

DUBBELT UTSATT



Berättelser om våld mot kvinnor med funktionsnedsättning

Kvinnor berättar om sina liv

Det här är en lättläst version av boken Dubbelt Utsatt.

Den handlar om kvinnor med funktionsnedsättning som blir hotade och slagna av någon de känner.

Tre kvinnor berättar om sina liv men de vill inte säga sina riktiga namn. Därför kallar vi dem Eva, Karin och Gun.

Viktigt att många får veta

Det är viktigt att många får veta hur kvinnor med funktionsnedsättning har det.

Och det är mycket viktigt att alla kvinnor som blir slagna eller hotade vet att de kan få hjälp.

Vad är en funktionsnedsättning?

En människa som har en funktionsnedsättning kan inte göra allting på samma sätt som andra människor.

En funktionsnedsättning kan bero på att man är sjuk eller har en skada på kroppen. En funktionsnedsättning kan också vara att man har svårt att förstå eller har det svårt med känslor.

En del människor har funktionsnedsättning hela livet. För andra försvinner den när de blir friska.



Sjukdomen hindrade Eva från att skiljas

Eva har sjukdomen MS.
I många år levde hon tillsammans med en man
som misshandlade henne.
Här är hennes berättelse.

Eva var bara 20 år när hon blev kär i Göran.
Han var mycket äldre än hon och säker på allt.
Snart flyttade han in hos Eva.
De fick tre barn tillsammans.
Men de var inte lyckliga.

Eva tog hand om barnen
samtidigt som hon studerade.
När hon fick sitt första jobb
var barnen hos en dagmamma.
Men Göran var inte nöjd.
Han försökte bestämma över Eva
och kontrollera allt hon gjorde.
Eva ville skiljas men det ville inte Göran.
Det blev mycket bråk.
Sen blev Eva sjuk.

Hon orkade inte cykla till jobbet.
Händerna skakade och hon tappade känslan i fötterna.
Hon blev nästan blind på ena ögat.

Snart mårde hon så dåligt
att hon inte kom upp ur sängen.
Eva låg hemma och kräktes.
Hon hade fått sjukdomen MS.

Fick ingen hjälp

Sjukdomen gjorde att Eva blev mycket trött.
Men hon fick ingen hjälp av Göran.
Han låtsades att sjukdomen inte fanns.

Ändå fortsatte Eva och Göran att leva tillsammans.
Ibland var de vänner
och delade på arbetet med huset och barnen.
Men de bråkade ofta
och sov inte i samma sovrum.

– Om jag inte hade blivit sjuk
så skulle vi ha skilt oss, säger Eva.
Göran tjatade och klagade på allt jag gjorde.
Han sa att han skulle säga till försäkringskassan
att jag inte kunde sköta barnen för att jag var sjuk.
Jag var rädd att försäkringskassan
skulle tro på honom.

Blev knuffad ner för trappan

En kväll när Eva kom hem
hade Göran druckit sprit.
Han var arg och skällde på henne.
Sedan knuffade han henne
ner för en brant trappa.
Barnen sov på övervåningen.
Därför tog sig Eva upp för trappan igen.
Då slog Göran henne hårt i magen.
Eva lyckades slita av honom glasögonen.
Då backade han och slog inte mer.

Efter den gången
var Eva rädd att det skulle hända igen.
Hon gick undan varje gång hon märkte
att Göran blev arg.

När Eva fyllde 40 år
glömde Göran bort hennes födelsedag.
Då bestämde hon sig.
Hon hade fått nog.
Hon tänkte lämna honom.



Någon att prata med

Eva fick kontakt med en man
som hade skilt sig från sin fru.
De pratade med varandra i telefon.
Samtalen hjälpte Eva att göra det hon hade bestämt sig för.

Hon skaffade sig en lägenhet
utan att tala om det för någon.
En dag när Göran var på jobbet
packade hon sina saker
och flyttade in i lägenheten.

– Det kändes skönt och hemskt på samma gång, säger Eva.
Den nya lägenheten var inget riktigt hem.
Jag kände mig som en flykting.
Jag var stressad hela tiden.

Göran sökte upp Eva

En kväll stod Göran på parkeringsplatsen utanför huset.
Han skrek och försökte dra ut Eva ur bilen.
Eva berättar att han var så arg
att han dreglade.
Den här gången gick Eva till polisen
och berättade vad Göran hade gjort.
Men det fanns inga bevis.

Eva var rädd för att Göran skulle komma tillbaka.
Hon hade svårt att sova.
Stressen gjorde hennes sjukdom värre
och hon blev förlamad i ett ben.



Eva är inte rädd längre

Nu har det gått flera år sedan Eva och Göran skiljde sig.
Eva är inte rädd för honom längre.
Hon kan gå igen
men ibland behöver hon något att stödja sig emot.

Eva berättar att hon har träffat män
som gillar att känna sig starkare än hon.
De tycker att hon ska vara tacksam
för att de vill vara med henne.
Eva tror att sådana män är rädda
för att möta en kvinna som gör som hon vill.
De vill ha makt.
Precis som Göran.

Det nya livet

Eva är tillsammans med en ny man.
De bor inte ihop
men älskar varandra
och respekterar varandra.
Eva arbetar deltid
och tycker mycket om sitt arbete.
Där träffar hon många människor.

– När jag tänker tillbaka
tycker jag att det tog väldigt lång tid
att lämna Göran, säger Eva.
Men jag är ändå glad
för nu mår jag så bra.



Kvinnor som blir slagna måste få hjälp

Kerstin Kristensen leder arbetet på Utvecklingscentrum Dubbelt Utsatt.

Hon vet att många kvinnor med funktionsnedsättning blir hotade och slagna.

Men det kan vara svårt att upptäcka.

Varför är det så?

Här svarar Kerstin Kristensen på frågor från journalisten Karin Torgny.

Vad är våld mot kvinnor med funktionsnedsättning?

Det är att någon slår eller hotar kvinnan eller tvingar henne att ha sex.

Det kan också vara att någon säger saker som gör kvinnan mycket ledsen använder hennes pengar inte låter henne duscha och tvätta sig eller struntar i att ge henne medicin.

Vem slår och hotar kvinnor med funktionsnedsättning?

Ofta är det kvinnans man eller en nära släkting. Men det kan också vara en arbetskamrat eller chauffören som kör färdtjänsten.

Brakar kvinnor som blir slagna eller hotade ringa till polisen?

Nej.

Varför ringer de inte polisen?

Kvinnorna vet inte hur man gör
eller också är de oroliga för
att polisen ska tro att de hittar på.
Ofta är kvinnorna beroende av den som har slagit dem.

Hur kan kvinnorna vara beroende av den som slår dem?

Kvinnor med funktionsnedsättning behöver hjälp på olika sätt.
Till exempel när de ska ta ut pengar från banken
läsa posten
eller ringa försäkringskassan.

Oftast är det en släkting
eller en personlig assistent som hjälper till.
Ibland är det samma person som slår och hotar henne.
Ibland är det kvinnans man.
Då blir det extra svårt.

Varför blir det extra svårt?

En kvinna som ofta blir slagen eller hotad av sin man
kan tro att det ska vara så.
Många kvinnor med funktionsnedsättning är ganska ensamma
och lämnar inte hemmet så ofta.
De har ingen att prata med
och inte så mycket att jämföra med.

En del blev illa behandlade när de var barn
De har vant sig vid
att andra människor bestämmer över dem
eller tar hårt i dem.

Hur tänker kvinnor som blir slagna och hotade?

De tänker ofta att det är deras eget fel.
Att de är långsamma
och inte gör saker på rätt sätt.



Varför vet man så lite om våld mot kvinnor med funktionsnedsättning?

Många kvinnor med funktionsnedsättning är ensamma.
De har inget jobb att gå till
har lite pengar.
och träffar inte så många människor.
De har ingen som lyssnar på dem.

Många människor tror
att kvinnor med funktionsnedsättning är annorlunda.
Att de inte lever tillsammans med någon
eller har ett vanligt vardagsliv.

Det kan också vara svårt att förstå
att en kvinna som är blind
eller sitter i rullstol
faktiskt blir slagen av sin man.

Var kan kvinnorna få hjälp?

Den nya socialtjänstlagen säger att
alla kvinnor som blir slagna eller hotade ska få hjälp.
Varje kommun har en plan för det.
Alla måste våga se att kvinnor med funktionsnedsättning
också blir slagna och hotade
och tala om för dem att de kan få hjälp.



Gun har alltid varit snäll

Gun har en funktionsnedsättning
som gör att hon inte alltid förstår allting.

– Jag har varit för snäll, säger Gun.

Men nu kan jag säga ifrån.

Här berättar hon om sitt liv.

– Ända sen jag var liten har jag varit snäll.

Jag har varit så snäll att jag var dum.

Nu är det slut med det.

Folk kan utnyttja att man är snäll.

Men jag gör också fel ibland.

– När jag var liten hade jag långt lockigt hår.

Jag var sjuk och fick bo på sjukhem.

Min mamma orkade inte ta hand om mig.

Jag var på barnhem också.

Det var bra där.

Jag fick gå i skolan.

Jag hade fina kläder

blanka skor

och hårbånd i olika färger.

Mamma hade strukit dom med strykjärnet.

Syskon med olika pappor

– Jag har en bror och tre systrar.

En syster är död nu.

Vi har olika pappor allihop.

Min egen pappa har jag bara sett på kort.
Ändå var jag lycklig när jag var liten.

Min mamma var underbar
och jag fick mycket kärlek.
Min mamma klarade mycket
fast hennes liv var svårt.
Hon skämtade och skojade.
Jag har många fina minnen.

– Men det gick inte så bra i skolan.
Jag tyckte att det var svårt att läsa.
Det tycker jag fortfarande.
Jag gick i skolan i sju år.
Sen började jag jobba på en fabrik.
Det var roligt och lätt.



Började dricka sprit

– Mitt liv har varit rörigt.
Jag förstår inte alltid.
När jag var tonåring hamnade jag på psyket.
Jag var mycket ledsen
och mindes inte var jag bodde.

– Jag började dricka sprit.
Sen kunde jag inte sluta.
Men nu är jag nykter.

När jag ser andra människor som dricker sprit
och inte har någonstans att bo
då är jag glad att jag kämpade.
Många har det jobbigt.
Jag vet hur det är.

Då blev det bråk

– Jag var 22 år när jag flyttade ihop med en finne.
Han drack sprit.
Vi var tillsammans i tre år.
En dag kom han hem med en kompis.
Kompisen verkade snäll.
Jag gick hem till honom när finnen var full och jobbig.
Då blev det bråk!
Finnen kastade ut mina kläder och min peruk.
Peruken hade jag för att mitt huvud var kallt.
Jag hade snurrat mitt hår på fingrarna
så att det blev stora knutar som föll av.

Jag var för snäll

– Jag flyttade ihop med finnens kompis.
Vi bodde ihop i 18 år.
Han var jättesnäll och ärlig.
Han sa att jag måste säga vad jag tycker.
Min svägerska sa att jag var alldeles för snäll.
Jag kunde ta av mig blusen för en man
bara för att jag var så snäll.
Det var överdrivet.

– Sen träffade jag en dansk.
Vi var tillsammans i 11 år.
Han slog mig.
Han ljög och träffade andra kvinnor.
Jag var rädd för honom.
Han ville ha sprit och cigaretter.
Jag var snäll och trodde på honom.
Men jag orkade inte med honom.
Jag gjorde slut.
Han tyckte att jag var tjugitig
och det är jag nog.

En läkare sa till mig
att man får vara som man är.
Alla är inte perfekta.
Men jag tänker att
man måste lyssna på andra också.
Livet är så kort.

Att vara ensam

– Nu har jag ingen man.
Men jag har en kompis.
Hon är lika gammal som jag.

Ibland känner jag mig ensam.
Jag undrar vad jag gör som är fel.
Men det kan vara skönt att vara ensam också.
Man gör som man vill.
– Man kan träffa många konstiga typer på internet.
Jag vill inte att dom ska komma hem till mig.
Många kvinnor är hemlösa
och vill ha någonstans att bo.
Men de får söka hjälp någon annanstans.





Hjälpte alla människor

– Förr när jag drack sprit
hjälpte jag alla människor.
Det kan vara svårt att säga nej.
Man kan bli utnyttjad.
Man kan bli lurad att ha sex.
Det hände nog mig också.
Det är hemskt att tänka på det.
Man får försöka glömma.

Ska träffa en psykolog

– Nu går jag till ett dagcenter
där det finns andra människor.
Jag ska träffa en psykolog
för jag har inte mått så bra.
Jag skulle vilja vila upp mig någonstans.
Jag har kämpat i många år.
och varit mycket ledsen
men jag har lärt mig att säga ifrån.
Om min mamma hade levt nu
skulle hon vara stolt över mig.

– Ibland skriver jag dikter
om hur jag känner mig.
Här är en.

*Fri som en fågel
vill jag vara.
Flyga i det blå
och slippa press på sig själv*

Karins man ville bestämma allt

Karin hör och ser dåligt.
I 38 år var hon gift med en man som ville bestämma allt hemma.
När de skilde sig blev Karin kär i en ny man.
Han bestämde också över Karin och behandlade henne illa.
Till slut fick Karin nog.



Karin har hört dåligt sedan hon föddes.
I skolan satt hon alltid längst fram för att förstå vad lärarna sa.
Hon fick anstränga sig hela tiden.
– Många tyckte att jag var dum som inte förstod, säger Karin.

Karin gifte sig när hon var mycket ung.
Hon jobbade och tog hand om hem och barn.
Hon fick sällan hjälp av sin man.

Synen blev sämre

När Karin blev äldre försämrades hennes syn.
– Jag blev trött av att både höra och se dåligt.
Men min man förstod inte att jag behövde vila.
Det var alltid han som bestämde.
Han slog näven i bordet och sa:
Nu blir det som jag har sagt!
Jag gjorde som han ville för att det inte skulle bli bråk.

– Han slog mig aldrig.
Men jag var noga med att inte reta honom.
Jag var tvungen att vara försiktig.

När barnen blivit stora och flyttat hemifrån skilde sig Karin.
Hon träffade en annan man och blev mycket förälskad.
– Han sa hela tiden att jag var fantastisk och att han älskade mig.
Det var precis vad jag behövde.
Jag längtade efter kärlek.

– Sedan gjorde jag något dumt.
Jag gifte mig med honom fast jag kände att något var fel.
Han var en mycket charmig man
men det gick inte att lita på honom.

Han ville kontrollera allt

Mannen ville kontrollera allt som Karin gjorde.
När hon gick ut följde han efter.
Han gapade och skrek
på gatan och i affärer.
– Jag kände mig jagad, säger Karin.
Hjärtat bankade i bröstet.

Mannen struntade i Karin när hon behövde hjälp.
Han sa att hon kunde allting mycket bättre än han.
Han sa att han hade diskat och städat,
även när det inte var sant.
Karin visste inte vad hon skulle tro.
– Han ville att jag skulle vara sexig.
Att jag skulle ha långa röda naglar
och skor med höga klackar.
Jag som ser så dåligt
att jag knappt kan gå i vanliga skor!

– Om jag inte hörde vad han sa
ställde han sig nära mig och vrålade.
Du hör ju inte vad säger! skrek han.
Sådant känns väldigt hemskt när man inte hör så bra.

Karin var rädd

Karin var rädd att något hemskt skulle hända.
En gång när hon och hennes man åt middag på balkongen
sa han att han skulle döda henne.
En annan gång när hon hjälpte honom i köket
hotade han henne med en stekpanna.

Karin skrev upp telefonnumret till en kvinnojour.
Hon hade lappen nära sängen där hon sov.
Men hon åkte aldrig till kvinnojouren.
– Han slog mig ju inte.
Han knuffade mig ofta
men han slog mig aldrig.
Ibland var han kärleksfull.
Några gånger sa han att han skulle ta livet av sig.
Det var väldigt obehagligt.

– Jag trodde att jag skulle bli tokig.
Mitt blodtryck var väldigt högt.
Allt kändes överkligt.
Vissa dagar hade jag ingen kraft.
Min man drack sprit och blev sjuk.
Jag fick ta hand om allt.
Ändå sa han att jag var en dålig människa.

Ville inte berätta

När allt detta hände
bodde Karin långt ifrån sina vuxna barn och vänner.
De visste inte hur hon hade det.
Karin ville inte berätta för någon.
Hon hoppades att allt skulle bli bättre.

Men grannarna hörde hur mannen skrek åt Karin.
De pratade med henne.
De sa att hon måste lämna honom.
Det hjälpte Karin att grannarna sa så
även om det skulle dröja innan hon kunde lämna sin man.



Ramlade i trappan

En dag ramlade Karin i en trappa
och skadade foten.
Det gjorde mycket ont.
Karin måste till sjukhuset
men hennes man ville inte följa med.

På sjukhuset sa de att Karin
måste komma tillbaka nästa dag.
Hon åkte hem igen.

Foten var bruten men det visste inte Karin då.
Nästa morgon kunde hon inte gå.

Hennes man vägrade hjälpa henne.
Karin ringde efter en taxi.
Sedan fick hon krypa fram till dörren
och peta ut nycklarna genom brevlådan.

Taxichauffören öppnade dörren
och hjälpte henne till sjukhuset.
Under tiden låg Karins man och sov.
Då förstod Karin
att hon inte kunde vara gift med honom längre.

– Efteråt frågade läkaren om det som hände
verkligen var en olycka.
Han trodde att min man hade knuffat mig.
Han visste hur arg min man kunde bli.
Det kändes bra att läkaren frågade, säger Karin.

Nu bor Karin ensam

Nu har det snart gått fyra år sedan Karin skilde sig.
Hon bor i en lägenhet i en liten stad.
Där är det lugnt och skönt.

Mannen som Karin var gift med
vill att de ska vara tillsammans igen.
Det vill absolut inte Karin.
Hon vill leva sitt eget liv.
Men hon önskar att mannen mådde bättre.
Då skulle hon kunna njuta ännu mer av sin frihet.

Karin har fått hjälp med att prata om det som har hänt.
– Nu förstår jag bättre hur det kunde bli så, säger Karin.

Många blir illa behandlade

Många kvinnor med funktionshinder blir illa behandlade.
Men de flesta vågar inte berätta det för någon.
Karin vill inte heller att andra människor ska veta allt
som hon har varit med om.
Samtidigt önskar hon att fler visste
hur många kvinnor med funktionshinder har det.

– Jag är en kvinna med dålig syn och dålig hörsel.
Då är det lätt att tänka
att jag är sämre än andra människor.
– Jag har alltid fått kämpa för att klara mig själv
och få vara den jag är, säger Karin.



Så här kan du göra

Du som läser detta kanske känner någon som blivit slagen eller hotad.

Även om du inte vet säkert är det bra att fråga.

Så här kan du göra:

- Se till att ingen lyssnar när ni pratar.
- Fråga vad som har hänt.
- Tro på det som kvinnan berättar.
- Tala om att du vill hjälpa henne.
- Tala om att det är förbjudet att slå.
- Ring till en kvinnojour och be om hjälp.
- Håll kontakten med kvinnan.

Om du själv blivit hotad eller slagen

Om du själv blivit slagen och hotad eller blivit illa behandlad på annat sätt ska du söka hjälp.

Så här kan du göra:

- Berätta vad som har hänt för någon som du litar på.
- Ring till en kvinnojour.
Du måste inte berätta vad du heter eller var du bor.
- Ring till polisen och berätta vad som har hänt.
- Den som har slagit dig kanske lovar att det aldrig kommer att hända igen.
Tro inte på det.
- Skriv allt som händer i en dagbok.
- Tänk igenom hur du ska göra om du måste fly.

Något är fel

Ingen ska behöva stå ut med att bli illa behandlad.

Här är några saker du kan tänka på:

Något är fel om den som du är tillsammans med

- talar illa om kvinnor
- kräver att du ska göra sådant du inte klarar av
- försöker hindra dig från att träffa vänner och släktingar

Något är fel om den som du är tillsammans med

- plötsligt blir väldigt arg
- skriker åt dig
- kallar dig för fula ord

Något är fel om den som du är tillsammans med

- vill bestämma över dig
- är väldigt misstänksam
- hotar med att berätta dina hemligheter för andra

Kvinnofridslinjen

Om du behöver någon att prata med kan du ringa Kvinnofridslinjen.

De har telefonnummer 020 - 50 50 50

Kvinnofridslinjen har också en texttelefon med telefonnummer 020 - 21 22 23

Det är gratis att ringa till Kvinnofridslinjen och du behöver inte tala om vad du heter om du inte vill.

Boken *Dubbelt Utsatt* har givits ut av Bräcke Diakoni med stöd av Allmänna arvsfonden. Detta är en lättläst version.

Alla intervjuer och texter är gjorda av Karin Torgny, journalist. Bilderna är tagna av Lisa Thanner, fotograf. Omarbetningen till lättläst är gjord av Lena Nilsson, skribent och formgivare.

BräckeDiakoni 

