



LUNDS
UNIVERSITET
Socialhögskolan

“Utan dig är jag ingen”

En kvalitativ innehållsanalys om mäns våld mot kvinnor i nära
relationer

Anahita Hosszejni & Adina Drinic

Kandidatuppsats (SOPB 63)

VT 2024

Handledare: Johan Cronehed

Authors: Anahita Hosszejni and Adina Drinic

Title: *“Without you, I am no one” A qualitative thematic analysis about men's domestic violence against women*

Supervisor: Johan Cronehed

Abstract

The aim of this study is to get a deeper understanding of the emotional processes, women living with intimate partner violence experience, by analyzing six autobiographies in a qualitative thematic analysis. By having an inductive approach, we identified the following theories to be relevant and applicable to the women's descriptions of their relationships: the normalization process, stigma and total institutions. The results highlighted how emotions of shame, guilt and stigma prevented the women from sharing about the violence. Another conclusion is that examples of the following processes were expressed by the women in every autobiography: the normalization process, the breakup process, stigma and total institutions. Together, these two findings can be seen as the reason the women stayed in their violent relationships. A discovery we found interesting is the homogeneity of the results. By comparing the autobiographies we came to the realization that all women described their relationships similarly and stayed for the same reasons. This indicates there are common patterns and strategies in their violent relationships.

Keywords: *domestic violence against women, men's violence against women, the normalization process, the breakup process, stigma, shame.*

Nyckelord: *våld i nära relationer mot kvinnor, mäns våld mot kvinnor, normaliseringsprocessen, uppbrottsprocessen, stigma, skam.*

Förord

Vi vill rikta ett stort tack till vår handledare Johan Cronehed för den stöttning han erbjudit oss under arbetets gång. Dina kloka ord och råd har bidragit till nya perspektiv och fördjupade diskussioner.

Vi vill även tacka varandra för vårt samarbete, vår motivation och stöttning till varandra genom skrivprocessen. Vi har både vuxit som individer samt i vår vänskap.

Anahita och Adina

Maj 2024, Lund

Innehållsförteckning

1. Problemformulering	5
1.2 Syfte.....	6
1.3 Frågeställningar.....	6
2. Tidigare forskning	7
2.1 Urval av tidigare forskning.....	7
2.2 Begreppet “Våld i nära relationer”.....	8
2.3 Emotionella band.....	9
2.4 Uppbrottsprocessen.....	10
2.5 Kvarhållande mekanismer.....	11
3. Teori	13
3.1 Normaliseringsprocessen.....	13
3.1.1 Gränser förskjuts.....	13
3.1.2 Isolering.....	14
3.1.3 Växling mellan våld och värme.....	14
3.1.4 Våldets internalisering.....	15
3.2 Stigmatiseringsprocessen.....	15
3.3 Totala institutioner - hur en individs identitet bryts ner.....	16
4. Metod	20
4.1 Val av datainsamlingsmetod.....	20
4.2 Förförståelse.....	21
4.3 Urval.....	21
4.4 Självbiografier som empiriskt material.....	22
4.5 Presentation av självbiografier.....	23
4.6 Bearbetning av analys.....	24
4.7 Metodens tillförlitlighet.....	25
4.8 Forskningsetiska överväganden.....	27
4.9 Förtjänster och begränsningar.....	28
5. Resultat och analys	29
5.1 Gränsförskjutning.....	29
5.2 Isolering.....	31
5.3 Växling mellan våld och värme.....	32
5.4 Våldets internalisering.....	34
5.5 Skuld, skam och stigma.....	37
5.6 Kontroll och maktutövande.....	39
6. Slutdiskussion	43
6.1 Hur skildrar kvinnor som lever eller har levt i en våldsam partnerrelation vad det är som håller kvar dem i relationen?.....	43
6.2 Hur kan det förstås att kvinnor stannar kvar hos sina våldsutövare i en våldsam partnerrelation?.....	44
6.3 Hur återges eventuella likheter och skillnader i varför respektive kvinna stannar i relationen?.....	46
8. Referenslista	47

1. Problemformulering

Mäns våld mot kvinnor är ett globalt samhällsproblem (Socialstyrelsen, 2016). Våldet utgör ofta ett spektrum av beteenden som sträcker sig från subtila handlingar till grövre övergrepp. Enligt Socialstyrelsen (2016) innefattar detta vanligtvis en blandning av fysiskt, psykiskt och sexuellt våld. Majoriteten av de som utsätts för våld i nära relation är kvinnor och majoriteten av de som utsätter är män. Global statistik visar på hur en av fyra kvinnor som varit i en relation kommer att ha upplevt våld av en partner när de når mitten av tjugoårsåldern (Socialstyrelsen, 2016). Våldet används som ett medel för att upprätthålla maktstrukturer (ibid). I Sverige år 2021 polisanmäldes cirka 29 300 fall av misshandel av kvinnor över 18 år, där 81% av offren kände förövaren (Brottsförebyggande rådet, 2022). Trots denna höga siffra finns det ett betydande mörkertal då majoriteten av fallen inte anmäls. Detta kan delvis bero på att våldet oftast inträffar inom relationer där det finns känslomässiga band, och att det ofta sker inom den våldsutsattas hemmiljö. Detta möjliggör att våldet blir normaliserat och en del av kvinnans vardag över tid.

Forskning om mäns våld mot kvinnor i nära relationer har visat att en våldsutsatt kvinnas uppbrott från en våldsutövande partner bör förstås som en process, inte en enskild händelse där våldet slutar vid en bestämd tidpunkt. Det är vanligt att kvinnor återgår till relationen efter uppbrotten samt att detta kan ske flera gånger. En separation är stressfull under alla omständigheter, men våldsamma relationer innebär ytterligare komplikationer som gör det svårare att bryta upp eftersom kvinnan redan befinner sig i en sårbar position (Torres et al. 2015, s. 137-145). Processen kan sträcka sig över flera år och omfatta upprepade försök att bryta sig loss från relationen (Khaw & Hardesty, 2007, s. 413-425). Eva Lundgrens (2012) teoretiska modell om normaliseringsprocessen ger insikt i hur kvinnor anpassar sig till sin partners kontrollförsök. Denna normaliseringsprocess, även känd som nedbrytningsprocessen, förklarar varför kvinnor ibland väljer att stanna i våldsamma relationer. Att internalisera våldet blir en överlevnadsstrategi där kvinnans självbild förvrängs och hennes verklighetsuppfattning blir formad av förövaren. Genom våldet upprätthåller mannen kontrollen över både fysiska, psykiska och sexuella aspekter av relationen.

Den statistik och problematik som presenteras ovan anser vi tydliggör forskningsproblemet relevans för socialt arbete samt varför vidare forskning om mäns våld mot kvinnor i nära relationer är av betydelse. Som Socialstyrelsen (2016) framhäver är fenomenet ett globalt

samhällsproblem som inte endast förekommer i Sverige utan i hela världen. Detta har således väckt vårt intresse för att fördjupa oss inom problemområdet. Vi har valt att i denna studie lägga fokus vid kvinnors subjektiva upplevelser och vill därmed fördjupa oss i självbiografier skrivna av våldsutsatta kvinnor där de med sina egna ord och beskrivningar återberättar händelser från sin våldsamma relation. På så vis kan vi skapa en djupare förståelse för de processer en våldsutsatt kvinna kan genomgå vid ett uppbrott från sin våldsamma relation.

1.2 Syfte

Syftet med denna studie är att få en djupare förståelse för de emotionella processer som kvinnor i våldsamma partnerrelationer genomgår, baserat på sex utvalda självbiografier.

1.3 Frågeställningar

1. Hur skildrar kvinnor som lever eller har levt i en våldsam partnerrelation vad det är som håller kvar dem i relationen?
2. Hur kan det förstås att kvinnor stannar kvar hos sina våldsutövare i en våldsam partnerrelation?
3. Hur återges eventuella likheter och skillnader i varför respektive kvinna stannar i relationen?

2. Tidigare forskning

I följande kapitel kommer den tidigare forskning vi finner relevant för vår studie att presenteras med syftet att få en fördjupad förståelse för kunskapsläget. Inledningsvis kommer begreppet “våld i nära relationer” att definieras. Därefter lyfts forskning av Holmberg och Enander (2011) som genom en kvalitativ intervjustudie undersökt våldsutsatta kvinnors uppbrotsprocess och emotionella band. Forskningen syftar till att definiera de processer som leder till att kvinnor som lever i våld i nära relationer beslutar sig för att lämna sin våldsamma partner. Detta kommer i sin tur att kompletteras med både internationell och nationell forskning om kvarhållande mekanismer i en våldsam partnerrelation.

2.1 Urval av tidigare forskning

I sökandet av den tidigare forskningen har vi använt oss av kunskapskällan LubSearch, framtagen av Lunds Universitet. Genom att plattformen tillåter en att enkelt filtrera utefter önskemål, har vi sökt efter artiklar som är Peer-Reviewed. Detta för att öka tillförlitligheten till den tidigare forskningen genom att säkerställa att de är granskade. Vi har främst använt oss av sökorden: *domestic violence against women*, *men's violence against women*, *the normalization process*, *the breakup process*, *stigma* och *shame* samt dess motsvarigheter på svenska. Genom att även använda sökord på engelska har urvalet ökat och vi har fått tillgång till såväl nationella som internationella artiklar. Vi har främst sökt efter artiklar från de senare åren men valde ändå att inkludera Cavanaugh's artikel från 2003. Trots att studien är 21 år gammal anser vi att den är relevant för vår studie med tanke på de likheter som den har med nyare forskningsresultat. Kortfattat vill vi även framhäva artikeln skriven av Azeez med flera (2024) då forskningen är internationellt gångbar. Det är dock av vikt att påpeka att undersökningen är genomförd i Indien och att vissa kulturella, politiska och religiösa skillnader är närvarande. Genom att ha en medvetenhet om detta, väljer vi att inkludera studien i den tidigare forskningen då vi anser att resultaten avseende att kvinnor stannar kvar i våldsrelationen kan vara relevanta även i ett västerländskt sammanhang.

2.2 Begreppet “Våld i nära relationer”

Våld i nära relationer och mäns våld mot kvinnor beskriver det våld där våldsutövaren och den våldsutsatta är bekanta med varandra (Moser Hällen & Sinisalo, 2018, s. 15-16).

Författarna problematiserar att våld i nära relationer inom lagen främst syftar på fysiskt våld. De menar att begreppet bör vara bredare då våldet kan ta sig uttryck på flera olika sätt. Några exempel beskrivs som fysiskt-, psykiskt-, sexuellt-, ekonomiskt- och latent våld samt våld mot husdjur. Genom att använda sig av en bredare definition av begreppet kan de myndigheter och instanser som arbetar med våldsutsatta som målgrupp, enklare identifiera olika mönster och få större förståelse för kvinnornas upplevelser (Moser Hällen & Sinisalo, 2018, s. 34-42).

Historiskt sett är våld i nära relationer inte ett nytt fenomen utan återfinns i många äldre dokument samt litteratur. Samhällets syn på problematiken har utvecklats under åren och det fenomen som förr i tiden ansågs vara familjens angelägenhet är idag kriminaliserat och klassas enligt World Health Organization (WHO) som en folkhälsofråga. Våldets konsekvenser kan exempelvis leda till arbetslöshet, försämrad hälsa, sjukskrivning, svårigheter med bostadssituation samt en begränsning av den utsattas mänskliga rättigheter (Moser Hällen & Sinisalo, 2018, s. 9, 15). Mäns våld mot kvinnor kan yttra sig på flera olika sätt och består i de flesta fall av ett mönster av olika våldshandlingar. Våldet är ständigt närvarande och kan till slut upplevas som ett normalt tillstånd både för den som utsätts för våld och för våldsutövaren. Normaliseringen av våldet resulterar även många gånger i att våldsutsatta kvinnor inte betraktar sig själva som just våldsutsatta, vilket påverkar deras möjligheter att söka samt få hjälp. Våldet pågår i de flesta fall i hemmet, i det dolda, och många gånger utan vetskap för utomstående. Detta fenomen beskrivs vara komplext med anledning till den emotionella tillhörighet den våldsutsatta känner för våldsutövaren. De emotionella banden försvårar den utsattas möjlighet att lämna våldet och relationen (Moser Hällen & Sinisalo, 2018, s. 27).

I denna studie kommer begreppet våldsutsatt vid tillfällen att bytas ut mot begreppet kvinna, likaså kommer begreppet våldsutövare att varieras med begreppet man. Detta med anledning att vi i denna studie undersöker just kvinnors erfarenhet av mäns våld i nära relationer. Med det sagt, vill vi poängtera att vi är medvetna om att våld i nära relationer är ett fenomen man kan falla offer för oavsett könstillhörighet.

2.3 Emotionella band

I analysen av empirimaterialet identifierade Holmberg och Enander (2011, s. 45) tre genomgripande aspekter som syftar till att identifiera och fördjupa förståelsen för varför våldsutsatta kvinnor upplever uppbrottet från sin våldsamma partner som komplext och svårt. Den första aspekten benämns som *emotionella band* och handlar om de emotioner och känslor den våldsutsatta kvinnan utvecklar för sin förövare under relationens gång (Holmberg & Enander, 2011, s. 45). Emotionella band är en viktig aspekt i kvinnors uppbrottsprocess som vid tiden för undersökningen inte var väl utforskat. Främst innehöll den tidigare forskningen socioekonomiska faktorer såsom barn, bristen på bostad samt kvinnans ekonomiska beroende av mannen medan det fanns en saknad i forskningen av rollen kvinnans emotioner spelar. Dessa faktorer är självklart av betydelse än idag i vårt västerländska samhälle, samtidigt som forskningen om emotionella band fortsätter att utvecklas. Exempel på de emotioner som sammantaget bildar det emotionella bandet är renodlade känslor som kärlek, rädsla, hat, medlidande, skuld och hopp. Dessa emotioner gör kvinnan känslomässigt kopplad till hennes misshandlande partner och försvårar ett uppbrott då kvinnan känner sig medskyldig över den situation hon befinner sig i samtidigt som hon pendlar mellan rädsla, kärlek och hopp för relationen (Holmberg & Enander, 2011, s. 45-50).

Nästa aspekt är de *sammansatta banden* som består av tre band: viljan att förstå mannen, beroende samt internalisering. En stor andel våldsutsatta kvinnor får en känsla av kontroll genom att söka svar på varför de befinner sig i denna farliga och utsatta situation. Viljan att förstå mannen är en drivkraft i förhållandet och de svar kvinnan hittar blir ångestdämpande, därmed bildas bandet. Beroende är en aspekt som handlar om de behov kvinnan anser inte kommer att bli mött av någon annan än sin partner samt om de behov hon uppfyller för honom. På så sätt bildas ett medberoende där båda parter kan se relationen som en trygghet och ett uppbrott som otryggt. I många fall bildas en stark gemenskap mellan kvinnan och mannen och en känsla av "vi och dem" beskrivs gentemot resterande personer i paret. Internalisering är det sistnämnda sammansatta bandet och innebär att kvinnan ser sig själv genom mannens ögon. Hon internaliserar hans tolkning av henne och identifierar sig på det sätt mannen identifierar henne. Utöver mannens uppfattning av kvinnan internaliserar kvinnan många gånger även mannens verklighetsuppfattning och synsätt på andra kvinnor och på världen. Detta kan medföra att kvinnan tvivlar både på sig själv och personer i hennes

omgivning samtidigt som hon känner sig kluven gällande vad som är rätt och fel. I detta stadiet väljer många kvinnor att diskutera kluvenheten med en vän, familjemedlem eller psykolog medan andra sluter sig och isoleringen blir större. (Holmberg & Enander, 2011, s. 51-55).

Holmberg och Enander (2011, s. 56-57) förklarar vidare hur det emotionella bandet tillsammans med de sammansatta banden bildar ett *traumatiskt band*. Det traumatiska bandet är kopplat till mannens starka makt och kontroll över kvinnan som uppstår vid upprepande och återkommande kränkningar, hot och misshandel i ett förhållande där en ojämn maktbalans råder. Fenomenet liknas av Holmberg & Enander (2011, s. 57) vid Stockholmsyndromet som är ett välkänt tillstånd där offer utvecklar positiva känslor gentemot deras förövare. Vidare diskuterar Holmberg & Enander (2011, s. 59-61) varför det traumatiska bandet är svårt att bryta. Som exempel ges att en ständig kontakt med mannen försvårar uppbrottet då kvinnan inte får möjlighet att få tillbaka sin egen verklighetsuppfattning. Detta, i kombination med kvinnans starka känsla av att ha svikit sig själv genom att förflytta sina gränser och medverka i aktiviteter hon själv inte är bekväm med, gör att ett uppbrott kan kännas omöjligt. Det traumatiska bandet kan ses som den avgörande anledningen till varför en våldsutsatt kvinna stannar i en våldsamt partnerrelation.

2.4 Uppbrottsprocessen

Att bryta upp, att bli fri samt *att förstå* är tre processer Holmberg & Enander (2011, s. 75) identifierade i jakten på kvinnans beslut att lämna en våldsamt relation och bildar tillsammans *Uppbrottsprocessen*. Viktigt att förstå är att dessa tre processer inte sker i kronologisk ordning utan många gånger kan överlappa varandra. *Att bryta upp* benämns i studien som “den misshandlade kvinnans vändpunkt” och refererar till den händelse kvinnan bestämmer sig för att lämna relationen. Studien identifierar två vändpunkter: fara för kvinnans liv eller fara för ett närstående liv. När vändpunkten är fara för kvinnans egna liv beskrivs flertalet grovare misshandel och mordförsök. När vändpunkten å andra sidan är fara för ett närstående liv beskrivs mestadels hot mot närstående. Kvinnan inser under vändpunkten att relationen har blivit ohållbar och att det är livsfarligt att stanna (Holmberg & Enander, s 80-85).

Att bli fri beskrivs som en känslösam process där de emotionella banden till mannen bryts. *Att bryta upp* och *att bli fri* kan därmed ses som två separata processer där kvinnan lämnar relationen i den förstnämnda och blir emotionellt fri i den andra. Denna process är personlig

och individuell men kan beskrivas med hjälp av fyra känslomässiga stadier kvinnan går igenom: *jag älskar honom, jag hatar honom, jag tycker synd om honom* samt *jag känner ingenting*. Det första stadiet präglas av uppskattning och kärlek. Kvinnan beskriver en kärlek hon aldrig tidigare har känt. Dessa känslor tillåter kvinnan att förminska och ignorera våldet han utsätter henne för. Det andra stadiet är en reaktion på det första och består istället av hat och vrede. Kvinnan tar nu aktivt avstånd från mannen för att markera att våldet inte är acceptabelt. När mannen slutat får kvinnan en känsla av kontroll och får tillbaka hoppet om en lycklig relation. Det tredje stadiet handlar om medberoende. Kvinnan känner empati för mannen som upprepade gånger uttrycker att han inte kan leva utan henne. Här byggs de emotionella banden upp och blir allt starkare. Det sista stadiet *jag känner ingenting* präglas av en tomhetskänsla hos kvinnan. De emotionella banden har brutits och kvinnan är redo att lämna mannen, om det inte har skett i ett tidigare stadium (Holmberg & Enander, 2011, s. 89-97).

Avslutningsvis presenteras den sista processen *att förstå* och handlar om att känslomässigt bearbeta relationen. En stor andel av våldsutsatta kvinnor har svårt att identifiera sig som en misshandlad kvinna. Detta är starkt kopplat till skuld och skam som är vanligt förekommande känslor hos våldsutsatta kvinnor. Det finns ett stigma i samhället gentemot våldsutsatta kvinnor som i många situationer är en kvarhållande mekanism då kvinnan inte vill identifiera sig som en misshandlad kvinna och därmed avstår från att söka hjälp. När kvinnan har bearbetat dessa känslor är uppbrottsprocessen komplett och kvinnan är fri (Holmberg & Enander, 2011, s. 103-111).

2.5 Kvarhållande mekanismer

Samhällets syn på våld i nära relationer har förändrats genom åren och blivit mer uppmärksam på mäns våld mot kvinnor, varför våldet sker, hur våldet sker samt varför den våldsutsatta väljer att stanna i eller lämna relationen. Cavanaugh (2003, s. 230-232) diskuterar stigma och samhällets påverkan på varför en våldsutsatt kvinna stannar i relationen och framhäver att utomstående har förutfattade meningar och är dömande mot kvinnor som stannar utan att ha förståelse för de konsekvenser kvinnor kan behöva uppleva vid ett uppbrott, exempelvis att förlora sitt liv. Kvinnans rädsla för hennes liv i kombination med stigmat att vara en misshandlad kvinna är en stark kvarhållande mekanism i förhållandet.

Även Enander (2010, s. 18) framhäver omgivningens roll och påpekar hur en kvinna som lämnar relationen kan beskyllas att splittra familjen om hon lämnar men å andra sidan anses vara svag om hon väljer att stanna. Vidare förklarar Cavanaugh (2003, s. 232-242) hur kvinnor i början av en våldsam relation ser våldet som en engångsföreteelse och ett misstag. Efter våldet är det vanligt förekommande att förövaren blir kärleksfull och uppvaktande mot kvinnan. Hon blir därmed övertygad att mannen inte kommer bli våldsam igen och beslutar sig därför att stanna i relationen. Liknande resultat visar sig i en undersökning utförd av Azeez med flera (2024, s. 175-182) där sex genomgripande aspekter identifierades som kvarhållande mekanismer. Brist på stöttning från familjen, sociala normer som inte är accepterande mot skilsmässor, normalisering av våldet, rädsla för övergivenhet och den ekonomiska situationen, kärleken för männen och hoppet för relationen och slutligen effekterna av det nedbrytande psykiska våldet. Dessa sex kvarhållande mekanismer kan liknas vid de faktorer Cavanaugh (2003) samt Enander (2011) identifierade i deras undersökningar. Vi anser dem vara relevanta för denna studie då kulturskillnader och de normer som framhävs i studien även förekommer i Sverige med tanke på det mångkulturella samhälle vi idag lever i.

3. Teori

I detta avsnitt kommer studiens teoretiska utgångspunkter att presenteras. De valda perspektiven till analysen av empirin är normaliseringsprocessen, utarbetad av sociologen Eva Lundgren (2012) som är grundad på hennes forskning om kvinnomisshandel. Därefter presenteras två teorier av Erving Goffman, stigmatiseringsprocessen (2020) och teorin om totala institutioner (2014).

3.1 Normaliseringsprocessen

Våldets normaliseringsprocess innebär att våld gradvis begränsar kvinnans utrymme genom att mannen kontrollerar henne på olika sätt. Det som utomstående tydligt ser som våld, kan för kvinnan upplevas som en indikation på hennes egna brister. Med tiden blir detta våld ett normaliserat inslag i både mannens och kvinnans liv, och det kommer så småningom att accepteras och försvaras av dem båda och bli en naturlig del av deras liv (Scheffer Lindgren, 2009, s. 16-17). Normaliseringsprocessen bygger på, enligt Lundgren (2012, s. 28-36) en växelverkan mellan *våld och värme*, vilket kan vara det mest effektiva sättet att få kvinnorna att internalisera våldet. Att våldet internaliseras innebär att kvinnan anammar förövarens perspektiv och börjar betrakta våldet som sitt eget ansvar och därmed tar på sig ansvaret. Gränser förskjuts och kvinnan anpassar sig till våldet. Samtidigt utvecklar kvinnan en tillgivenhet till sin förövare, som visar vänlighet och ger henne vila och tröst. Denna känslomässiga berg-och-dalbana skapar ytterligare kaos i kvinnans känslor och tankar, vilket kan leda till att våldet börjar uppfattas som en form av kärlek samt upplevas normalt. Våldets normaliseringsprocess beskrivs som en nedbrytningsprocess för den våldsutsatta och brukar delas in i olika faser (Lundgren, 2012, s. 28-36).

3.1.1 Gränser förskjuts

Mannen får gradvis ökat inflytande över kvinnans olika livsområden, inklusive hennes handlingar, tankar, känslor och yttranden som gör att han stegvis bryter ner kvinnan genom att kontrollera dessa livsområden. Hennes kvinnliga identitet och roll som kvinna blir också ifrågasatt och begränsad vilket Lundgren (2012, s. 50-51) beskriver resulterar i hur det förskjuter gränserna för kvinnorna. Beteenden och handlingar som initialt ses som avvikande

och oacceptabla börjar sakta normaliseras och accepteras. Skillnaden mellan ett våldsamt och ett icke-våldsamt förhållande blir alltmer otydlig och börjar överlappa varandra. På samma sätt suddas skillnaden mellan en så kallad vanlig man och en man som utövar våld ut, och kvinnans självbild förändras från att vara en vanlig kvinna till att bli en misshandlad kvinna. Dessa gränsförskjutningar sker ofta utan att kvinnan märker och resulterar i att hon blir allt mer undergiven. När gränserna mellan normalt och onormalt blir otydligt, kan kvinnan övergå från att vara stark och självständig till att bli helt underordnad. Detta leder till att hon anpassar sig till den bild mannen har av en undergiven kvinna, menar Lundgren (ibid).

3.1.2 Isolering

Isoleringen kan ta form av att mannen begränsar kvinnans aktiviteter i vardagen, hindrar henne från att träffa vänner och begränsar hennes möjlighet att gå ut med mera. Detta resulterar i en social isolering där kvinnan spenderar större delen av sin tid med mannen och upplever sitt förhållande genom honom. Enligt Lundgren (2012, s. 54) är det genom denna isolering mannen får kontroll över kvinnans känsloliv. Den gradvisa isoleringen leder till att mannen uppfattas som en god person, eftersom kvinnan inte längre har någon annan att jämföra honom med.

3.1.3 Växling mellan våld och värme

En ytterligare gräns som börjar suddas ut är gränsen mellan våld och kärlek. En avgörande aspekt för att förstå våldets dynamik och dess konsekvenser, menar Lundgren (2012, s. 57-59) är att förstå dess dubbelhet och dess växlingar. Det är mannen som har kontroll över detta skiftande mellan kärlek, våld, ömhet och sårbarhet. Detta kan resultera i en förvirring kring våldets plats i kärleken men också kärlekens plats i våldet. När mannen växlar mellan att visa ömhet och att utöva våld, kan kvinnan uppleva en tillgivenhet som stärker det emotionella bandet mellan dem. Lundgren menar att denna form av hjärntvätt som sker genom kontrollerande strategier gör att kvinnan får svårt att upprätthålla en egen verklighetsuppfattning (ibid).

3.1.4 Våldets internalisering

Lundgren (2012, s. 60-61) beskriver internaliseringen som en process där kvinnan upplever känslomässig förvirring och börjar identifiera sig med den roll som mannen tillskriver henne. Kvinnan börjar se våldet och mannens uppfattningar som en del av sin egen verklighet och ger våldshandlingarna en personlig mening. Denna internalisering är en följd av att gränserna mellan vad som anses vara en normal kvinna och en misshandlad kvinna, samt mellan våld och kärlek, suddas ut. Mannen beskyller oftast kvinnan för våldsutövandet och menar på att det är hon som provocerar honom till handlingen genom att inte leva upp till mannens förväntningar som har att göra med uppförande, åsikter, kvinnlighet med mera. Detta resulterar i att dessa anklagelser gradvis blir en del av hennes tänkande. Mannen sätter gränser och hävdar att det är nödvändigt att fostra kvinnan så att hon motsvarar den bild han har av henne. Trots detta kan kvinnan aldrig uppfylla mannens förväntningar eftersom han kontinuerligt ändrar denna idealbild av henne. Kvinnan utvecklar olika strategier för att anpassa sig och tror att om hon kan förändra sig, kommer mannens våld mot henne att upphöra. Trots kvinnans ansträngningar fortsätter våldet och mannen behåller samt utökar sin kontroll ständigt med nya krav som kvinnan förväntas uppfylla. Anpassningen blir till slut en överlevnadsfråga, och vid detta stadium är gränserna så pass förskjutna att kvinnan ofta inte inser den fara hon befinner sig i. Lundgren (2012, s. 68) beskriver hur kvinnan, även om hon fysiskt överlever, ses som förlorad som den person hon en gång var i tiden. Vid detta stadium är det avgörande att kvinnan får hjälp och stöd för att "återföras till livet" och påbörja den långa processen mot återhämtning.

3.2 Stigmatiseringsprocessen

Erving Goffmans (2020) teori om stigmatisering syftar till att förklara hur individen påverkas av stigma då personen isoleras från omvärlden. Goffman, som introducerade begreppet stigma, framhäver hur normer formar samhället baserat på både medvetna och omedvetna uppfattningar om vad som anses vara "normalt" beteende eller egenskaper hos en individ. Dessa normer utgör en normativ ram som styr vilka förväntningar som finns på hur människor ska bete sig för att inte betraktas som avvikande. Om en individ inte uppfyller de värderingar som värdesätts i samhället, uppstår ett stigma genom samhällets brist på socialt erkännande

till personen. Utan detta erkännande anses individen avvika negativt från det som är normalt, vilket resulterar till social utstötning och i slutändan ett stigma, enligt Goffman (2020, s. 183).

Goffman (2020, s. 16) beskriver hur den stigmatiserade individen kan komma till en uppfattning att hen bör hålla sig god för att passera, och att individen, om hen accepterar och respekterar sig själv, inte känner något behov av att dölja sina brister. Goffman (2020, s. 11) nämner två olika begrepp som omfattar stigma, misskrediterad och misskreditabel stigma. Ett misskrediterat stigma är när stigmat är känt inför andra. Misskreditabelt innebär att individen vill dölja det stigma som denne besitter. Individen tar då till sig olika strategier för att åstadkomma önskvärda egenskaper, detta för att göra stigmat osynligt i mötet med andra. På grund av detta blir stigmat inte lika märkbart till skillnad från ett misskrediterat stigma. Beroende på situationen som den stigmatiserade möter, bestämmer denne vilken strategi som ska användas för att bli accepterad och inte hamna utanför. Strategier kan vara att man tillsätter sig själv de egenskaper som är erkända och accepterade. Att bära på ett stigma enligt Goffman (2020, s. 30) kan innebära en nedsättande syn på sig själv och sin identitet.

3.3 Totala institutioner - hur en individs identitet bryts ner

Erving Goffmans socialpsykologiska teori om totala institutioner syftar till att förklara hur individens identitet påverkas då personen avskiljs från omgivningen. Goffman (2014, s. 9-15) definierar en total institution som en plats avskuren från omgivningen. Individen lever där ett isolerat liv under en längre tidsperiod, kontrollerat och styrt av någon annan. Vi tolkar i vår studie den totala institutionen likställd med den isolering och det våld mot kvinnan som mannen utsätter henne för. Fastän en individ inte befinner sig i en institutionell miljö såsom en anstalt eller någon annan form av samhällelig struktur, vilket Goffman hänvisar till som en total institution, är det tydligt att den totala institutionens inflytande på individens liv kan bidra till vår studie gällande hur fysisk och psykisk kontroll har en inverkan på människor. Det som beskrivs som kontroll och maktutövning kan i sin tur tillämpas för att förstå hur våld påverkar kvinnorna och hur det påverkar deras förmåga att lämna den våldsamma relationen.

Totala institutioner tenderar att uppsluka individer helt och hållet, samtidigt som den isolerar och begränsar denne. Dessa institutioner skiljer personen från deras sociala nätverk och

begränsar deras möjligheter att lämna. Auktoriteten inom institutionen kontrollerar hur individens liv ska organiseras, inklusive dagliga rutiner och arbetsuppgifter, ofta under hot om bestraffning. Goffman (2014, s. 19) beskriver hur institutionens isolerande och kontrollerande karaktär används i syfte till att forma och manipulera en individs identitet. Detta vars en process han kallar modifikationsprocessen. Genom att utöva kränkningar, förnedring och liknande metoder pressas individens självbild vilket leder till gradvisa förändringar i deras självuppfattning. När individen hålls borta från kontakt med omvärlden och deras sociala nätverk begränsas, upplever de en förlust av sin identitet och enbart den roll som de tilldelats inom institutionen kvarstår. Denna isolering från omvärlden är ett systematiskt sätt för auktoriteten att bryta ned individen och få denne att acceptera och internalisera den roll som de tilldelats.

Denna process som Goffman (2014) beskriver kan användas för att förstå men också förklara hur våldet som beskrivs av kvinnorna i deras självbiografier påverkar deras självbild i relation till deras relation till mannen. I enlighet med modifikationsprocessen förklarar Goffman (2014, s. 66-84) hur individen ofta blir avskuren från eller förhindrad att behålla sina personliga tillhörigheter, exempelvis föremål som starkt relaterar till individens självbild. Auktoritetens makt att diktera individens utseende kan ses som ett ytterligare steg i processen att bryta ned individens identitet, dessutom används våld som ett ytterligare verktyg i denna process. Fysiska övergrepp kränker personen och skapar en känsla av rädsla och oro. Dessa kränkningar kan resultera i att individen inte vågar visa sin riktiga identitet, vilket leder till angrepp på individens självbild. Fysiskt våld, såsom att bli utsatt för misshandel eller tvingas att utföra (eller avstå från att utföra) specifika handlingar, påverkar och förändrar individens uppfattning om sig själv (ibid).

En annan metod som auktoriteten använder för att bryta ned individen är att inskränka hens förmåga att agera självständigt. Begreppet kallas tyrannisering och är en process där auktoriteten med hjälp av bestraffningar och kritik får auktoriteten individen att bete sig på ett enligt hen anses önskvärt. Med tiden blir denna lydnad automatisk och individens handlingar reflekterar auktoritetens önskemål. En underkastelse sker när individen, av rädsla för bestraffning, slutar försvara sin värdighet genom gester, blickar och liknande. När individen tvingas utföra handlingar eller utsätts för situationer som strider mot hens självbild, försöker

hen ändå upprätthålla denna genom att reagera på händelserna. När dessa reaktioner dock möts med bestraffning, slutar individen så småningom våga reagera, vilket leder till en förvirring kring vad som är normalt och acceptabelt, och vad som inte är det (Goffman, 2014, s. 110-111). På så sätt uppmuntras individen att öva på att acceptera denna syn på sig själv och ändra sin självbild. När det personliga jaget gradvis bryts ned genom det ovan nämnda processerna, blir det som kallas "systemet av rättigheter" avgörande för förändringen av personligheten. Ordning och regler bestämmer vilket beteende som anses vara acceptabelt och vad som inte är det. Vid lydning utdelas belöningar, vilket fungerar som ett stimuli som individen tidigare tog för givet. Belöningarna blir väsentliga för individen eftersom de påminner om den sociala världen och den identitet som gått förlorad. Att bryta mot reglerna leder till bestraffning, vilket innebär att belöningarna tas bort. I den isolerade miljön som individen befinner sig i blir dessa belöningar av yttersta vikt, och därför gör hen allt för att undvika att bryta mot reglerna.

Goffman (2014, s. 135-142) gör en åtskillnad mellan primär och sekundär anpassning. Primär anpassning innebär att individen accepterar och följer regler, normer och hot om bestraffning. Sekundär anpassning innebär att individen aktivt går emot systemet genom att bryta mot reglerna och agerar "olydigt". Vidare beskrivs fyra olika strategier som individen kan använda för att anpassa sig till den totala institutionen. Den första strategin, "att dra sig undan", innebär att personen isolerar sig från omvärlden och "avpersonifierar" sig som innebär att personen tar bort eller minskar det mänskliga draget ofta genom att behandlas som ett objekt. Den andra strategin kallas "omedgörliga linjen". Detta innebär att individen ifrågasätter auktoriteten genom att aktivt vägra följa dess direktiv. Den tredje anpassningsstrategin innebär att individen anpassar sig till den begränsade stimulans och den lilla insikt i den omgivande sociala miljön som institutionen erbjuder. Personen accepterar till synes sitt liv inom institutionens ramar och befinner sig i en "koloniserad" fas. Den fjärde anpassningsstrategin, "omvändelsen" innebär att personen aktivt anammar institutionens regler och beteenden som sina egna och försvarar dem mot andra. Slutligen handlar den inre process som äger rum när en individ frigörs från eller lämnar självmant. Individen kan erfara ångest och en osäkerhet kopplad till sitt tidigare civila jag, som blivit underminerat under tiden inom institutionen. Denna osäkerhet kan göra personen beroende av institutionens auktoriteter även efter befrielsen, med en inre drivkraft att kanske till och med återvända. När en individ väl befrias,

kan initiala känslor av frihet och lättnad upplevas, där individen återigen möter livets olika privilegier som länge varit otillgängliga. Dock kan denna positiva upplevelse snart övergå i vad Goffman (2014, s. 57) benämner som diskulturation och stigmatisering. Diskulturation refererar till en förlorad förmåga att uppfylla samhällets förväntningar, medan stigmatisering innebär en känsla av att vara utstött och felaktigt behandlad av samhället på grund av personens tidigare erfarenheter. Rädslan för auktoriteten kan kvarstå och begränsa individens frihet, särskilt om hen är orolig över konsekvenserna av att dela med sig av sina erfarenheter från institutionen.

4. Metod

I följande kapitel kommer studiens metod att presenteras och dess lämplighet att diskuteras under följande kategorier: val av datainsamlingsmetod, förståelse, urval, självbiografier som empiri, presentation av självbiografier, bearbetning av analys, metodens tillförlitlighet samt forskningsetiska överväganden. Som avslutning kommer en kort diskussion att föras om metodvalets förtjänster och begränsningar.

4.1 Val av datainsamlingsmetod

I valet av datainsamlingsmetod blev det tidigt klart att en kvalitativ forskningsansats är den mest lämpade metoden i förhållande till studiens syfte och frågeställningar. Johansson och Öberg (2008, s. 73-76) framhäver hur användandet av en kvalitativ insamlingsmetod ger forskaren möjlighet att ta del av och fördjupa sig i individens livsberättelse som hen formulerar med sina egna ord och begrepp. Detta tillför en nyansrik och detaljerad empiri till studien, till skillnad från en kvantitativ ansats som är bäst lämpad för studier som avser att mäta bredd istället för djup. Efter noggrann reflektion beslutades det att en kvalitativ innehållsanalys är mer lämpad än en intervjustudie med tanke på forskningsfrågans känslighet.

Bryman (2018, s. 684-685) betonar olika tillvägagångssätt vid genomförandet av en innehållsanalys och beskriver likheter och skillnader mellan exempelvis en tematisk samt narrativ analys. En tematisk analys utförs genom att forskaren identifierar olika teman i materialet som är av betydelse för forskningsfrågan och det problemområde studien undersöker. Genom att koda det empiriska materialet får forskaren bättre teoretisk förståelse vilket underlättar analysprocessen i arbetet. Denna typ av arbetssätt framhäver de likheter och skillnader som finns i det empiriska materialet (Bryman, 2018, s. 702-703). En narrativ analys beskrivs vara ett bra alternativ för forskning rörande livsberättelser. Metoden skiftar fokus från vad som hände till hur händelsen ger mening i berättelsen vilket medför att förmågan att ställa följdfrågor är avsevärd (Bryman, 2018, s. 709-711).

Efter ett långt övervägande och jämförelse av de två analysmetoderna har vi beslutat oss för att genomföra en tematisk analys med anledningen att vi, genom att använda självbiografier

som empiriskt material, inte har möjligheten att ställa följdfrågor och be respondenterna motivera och vidare beskriva sina känslor vilket är av betydelse vid en narrativ analys. En tematisk analys hjälper oss att se likheter och skillnader i en livsberättelse som redan är berättad och nedskrivna. Genom att använda självbiografier som empiri förses forskaren med ett så kallat "inifrånperspektiv" då författaren till självbiografien själv har valt sina formuleringar, begrepp och beskrivningar på sina upplevelser och erfarenheter, menar Johansson och Öberg (2008, s. 73-76). Vi anser därmed att en tematisk innehållsanalys av självbiografier är passande i relation till vårt syfte: att få en djupare förståelse för de emotionella processer som kvinnor i våldsamma partnerrelationer genomgår, baserat på sex utvalda självbiografier. På så vis får vi tillgång till kvinnornas egna beskrivningar av sina upplevelser.

4.2 Förförståelse

Som forskare är det viktigt att lära av sitt material och tillåta att det utmanar ens förförståelse. För att minimera risken att vår förförståelse påverkar analysen, har vi noggrant bearbetat materialet flera gånger under skrivprocessen med ett så objektivt förhållningssätt som möjligt. Kvinnornas upplevelser och uppfattningar är skrivna ur deras perspektiv och står därmed inte för en generell sanning (Johansson, 2005 s. 25-26). Bryman (2018, s. 471) förklarar hur forskare ska reflektera över konsekvenser av sina valda metoder samt värderingar, detta kallas för reflexivitet. Innan vi påbörjade vår studie reflekterade vi över vår förförståelse om mäns våld mot kvinnor i nära relationer och fortsatte ha reflexivitet i åtanke under processens gång. Thuren (2008, s. 113-114) förklarar att förförståelse innebär att människor inte uppfattar verklighet endast med hjälp av sina sinnen utan menar att det egentligen handlar om tolkningar, vilket innebär att ett enkelt synintryck förutsätter en form av så kallad förkunskap.

4.3 Urval

Studiens empiriska material består av sex stycken självbiografier om våld i nära relationer som vi har valt ut genom målstyrt urval. Målstyrt urval är ett lämpligt tillvägagångssätt vid studier där forskaren inte avser välja sitt material på ett slumpmässigt basis utan istället strävar att strategiskt välja specifikt material som är av relevans för undersökningens syfte och frågeställningar. Vid användandet av ett målstyrt urval har forskaren möjlighet att välja bland

olika tekniker att styra urvalet på. Vi har i vår undersökningen använt oss av kriteriestyrt urval som beskrivs vara en typ av målstyrt urval. Vid ett kriteriestyrt urval bör forskaren ha noggrant utvalda kriterier för att underlätta processen att välja relevant material, i detta fall självbiografier (Bryman, 2018, s. 496-497).

Vi har i urvalsprocessen använt oss av följande kriterier: boken ska maximalt vara 400 sidor lång, vara utgiven för maximalt fem år sedan, vara allmänt giltig och representerad på Sveriges bibliotek, vara författad av heterosexuella kvinnor som har levt i en våldsam partnerrelation samt finnas tillgängliga för utlån på Lunds Universitets bibliotek. Vi fick på detta sätt fram ett femtiotal självbiografier som uppfyller våra kriterier. Vi började med att läsa beskrivningen av samtliga böcker och valde att inkludera de sex styckna självbiografier som mest fängade vårt intresse samt visade en tydlig koppling till vårt syfte.

4.4 Självbiografier som empiriskt material

Bryman (2018, s. 656-659) beskriver fyra kriterier som är viktiga att utgå ifrån vid utförandet av en kvalitativ innehållsanalys. Dessa kriterier finns som en hjälpreda i bedömningen av dokumentets kvalitet. De fyra kriterierna är: *autenticitet, trovärdighet, representativitet* samt *meningsfullhet*.

Autenticitet, avser att granska självbiografins författare. Vem har skrivit boken? Varför har boken skrivits? Är författaren den verkliga upphovsmannen? Bryman (2018, s. 656-659) framhäver hur spökskrivare har blivit ett större problem på senare tid gällande självbiografier vilket medför att autenticitetskriteriet är av stor betydelse i denna studie. Med anledning att en av självbiografierna har två författare har det varit viktigt för oss att vara medvetna om hur hennes medverkan kan bidra till att ord och den ursprungliga berättelsen förvrängs. Vi har haft detta i åtanke och har tolkat berättelsen med försiktighet. Trovärdighet handlar å ena sidan om självbiografien representerar författarens livsberättelse och sanna känslor och å andra sidan om riktighet. Det vill säga, är självbiografien skriven bakom en fasad eller har författaren beskrivit händelsen på det sätt den utspelade sig? Detta kriterium är av stor betydelse främst vid självbiografier skrivna av offentliga personer då det finns en försäljningsaspekt att ha i åtanke. Representativitet handlar om kategorin självbiografien tillhör. Är materialet typiskt eller anses det vara en avvikelse? Representerar den kategorin? Slutligen beskrivs kriteriet

meningsfullhet där fokus ligger på forskarens tolkning av materialet. Det är viktigt att vara medveten om och ha i åtanke att tolkningen forskaren gör är personlig och påverkas av en förförståelse för forskningsfrågan som präglas av egna erfarenheter samt av normer i samhället. Detta kan medföra att forskaren tolkar livsberättelsen i självbiografen på ett annat sätt än författaren avsåg (Bryman, 2018, s. 656-659).

Utöver dessa kriterier har vi även haft i åtanke att många självbiografier skrivs utifrån ett kommersiellt syfte vilket kortfattat nämndes under trovärdighetskriteriet. Det är därmed av vikt att vi som forskare är kritiska till självbiografiernas innehåll samt är medvetna om risken för dramatisering av händelser. Under bearbetningen av materialet har vi haft följande frågor i åtanke för att säkerställa att vi inte förlorar det kritiska perspektivet: *Vad beskrivs i självbiografen? På vilket sätt beskrivs det? Varför beskrivs det på detta sätt?* Genom att vara medvetna om att kvinnornas livsberättelser kan vara tillrättalagd, har vi analyserat materialet med försiktighet genom att inte vara alltför antagande kring kvinnornas skildringar av relationen.

4.5 Presentation av självbiografier

När livet vände: med ärr i själen - Erika Pragler, 2019

En passionerad, omtänksam och intensiv kärlek, en kärlek hon aldrig tidigare har känt övergick till svartsjuka, kontroll och nedlåtande kommentarer. Sju år av psykisk, fysisk och sexuellt våld slutade med en polisanmälan mot Drömprinsen.

Helvetet jag kallade kärlek - Lena Bivner, 2020

Lena Bivner delar sin resa från en ordnad tillvaro och socialt umgänge till en mardröm präglad av aggression och kontroll och visar hur även starka personer kan drabbas. Genom en skildring av en femårig lång relation, avslöjar Lena det förrädiska växelspelet mellan ömhet och hat, och lyfter fram det fördömda temat psykisk misshandel som ofta glöms bort.

Det enda jag kan göra är att gå - Ulrika Jannert Kallenberg, 2020

Förälskelsen gjorde att resten av världen bleknade. Kärleken var så intensiv att Ulrika, trots de stora kulturella skillnaderna, blev centrum i partners liv. När Ulrikas partner flydde från krig till USA följde hon efter och deras band stärktes ytterligare. Men snart kom saker och ting i

deras förhållande att ändras. Partners attityd och humör svängde och Ulrika styrdes av hans nycker. Han säger till Ulrika åt vilket håll hon ska titta, hur hon ska klä sig, hur mycket hon ska prata och med vem. Ulrika lär sig snabbt läsa av vad som skulle hända, samt om det var en bra eller dålig dag.

Den osynliga buren: en sann historia om våldsam kärlek - Rebecca Romero, 2021

Hon tappar andan, det är kärlek vid första ögonkastet när hon träffar David, en solblekt man med bruna lockar från Bogotá. Efter tre månader har David flyttat in, tre månader senare är hon gravid. Rebecca insåg tidigt i förhållandet att David är våldsam men sju år senare är hon fortfarande fast. Kärlek och våld, värme och kyla och skam som håller kvar henne, mycket skam. Slutligen kämpar Rebecca sig fri för barnens skull, hon lämnar buren.

För ditt eget bästa: en sann berättelse om förödande kärlek - Pia Johansson & Anna Carsall, 2021

Pia har levt tre liv, före förstörelsen, under förstörelsen och efter förstörelsen. Att växla mellan värme och våld var Fredriks specialitet, det var så han fångade henne. Hon blev beroende av hans bekräftelse samtidigt som varje tyst minut bröt ner henne. Detta är Pias berättelse om hur hon överlevde, hur hon slog sig fri.

En våldsam kärlek: vägen till ett värdigt liv - Jessica MacDowall, 2024

Jessica, en framgångsrik tv-producent blir störförälskad i Sebastian, hennes livs kärlek. Aldrig tidigare har hon känt sig så åtrådd, vacker och sexig som Sebastian får henne att känna sig. Utåt är han intelligent, snygg och framgångsrik, den perfekta mannen, men bakom fasaden pågår ständig psykisk, fysisk och sexuell misshandel. Efter mer än 10 år av våld blir hon fri, fasaden bryts.

4.6 Bearbetning av analys

I bearbetningen av studien har vi använt oss av en kvalitativ innehållsanalys som är ett vanligt tillvägagångssätt vid tolkning av texter, enligt Bryman (2018, s. 368-369). Genom kvalitativ innehållsanalys kommer vi kunna undersöka underliggande innebörd i datamaterialet och samtidigt ge utrymme för tolkning. Analysmetodens syfte är att genom kodning, tematisering och summering, kategorisera texten och identifiera användbart material som kommer att

besvara våra frågeställningar (Hjerm, Lindgren & Nilsson, 2014, s. 32-43). Bearbetning av det empiriska materialet har skett med utgångspunkt i att vi var för sig har läst igenom självbiografierna för att sedan färgkoda data utifrån gemensamma teman som vi har identifierat. Självbiografierna har därefter analyserats utifrån ett tematiskt förhållningssätt (ibid). Efter identifiering av självbiografierna har vi tillsammans gått igenom våra individuella anteckningar och bearbetat materialet intertextuellt vilket innebär att kvinnornas berättelser har analyserats i relation till varandra för att hitta samband och skillnader (Bryman 2018, s. 134). Denna studie baseras på empiri från sex självbiografier, vilket innebär att vi har intagit ett abduktivt tänkande för att söka förklaringar och förståelse av kvinnornas synsätt och perspektiv. Under hela studiens gång har teori och empiri vävts samman (ibid).

Syftet med kodningen av datamaterialet är att identifiera specifika aspekter som är relevanta för vår forskning. Genom denna kodningsprocess har vi format teman för vidare fördjupning (Bryman, 2018, s. 700-703). Utgångspunkten är att fokusera på identifiering av specifika detaljer som kvinnorna framför i sina självbiografier. Därefter har vi sammanställt liknande erfarenheter från olika kvinnors berättelser och format dessa till ett övergripande tema. Vi har fördjupat oss inom följande teman: gränsförskjutning, isolering, växling mellan våld och värme, våldets internalisering, skuld, skam och stigma samt kontroll och maktutövande. Dessa teman är återkommande ämnen i många av självbiografierna och har framkommit genom att vi alternerat mellan teori och empiri då vi bearbetat materialet.

4.7 Metodens tillförlitlighet

Bryman (2018, s. 465-467) för en diskussion om de kvantitativa forskningsbegreppen *validitet* och *reliabilitet* samt dess relevans och användbarhet i kvalitativ forskning. Begreppen avser mäta studiers kvalité samt forskningspotential men anses vara svårt applicerbar i den kvalitativa forskningsvärlden. Bryman (2018, s. 467-470) framhäver istället begreppet *tillförlitlighet* som är uppbyggt på 4 delkriterier som alla kan sägas ha en motsvarighet i den kvantitativa forskningsvärlden. Genom att forskaren har en medvetenhet om följande fyra delkriterier kan studiens tillförlitlighet ökas.

Begreppet *trovärdighet* innebär att forskaren har en plikt att följa samtliga forskningsregler som finns. Även respondentvalidering faller under trovärdighetskriteriet och handlar om

forskarens ansvar att rapportera studiens resultat till respondenterna och på det sättet säkerställa att man har gjort en rättvis tolkning av materialet. Genom att få respondenternas bekräftelse ökar resultatens tillförlitlighet (Bryman, 2018, s. 467). Respondentvalidering är vid användandet av självbiografier ett utmanande kriterium då forskaren inte har möjlighet att återkoppla med författarna och säkerställa att självbiografen är rättvist tolkad. Med anledningen av detta är det av ytterst vikt för forskaren att vara så objektiv som möjligt i hens tolkning av materialet. Genom att ha en medvetenhet om hur samhällets normer, fördomar samt egna upplevelser kan påverka forskarens förmåga att vara objektiv behåller man ett kritiskt perspektiv och tolkar materialet med försiktighet. Detta tankesätt kan därmed öka studiens trovärdighet.

Fortsättningsvis redogör Bryman (2018, s. 467-468) för begreppet *överförbarhet* som handlar om forskarens uppgift att generera detaljrika och djupa beskrivningar av studiens resultat som bygger på respondenternas svar. Genom att vara detaljerad får utomstående möjligheten att få förståelse för materialet och kan därmed bedöma överförbarheten. Eftersom syftet med kvalitativ forskning är att undersöka subjektiva upplevelser, ligger inte fokus främst på överförbarhet och generaliserbarhet. I vår studie eftersträvar vi att få en djupare förståelse för våldsutsatta kvinnors subjektiva upplevelser, inte nödvändigtvis att generera forskning som är generaliserbar. Detta anser vi är i linje med den kvalitativa forskningens syfte och en punkt som är viktig att lyfta i diskussionen om överförbarhet. *Pålitlighet* handlar om forskarens plikt att tydligt beskriva och redogöra för varje forskningssteg för att säkerställa transparens. Utöver detta bör forskaren även föra en diskussion om de val hen gjort under studiens gång samt hur de har tillämpats i granskningen av pålitligheten (Bryman, 2018, s. 470). För att säkerställa att studiens pålitlighet är hög har vi exempelvis redogjort för vårt metodval samt fört en diskussion om motiveringen till varför alternativa metoder är sämre lämpade i relation till undersökningens syfte och forskningsfrågor.

Slutligen beskriver Bryman (2018, s. 470) *möjligheten att styrka och konfirmera* som är tillförlitlighetsbegreppets sista delkriterium. Denna punkt är unik för den kvalitativa forskningen och handlar om vare sig forskaren har agerat i god eller ond tro genom undersökningens gång. Som vi tidigare har diskuterat är objektivitet en utmaning inom kvalitativ forskning, på grund av detta behöver forskaren vara medveten om den förförståelse hen har för forskningsproblemet samt hur egna erfarenheter och värderingar kan ha en påverkan. Detta kriterium handlar därmed om forskarens uppgift att föra en diskussion och

om hens förmåga att vara objektiv. På det sättet granskar hen resultatet och gör en bedömning om i vilken utsträckning studien kan vara riktad.

4.8 Forskningsetiska överväganden

Forskningsetiska principer inom samhällsvetenskap har upprättats i syfte att skydda individer från obehörig intrång i deras privatliv. Fokus är att förhindra fysisk och psykisk skada, förödmjukelse eller kränkningar för deltagarens medverkan i forskningen.

Individskyddskravet är centralt i forskningsetiska överväganden och kan indelas i fyra huvudområden: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet (Vetenskapsrådet 2002).

Denna studiens empiriska material består av självbiografier om mäns våld mot kvinnor i nära relation. Självbiografierna är offentliga böcker och därmed tillgängliga för allmänheten på exempelvis bibliotek. Eftersom att studiens material består av publicerade självbiografier och är tillgängligt för allmänheten har vi inte behövt inhämta separata samtycke från författarna, till skillnad från om vi hade intervjuat människor för vår studie. Självbiografierna är offentliga dokument som allmänheten fritt kan ta del av (Bryman, 2018, s. 656-657). Som forskare till denna studie ansvarar vi för att valda självbiografier och det empiriska materialet används på ett korrekt sätt. Vi är medvetna om att självbiografierna kan innehålla viss typ av känslig information samt att författarna har valt att dela med sig av sina personliga erfarenheter och upplevelser. Därför är det viktigt att respektera och beakta materialet på ett etiskt sätt. Även om vi i detta fall inte behöver ta hänsyn till samtycke eller genomföra en formell etikprövning, är det av vikt att vara medveten om och följa etiska principer inom denna form av forskning.

Informations- och samtyckeskravet syftar till individens rätt att upplysas om frivilligheten att delta i studien, individens rätt att veta hur studien genomförs samt samtycke för att studien kan genomföras (Vetenskapsrådet 2002). Utifrån informations- och samtyckeskravet har det inte varit aktuellt att ta kontakt med kvinnorna bakom självbiografierna för att informera om att deras livsberättelser kommer att användas i forskningssyfte. Vidare är det inte heller möjligt att uppfylla kravet på konfidentialitet då författarna använder sina riktiga namn och avidentifiering blir därmed inte möjligt. Nyttjandekravet går inte heller att uppfylla men vi har

beaktat att självbiografierna inte skapats med avsikt att undersökas eller analyseras utifrån ett samhällsvetenskapligt perspektiv. I vår studie använder vi enbart materialet i syfte och i enlighet med nyttjandekravet, som innebär att materialet enbart får användas i forskningssyfte (Vetenskapsrådet, 2002). Vi kan inte garantera att författarna och eventuella förövare inte kan komma ta skada av studien, på grund av att författarna använder sina riktiga namn och en förövare omnämns med sitt rätta namn. Vid hantering av analysen av materialet har vi varit noggranna med att beakta dessa delar. Det har även varit av yttersta vikt för oss att kontinuerligt hänvisa till det ursprungliga materialet och hålla det inom sitt sammanhang. Detta genom att vi så korrekt som möjligt återger deras ord genom exempelvis citering. Av etiska skäl har vi beslutat att inte intervjua kvinnor som har utsatts för våld i nära relationer. Detta innebär att vår studie inte utgör en direkt risk för fysisk eller psykisk skada för forskningsdeltagarna, vilket regleras enligt 4 § p. 2 (SFS 2003:460).

4.9 Förtjänster och begränsningar

Studiens data som vi har analyserat är sedan tidigare publicerat. Förtjänsterna med att analysera självbiografier anser vi därför har varit att vi inte har behövt ha direktkontakt med kvinnorna som har skrivit dem. Detta gör vår studie etiskt försvarbar eftersom att vi inte riskerar att återtraumatisera kvinnorna genom att påminna dem om deras förflutna erfarenheter av våld. Då kvinnorna har dokumenterat sina erfarenheter, har vi kunnat få tillgång till detaljerade och djupgående beskrivningar av deras upplevelser, vilket var det huvudsakliga syftet med vår undersökning. Detta har möjliggjort en snabb och effektiv insamling av intim och känsliga data på ett sätt som annars skulle ha varit svårt att genomföra inom den tidsram som vi behövde anpassa oss till, och samtidigt är det etiskt försvarbart.

En begränsning kan dock vara att det är svårt att identifiera distinkta mönster eller skillnader i materialet som helhet. Det är sannolikt att individer som lever i våldsamma relationer har både liknande och helt olika erfarenheter, vilket kanske skulle ha framträtt tydligare om urvalet hade gjorts på ett annat sätt. Begränsningarna med vår valda metod är att vi inte kan säkerställa att tolkningar av utsagorna överensstämmer med författarnas ursprungliga intentioner.

5. Resultat och analys

I följande kapitel kommer kvinnornas normaliseringsprocess samt känslor av skuld, skam och stigma att exemplifieras med hjälp av utdrag och citat från självbiografierna. Det empiriska materialet har kodats och tematiserats och kommer att summeras under följande rubriker: gränser förskjuts, isolering, växling mellan våld och värme samt våldets internalisering. Dessa är normaliseringsprocessens "faser" och beskriver det som i de flesta fall börjar med nedlåtande kommentarer och svartsjuka och resulterar i fysiskt våld. Utöver detta kommer även mannens kontroll över kvinnan att redovisas samt kvinnornas känsla av skuld, skam samt stigma att presenteras. Samtliga kvinnor i självbiografierna har beskrivit dessa processer.

5.1 Gränsförskjutning

Gränsförskjutning beskrivs av Lundgren (2012, s. 50-51) vara normaliseringsprocessens första fas. Kvinnorna upplever här att männen tänjer deras gränser vilket resulterar i att aspekter de en gång ansåg vara oacceptabla nu blivit en del av deras vardag. Olika exempel kommer att lyftas på hur detta har illustrerats i det empiriska materialet. I en av självbiografierna beskriver Rebecca att hon inte lade märke till att David hade börjat förflytta hennes gränser, de gränser han så många gånger bröt tills det enda som fanns kvar av Rebecca var skam, oro och självhat (Romero, 2021, s. 18). Detta exemplifierar hur David sakta men säkert övertalade Rebecca till att ge mer av sig själv och ta del i aktiviteter hon inte kände sig bekväm med. Rebecca påpekar att hon inte uppfattade gränsförskjutningen under tiden den skedde, utan att hon i efterhand har reflekterat över hur dessa övertramp resulterade i att hon förlorade sig själv. Likt Rebecca, beskriver även Pia händelseförloppet där hennes gränser började förskjutas vilket följande citat visar:

“Om man blir kränkt under en längre tid blir det successivt det normala. Man har glömt bort hur det känns att ha tillit till sig själv. Man minns inte hur det är att känna sig värdefull utan villkor. Eller fri. Därför är man inte heller medveten om hur man egentligen mår. Man bara försöker hålla sig över ytan. Överleva. Få allt att fungera.” (Johansson & Carsall, 2021, s. 122).

I ovanstående citat förklarar Pia att hon inte lade märke till hur hennes psykiska hälsa påverkades av detta då allting hon utsattes för blev det nya normala. Hon gjorde allt för att överleva. Vidare förklarar Pia hur hennes gränser gällande rätt och fel samt vad hon är bekväm med och inte, hade börjat förskjutas och tänjas på för längesen (Johansson & Carsall, 2021, s. 100). Även Erika beskriver flera upplevelser där hon förskjutit sina gränser, exempelvis en händelse under nyårsdagen, där hon och hennes drömprins hade bestämt sig för att äta ute på en restaurang. Erika tänker på vart hon ska titta, vad hon ska prata om samt hur hon vrider på huvudet för att inte dra till sig någon uppmärksamhet. Hon beskriver hur allt hade varit enklast och lugnast om hon aldrig var ute (Pragler, 2019, s. 72). Exemplet illustrerar hur Erika vid detta stadiet förskjutit sina gränser och känner rädsla för att reta upp mannen. Hennes överdrivna fokus på att vara försiktig med varje steg antyder att hon lever under en kontrollerande relation. Exemplet indikerar även på att hon känner sig instängd och begränsad av sin relation samt att hon finner det riskabelt att befinna sig i offentliga miljöer. Ulrika beskriver en liknande händelse i sin självbiografi när hon åker bil med sin partner och hans mamma. Hon funderar ständigt på hur hon ska bete sig för att inte göra sin partner arg (Jannert Kallenberg, 2020, s. 157). Ulrikas agerande understryker hur hon undviker konfrontation, vilket är en vanlig överlevnadsstrategi.

Vidare beskriver Lena en händelse där hon tillsammans med sina väninnor planerar att genomföra en årlig tradition. Lena förklarar att hon inte kan vara borta mer än ett dygn vilket hennes väninnor skrattar åt då de är inte medvetna om Peters kontrollbehov och därmed inte förstår att Lena gör det för Peters skull (Bivner, 2019, s. 39). Av exemplet går det att utläsa att Lena befinner sig i en relation där hennes partner utövar kontroll över hennes tid samt hennes sociala aktiviteter. Detta blir tydligt när hon säger att hon inte kan vara borta mer än ett dygn. Att Lena anpassar sitt beteende "för Peters skull" visar på hur Lena känner sig tvungen att anpassa sig till hans önskemål och krav för att undvika konflikter samt hålla sin partner nöjd.

Nästkommende exempel visar hur gränsförskjutning inte alltid syftar på fysiskt våld mot kvinnan själv utan riktas i detta fall mot en familjemedlem. Jessica berättar att det är dags för henne och Sebastian att flytta in i deras gemensamma bostad. Planen var att även hunden Lula och Jessicas son Emil ska flytta in. En dag ställer Sebastian ett ultimatum, Lula får inte längre följa med. Antingen kommer Jessica och Emil själva eller inte alls. Jessica blir väldigt upprörd då hennes egen lägenhet är uppsagd och hon inte har valet att inte flytta in med Sebastian. Det slutar med att Lula ges bort (MacDowall, 2024, s. 54-56). Sebastian använder

här hunden Lula som en kontrollmekanism till att förskjuta Jessicas gränser vilket resulterar i att hon förlorar Lula som familjemedlem.

Resultaten visar att samtliga kvinnor har upplevt det Lundgren (2012, s. 50-51) beskriver som gränsförskjutning. Detta förklarar hur en relation övergår från att vara kärleksfull till att vara destruktiv och präglas av våld. Sakta men säkert tänjer mannen kvinnans gränser och oönskade beteenden blir mer accepterade. Exemplena ovan visar att våld både kan vara fysisk och psykiskt samt vara mot familjemedlemmar eller kvinnan själv. Kvinnorna beskriver hur de bryts ner mer för varje dag och har i slutet av relationen insett att det de en gång ansåg vara oacceptabelt, nu har tvingats uppleva.

5.2 Isolering

Nästa fas i normaliseringsprocessen benämns som isolering. I denna fas börjar mannen kontrollera kvinnans vardag genom att exempelvis begränsa hennes aktiviteter och vilka hon umgås med. På så vis får mannen kontroll över kvinnans känsloliv vilket leder till att kvinnan uppfattar mannens beteende som acceptabelt eftersom hon inte längre har en annan relation att jämföra med (Lundgren, 2012, s. 54). Ett exempel där isolering tydligt framkommer är en händelse beskriven av Rebecca. Hon framhäver hur David många gånger påpekar när Rebecca väljer att umgås med sina vänner eller gå till gymmet. Han ifrågasätter varför hon åker iväg istället för att spendera tid med honom. Rebecca slutar därför att både umgås med sina vänner och gymma. Hon är alltid med David för att inte göra honom osäker (Romero, 2021, s. 19). Ovanstående utdrag exemplifierar hur David tidigt i förhållandet börjar isolera Rebecca från hennes nära och kära samt de intressen han inte är involverad i. Genom att skuldbelägga henne och ifrågasätta varför hon inte vill spendera sin tid med honom uppnår han sitt mål, att få Rebecca för sig själv. Denna strategi bryter ner den våldsutsatta kvinnan genom att isolera henne från en verklighet där våld inte anses vara accepterat. På det sättet är det svårare för kvinnan att identifiera beteendet och bryta sig loss.

Likt Rebecca, beskriver även Jessica och Pia hur deras partners agerande isolerar dem från sina nära och kära. Båda lyfter hur de, på grund av skuldbeläggning från sina partners, behöver ta avstånd från alla i sin omgivning som ifrågasätter deras relation (MacDowall, 2024; Johansson & Carsall, 2021). Ytterligare ett exempel på isolering är det ekonomiska

våldet gentemot Pia. Bland annat beskrivs det hur Pia inte hade tillgång till betalkort och var därmed helt beroende av Fredrik (Johansson & Carsall, 2021, s. 146). Nästkommande utdrag visar hur mannens kontroll över kvinnan även kan sträcka sig över barnen i familjen. Detta återberättar Lena i sin självbiografi genom att beskriva en händelse där hon valde att ignorera ett telefonsamtal från sin väninna eftersom att hon visste hur Peter skulle reagera om hon lyfte sin telefon när de var tillsammans. På grund av detta fick Lena inte reda på att hennes son hade fått ett astmaanfall vilket Lena kände skam över då hon inte fanns där för sin son genom att inte svara på samtalet (Bivner, 2019, s. 112). Lenas beslut att ignorera samtalet från sin väninna, på grund av rädsla för Peters reaktion, pekar på en överdriven kontroll från Peter. Det är en indikation på att Lena inte kan uttrycka sig fritt eller agera i enlighet med sina egna behov och önskemål. Vidare beskrivs liknande erfarenheter av Erika och Ulrika. De återberättar hur de ständigt behöver försäkra sina partners om att de inte är intresserade av andra män vilket indikerar på ett starkt kontrollbehov från partners sida. Kvinnorna uttrycker att det skulle vara lättast att enbart stanna hemma och avbryta all social kontakt med utomstående (Pragler, 2019; Jannert Kallenberg, 2020).

Lundgren (2012, s. 54) framhäver hur mannen tar kontroll över kvinnans känsloliv genom att isolera henne. Detta kan ske både fysiskt och psykiskt och leder till att kvinnan förlorar sin verklighetsuppfattning då hon inte längre har något att jämföra med. Våldet och det destruktiva beteendet blir därmed normaliserat och den våldsutsatta blir medberoende av våldsutövaren. Exemplena ovan visar hur männen gradvis isolerar kvinnorna från sina nära och kära och avskärmar kvinnan från alla som ifrågasätter deras relation. Exemplet om Pia anser vi vara extra effektivt då vi får ta del av hur hon inte längre har tillgång till betalkort och därmed är helt beroende av Fredrik.

5.3 Växling mellan våld och värme

I nästkommande del framkommer hur kvinnornas vardag präglas av en växling mellan våld och värme där mannen kontrollerar deras känslor genom att ständigt skifta mellan kärlek och våld. Mannen använder detta som en strategi som förvirrar kvinnan samt gör det svårt för henne att upprätthålla en egen verklighetsuppfattning (Lundgren, 2012, s. 57-59). I självbiografien beskriver Ulrika hur hon skräckslaget ser sin partner hålla en kniv i handen och kastar sig över henne och kniven glider in i hennes vad. Han omfamnar henne och ber om

förlåtelse för handlingen. Ulrika känner att hon inte har något annat val än att förlåta honom (Jannert Kallenberg, 2020, s. 164-165). Likt Ulrika, upplever även Jessica växlingen mellan värme och våld. Detta illustreras genom följande citat:

”Efter incidenten med hurtsen i köket har det varit en lugn period och vi har haft det bra. Jag känner mig hoppfull igen och nästan som nyförälskad.” (MacDowall, 2024, s. 73).

Exemplet ovan visar tydligt hur Jessica förminskar våldet och fokuserar på de bra perioderna i förhållandet. Vidare beskriver Jessica hur hon slutligen lär sig att läsa av Sebastians signaler och använder ordet “storm” när hon beskriver att en våldsam period är på väg (MacDowall, 2024, s. 242). Våldet och distanseringen resulterar i oros känslor och Jessica tvivlar på om Sebastian älskar henne. De kärleksfulla gesterna bidrar till normaliseringen av våldet. Liknande erfarenheter beskriver Pia i nästkommande citat:

”Det här beteendemönstret, att växla mellan värme och distans var något som skulle komma att prägla hela vårt förhållande. Det gjorde mig osäker. Och angelägen om att få komma tillbaka in i värmen. Det var ju då jag mådde bra, kände mig trygg och bekräftad. När han fjärmade sig blev jag rädd för att bli lämnad. Jag ville inte vara rädd. Jag ville känna mig trygg. Därför började jag anpassa mig, för att bli mottagen.” (Johansson & Carsall, 2021, s. 19).

Pia beskriver hur hon utvecklade ett medberoende för sin partner Fredrik och att det viktigaste i vardagen var att få komma in i hans värme igen. Hon anpassade sitt beteende och förtryckte de egenskaper Fredrik inte ansåg vara önskbara, allt för att slippa en kall och avskärmad period som präglades av våld. Exemplet visar tydligt vilken påverkan “att växla mellan våld och värme” hade på Pias psykiska mående samt hur våldet blev en del av förhållandet. Även Erika förklarar att hennes partner vid ett tillfälle anklagade henne för otrohet och försökte strypa henne. Sedan skickade han låten “I will always love you” av Whitney Houston till henne. Erika såg strypgreppet som ett misstag (Pragler, 2019, s. 48). Detta exemplet illustrerar mönster där Erikas partner försöker reparera skadan genom att skicka romantiska ballader, vilket gör att Erika upplever en känslomässig lättnad och börjar betrakta våldshandlingen som ett isolerat misstag snarare än ett återkommande beteendemönster. När han skickar kärlekssången som ett sätt att mildra situationen, påminner han henne om de positiva

känslorna hon har mot honom. Detta gör det svårt för henne att upprätthålla en objektiv syn på sin partners beteende. Rebecca beskriver liknande erfarenheter i följande citat:

”När jag nyligen blivit slagen är David sitt allra vackraste jag. Då vet jag att det är lugnt för stunden, det är så skönt när han tycker synd om mig. Så skönt när han ångrar sig och frågar hur jag mår. Bryr sig.” (Romero, 2021, s. 49-50).

Ovanstående citat exemplifierar att David tenderar att ha lugna perioder då han är kärleksfull och utstrålar värme efter en våldsam period. Detta är en strategi som tillåter David att vara våldsam i perioder och sedan kompensera med kärlek. På det sättet normaliserar Rebecca våldet när det inträffar, på grund av att det inte ständigt är våld, utan även kärlek. Liknande erfarenheter beskriver Lena i sin självbiografi där Peter har utövat våld och kort därefter använder varma och förlåtande handlingar för att mildra effekten av sitt tidigare våld. Lena, som initialt visar tecken på att stå upp för sig själv och lämna en oacceptabel situation, låter sig övertygas att stanna när hon konfronteras med Peters plötsligt varma beteende (Bivner, 2019, s. 137-139).

Lundgren (2012, s. 57-59) beskriver hur våldsutövare använder strategin att ständigt växla mellan våld och värme som en kontrollmekanism. Genom att mannen bestämmer när relationen är kärleksfull och varm eller destruktiv och våldsam, lever kvinnan i limbo. Hennes hopp byggs upp under de kärleksfulla perioderna och raseras i de våldsamma. Detta kan i sin tur leda till att kvinnan känner tillgivenhet vilket resulterar i att de emotionella banden stärks och ett medberoende skapas. Detta fenomen återfinns i samtliga självbiografier som tydliggörs av exemplen ovan. Vi ser variationer av exemplen vara intressant då en jämförelse kan göras på tankarna hos en kvinna som reflekterar över det hon har varit med om och en kvinna som lever i våldet just nu.

5.4 Våldets internalisering

I normaliseringsprocessens sista fas menar Lundgren (2012, s. 60-61) att den våldsutsatta kvinnan har tagit över mannens verklighetsuppfattning och numera ser sig själv genom mannens ögon. Eftersom att mannen ständigt trycker ner kvinnan och påtalar att våldet hon behöver utstå är hennes egna fel, har hon i denna fas helt tagit över ansvaret för våldet. Detta

fenomen förekommer i samtliga självbiografier och kommer att redovisas med hjälp av utdrag och citat ur böckerna. Genom ett utdrag från en av självbiografierna framgår ett exempel på hur Jessicas internalisering av våldet började. Jessica beskriver att Sebastian tydligt påpekar de egenskaper han finner attraktiva hos henne, men även de han anser vara oönskade. Detta ansåg Jessica i början av relationen vara märkligt men ansåg senare vara bra då hon kan förändra de beteenden han ogillar och behålla de som är önskade. Jessica är stolt över sig själv när hon lyckas ändra dessa beteenden då hon märker att Sebastian blir nöjd (MacDowall, 2024, s. 39). Detta utdrag tydliggör att Jessicas anpassning till Sebastians idealbild av henne började tidigt i relationen vilket tyder på att hon redan då började internalisera hans verklighetsuppfattning. Även Rebecca beskriver situationer som kan kopplas till våldets internalisering. I följande citat tar vi del av Rebeccas tankeprocess där hon skuldbelägger sig själv för sin partners våldsamma beteende:

“Jag måste se till att ha kontroll över situationen, måste förutse Davids mående, är han hungrig? Är han trött? Är han uttråkad? Jag är så dum, så dum. Varför tänkte jag inte på att David måste ha något att äta? Om jag bara planerat bättre så hade det här aldrig hänt. David måste tas om hand, annars kan han spåra ur och någon kan få reda på hur vi egentligen har det.” (Romero, 2021, s. 37).

Citatet tyder på att Rebecca anser att våldet hade kunnat undvikas om hon hade betett sig annorlunda gentemot sin partner, hon lägger därmed över skulden på sig själv. Några kapitel senare återberättar Rebecca att våldet och utbrotten har minskat. Hon inser att anledningen är att hon totalt har anpassat sig efter Davids önskemål och vet hur hon ska agera runt honom. På det sättet kan Rebecca undvika våldet (Romero, 2021, s. 89). Detta tyder på att hon har internaliserat Davids våld mot henne. Likt Rebecca, tar Pia ansvar för sin partners beteende. Detta redovisas i två citat:

“Jag önskade att hans utbrott aldrig hänt. Han skrämde mig. Gjorde mig förvirrad. Så jag förträngde det. Tills det kändes som om det aldrig hänt [...] Så jag fokuserade på att lägga manken till. Att visa honom att jag ville vara med honom. Då skulle han bli trygg, och då skulle han inte få något mer utbrott. Därmed tog *jag* ansvar för *hans* galenskap.” (Johansson & Carsall, 2021, s. 55).

Ovanstående citat är taget ur början av Pias livsberättelse. Vi kan se hur Pia trycker undan våldet och istället fokuserar på att visa tillit och anpassa sig själv till Fredriks bild av henne. Pia förklarar hur hon i efterhand insåg att hon genom den strategin tog ansvaret ifrån honom och började beskylla sig själv för våldet. I nästkommande citat kan vi ta del av Pias tankar vid slutet av relationen:

”Att han valde att inte döda mig tolkade jag som en kärlekshandling. Han älskade mig. Han ville ha mig kvar.” (Johansson & Carsall, 2021, s. 318).

Det faktum att Fredrik inte dödar henne är enligt Pia en kärlekshandling. Dessa handlingar pekar på att Pia har internaliserat Fredriks verklighetsuppfattning och att våldet har normaliserats helt i relationen. Ett annat exempel lyfts av Erika i sin självbiografi, där hon beskriver att hon i sin uppfattning jämt skötte sig, men att hennes partner i många fall ansåg att Erikas beteende var oacceptabelt (Pragler, 2019, s. 82). I nästkommande citat framhäver Ulrika hur hennes partner använder kärlek som ett verktyg för att isolera henne och på det sättet förstärker han beroendet i relationen vilket gör det svårt för Ulrika att lämna honom.

“Jag tänker att egentligen är allt mitt eget fel. Det är inte konstigt att du blir arg ibland. Det är inte lätt för dig. Vi kommer från olika kulturer, och jag borde fatta att du reagerar på ett annat sätt än jag är van vid. Det betyder bara att du älskar mig [...] Du lovar att det aldrig kommer att hända igen, du kommer aldrig mer att bli arg på mig och du kommer aldrig mer att göra någonting som skrämmer mig och du kommer aldrig mer att ta håll i mig och du kommer aldrig mer... Det fanns så mycket som du säger att du aldrig mer kommer att göra. Och jag tror dig. För jag vet att det är sant.” (Jannert Kallenberg, 2020, s. 131).

Citatet ovan visar tydligt att Ulrika anser att de negativa händelserna i relationen är hennes egna fel samt att hon tar på sig ansvaret för våldsutbrotten som partnern visar. Vidare framgår hur kulturella skillnader används som en förklaring eller ursäkt för våldet. Nedan lyfts ett exempel som visar hur våldets internalisering även kan beröra barnet. Lena beskriver när hennes barn för första gången ska träffa Peter. Träffen går inte som förväntat då Peter tycker att Lenas barn inte är väluppfostrade som hans barn. Detta resulterar i att Lena skäller ut sina barn och säger att de bör uppföra sig mycket bättre, precis som Peters barn gör (Bivner, 2019, s. 56-57). Detta exempel visar på hur Lena internaliserar Peters kritik och normer och

applicerar dem på sina egna barn. Genom att skälla på sina barn och försöka få dem att bete sig enligt Peters standarder, visar Lena på en internalisering av de ideal och förväntningar som Peter har i relationen.

Lundgren (2012, s. 60-61) beskriver att gränser för vad som är godtagbart eller inte, mellan vad som räknas som en kärleksfull man till en man som misshandlar, mellan våld och kärlek, förskjuts. Inom normaliseringsprocessen är internalisering en av de mest komplicerade aspekterna eftersom kvinnan kan ta över mannens verklighetsförståelse och gör våldet till sitt eget ansvar. Kvinnorna i självbiografierna har gradvis isolerats, kontrollerats och anpassat sig efter mannens önskemål och humör och satt sina egna behov långt ned på prioriteringslistan efter mannens. Anledningar till dessa beteenden verkar vara, dels för att undvika ett eskalerande våld eller för att snabbt återfå en känsla av värme som de alla känner ett starkt behov av.

5.5 Skuld, skam och stigma

Skuld, skam och stigma är rubriken på detta kapitel där Goffmans (2020) teori om stigmatiseringsprocessen exemplifieras. Kvinnorna beskriver i självbiografierna hur de upplever skam och stigma, samt hur de skuldbelägger sig själva för deras partners våldsutövande beteende. Exempelvis berättar Jessica sina känslor om när hon sitter i tingsrätten i väntan på rättegång. Hon beskriver sina känslor av skam över situationen hon befinner sig i, men även om oron att befinna sig på tingsrätten där nära, kära och bekanta har möjligheten att se henne och få reda på misshandeln (MacDowall, 2024, s. 310). Detta tyder på att Jessica upplever en oro i att identifieras utefter det hon varit med om, som en "misshandlad kvinna". Vidare kan liknande erfarenhet ge sig uttryck på följande sätt:

“Jag hade behövt någon att prata med [...] jag pratar inte påriktigt med någon här, bara på ytan. Jag sätter på mig en mask när jag går till jobbet och jag visar inte vad som döljer sig under den, och ingen ställer några frågor.” (Jannert Kallenberg, 2020, s. 92).

Citatet ovan illustrerar hur Ulrika uttrycker en känsla av isolering och ensamhet, vilket förstärks av hennes ovilja att dela sina djupare känslor och tankar med andra. Vidare beskriver Ulrika hur hon sätter på sig en mask när hon går till jobbet vilket menas på att hon döljer sina

inre känslor av smärta och ångest. Ulrika kan känna sig rädd att bli dömd eller inte förstådd om hon skulle öppna upp sig, vilket bidrar till att upprätthålla en fasad av normalitet och kan kopplas till känslor av skam. Ytterligare ett exempel som visar kvinnornas känslor av skam är ett utdrag från Rebecca där hon beskriver att David numera är mindre försiktig gällande vart på kroppen han slår henne. Hon förstår inte varför David inte vill dölja slagen, blåmärkena syns ju på hennes armar och ben. Hon undrar varför han vill förnedra henne ännu mer genom att slå på ett ställe där det syns, varför fortsätter han inte bara slå henne på huvudet som i början av relationen? (Romero, 2021, s. 73). Detta visar hur Rebeccas oro inte ligger i att David slår henne utan i att han numera väljer att slå på kroppsdelar där andra kan se hennes blåmärken. Skammen hon känner blir ännu mer påtaglig när hon diskuterar varför David inte kan fortsätta slå henne på huvudet där hennes hår täcker blåmärkena. Rebecca påpekar att hon kan stå ut med våldet men inte att någon får reda på det (Romero, 2021, s. 90-91). Detta tyder på att Rebecca känner starka känslor av skam och stigma över den situation hon befinner sig i. Likt Rebecca, beskriver även Pia starka känslor av skam och stigma på följande sätt:

“Det är ofta så vi reagerar när vi blir respektlöst behandlade: Vi skäms. Och så tystnar vi, för att inte andra ska förstå hur konstiga och oälskbara vi egentligen är, som blir så dåligt behandlade. I tystnaden frodas skammen.” (Johansson & Carsall, 2021, s. 112).

Ovanstående exempel visar hur Pia har mycket känslor av skam och därför reagerar med tystnad. Genom att inte prata om det existerar inte våldet för omvärlden och på så vis kan hon bevara sin kärleksfulla relation. Pia för därmed över skulden på sig själv. Vidare beskriver Pia känslor av stigma:

“Hon sa det på ett omtänksamt sätt. Ändå blev jag irriterad. Vad trodde hon? Fredrik var ingen kvinnomisshandlare [...] Jag var definitivt inget misshandelsoffer. Hade jag varit det hade jag gått på en gång, gick mina tankar. Jag kunde inte erkänna hur det var.” (Johansson & Carsall, 2021, s. 133).

Detta citat är Pias svar på sin väns fråga om Fredrik behandlar henne rätt. Hennes svar tyder på att Pia känner ett visst stigma i att identifiera sig själv som ett misshandelsoffer och Fredrik som en kvinnomisshandlare. Vid denna tidpunkten i relationen var Pia inte redo att erkänna

för sig själv att det var sanningen och valde därför att inte prata om det. I ett annat exempel av Erika, framgår det att hennes blåmärken av slagen syntes på armen. Hon kände skam inför att de skulle synas och att folk i hennes omgivning skulle börja ifrågasätta vart hennes blåmärken kom ifrån. En dag frågar hennes barn hur hon har slagit sig, varpå Erika hittar på att hon har klämt armen. Erika förklarar att hon ljög för barnen då hon inte ville att de skulle tycka illa om partnern eller synd om henne (Pagler, 2019, s. 64). Detta exempel tydliggör Erikas starka känslor av skam och en rädsla att omgivningen blir medvetna om våldet. Även Lena kämpar med känslan av osäkerhet och rädsla för att öppna upp sig om sin relation med Peter. Hennes tvekan att dela de "värsta tankarna" speglar den skam och det stigma som ofta omger psykiskt och emotionellt våldsamma relationer (Bivner, 2019, s. 200). Denna tvekan kan härledas till en inre rädsla att bli dömd eller missförstådd. Skammen över att vara i en sådan relation kan göra det svårt för henne att uttrycka sig fritt och öppet, även i en miljö som är avsedd att vara stödjande.

Utifrån Goffmans (2020 s. 183) teori kan resultaten som presenteras om kvinnornas agerande ovan, förstås för våldsutsatta, utifrån misskrediterat eller misskreditabelt stigma. Kvinnorna använder olika strategier för att hantera sitt stigma för att upprätthålla en fasad av normalitet för omvärlden. Teorin beskriver att den stigmatiserade individen strävar efter att "passera", detta likställs med kvinnornas anpassning att undvika negativa reaktioner från omgivningen samt att de formar en nedsättande syn på sig själv och känner skam över sin situation och identitet.

5.6 Kontroll och maktutövande

I de våldsutsatta partnerrelationerna framkommer olika former av kontroll och maktutövande. Utifrån Goffmans (2014, s. 19) teori om totala institutioner kan partnern beskrivas fungera som den kontrollerande auktoriteten där han strikt övervakar och bestraffar kvinnan genom önskvärda respektive icke-önskvärda beteenden. Genom konstant övervakning och bestraffning av beteenden som inte uppfyller våldsutövarens regler och normer, omformas den våldsutsatta till att passa inom partnerns önskemål. Nedan framhäver vi olika exempel som kvinnorna i självbiografierna har beskrivit. Det första exemplet handlar om hur Pias partner straffade Pia när han ansåg att hon betedde sig olämpligt. Dock straffades Pia inte varje gång,

om hon straffades, kom det ibland samma dag eller några dagar eller veckor senare. Ibland varnade Fredrik henne om att ett straff var på väg men det kunde ta dagar eller veckor innan slaget kom. Pia var därför konstant på helspänn och var ständigt rädd och orolig för vad som kunde hända (Johansson & Carsall, 2021, s. 236). Denna form av kontrollmekanism och maktutövande är en strategi som gradvis bryter ned den våldsutsatta. Genom att Pia alltid behöver vara på sin vakt och oroa sig för när bestraffningen kommer, utsätts hennes psyke för en stor påfrestning, vilket resulterar i att makten Fredrik har över henne ökar då Pia tillslut inte har kvar den psykiska styrkan att stå emot våldet. På liknande sätt som Pia beskriver sin situation, uttrycker Erika hur hennes partner kontrollerar henne genom att ignorera och undanhålla kontakt. Detta redovisas i följande citat:

“Det fanns en annan sida av honom också. Ett annat beteende som han lade till med då och då. Han kunde lika gärna försvinna och göra sig helt oanträffbar - inte svara i telefon, inte höra av sig, straffa mig och medvetet skapa oro genom tystnad. Så genomelakt.” (Prager, 2019, s. 80).

Genom att Erikas partner inte svarar i telefon eller hör av sig, visas partners manipulativa beteende som syftar till att kontrollera den andra. Detta framstår som en medveten strategi för att dominera och manipulera. Även Jessicas partner använder tystnad som en kontrollmekanism:

“Alla gånger jag blir behandlad som luft. Som om jag inte finns. Det är Sebastians sätt att straffa mig. Han tigger ihjäl mig i flera dagar, ibland upp emot en hel vecka. Det spelar ingen roll hur mycket jag än försöker lirka med honom. Det är han som bestämmer spelreglerna för när det är dags att kommunicera igen [...] Det är som att leva i limbo. Det här tillfällena av tystnad stressar mig oerhört mycket och begränsar mitt liv.” (MacDowall, 2024, s. 120-121).

Sebastian bestraffar Jessica när hon agerar på ett, enligt honom, oacceptabelt sätt. Genom att inte kommunicera med henne återtar han kontrollen i relationen och använder bestraffning för att hon inte ska återupprepa det oönskade beteendet. Jessica beskriver att tystnaden bryter ner henne då hon känner sig begränsad och stressad eftersom att hon inte vet hur hon ska förhålla sig till hans maktspel. Till skillnad från Erika och Jessicas partner, använder Rebeccas partner

inte tystnad som en kontrollmekanism. Rebecca berättar för David att hon vill avsluta deras relation varpå David ringer henne flera gånger och hotar med att ta livet av sig. Rebecca får panikkänslor och tänker tillbaka på hennes pappa som några år tidigare tog livet av sig och bestämmer sig för att ringa polisen. Efter en natt på vuxenpsykiatrien påstår David att han inte längre har suicidtankar. Där och då insåg Rebecca att gårdagen var en föreställning speciellt anpassad till henne utifrån händelsen med hennes pappa. David tänkte aldrig ta sitt liv, han kalkylerade hur Rebecca skulle reagera och fick den effekten han hoppades på (Romero, 2021, s. 96-99). Nedan lyfts ett citat av Ulrika där hon ger uttryck för en känsla av ständig otillräcklighet som pådrivs av partners kritik om allt från personliga val till fysiskt utseende.

“Något gnager i mig jämt. Försöker skjuta bort det. Du talar hela tiden om för mig att jag gör fel, att jag är dålig. Jag kan inte välja rätt kläder. Jag är för smal. Jag är för kantig. Jag är för blek. Ändå älskar du mig mest i världen, säger du, och det ska jag sannerligen vara tacksam över, för utan dig är jag ingen.” (Jannert Kallenberg, 2020, s. 136).

Detta citat skildrar hur kontroll utövas genom emotionell manipulation och nedvärderande kommentarer. Genom att påpeka att Ulrika inte är någon utan honom drivs hon till att acceptera sin partners beteende gentemot henne. Likt Ulrikas erfarenheter, beskriver Lena hur hennes partner anklagar henne för att inte följa hans order.

“Du kanske tycker det är knäppt, men sålänge du inte skärper dig är jag faktiskt tvungen att bete mig på det här sättet. Synd kan man tycka, men det är inte mitt fel.” (Bivner, 2019, s. 228).

Ovanstående citat visar på hur Peter anser att det är Lenas fel att han behöver bete sig på detta sätt och lägger därmed över ansvaret på henne genom anklagelser. Peters agerande gentemot Lena, som syftar till att upprätthålla och förstärka hans kontroll över henne, skapar en ojämlik maktbalans där Lena ständigt blir bedömd och korrigerad. Detta i sin tur kan leda till känslor av otillräcklighet och beroende av Peters godkännande.

Samtliga kvinnor beskriver i sina självbiografier olika strategier som deras partners använder som ett sätt att trycka ner dem. Det Goffman (2014, s. 19) beskriver som en institution kan

appliceras på den miljö kvinnorna har levt i under relationens gång. Partnern skapar i relation till våldet en liknande kontrollerande och isolerande miljö, där kvinnans sociala kontakter begränsas samt att beteenden strikt övervakas och bestraffas (ibid). Kvinnornas sätt att anpassa sig själv efter sin partner går att tolkas som en form av primär anpassning. Kvinnorna förhåller sig primärt till sin partners regler och lägger därmed skulden på sig själv då deras beteende är icke önskvärda. Kvinnan förminskar våldet hon blivit utsatt för och berättigar hans agerande där våldet framstår som normalt och accepterat. Våldsutövaren använder bestraffning och ibland belöning för att forma kvinnans beteende, exempelvis där små belöningar för "korrekt" beteende fungerar som motivation till att fortsätta följa hans normer och regler (Goffman, 2014 s. 135-142).

6. Slutdiskussion

I detta avsnitt kommer vi att diskutera resultat och analys i kombination med vårt teoretiska ramverk och den tidigare forskningen. Genom att koda det empiriska materialet har vi kunnat identifiera gemensamma teman i självbiografierna. Dessa teman har summerats till de rubriker resultatet redovisas under, i föregående kapitel. Detta tillvägagångssätt har gett oss möjligheten att tydligt se de likheter och skillnader som finns i kvinnornas livsberättelser. Vi har på så vis även kunnat uppnå studiens syfte: att få en djupare förståelse för de emotionella processer som kvinnor i våldsamma partnerrelationer genomgår, baserat på sex utvalda självbiografier. Kapitlet kommer att struktureras upp genom att använda våra frågeställningar som underrubriker och på så vis behålla studiens röda tråd. Slutdiskussionen kommer att avslutas med en reflektion kring hur forskningen kan vidareutvecklas.

6.1 Hur skildrar kvinnor som lever eller har levt i en våldsam partnerrelation vad det är som håller kvar dem i relationen?

Resultaten visar hur den teori Lundgren (2012) benämner som “normaliseringsprocessen” är ett fenomen vars faser samtliga kvinnor har upplevt. Ovan redovisas utdrag och/eller citat från livsberättelserna som en beskrivning av kvinnornas upplevelser i relationen där processen om hur våldet blev en normaliserad del av kvinnornas vardag tydliggörs. De utdrag och citat som redovisas är hur kvinnorna skildrar de aspekter som håller kvar dem i relationen. Detsamma gäller även kvinnornas känslor av skuld, skam och stigma som beskrivs i samtliga självbiografier. Dessa erfarenheter kan kopplas till Goffmans (2020) teori om stigmatiseringsprocessen. Utifrån kvinnornas utsagor kan vi förstå att deras partner har skuldbelagt dem för det våld de utsätts för vilket har medfört att kvinnorna har tagit över ansvaret för våldet. Detta har i sin tur resulterat i känslor av rädsla och skam hos kvinnorna på grund av situationen de befinner sig i. Ett citat där detta tydliggörs redovisas från Pias livsberättelse (se sida 39). Slutligen kan teorin om totala institutioner användas till att förstå hur kvinnorna har brytits ner av sina partner under en längre period. Exemplena skildrar de aspekter som håller kvar dem i relationen såsom den starka emotionella anknytningen till sin partner, inklusive hopp om förändring till en mer kärleksfull relation.

6.2 Hur kan det förstås att kvinnor stannar kvar hos sina våldsutövare i en våldsam partnerrelation?

Under denna rubrik kommer vi att redogöra för hur en, med hjälp av olika teorier och tidigare forskning, kan förstå varför kvinnor stannar i en våldsam partnerrelation. Exempelvis kan flera av upptäckterna i denna studie jämföras med den tidigare forskningen som presenterats. Bland annat ser vi exempel på Holmberg och Enanders (2011) emotionella band såväl som uppbrottsprocessen i studiens resultatdel. Samtliga kvinnor återberättar händelser som tyder på att de har internaliserat den våld mannen utsätter dem för vilket kan hittas under rubriken “våldets internalisering” i föregående kapitel. Våldets internalisering beskrivs av Lundgren (2012, s. 60-61) som normaliseringsprocessens sista fas och innebär att den våldsutsatta har internaliserat våldsutövarens bild av henne och tar på sig skulden för våldet hon utsätts för. Holmberg och Enander (2011, s. 51-54) beskriver samma process som ett av de sammansatta banden vilket kan ses som en förklaring till varför en våldsutsatt kvinna inte lämnar relationen. Även uppbrottsprocessen nämner flera av aspekterna Lundgrens normaliseringsprocess (2012) benämner. Exempelvis beskriver Holmberg och Enander (2011, s. 89-97) processen “att bli fri” och de känslomässiga stadium den våldsutsatta går igenom. Dessa stadier kan förklaras genom Lundgrens (2012) faser: isolering, att växla mellan våld och värme samt våldets internalisering. Båda författarna menar på att ett medberoende skapas, att mannen använder sig av ett maktspel som gradvis ger kvinnan hopp som sedan fallerar samt att kvinnan förminskar det våld hon utsätts för och förhöjer de kärleksfulla perioderna. Vi ser därmed ett samband mellan normaliseringsprocessen, uppbrottsprocessen samt emotionella band och gör tolkningen att de tillsammans bidrar till att den våldsutsatta stannar i relationen. Med andra ord kan samtliga tre processer ses som det Cavanaugh (2003, s. 232-242) benämner som en kvarhållande mekanism.

Som nämnt ovan kan vi utöver normaliseringsprocessen, även se likheter i hur kvinnorna upplevde känslor av skuld, skam och stigma under och efter relationen. Goffman (2020, s. 30) framhäver att när en individ bär på ett stigma kan hon uppleva känslor av skam över den situation/egenskap hon bär på. Stigma kan vara misskrediterad eller misskreditabel (Goffman, 2020, s. 11). I resultaten ser vi många exempel på misskreditabelt stigma. Samtliga kvinnor ger beskrivningar av hur de på ett eller annat sätt aktivt arbetar för att dölja källan till stigmat, misshandeln. Ofta innebär strategin tystnad, genom att inte erkänna våldet behåller de stigmat för sig själv och förhindrar andra att få reda på det. Ett tydligt mönster varje självbiografi

visar är att stigmat i slutet av relationen omvandlas till misskrediterat, det blir med andra ord känt för omvärlden. Holmberg & Enander (2011, s. 51-55) beskriver att en del i våldets internalisering är att den våldsutsatta öppnar upp sig om våldet till en vän eller familjemedlem. Detta sker ofta i samband med att de emotionella banden börjar brytas och det traumatiska bandet utmanas. Ett tydligt exempel på detta är utdraget från Jessica när hon befinner sig i tingshuset (MacDowall, 2024, s. 310). Den tidigare forskningen instämmer med studiens resultat samt Goffmans (2020) teori om hur stigma kan påverka individen. Samtliga påvisar att stigma är en aspekt som förhindrar kvinnan från att lämna den våldsamma relationen vilket därmed kan ses som en kvarhållande mekanism (Azeez m.fl. 2024; Enander, 2010; Cavanaugh, 2003).

Genom Goffmans (2014, s. 66-84) teori om totala institutioner går det att förstå hur mannens våldsamma och kontrollerande beteende formar kvinnornas liv. Detta genom olika former av anpassningar där kvinnorna försöker göra allt i sin makt för att undvika våld och bestraffning och införlivar mannens regler och livssyn som sin egna. Likaväl överrensstämmer Lundgrens (2012, s. 60-61) beskrivning där kvinnorna identifierar sig med mannen och hans upplevelser och ser sig själva genom hans ögon. Lundgren (2012, s. 50-51) menar att när gränserna mellan normalt och onormalt blir otydligt, kan kvinnan övergå från att vara stark och självständig till att bli helt underordnad. Detta leder till att hon anpassar sig till den bild mannen har av en undergiven kvinna. Den gradvisa processen där kvinnans identitet sakta bryts ner och formas av förövarens auktoritet liknar Goffmans (2014, s. 110-111) beskrivning av modifikationsprocessen och tyrannisering i en total institution. Goffmans beskrivning där kvinnan hålls isolerad från sitt sociala nätverk och utsätts för kontrollerande och nedbrytande beteende går även att ses utifrån Lundgrens (2012, s. 50-51) teori som menar på att de emotionella banden blir en del av den process där kvinnans identitet formas om och där hennes förmåga att agera självständigt begränsas. Eftersom många av kvinnorna i självbiografierna har beskrivit hur de anpassar sig till mannens regler och önskemål, anser vi att tyrannisering är användbar i vår analys för att förstå varför kvinnorna agerar på detta sätt. När en individ fräntas sitt självbestämmande och sin frihet att fatta egna beslut, menas att det personliga jaget lider stor skada eftersom kränkning av personligheten ofta leder till psykisk stress hos den som utsätts.

6.3 Hur återges eventuella likheter och skillnader i varför respektive kvinna stannar i relationen?

Slutligen kommer vi att besvara studiens sista frågeställning om eventuella likheter och skillnader i varför kvinnorna stannade i relationen. Vi kom snabbt fram till att resultatet är homogent och inte visar på en inre variation. Vi vill påpeka att vi är medvetna om att valet av självbiografier påverkar resultatet och att ett annat urval hade kunnat visa på fler likheter och/eller skillnader mellan livsberättelserna. Även en annan analysmetod hade kunnat synliggöra andra aspekter än de vår resultatdel belyser. Med det sagt, visar denna studiens resultat att samtliga kvinnor beskriver följande teman på liknande sätt: männens strategier att utöva våld, kvinnornas känslor av skuld, skam och stigma samt normaliseringsprocessens olika faser. Som konstaterat ovan tolkar vi dessa aspekter vara anledningen till varför kvinnorna stannade i deras våldsamma relationer vilket tyder på att en kombination av dessa aspekter kan ses som anledningen. Ett gemensamt mönster vi dock anser är värt att nämna är det faktum att samtliga våldsutsatta kvinnor, med undantag Ulrika, sökte professionell hjälp antingen under eller efter relationens gång. Detta, menar vi, visar socialtjänstens roll och ansvar i frågan om våld i nära relationer och tydliggör att forskningsfrågan är ett samhällsproblem värt att fortsätta utforska. Detta leder oss in på vidare forskning kring våld i nära relationer. Exempelvis hade det varit intressant att undersöka socialtjänstens handlingsutrymme och resurser gällande våld i nära relationer, mer specifikt hur socialtjänsten arbetar för att fånga upp de våldsutsatta.

8. Referenslista

Abdul Azeez, E.P.; Negi, Dandub Palzor; Kukreja, Tanu; Tanwar, Kamini C.; Surya Kumar, M.; Kalyani, V.; Harmain, Darakhshan. (2024) 'Why do they decide to stay? Experience of Indian women surviving intimate partner violence', *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 16 (2): 172–188.

Brottsförebyggande Rådet. (2022). *Våld i nära relationer*.

<https://bra.se/statistik/statistik-utifran-brottstyper/vald-i-nara-relationer.html> Hämtad [2024-05-20]

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

Cavanaugh, Kate. (2003). Understanding Women's Responses to Domestic Violence. *Qualitative Social Work*, 2 (3): 229-249.

Enander, Viveka. (2010). A Fool to Keep Staying: Battered Women Labeling Themselves Stupid as an Expression of Gendered Shame. *Violence against women*, 16 (1): 5-31.

Goffman, Erving (2014). *Totala institutioner*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Goffman, Erving (2020). *Stigma: den avvikandes roll och identitet*. 5. uppl. Lund: Studentlitteratur

Hjerm, Mikael, Lindgren, Simon & Nilsson, Marco. (2014). *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys*. 2. uppl. Malmö: Gleerup

Holmberg, Carin & Enander, Viveka (2011). *Varför går hon?: om misshandlade kvinnors uppbrottsprocesser*. 2. uppl. Lund: Studentlitteratur

Johansson, Anna. (2005). *Narrativ teori och metod*. Lund: Studentlitteratur.

Johansson, Anna & Öberg, Peter. (2008). Biografi- och livsberättelseforskning. I: Anna Meeuwisse, Hans Swärd, Rosmari Eliasson- Lappalainen & Katarina Jacobsson. (red.) *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur.

Khaw, Lyndal. & Hardesty, Jennifer L. (2007). Theorizing the Process of Leaving: Turning Points and Trajectories in the Stages of Change. *Family Relations*, 56 (4): 413 - 425.

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

Scheffer, Lindgren, Maria (2009). ”Från himlen rakt ner i helvetet” *Från uppbrott till rättsprocess vid mäns våld mot kvinnor*. Karlstad: Fakulteten för samhälls- och livsvetenskaper.

Sinisalo, Evelina & Moser Hällen, Linn. (2018). Mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer i en samhällskontext. I: Eveliina Sinisalo & Linn Moser Hällen (red.). *Våld i nära relationer: socialt arbete i forskning, teori och praktik*. Första upplagan. Stockholm: Liber

SFS 2003:460. *Lag om etikprövning av forskning som avser människor*. Stockholm. Utbildningsdepartementet.

Socialstyrelsen (2016). *Våld - handbok om socialtjänstens och hälso- sjukvårdens arbete med våld i nära relationer*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Thurén, Torsten (2007). *Vetenskapsteori för nybörjare*. 2. [omarb.] uppl. Stockholm: Liber

Torres, Anna; Navarro, Purificacion; Gutierrez, Fernando; Tarragona, Maria Jesus; Imaz, Maria Luisa; Ascaso, Carlos; Herreras, Zoe; Valdes, Manuel; Garcia-Esteve, Lluisa. (2015). Partner Violence Entrapment Scale: Development and Psychometric Testing. *Journal of Family Violence*, 31 (2): 137-145.

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

Empiriskt material

Bivner, Lena (2020). *Helvetet jag kallade kärlek*. Stockholm: Ordberoende Förlag

Jannert Kallenberg, Ulrika (2020). *Det enda jag kan göra är att gå*. Helsingborg: Hoi förlag

Johansson, Pia & Carsall, Anna (2021). *För ditt eget bästa*. Stockholm: Ordberoende förlag

MacDowall, Jessica (2024). *En våldsam kärlek: vägen till ett värdigt liv*. Stockholm: Bokförlaget Forum

Pragler, Erika (2019). *När livet vände: med ärr i själen* Första upplagan [Lerum]: Visto förlag

Romero, Rebecca (2021). *Den osynliga buren*. [Stockholm]: Ordberoende förlag