han skulle ringa och hennes sociala liv begränsas. Han gör intrång i hennes privata digitala konton. Uppbrottet sker efter stöd från närmsta familjen.
Maryam	UR Podd Toxic #8 Längd: 29 min. Produktionsår: 2020	Han säger att hon är hans och att han ska skydda henne. Vid andra träffen får Maryam sina första fysiska slag och sparkar från honom, något som pågår i flera timmar. Han säger att Maryam inte får prata med någon annan kille, hotar med att döda hennes familj och att han ska göra henne till en bra kvinna. Maryam beskriver att hon får utstå sessioner av misshandel i form av bland annat sexuellt och fysiskt våld som kan pågå i många timmar eller till och med dagar. Maryam lyckas fly från lägenheten, men kommer inte på någon annanstans att ta vägen, så hon går tillbaka och blir fortsatt misshandlad. Maryam hamnar till slut på sjukhus och med hjälp av sin mamma som polisanmäler pojkvännen lyckas Maryam avsluta relationen som pågått i endast tre månader.