

# Samtalsstöd

För målgruppen: personer utsatta  
för sexuell exploatering



Göteborgs  
Stad



Länsstyrelsen  
Västra Götaland

# Förord

I februari 2023 lanserades ett metodstöd för arbetet mot prostitution och människohandel på Länsstyrelsen Västra Götalands och Länsstyrelsen Hallands webbsidor. Det består av 5,5 timmars föreläsningar med instuderingsfrågor. Stödet riktas framför allt till kommunernas socialtjänst och andra verksamheter som möter målgrupperna.

Metodstödet är framtaget i samverkan mellan Länsstyrelsen Västra Götaland och Göteborgs Stad. Medverkande verksamheter är Mikamottagningen och KAST-verksamheten samt regionkoordinatorerna i Region Väst.

Länk till metodstödet: [Metodstöd mot prostitution och människohandel | Länsstyrelsen Västra Götaland](#)

Metodstödet kompletteras här med ett Samtalsstöd. Det ger mer konkret vägledning och stöd i samtalet med framför allt vuxna personer utsatta för sexuell exploatering och annat sexuellt våld. Vägledande är att förmedla kunskap om målgrupperna, vikten av gott bemötande, erbjuda adekvat stöd och göra säkra skyddsbedömningar. Materialet kommer kompletteras med ett samtalsstöd som vänder sig till dig som möter barn och unga.

Samtalsstödet har tagits fram av Annika Emricsson och Anna Isaksson på Mikamottagningen i Göteborg och samordnats av Anders Sandberg på Enheten Folkhälsa och rättighetsfrågor på Länsstyrelsen Västra Götaland.

Göteborg november 2023

Anders Sandberg  
Utvecklare  
Länsstyrelsen Västra Götaland

# Innehåll

<b>SAMTALSSTÖD .....</b>	<b>1</b>
<b>FÖRORD .....</b>	<b>2</b>
<b>BEGREPP .....</b>	<b>5</b>
Inledning .....	5
Sexuell exploatering .....	5
Sex mot ersättning .....	5
Riskbeteenden .....	6
Sexuellt självskadebeteende .....	6
<b>MIKAMOTTAGNINGEN .....</b>	<b>7</b>
Bakgrund .....	7
Våldsutsatt .....	7
Sårbarhet .....	7
Stort steg att söka hjälp .....	8
Föreställningar om målgruppen .....	8
Gott bemötande .....	8
Behovet av insatser varierar .....	9
<b>SAMTAL OM SEXUELL EXPLOATERING .....</b>	<b>10</b>
Lyhörddhet och följsamhet .....	10
Frågor om samtycke och gränser .....	11
Frågor om sexuell exploatering och utsatthet på nätet .....	12
Utsätta sig för sexuella risker .....	13
Utforska vidare .....	13
<b>YTRE SKYDD OCH SKYDDSBEDÖMNING .....</b>	<b>14</b>
Inledning .....	14
Yttre och inre skydd .....	14
Yttre skydd och bedömning .....	14
<b>INRE SKYDD .....</b>	<b>16</b>
Inledning .....	16
Strategi och funktion .....	17
<b>KONSEKVENSER AV UTSATTHET .....</b>	<b>18</b>
Inledning .....	18
Traumasymptom .....	18

<b>REFERENSER .....</b>	<b>20</b>
<b>BILAGA 1. EXEMPEL PÅ VÅLDSFORMER OCH VÅLDSUTSÄTTTHET .....</b>	<b>21</b>
Sexuellt våld .....	21
Fysiskt våld .....	22
Psykiskt våld .....	22
Ekonomiskt våld .....	22
Materiellt våld .....	22

# Begrepp

---

## Inledning

Det är viktigt att utsatthet benämns och beskrivs på ett tydligt sätt. Annars finns risken att innebörden lägger skuld och ansvar på den utsatta och på samma sätt avlastar skuld från den som bär ansvar för övergrepp och utnyttjande. Här följer därför ett avsnitt med förklaringar och resonemang kring viktiga begrepp.

## Sexuell exploatering

Sexuell exploatering är ett samlingsbegrepp för olika former av sexuell utnyttjande. Det inrymmer till exempel sex mot ersättning och det som kan upplevas eller beskrivas som ett sexuellt självskadebeteende. Sexuell exploatering kan ske på alla olika arenor där människor möts eller har kontakt med varandra, både i verkliga livet och på nätet. Vissa sociala medier eller forum kan under en period uppmärksammas för förekomst av sexuell exploatering men det är viktigt att vara medveten om att det snabbt kan förändras och förflyttas till andra forum.

## Sex mot ersättning

Sex mot ersättning innebär någon form av ersättning i utbyte mot sexuella handlingar. Det kan handla om att träffas fysiskt, att visa upp sig framför webbkamera, att skicka bilder eller filmer på sig själv till någon mot ersättning. Ersättningen kan vara pengar men också boende, droger, resor, kläder eller andra saker. För en del utsatta har ersättning avgörande betydelse, för andra inte.

Andra ord och begrepp som används för Sex mot ersättning är, *Kommersiell sexuell exploatering*, *Prostitution* och *Sugardating*.

Ibland är det inte personen själv som tar initiativet till att sälja sex, visa upp sig i webbkamera eller skicka avklädda bilder, utan man kan vara tvingad, hotad eller övertalad av någon annan. Den som främjar eller tvingar någon till att sälja sex kan vara en partner, familjemedlem, vän, sexköpare eller främling. Detta kallas koppleri och är olagligt. Det är också olagligt att ge någon ersättning för sexuella handlingar.

## Riskbeteenden

Vid utsatthet för alla former av sexuell exploatering kan det finnas ett mönster att själv söka sig till personer och sexuella situationer där det finns risk att bli utsatt för sexuellt våld. Ett sådant mönster kan vara att utsätta sig för många olika sexpartners eller att ta sexuella risker. Det kan också vara att söka upp farliga situationer där risken är stor att utsättas för våld och kränkningar, både på nätet och i verkliga livet. Ett mönster av eget riskbeteende kan förstås som en konsekvens av tidigare upplevelser av övergrepp och våld. Likt våldsutsatthet i en nära relation kan en normaliseringsprocess och traumatisk bindning till förövare skapas. Mönstret att upprepa utsattheten blir ett försök att återta en känsla av kontroll efter ett trauma men konsekvensen blir i stället att nya trauman skapas.

## Sexuellt självskadebeteende

Ibland använder vi begreppet sexuellt självskadebeteende trots att det är problematiskt. Det riskerar att skuldbelägga den som utsätts och osynliggör den som utnyttjar någons utsatta situation och begår övergrepp. Att utsattheten också kan ske på eget initiativ ska inte blandas ihop med frivillighet eller samtycke. Men för att förstå och kunna vara till hjälp att bryta ett mönster av upprepad sexuell utsatthet behöver våldets mekanismer och de känslomässiga funktioner det kan fylla, adresseras till den som är utsatt. I ett stödjande och behandlande samtal kan begreppet sexuellt självskadebeteende därför vara användbart då den utsatta kan uppleva igenkänning.

### VIKTIGT!

Begreppet Sexuellt självskadebeteende är problematiskt. Det riskerar att skuldbelägga den som utsätts och osynliggör den som utnyttjar någons utsatta situation och begår övergrepp.

Det är alltid olagligt att utsätta någon för sexuellt våld oavsett omständigheter.

Skulden och ansvaret ligger alltid hos den som utsätter, oavsett om det handlar om sex mot ersättning eller annan sexuell exploatering.

# Mikamottagningen

## Bakgrund

Mikamottagningen startade sin verksamhet 1981 inom Göteborgs Stad. Namnet Mikamottagningen kom till 2012 och valdes med omsorg. Det är ett könsneutralt namn som signalerar att verksamheten vänder sig till alla oavsett könstillhörighet. Det är också ett neutralt namn som ger målgruppen möjlighet att definiera sina erfarenheter med olika ord och begrepp. Vid val av namn var det också viktigt att det var en mottagning, en fysisk plats som erbjuder faktiskt stöd till målgruppen. Namnet har fått spridning och blivit ett kännemärke för verksamhet som arbetar med personer utsatta för sexuell exploatering och med erfarenhet av sex mot ersättning.

Vi på Mikamottagningen i Göteborg har under många år fått möjlighet att följa och hjälpa ett stort antal personer. Nu vill vi dela med oss av vår erfarenhet och kunskap till dig som i ditt arbete möter de här målgrupperna.

## Våldsutsatt

I Sverige ses alla former av sexuell exploatering som en våldsutsatthet och det är därför olagligt att köpa sex. Det är inte olagligt att sälja sex. Enligt Regeringens handlingsplan mot prostitution och människohandel ska personer med erfarenhet av sexuell exploatering erbjudas stöd och skydd, (2018).

## Sårbarhet

För de flesta är tröskeln hög för att börja sälja sex. Tröskeln är dock inte lika hög för alla. Den kan ha nött ner av upplevelser som övergrepp, våld i hemmet, utsatthet för fysisk och psykisk misshandel, psykisk ohälsa, missbruk, mobbing eller utanförskap. Dessa upplevelser innebär en extra sårbarhet. Flera studier och rapporter visar att flickor och kvinnor är en grupp som är särskilt riskutsatt för sexuellt våld. Personer med funktionsnedsättning, personer som tillhör HBTQI-gruppen och personer i missbruk är också viktigt att nämna som särskilt utsatta (Socialstyrelsen 2015). De allra flesta är barn första gången de utsätts i sexuell exploatering och därför behöver barn och unga särskilt uppmärksammas (Landberg, Å, Jonsson, L, Svedin, C.G. 2022).

Varje erfarenhet av sexuell exploatering får sedan till konsekvens att ytterligare nöta ned den skyddande tröskeln och sårbarheten ökar. För varje övergrepp som en person utsätts för kan det kännas lite mer "okej" att utsättas för ett till. På det sättet blir våldet normaliserat och blir

“vardag”. Det gör det svårt för många att ta sig ur en kontext av upprepad sexuell exploatering. Trots att det inte finns några synliga yttre faktorer som hindrar att utsattheten bryts. Mot den bakgrunden behövs stöd för att bryta utsattheten, ofta över längre tid. Ibland kan det finnas behov av att flera olika stödinsatser ges parallellt.

Trauma/sexuell utsatthet  Reaktivt beteende  Fortsatt sexuellt våld

## Stort steg att söka hjälp

För många med erfarenhet av sexuell exploatering är det ett stort steg att söka hjälp. Sällan har man berättat om sina erfarenheter då det finns en stark rädsla att bli ifrågasatt eller känna sig dömd. Känslan av skam är ofta väldigt stark. Det kan alltså vara svårt som utsatt att både förstå och beskriva sin situation och uttrycka sitt behov av hjälp. Tidigare erfarenheter har också gjort att det ofta är svårt med tillit i relation till andra vilket påverkar relationen till den som erbjuder hjälp och stöd.

## Föreställningar om målgruppen

Det förekommer olika föreställningar om personer med erfarenhet av sex mot ersättning och annan sexuell exploatering. Ibland förstås det som en beteendeproblematik och andra gånger ses det som en sexuell praktik och en rättighet. De här föreställningarna kan osynliggöra våldsutsattheten och stödbehovet och därför påverka både bemötande och bedömningar. Det finns en risk att professionella lägger skuld och ansvar på den som utsatts eller att utsattheten negligeras och personen nekas hjälp och stödinsatser. Ibland kan professionella i stället reagera starkt och initiera kraftfulla och livsbegränsande insatser, utan dialog med den hjälpsökande. Det finns också risk att den utsatta skickas vidare på grund av upplevd brist på kompetens om målgruppen. På det sättet kan bemötande på ett avgörande sätt bidra till att adekvat stöd inte erbjuds, påverka tilliten i relation till professionella och också förstärka känslan av eget ansvar.

## Gott bemötande

I mötet är det därför viktigt att skapa ett så tryggt sammanhang som möjligt för att möjliggöra att hjälp och stöd kan tas emot. Att som professionell vara lugn, empatisk och förmedla hopp är grundläggande.

Det saknas tydliga riktlinjer för arbetet med målgruppen utsatta för sexuell exploatering och därför kan både bemötandet och bedömningarna skilja sig mycket mellan olika professionella och olika verksamheter. I arbetet med utsatta för våld i nära relationer finns goda exempel på handlingsplaner och rutiner som på samma sätt behöver utvecklas och implementeras för denna målgrupp.



Det kan inte nog understrykas att sexuell exploatering inte sker på egen hand. Det kräver att någon är villig att köpa, skada och utnyttja andra människor och deras kroppar. Det är därför viktigt att som professionell vara tydlig med att skulden alltid ligger hos den som utsätter och exploaterar.

## Behovet av insatser varierar

Personer utsatta för sexuell exploatering har olika behov av insatser och stöd. Många kan behöva hjälp med att bryta den utsatthet som pågår när kontakten etableras. Det mer långsiktiga stödet som följer kan syfta till att skapa en stabil vardag, ett tryggt boende, försörjning och sysselsättning på lämplig nivå.

Insatserna kan syfta till att skapa en stabil vardag, ett tryggt boende, försörjning och sysselsättning på lämplig nivå. Insatserna kan också handla om stöd och struktur i vardagen, till exempel med hjälp av ett boendestöd. Det är inte ovanligt att alkohol eller droger används för att hantera utsattheten och då behöver insatser ges för den problematiken. Stödet behövs ofta över tid och ske i samverkan med andra.

Det är också viktigt att ge behandlande insatser för att få hjälp att hantera konsekvenser av våldsutsattheten samt de känslomässiga copingstrategier som kan bidra till att den sexuella exploateringen fortgår. Ibland kan ett yttre skydd bli nödvändigt som ett skyddat boende. En placering i ett familjehem eller andra boenden med stöd och behandling under en period kan också vara en lämplig insats. Ett flertal insatser behöver alltså ofta ske parallellt.

När det gäller gruppen unga utsatta för sexuell exploatering behöver stöd också ges till det som är den ungas närmaste nätverk.

# Samtal om sexuell exploatering



Kan användas i samtal

## Lyhördhet och följsamhet

Utgå från att det är ett stort steg för personen du möter att söka hjälp. Det kan vara svårt och utmanande att berätta om sina erfarenheter för någon annan. Det är också svårt att själv identifiera sig med dessa erfarenheter av utsatthet. Många bär på erfarenheter av svek varför det är viktigt att bygga förtroende och skapa kontakt genom att möta personen där den är.

Pressa och tvinga inte fram beskrivningar i samtalet utan var i stället noga med att respektera gränser. I synnerhet i början av en kontakt. Var lyhörd, tona in och följ personen som du samtalar med. Försök att inte bli skräddad och uppskrämd av allvarlig utsatthet, utan förbli lugn och lyssna. Visa att du förstår allvaret och klarar att höra det som beskrivs och att du tryggt är kvar i situationen. Tänk också på att inte fysiskt vidröra personen även om det är av omtanke och ett sätt att visa medkänsla. Det kan upplevas skrämmande och triggande.

Språket hos dig som professionell har betydelse för vad du signalerar och förmedlar. Till exempel kring skuld och ansvar. Det är vanligt att den utsatta bagatelliserar och tar på sig all skuld för det som hänt. Var därför tydlig med att skulden alltid ligger på förövaren eller sexköparen och att personen själv inte gjort något fel. Det är inte säkert att personen själv upplever den sexuella exploateringen som ett problem i nuläget men att den senare ändå kan uppleva det så.

Eftersom det är så svårt att själv berätta om sina erfarenheter av sexuell utsatthet och sexuell exploatering kan det vara hjälpsamt att beskriva konkreta exempel. Här nedan följer beskrivningar av situationer och förslag på frågor att ställa till klienten.

## Frågor om samtycke och gränser

Det är viktigt att ställa frågor och utforska erfarenhet av sex och sexuell utsatthet i förhållande till samtycke och gränser. Här följer exempel på frågor som kan användas beroende på situation och relevans för uppdraget. Det kan vara bra att till exempel säga, "De här frågorna ställer vi till alla för att förstå hur vi på bästa sätt kan vara till hjälp"

Okej sex ska kännas tryggt innan, under tiden och efteråt. Ibland kan det vara svårt att veta vad som känns bra och vad som inte känns bra och om man gör något för sin egen eller för någon annan skull. Ibland kan man vilja vara till lags eller få bekräftelse.

- Är det något du känner igen dig i?
- Hur vet du, om något känns bra eller inte för dig?

Ibland är det svårt att veta var ens gränser går och hur vi kan visa vad vi vill och inte vill. Det är också mycket svårare att lägga märke till sina egna gränser och vad man själv vill om man till exempel är påverkad av alkohol eller droger, befinner sig i en otrygg situation eller varit med om övergrepp tidigare.

- Är det något du känner igen dig i?
- Hur vet du, om du går över dina gränser?

Ibland händer det att ens gränser inte alls respekteras och att den andra inte alls bryr sig om hur det blir för dig. Andra gånger kan tjat och tjafs göra att vi säger ja till sex för att undvika bråk eller en obehaglig situation.

- Är det något du upplevt?
- Hur vet du, när någon går över dina gränser?

Sexuella övergrepp sker i olika situationer och på olika sätt. Det kan vara genom, att bli hotad till att utföra en sexuell handling, att någon inte respekterar signaler och tecken på ett nej till sex, att någon utför en sexuell handling i en situation när det inte är möjligt att säga ja eller nej, till exempel när du sover, är full, drogpåverkad eller på grund av en funktionsnedsättning.

Den du har sex med behöver vara säker på att du vill. Du måste inte säga nej. Att inte vilja ha sex kan uttryckas på många sätt, till exempel genom att du tittar bort, drar dig undan eller ser orolig eller ledsen ut.

- Är det något du har upplevt?

## Frågor om sexuell exploatering och utsatthet på nätet

Sexuell exploatering som till exempel sex mot ersättning kan ske i verkliga livet eller på nätet via webbkamera, i appar, i sociala medier eller på olika forum.

Sexuella handlingar kan vara fysiska träffar, skickade bilder, att visa upp sig sexuellt i webbkamera, strippa eller medverka i pornografi.

Ersättning kan till exempel vara pengar, alkohol, droger, boende, mat eller saker.

Här är förslag på frågor om sexuell exploatering och sexuell utsatthet på nätet.

- Har bilder eller filmer som du tagit på dig själv spridits vidare av någon annan?
- Kände du dig pressad eller tvingad att skicka bilderna eller filmerna?
- Har någon annan fotat eller filmat dig avklädd eller i en sexuell situation och sen lagt upp det på nätet eller spridit på annat sätt?
- Kände du dig pressad eller tvingad att gå med på att bli fotad eller filmad?
- Skedde detta i samband med en sexuell situation du kände dig trygg med och vill vara i?
- Har du någon gång lagt ut avklädda bilder eller filmer på dig själv på något forum?
- Har du någon gång känt dig pressad eller övertalad till att lägga ut bilder eller filmer på dig själv?
- Har du någon gång blivit erbjuden någon ersättning för sexuella handlingar, bilder eller filmer?
- Har du någon gång fått något eller någon ersättning för sexuella handlingar, bilder eller filmer?

### TIPS ATT SÄGA FÖLJANDE

Det här frågorna ställer vi till alla för att förstå hur vi på bästa sätt kan vara till hjälp.

Vi vet att det är vanligt att bli erbjuden något för att ha sex. Det kan vara både i verkliga livet och på nätet. Därför frågar jag dig om det är något du känner igen?

## Utsätta sig för sexuella risker

Sexuell utsatthet kan beskrivas på många olika sätt. Det kan vara att ha många olika sexpartners och att ta sexuella risker. Det kan också vara att söka sig till en farlig situation där risken att bli utsatt för våld och kränkningar är stor. Sexuell utsatthet kan ske både i verkliga livet och på nätet.

När någon utsätter sig för dessa risker kan det ibland upplevas som ett eget självskaдебeteende. Men vi vet att det ofta handlar om att hantera konsekvenser av tidigare upplevelser av våld och övergrepp. Oavsett vilka risker en person tar i förhållande till sex, är det alltid olagligt att utsätta någon för sexuellt våld.

- Har du någon gång använt sex för att skada dig själv eller för att hantera jobbiga känslor?

## Utforska vidare

Om personen du samtalar med svarar ja på ovanstående frågor kan det vara viktigt att utforska situationen och utsattheten vidare. Var dock noga med att tona in och var lyhörd för personen du möter. Stressa inte fram något. Det är viktigare att ge ett lugnt och tryggt bemötande än att få så mycket information som möjligt.

Möjliga frågor för att utforska vidare:

- När hände det första gången?
- När hände det senast?
- Hur ofta händer det?
- Hur går det till och hur sker kontakten?
- Har du berättat för någon tidigare? Vad fick du för reaktioner när du berättade? Hur påverkade det dig att du fick de reaktionerna?
- Hur är det för dig att prata om det du varit med om?

### **OBS!**

Om den du samtalar med berättar om sexuell utsatthet så är det viktigt att fånga upp det och erbjuda stöd och ibland också skydd.

# Yttre skydd och skyddsbedömning



Kan användas i samtal

## Inledning

För att hjälpa någon från en livssituation av våldsutsatthet är det bra att utgå från möjligheten att skapa både ett yttre och ett inre skydd.

## Yttre och inre skydd

*Yttre skydd* handlar om faktorer och risker med fokus på den som utsätter och exploaterar. Insatser som kan behövas är att byta telefonnummer, blockera personer i digitala sammanhang, att byta bostadsort eller flytt till ett skyddat boende.

Oavsett om det finns behov av ett yttre skydd föreligger nästan alltid ett behov av att utveckla och ge insatser för ett inre skydd. *Inre skydd* handlar om att ge stöd utifrån konsekvenser av våld och känslomässiga copingstrategier. Det kan vara att ge kunskap om reaktioner på trauma och de strategier som kan utvecklas för att hantera svåra känslor. Dessa strategier fyller en psykologisk funktion och kan bli ett mönster av risktagande, vilket beskrivits tidigare i denna samtalsguide. Insatser för att öka det inre skyddet syftar till att bryta ett sådant mönster och stödja till ökad säkerhet och större tilltro till den egna personen. Fokus på det inre skyddet innebär alltså insatser mot de sårbarhetsfaktorer som förövare utnyttjar för att kunna utsatta, exploatera och försvåra för den utsatta att söka hjälp.

## Yttre skydd och bedömning

Det är vanligt att den utsatta tar på sig hela ansvaret för situationen och det som personen blivit utsatt för. Om det finns någon annan som är delaktig i exploateringen så är det vanligt för personen att tänka att det är något vi gör tillsammans. Förövare använder sig av olika strategier för att utsattheten ska upprätthållas och fortgå. Det kan vara allt från tjat, att skuldbelägga och att bli besviken och till exempel uttrycka, "du sa ju att du skulle" och "om du inte..." Det kan också vara allvarliga hot och grovt våld. Många utsatta kan också beskriva en oro för att någon annan, en tredje part, ska bli utsatt om de säger nej. Påverkan kan också ske genom att förövaren upprepar att den utsatta är väldigt sexuell eller tycker om våldsamt sex.

Förslag på frågor om behovet av skydd.

- Finns det någon som underlättar eller tjänar på att du "säljer sex"/lägger ut bilder/visar upp dig inför webbkamera?
- Finns det någon som skulle bli arg, besviken eller motsätta sig att du slutar "sälja sex"/lägga ut bilder/visa upp dig inför webbkamera?
- Är det någon du träffar som du är rädd för?
- Finns det någon som hotar dig på något sätt?

Om personer svarar ja på någon av ovanstående frågor är det viktigt att utforska vidare kring våldet och förövaren. Det kan handla om att fråga vilket våld och vilka våldsformer som förekommer. I Bilaga 1 ges exempel på hur våldet kan se men är inte tänkt att användas som screening utan som förförståelse. Frågor om förövaren kan vara om den utsattas hemadress är känd och vilka strategier förövaren använder för att påverka den utsatta. Relevanta frågor kan också handla om missbruk, tidigare användande av våld, tillgång till vapen, yrke och maktposition i relation till den utsatta.

I denna bedömning kan befintliga material för skyddsbedömningar vara behjälpliga som till exempel FREDA.

### **VIKTIGT!**

Det är av största vikt att beakta påtryckningar, hot och våld när bedömning om behov av skyddet görs.

# Inre skydd



Kan användas i samtal

## Inledning

Många som har erfarenhet av sexuell exploatering har varit utsatta för våld tidigare i livet. Det kan till exempel vara olika övergrepp, mobbing eller annan otrygghet tidigt i livet. Utsattheten leder till att våldet normaliseras och gränser kring skyddet för den egna personen kan förskjutas. Det ger en extra sårbarhet och en förhöjd risk att senare i livet utsätts för sexuell exploatering.

Om man inte får tillräckligt med stöd kan man utveckla olika psykologiska strategier för att hantera dessa upplevelser. Dessa strategier är naturliga reaktioner på onaturliga och väldigt svåra händelser. Strategierna kan innebära ett eget riskbeteende och ibland att man själv söker upp farliga situationer. Funktionen som strategierna då kan fylla är att skapa en känsla av kontroll i en mycket svår situation som inte fanns vid de tidigare övergreppen.

Dessa strategier kan göra det svårt för många att bryta utsattheten även när det inte finns några synliga yttre hinder. Det kan också göra att man inte ser sig själva som utsatt utan att det är situationer och relationer man "väljer" och därmed får "skylla sig själv".

Att inte förstå sig själv och det egna beteendet kan leda till känslor av skam, skuld, förvirring eller ilska. Då är det ofta hjälpsamt att få stöd i att synliggöra och förstå sina reaktioner och sitt beteende och att de är konsekvenser av utsatthet för våld. Det är också hjälpsamt att förstå vilka funktioner de egna utvecklade strategierna kan fylla. Det underlättar i sin tur både insikten och mottagligheten för stöd och hjälp.

### VIKTIGT!

Oavsett vilka funktioner en strategi fyller så ligger skulden och ansvaret alltid hos den som utsätter och utnyttjar situationen.



## Strategi och funktion

Här följer frågor och exempel på funktioner som utvecklade strategier kan fylla för den utsatta.

Är det något av detta som du känner igen dig i?

Är det något annat som bättre beskriver hur det är för dig?

- Ersättningen - kan handla om många olika saker, både om ekonomisk överlevnad och trygghet, självständighet och oberoende eller känslomässig kontroll
- Bekräftelse eller att känna sig sedd
  
- En känsla av igenkänning efter tidigare övergrepp och våldsutsatthet
- Återta den kontrollförlust som tidigare övergrepp inneburit - försätta sig i liknande situationer för att försöka styra vad som händer
- Ersätta minnen av tidigare övergrepp genom nya övergrepp med andra förövare
  
- Existentiellt syfte - en känsla av att duga till något
- Självständighet - att inte känna sig beroende av andra
- Känsloreglering - att hantera och lugna starka känslor
- Känsloreglering - att hantera känslor av överklighet eller avstängdhet
- Självbestraffning - tankar om att inte vara värd något annat, självhat, en upplevelse att "vilja" skada sig/bli skadad
- Kontrollera suicidimpulser och tankar om att dö
- Kommunicera psykiskt lidande - visa andra att man inte mår bra
- En känsla av att skydda någon annan från övergrepp - "om inte jag träffar den här personen kanske någon annan blir utsatt"
- Annat.....
  
- Påtryckningar från någon annan. Det kan handla om grooming, övertalning, tvång, hot och att skuldbelägga. Att bli påverkad av någon annan är ingen strategi men är viktigt att tydliggöra för att förstå och få rätt stöd.

# Konsekvenser av utsatthet



Kan användas i samtal

## Inledning

Många med erfarenhet av sexuell exploatering upplever traumasymptom. Det kan vara en konsekvens av händelser tidigare i livet eller av den sexuella exploateringen.

Traumasymptom är naturliga reaktioner på onaturliga eller överväldigande händelser. Det är oftast hjälpsamt att synliggöra och förstå dessa reaktioner. Att tydliggöra traumasymptom är också viktigt vid bedömning av behov av stöd. Med rätt stöd och behandling kan traumasymptomen minska eller upphöra helt.

## Traumasymptom

Här följer exempel och beskrivningar på vanliga traumasymptom och konsekvenser av sexuell utsatthet.

Är det något av detta som du känner igen?

Är det något annat som bättre beskriver hur det är för dig?

- Stress, oro eller ångest
- Mardrömmar och sömnsvårigheter
- Flashbacks/påträngande minnesbilder och återupplevande
- Lättskrämd eller lättirriterad
- Undvika allt som har med traumat att göra
- Kraftiga kroppsliga reaktioner till exempel hjärtklappning, svårt att andas, stel och spänd
- Nedstämdhet eller depression
- Överklighetskänslor, avstängdhet, dissociation
- Känslor av skam och skuld
- Låg självkänsla eller självhat
- Påverkan på minnet till exempel svårigheter att minnas, svårt med tidsuppfattning
- Bristande tillit både till dig själv och andra
- Svårigheter med sexualitet och intimitet

- Svårigheter att sätta gränser
- Svårigheter att slappna av
- Isolering och ensamhetskänslor
- Påverkan på identitet – att inte känna och förstå sig själv
- Psykosomatiska besvär som till exempel smärta, huvudvärk och problem med magen
- Svårt att ta hand om sig själv och sin hälsa
- Allvarliga risker och våldsutsatthet
- Annan problematik som kan vara en konsekvens av sexuell utsatthet; till exempel ätstörning, självskadebeteenden, missbruk, höga prestationskrav
- Annat.....

# Referenser

---

*Handlingsplan mot prostitution och människohandel för sexuella ändamål, Skrivelse 2007/08:167*  
Bilaga till regeringsbeslut 2018-02-08 nr II:1

*Det gäller en av fyra - Fakta om barn, sexuella övergrepp och sexuell exploatering i Sverige 2020–2021.* Landberg, Å, Jonsson, L, Svedin, C.G. Stiftelsen Allmänna Barnhuset, 2022.

*Sex mot ersättning - Utbildningsmaterial om stöd och hjälp till vuxna.* Socialstyrelsen, 2015.

# Bilaga 1.

## Exempel på våldsformer och våldsutsatthet

### Inte tänkt att användas som screening med klient

Här följer exempel på våld som målgruppen beskriver. Listan är ingen heltäckande beskrivning av olika våldsformer utan är tänkt att ge den professionella en förståelse för hur våldsutsattheten i sexuell exploateringen se ut.

#### Sexuellt våld

- Sexköp
- Fasthållen/fastbunden
- Fasthållen vid oralsex/stänga luftvägar
- "Strypsex"/stryptag
- Inte få använda skydd
- Iscensätta övergrepp
- Rollspel t.ex. att vara ett barn
- Använda sexleksaker i övergrepp
- Tvingas till sexuella handlingar med andra än överenskommet
- Filmad/fotad mot sin vilja eller utan ens vetskap
- Kontroll till exempel vilka underkläder man har på sig, hur man ska se ut, vad man ska säga
- Piskad
- Utföra handlingar själv eller titta på någon annans handlingar till exempel via webbkamera Förnedring, till exempel bli inkletad eller tvingas äta saker
- Sadistiska sexuella handlingar
- Ibland utsatt över lång tid till exempel en hel helg
- Att tvingas agera som någons partner
- Ovisshet/ingen kontroll
- Urin och avföring i sexuella situationer
- Övergrepp med djur

## Fysiskt våld

- Knuffar
- Sparkar
- Slag
- Örfilar
- Dragen i håret
- Nypa
- Vrida kroppsdelar ur led
- Hjärnskakning/huvudskador
- Käkskador
- Brutna ben
- Bränna
- Skära
- Trycka på skador/ömma punkter
- Fasthållen/inlåst/frihetsberövad/kidnappad/upphängd
- Stryptag/kvävning
- Dumpad och lämnad på okänd plats
- Utslängd
- Bli drogad

## Psykiskt våld

- Hot/påtryckningar
- Övertalad/tjata/"mala" ner försvar
- Hot om våld mot en själv, närstående eller husdjur
- Hot om eller bli filmad/få filmer spridda
- Hot om att bli uthängd/stigma/hot om att bli anmäld
- Bli kallad hora, slyna, luder eller liknande.
- Bli kallad psykiskt sjuk
- Att tvingas spela olika roller till exempel vara ett barn, partner etc.
- Att tvingas låtsas att man tycker om eller vill något
- Att tvingas iscensätta övergrepp
- Rädda andra från att utsättas
- Att bli påverkad att ingå "bindande" avtal/kontrakt kring vad man samtyckt till
- Att inte få söka vård
- Tvingas trösta den som utsatt en
- Stalking/besatthet
- Att få mängder av sms, telefonsamtal etcetera
- Digitalt våld som till exempel hot om att få filmer eller bilder spridda

## Ekonomiskt våld

- Att någon utnyttjar ens ekonomiska sårbarhet
- Ekonomiskt beroende för sin överlevnad
- Att förövaren/köparen sätter den ekonomiska ramen
- Att bli lurad på den överenskomna ersättningen

## Materiellt våld

- Slå sönder saker eller kläder