

Utlåtande för rättegång av experter och läkare vid Befolkningsförbundets Klinik för sexuell hälsa – Följder av grooming och sexuellt utnyttjande av minderåriga relaterat till digitala medier

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	2
2	Ungas sexuella utveckling i relation till grooming och sexuellt utnyttjande i digitala medier.....	2
3	Groomingprocessen	4
3.1	Att skapa en illusion av trygghet	4
3.2	Att locka unga till kontakt och successivt och manipulativt närma sig dem.....	4
3.3	Att bygga upp en snedvriden relation	5
3.4	Bristande kunskaper och handlingsmodeller ökar risken för eftergivenhet.....	6
3.5	Att dra nytta av ömsesidigheten hos unga.....	7
3.6	Att styra in diskussionen på sexualitet	8
3.7	Att inkludera och engagera unga	8
4	Följderna av grooming och sexuellt utnyttjande.....	10
4.1	Unga fungerar inte på samma sätt som vuxna.....	11
4.2	Vad svek betyder för unga.....	12
4.3	Svårigheter att berätta om vad som har hänt.....	13
4.4	Rädsla för att upptagningar sprids	14
4.5	Det är skillnad om en gärning sker bara en gång eller upprepas	15
4.6	De vanligaste copingstrategierna	16
4.7	Uppkomsten av posttraumatiskt stressyndrom.....	17
4.8	Ointegrerade traumatiska upplevelser	18
5	Bedömning av senare verkningar	19
5.1	Symtom på allvarlig traumatisering	21
5.2	Möjliga långtidsverkningar	21
5.2.1	Återupplevande av traumat	21
5.2.2	Undvikande beteende och avtrubning.....	22
5.2.3	Förhöjd vakenhet.....	22
5.3	Andra problem i samband med posttraumatiskt stressyndrom	23
6	Behov av vård och behandling samt sammanfattning och slutsatser.....	23
	KÄLLOR:	26

1 Inledning

I detta utlåtande avses med ung en person i åldern 12–17 år, om inte något annat anges.

Utlåtandet täcker sexuellt utnyttjande av minderåriga på internet och i andra sociala medier, samt utnyttjande i nära relationer, då förövarens agerande har anknytning till internet och andra digitala medier, såsom smarttelefoner och andra elektroniska medier.

Utmärkande för dessa gärningar är att samma förövare har flera offer. I takt med att brottet framskrider kan gärningarna indelas i olika grader:

- a) att locka unga (grooming) till sexuella handlingar och manipulera dem genom att skapa en förtrolig relation till dem
- b) sexuellt utnyttjande av barn via nätet utan att träffa dem
- c) att träffa unga och genomföra fysiska sexuella handlingar av olika grad.

Detta utlåtande gäller punkterna a och b. Att träffa unga och genomföra fysiska sexuella handlingar av olika grad (punkt c) beskrivs i ett utlåtande för rättegång som upprättats av experter och läkare vid Befolkningförbundets Klinik för sexuell hälsa och handlar om följderna av sexuellt utnyttjande av barn.

2 Ungas sexuella utveckling i relation till grooming och sexuellt utnyttjande i digitala medier

I grundskoleåldern ökar barns intresse för sexualitet och de vuxnas värld. I början av puberteten växer behovet av information och självständighet. Uppskattningen och godkännandet från kamrater och vuxna utanför familjen blir viktigare samtidigt som de unga blir mer kritiskt inställda till sina familjemedlemmar.

Hos barn i 11–14-årsåldern ökar hormonproduktionen snabbt. Den orsakar kraftiga känslöväxlingar och sexuella impulser som gör att de unga lätt råkar ut för starka känslotillstånd och känslösvängningar samt sexuell upphetsning. Till exempel känslorna av kärlek, besvikelse och skam är mycket intensiva och alltomfattande och förenade med en känsla av slutgiltighet. Också tilltro och rättvisa upplevs som betydelsefullt och förpliktande.

Det limbiska systemet, som ligger i centrum av hjärnan och som styr våra känslor, utvecklas snabbt. De unga kan då agera obetänksamt och farligt också med beaktande av den normala utvecklingen, om de till exempel provoceras, råkar ut för en känslostorm eller får en ingivelse.

Först efter detta utvecklingsstadium, i 16–19-årsåldern, följer en utveckling i hjärnbarken i hjärnans högsta hemisfär (främre pannloben), och utvecklingen kan fortsätta ända fram till 25-årsåldern. Denna mognadsfas möjliggör en vuxens självkontroll, riskbedömningsförmåga och känsla för situationen. I takt med utvecklingen uppstår och stärks till exempel förmågan att bedöma orsak och verkan och hantera känslor liksom förmågan till social perception, självinsikt, empati och moraliska val.

Utmärkande för puberteten är psykisk recession samt en kraftig förvirringsfas som har att göra med att kroppen förändras, den unga upplever sin kropp som annorlunda och individuell och många sexuella känslor och tankar sysselsätter dem. Det är mycket vanligt att den unga inför vuxenåldern och kommande partnerrelationer oroar sig för att inte räkna till, inte duga eller inte vara normal.

Under ungdomsåren börjar unga fascineras och lockas av tanken på att bli vuxna. Ibland kan de uppleva en stark önskan om att vara äldre än de är och om att få komma ifrån sin åldersgrupp och slippa bli betraktade som barn. Med barndomen förknippas naivitet, okunnighet, oerfarenhet, beroende och det att barn inte är sexuella. Även om barn i skolåldern fortfarande är naiva, oerfarna och beroende, kan de börja dölja dessa egenskaper och framhäva motsatta egenskaper. I digitala medier är detta lättare, eftersom det inte syns om den unga är sårbar eller fysiskt outvecklad på samma sätt som om man möts ansikte mot ansikte. Å andra sidan ger dagens kultur näring åt uppfattningen om att en 12–13-åring samtidigt kan betraktas som barn, tonåring eller pubertetsungdom beroende på betraktare och sammanhang. Med tanke på utvecklingen av den ungas livshantering, självförsvar och riskbedömningsförmåga är personer i denna ålderskategori ännu barn en lång tid framöver. Ungas längtan efter att "växa snabbt och bli stora", deras tilltagande vetgirighet när det gäller sex och behovet av att få tala om, fundera över, klargöra och lära sig hantera frågor om sex gör dem särskilt sårbara.

När de unga börjar intressera sig för sex, vill de ha information om anknytande teman och sin egen utveckling. Ofta vill de också diskutera frågor i förtroende. Dessa samtal förs vanligen med jämnåriga, med andra som genomgår samma utveckling. Dessa står för kamratstöd: vi är i samma situation och funderar över samma frågor. En annan viktig informationskälla kan vara skolans hälsovårdare eller någon annan vuxen eller yrkesutbildad person utanför familjen som upplevs som tillförlitlig. De unga söker också information på internet och populära är till exempel Befolkningsförbundets och Mannerheims Barnskyddsförbunds webbtjänster och anonyma webbmottagningar som riktar sig till unga. I samtalstjänster på internet är det vanligt att man inleder diskussioner som handlar om sexualitet eller besvarar sådana kontakter.

De omständigheter som nämns ovan, de ungas sårbarhet, naiva tilltro och beroende förenat med okunskap om risker, längtan efter vuxnas sällskap och godkännande samt känslor som lätt väcks hos de unga, såsom nyfikenhet, förvirring, skam och skuld gör digitala medier till en särskilt riskfylld miljö. Internet erbjuder lättillgängliga diskussionsmöjligheter för personer som i sexuella syften försöker få kontakt med unga.

3 Groomingprocessen

Med grooming avses att manipulera unga och locka dem till sexuella handlingar genom att skapa en förtrolig relation till dem. Nedan följer en beskrivning av groomingprocessen ur såväl den ungas som förövarens synvinkel.

3.1 Att skapa en illusion av trygghet

En välkänd och trygg miljö, till exempel hemma, vid den egna datorn, hemma hos en kompis eller på biblioteket, ökar de ungas känsla av trygghet och av att ha kontroll över sina handlingar. På dessa ställen utgår de från att det inte kommer att hända något ont på grund av närheten till vuxna eller en välkänd miljö. Inte heller föräldrarna lägger vanligen märke till farliga händelser utan antar att unga som vistas tryggt på sitt rum eller i en offentlig och känd miljö som upplevs som trygg, såsom i skolan, på ett tåg eller i ett köpcentrum, inte kan utsättas för sexualbrott. Om handlingen utförs via mobiltelefon döljer det faran. Eftersom den fysiska kontakten saknas uppstår ingen känsla av fara.

I digitala medier sker interaktionen med hjälp av ett mycket begränsat urval av tecken. Det är lätt att simulera vilket känslotillstånd eller vilken egenskap som helst. Tonfall, budskapen "mellan raderna" samt känslobetonde meddelanden skapas via mottagarens tolkningar och antaganden.

Unga kan också få en känsla av att de visar välvilja och att de har kontroll över situationen när de till en början med en vits samtycker till att diskutera med en person som kanske ger sken av att vara lite tafatt. De upplever att de har full kontroll över situationen och kan dra sig ur den eller avsluta kontakten när de själva vill. En manipulativ person kan berätta att han eller hon är trygg, pålitlig och en expert när det gäller sexualitet och människokroppen, vilket också ökar känslan av kontroll och säkerhet.

3.2 Att locka unga till kontakt och successivt och manipulativt närma sig dem

I en groomingprocess inleds samtalet och förs själva samtalet till en början som regel på ett mycket vanligt, vardagligt och kortfattat sätt. Diskussionen kan gälla exempelvis mopedreparationer, vänskapsrelationer eller skola. På detta sätt nästlar sig förövaren in i den ungas vänskapskrets som en "vanlig bekant" som upplevs som vardaglig och trygg. Med utgångspunkt i diskussioner om den ungas dagliga liv bygger förövaren upp en bild av trygghet, bekanthet och närhet.

Förövaren kan vädja till de ungas medkänsla genom att beskriva sig själv som ensam och i behov av sällskap eller tröst. På detta sätt skapar hen en bild av sig själv som hjälplös och ofarlig. I början av diskussionen kan förövaren vara mycket flexibel och anpassningsbar. Också en förövare som låtsas vara tafatt eller inställsam kan väcka en känsla av makt hos de unga. De unga får också en falsk känsla av trygghet och upplever att de har full kontroll över diskussionen.

Om den inledande fasen löper bra upplever de unga det som ett tecken på att de själva bestämmer och har full kontroll, eftersom gärningsmannen lätt drar sig ur diskussionen för ett tag. De unga får en bild av att de själva bestämmer över vad som avhandlas och att den andra personen kan styras. Men med tiden kommer den unga att förlora kontrollen över situationen. Insikten om att ha tappat kontrollen kommer ofta för sent.

Förövaren kan närma sig genom att ge rikligt med positiva budskap som de unga är i behov av, till exempel om utseende, mognad, mod, självständighet eller unika egenskaper. Förövaren låtsas ofta vara en god vän, ger uppmuntran och beröm och visar ett "äkta" intresse för den ungas liv. Hen försöker vara lättillgänglig och visa förståelse för de ungas vardag. Förövaren bygger upp en illusion av en person som de unga kan ha förtroende för och anförtro sig åt. Efter det går hen in för att stärka den ungas känsla av tillgivenhet och tillit, rentav försöka inta första platsen som den ungas förtrogna, vilket är en grund för möjligheten till "gemensamma hemligheter". När unga erbjuds stor förståelse och stöd får eller ges de en känsla av att de står i skuld till förövaren och att också de behöver ge honom eller henne tid, tillgivenhet, lojalitet, förståelse och närhet.

Förövaren kan också ställa direkta krav på engagemang och inbördes tillit samt ömsesidig förståelse, öppenhet och hjälp. Efter att ha berättat sanna eller osanna historier om sig själv eller ha skickat en avslöjande bild, låter förövaren förstå att den unga är skyldig honom eller henne samma närmande. Detta har att göra med principen om ömsesidighet och rättvisa som gäller i människorelationer och i synnerhet i internetdiskussioner.

3.3 Att bygga upp en snedvriden relation

När groomingen fortsätter, kommer den unga att, förutom överföra enkel information, i sitt sinne bygga upp en skenbart tillitsfull och ömsesidig människorelation. Med stöd av sina fantasier skapar de unga antaganden om sin diskussionspartner och om vad som är utmärkande för den nya relationen. De gör antaganden om motpartens känslor, miner, syften och egenskaper. De föreställer sig att de lär känna en verklig person och bygger upp en ömsesidig relation som utmärks av tillit och tillgivenhet. Med hjälp av sina fantasibilder och tolkningar fyller de ut avsaknaden av uttalade budskap. Tolkningarna överensstämmer med egna eller personliga önskemål och behov som den unga vill att samtalspartnern ska tillgodose. Den ungas världsbild är fortfarande begränsad och de unga applicerar handlingsmodeller som är förenliga med deras världsbild på andra människor. Unga är ofta godtrogna och tillitsfulla i relationen till vuxna. Till ungdomen hör också en stark tro på rättvisa. Unga saknar den cynism och besvikelse som kommer av erfarenheter.

Förövaren försöker vanligen medvetet ge den unga en falsk bild av sig själv genom att skicka osanna uppgifter, såsom: "Jag är ung. Jag är en pojke eller flicka. Jag är pålitlig. Jag är ensam. Jag vill hjälpa. Jag vill dig bara gott. Jag saknar bara en vän." Ofta skickar förövaren också bilder, och uppger att det är bilder på honom eller henne. Det här är bedrägeri: det är att utnyttja och de ungas välvilja, medkänsla och förtroende och ett brott mot dem. Bedrägeriet utförs helt och hållet av egoistiska skäl. De unga antar att det är fråga om ett verkligt

och jämlikt vänskapsförhållande. De unga samtycker till närhet, öppnar sig känslomässigt samt överger sin återhållsamhet och sänker garden.

När de unga har tagit till sig den falska bilden av en pålitlig och trygg människorelation vågar de avslöja allt fler intima detaljer. Beteendet i digitala medier (frispråkighet och djärvhet), som i den reella världen skulle betraktas som onormalt eller olämpligt, kan i den miljön lättare tolkas som normalt och godtagbart. Gränsen mellan normalt och onormalt kan behandlas av dem som deltar i diskussionen, och då faller det sig lätt att den äldre parten åtar sig att definiera den. I digitala medier har förövaren ofta även oändligt med tid att bekanta sig med den ungas tankar och pröva på vilka olika sätt han eller hon kan närma sig dem och manipulera dem. När en relation har byggts upp via sådana diskussioner och de unga redan upplever den som förtrolig, synnerligen givande och värd att satsa på och förövaren dessutom känner väl till deras behov, kan de unga i fortsättningen också om de möts ansikte mot ansikte vara lätta att manipulera med exakt samma metoder som tidigare användes i de digitala medierna. Detta kan leda till andra former av sexuellt utnyttjande.

3.4 Bristande kunskaper och handlingsmodeller ökar risken för eftergivenhet

Förövaren använder ofta överraskande och vilseledande vändningar för att styra in diskussionen på frågor om sex. Han eller hon kan till exempel tala om vädret och samtidigt vända webbkameran så att den för ett ögonblick visar när hen tillfredsställer sig själv. Detta är förvirrande för de unga. De försöker förstå vad det är fråga om, men finner inget svar varken i sitt sinne eller i sitt minne. Situationen och diskussionen byter inriktning och den unga hamnar i en främmande, ny och överraskande situation. Unga har inte de färdigheter och kunskaper som följer av erfarenhet om vad som är ett rätt och normalt sätt, tonfall, förlopp och beteende när man talar om sexualitet, men de utgår från att en vuxen eller någon annan som agerar självsäkert i situationen känner till det.

Eftersom unga saknar kunskaper om vad som är korrekta eller vanliga reaktions- och handlingsmodeller, stöder de sig lätt på dem som är äldre eller mer erfarna. Om det enligt de ungas mening inte finns några alternativa handlingsmodeller, vet de inte vad de ska säga eller göra, vilket gör att osäkerheten och jasägeriet ökar. Unga som känner sig förvirrade är mer utsatta för förövarens manipulation. Detta leder till att tröskeln sjunker för att handla såsom ens "bästa vän" eller "hyggliga kompis" föreslår.

Situationen är densamma som till exempel den på stranden i Thailand när vattnet plötsligt börjar dra sig tillbaka. Människor blir förvirrade. Om någon då säger med säker röst att det nu är läge att rusa ut för att samla snäckor från havsbotten, kommer en stor del att ta det på allvar och handla enligt det. De känner inte till att det förebådar en tsunami när vattnet drar sig tillbaka och de saknar en handlingsmodell, vilket gör att de får sätta livet till.

I interaktionen mellan vuxna kan det jämföras med att skaka hand. När någon möter en person från en annan kultur och räcker fram handen för att hälsa medan den andra personen börjar gnugga näsor, leder det till

förvirring. Den första personen saknar kunskaper och handlingsmodeller från denna kultur och antar då att den andra personen handlar korrekt i den aktuella situationen. Om sättet att hälsa upprepas, börjar den första personen se det som en regel. I fortsättningen vid möten med någon från samma kultur börjar personen också själv handla på samma sätt för att hälsa, även om hen skulle uppleva det som mycket obehagligt.

Vilseledda och förvirrade unga kan ända från början bygga upp en handlingsmodell som de fått av utnyttjaren och som innebär att tal och handlingar som anknyter till sex dyker upp oväntat, utan den som utsätts gett sitt tillstånd, oberoende av känslotillstånd och antingen utan att det diskuteras eller genom att man använder de vuxnas sätt att tala. Unga kan handla i första hand enligt denna inlärd modell också i umgänget med andra ungdomar. De känner inte till andra handlingsmodeller, om de inte har fått eller får information, kunskap om olika modeller och en trygghetsfostran som utgår från en saklig sexuell interaktion och ett respektfullt beteende.

3.5 Att dra nytta av ömsesidigheten hos unga

Unga upplever att det är lätt att kommunicera i digitala medier. Det är ett vardagligt, snabbt och utbrett medel. Det krävs att de unga själva aktivt tar kontakt och upprätthåller kontakten, dvs. de måste reagera på förövarens meddelanden och själva aktivt delta i diskussionen. Om en begäran om kontakt och en relation upplevs som givande betraktas dessa också som värda att upprätthållas.

Som givande upplevs exempelvis uppmärksamhet, hopp, tid, uppskattning, tröst, förståelse, acceptans, att få känna sig normal, beundran, kärleksbudskap, själsfrändskap, umgänge med likasinnade, verkliga möten, upptagning i de vuxnas värld, pengar, spänning och att uppleva att någon bryr sig och är intresserad. Därför ger sig många unga in i en diskussion. Också till exempel att duga som kompis till en person som är äldre än man själv stärker självförtroendet. På grund av den självständighetsutveckling som samtidigt pågår prövas ofta de ungas relation till sina föräldrar. När en tillräckligt distanserad person erbjuder unga ett skenbart tryggt stöd samt även i någon mån vuxenspanning och ger dem en känsla av att de klarar sig själva, är det lätt för dem att besvara personens meddelanden.

Som motiv har de unga vanligen ett eller flera av följande tre primära behov: förövaren kan tillgodose den ungas känslomässiga behov, tillfredsställa den ungas kunskapsörst och nyfikenhet eller erbjuda materiella fördelar. Unga som lever på veckopeng kan anse att ett dataspel eller ett par jeans som erbjuds för en skickad intim bild eller en rörlig intim bild som kan ses via webbkamera (till exempel en videosnutt där den unga tillfredsställer sig själv) är en stor ersättning för en liten handling som utförs i en förtrolig vänskapsrelation. Unga kan inte förutse vilka faktiska följder handlingen kan leda till på lång sikt.

3.6 Att styra in diskussionen på sexualitet

Efter att ha närmat sig den unga kan förövaren inleda en diskussion om sexualitet "i vuxen anda" och då kanske betona ålderns och erfarenhetens dominans. Förövaren utnyttjar sina omfattande och grundläggande kunskaper om den unga. Förövaren kan till exempel fråga: "Har du någonsin blivit kysst?" eller "Rör du ibland vid dig själv?" Den typen av yttranden smygs in i diskussionen som ett normalt och oskyldigt led i diskussionsförloppet. I diskussionen ges det inte heller någon möjlighet att säga nej, eftersom allt verkar förlöpa i viss mån i samförstånd. Om den unga blir förbryllad över en fråga kan förövaren återgå till att en lång stund diskutera mer vardagliga ämnen och senare återkomma till frågor om sex.

En ung pojke kan exempelvis undra om hans penis ser på något sätt konstig ut, kanske är krokig, har en viss storlek eller har någon kvissla. Han kan berätta detta och på begäran rentav skicka en bild. Förövaren konstaterar till exempel att: "Den är ju störtskön, en verkligt fin penis för någon i din ålder! Det är bra att den inte är för stor eller helt rak! Hur gammal var du när du började runka? Var har du lärt dig det? Först då? Jag ska förklara."

Förövaren försöker skapa en interaktion som präglas av ett starkt förtroende och en intensiv, intim och privat karaktär. Detta ger diskussionen ett allt snabbare tempo och den emotionella och den sexuella laddningen stärks. Förövarns ålder och eventuella sexuella upphetsning framgår inte av situationen och stör således inte den unga som kanske inte ens kommer att tänka på det. Kommunikationen är snabb och saknar fysiska signaler såsom gester, miner och tonfall. Detta ökar risken för att den unga blir oförsiktig. Den unga inser inte heller alltid att ett meddelande eller en bild som en gång har skickats för all framtid kommer att vara i händerna på motparten och att denne kan hänvisa till den i all oändlighet.

Diskussionen utökas således så småningom med sexuella anspelningar och förslag. Ibland föreslår förövaren också direkta sexuella handlingar, till exempel genom att som ersättning erbjuda pengar eller någon sak som är eftertraktad eller viktig för den unga. Ofta testar förövaren flera olika sätt att närma sig, inkludera, engagera och manipulera den unga.

3.7 Att inkludera och engagera unga

När de unga börjar misstänka att det som händer i de digitala medierna inte är tryggt och normalt, törs de ofta inte längre fråga råd av någon utomstående, framför allt inte av vuxna. Förövaren har redan styrt in diskussionen på så pass privata och betänkliga områden.

Vissa unga blir rädda eller drabbas av stark ångest eller konstaterar faran och avslutar kontakten. Andra kan kräva att diskussionspartnern förklarar varför hen ställer intima frågor om sexualitet. Unga som är särskilt modiga och självständiga och som känner gränserna för vad som är normalt och lämpligt på området

sexualitet har bättre förutsättningar för målmedvetna gränsdragningar. Detta är dock inte ett typiskt drag hos ungdomar.

Många unga försöker själva resonera sig fram till en lösning så att den konfliktfyllda situationen kommer i balans och de kan förklara den på bästa sätt för sig själva. På detta barnsliga sätt kan de stänga av känslan av oro och fortsätta en interaktion som känns givande. Hit strävar framför allt sårbara unga eller unga för vilka "vänskapsförhållandet" är särskilt nödvändigt och viktigt. Unga kan uppleva att någon för en gångs skull ger dem tid, är "verkligt intresserad" och uppmuntrande. Den unga ser ännu inte något konstigt i situationen och upplever den som spännande och fascinerande. Den unga kan också vara så snäll, välartad eller medgörlig att hen inte sätter sig upp mot eller ifrågasätter en person som är äldre eller som den unga ser som en vänlig person.

Efter det går förövaren in för att engagera de unga och ge dem ansvar för att snabbt bli delaktiga i händelseförloppet. Detta begränsar de ungas valfrihet och förhindrar att saken kommer i dagen, och händelseserien kan fortsätta. Det är lätt att väcka de ungas skuld känslor och känsla för ömsesidighet eller rättvisa. Så upplever de unga att de dras allt djupare in i delaktigheten. Även när det gäller små handlingar som utförts av den unga, till exempel en skickad eller mottagen bild, alkoholkonsumtion eller snatteri som avslöjats, antyds det att de är förbjudna, straffbara eller brottsliga. Förövaren försöker knäcka den ungas känsla av att ha kontroll över sin livssituation och utplåna deras handlingsalternativ, exempelvis genom att hota med eller antyda att hen kommer att publicera sparade textmeddelanden, bilder, videospelningar eller annat material. Förövaren kan kräva att en hemlighet ska bevaras genom inkluderande påtryckningar: "Det var ju du själv som inledde diskussionen. Det var ju du som ville veta mera. Du själv ville det här." De unga står ensamma med sina skuld känslor, eftersom deras "bästa vän" plötsligt sätter sig till doms över dem och vänder sig mot dem.

Samma orsaker förhindrar de unga att också efteråt berätta om händelserna. Ungdomar berättar sällan för vuxna om att de utsatts för sexuellt utnyttjande, eftersom händelsen är förknippad med starka ångest känslor. De förstår inte längre vad som är rätt eller fel och vad som är normalt eller avvikande. Unga tar särskilt lätt till sig tanken att de är medskyldiga och att de med sitt beteende har orsakat händelsen och att de skulle ha kunnat undvika det genom att handla på annat sätt. Unga litar ofta inte heller på att bekanta vuxna, polisen eller en terapeut skulle kunna hjälpa dem, och de kan vara rädda för såväl andra vuxna som att på nytt behöva möta förövaren eller rentav att förövaren kan hämnas om de berättar om saken.

De unga kan också uppleva den barnslighet och naivitet som de utvecklingsmässigt ville lämna bakom sig. Om man så att säga ser bakåt på händelsekedjan kan de unga få en känsla av att de verkligen var dumma, lät sig luras och att det var deras eget fel. Den upplevelsen hindrar dem från att berätta, eftersom de unga samtidigt har ett starkt behov av att bli självständiga.

I något skede kommer de unga till insikt om bedrägeriet, dess omfattning och sina egna felbedömningar. Detta förändrar de ungas världsbild från en värld som är trygg, rättvis och baserad på tillit till något annat, ont. I den världsbild som omformats av ondska känner de unga att de lämnats ensamma och upplever att de inte längre kan ty sig till någon eller lita på någon. Detta leder till att de unga inte kan finna fungerande lösningsmodeller i olika situationer. Dessa följder av inkludering, engagemang och skuldbeläggning är ägnade att ställa till med allvarliga problem för den normala utvecklingen av ungas självkänsla, tillit och trygghet.

4 Följderna av grooming och sexuellt utnyttjande

I grooming finns flera drag som är ägnade att skada ungdomars sexuella utveckling: 1) förövaren kommer via dator, mobiltelefon eller något annat digitalt medium hem till den unga eller någon annan livsmiljö, 2) förövaren närmar sig den unga på ett förvirrande, ångestskapande eller sexuellt relaterat sätt, 3) den unga blir medveten om att hen utsatts för grooming eller sexualbrott. Dessa situationer skadar den ungas

- tillit till människor
- tilltro till sin funktionsförmåga och förmåga att klara sig själv
- självkänsla och självförtroende
- upplevelse av sin kropp och av sig själv som värdefull och unik
- känsla av trygghet
- okränkbarhet
- självständighetsutveckling
- livslust
- sexuella utveckling och positiva inställning till sexualitet
- upplevelse av integritet och sexuell intimitet
- förmåga att senare knyta tillitsfulla känslomässiga relationer
- förmåga att senare knyta tillitsfulla sexuella relationer
- förmåga att njuta av närhet
- förmåga att njuta av sexuella situationer

De skador som grooming eller sexuellt utnyttjande orsakar de ungas psykiska, sexuella, sociala och fysiska utveckling och följderna av händelsen är mycket individuella. Återhämtningen efter det trauma som ett utnyttjande medför är beroende av många faktorer och en säker bedömning är omöjlig.

Följderna är desto större:

- ju känsligare utvecklingsstadium den unga befann sig i
- ju känsligare, ängsligare, ömtåligare och mer benägen att bekymra sig den unga är till sin karaktär

- ju mer sårbar den unga är: skört psyke, problem med självkänslan, depressions- och ångesttillstånd, tidigare traumatiska upplevelser, något neurologiskt eller tai psykiatriskt tillstånd som försvagar omdömet, livskris osv.
- ju mer den unga före händelsen led brist på stödnätverk och omsorg och omvårdnad från trygga vuxna (är i behov av skydd och tyr sig och söker sig till vuxna och sätter särskilt stort hopp till denna relation)
- ju längre en fortgående groomingprocess eller ett sexuellt utnyttjande har pågått eller ju oftare processen eller utnyttjandet har upprepats, ju närmare den ungas beroendeförhållande till utnyttjaren har varit och ju större vikt har den unga själv fäst vid det inbillade "vänskapsförhållandet"
- ju mer intensivt den unga upplever sin delaktighet i händelsen (skuldkänslor)
- ju mer våldsamma, förnedrande och skrämmande förslag eller gärningar det är fråga om
- ju mindre stöd den unga har efter händelsen, dvs. finns det tröst och trygghet, andra pålitliga anknytningsrelationer, blir förövaren dömd, klagas det för offret att hen är oskyldig till det som hänt och att förövaren haft helt egoistiska motiv
- om den unga inte får professionell hjälp

Under händelsen eller efter den är det särskilt svårt för de unga att hantera sexuella kränkningar, utnyttjande och våld, eftersom de upplever det som mycket förvirrande och förnedrande och det väcker känslor av skuld och skam. Detta ger lätt upphov till allvarliga skador på utvecklingen. Förloppet när det gäller de ungas väg mot självständighet och frimodighet bryts eller kan tvärtom accelerera på ett skadligt sätt. Dessa erfarenheter blir mer eller mindre en bestående, smärtsam och skamfull del av de ungas utveckling, sexualitet och identitet. De unga upplever att de är annorlunda, dåliga, fördärvade, smutsiga och stämplade. Så går det framför allt om händelseserien är långvarig, men även bara en enda händelse kan leda till samma sak. För att bli hel igen behöver den unga mycket stöd och ofta också professionell hjälp.

4.1 Unga fungerar inte på samma sätt som vuxna

Till ungdomen hör att de unga har många olika önskemål. De unga är ofta riskbenägna, omedvetna, nyfikna och upplevelseinriktade. Barnskyddslagen, sexuell myndighetsålder samt gränser också för bland annat försäljning av alkohol och tobak finns som skydd för unga som ännu inte själva kan skydda sig. Unga behöver således skyddas även på grund av deras oerfarenhet och experimentlusta, dvs. riskbenägenhet. Först runt myndighetsåldern utvecklas hjärnan så att den ungas riskbedömningsförmåga och ansvarskänsla samt förmåga att bedöma följder på lång sikt ökar. Denna utveckling av hjärnans frontallober fortsätter ända fram till 25-årsåldern.

Det är inte de ungas ansvar att förstå, identifiera, förebygga, förhindra, undvika, berätta om eller få slut på grooming, utnyttjande eller andra former av sexuellt våld. Att förstå situationen, återhämta sig och bearbeta händelsen påverkas negativt av att de unga ännu saknar ord, föreställningar och begrepp för att kunna arbeta med sin sexualitet till exempel verbalt eller i terapi. Av samma orsak (eller på grund av starka känslor av skam

eller posttraumatisk stress) är det svårt för dem att vid förhör beskriva vad som verkligen hände eller hur det faktiskt kändes. Många ungdomar saknar ord för att exempelvis kunna berätta vad de har sett eller vad som har gjorts med olika könsdelar. De talar bara om till exempel underliv eller att "någon gjorde någonting". De kan också använda samma ord, miner och tonfall som förövaren och upprepa dem: "Det var ingenting. Det var bara ett skämt. Det var kul. Vi bara porrade oss. Jag ville det". Det kan vara övermäktigt svårt att berätta om sin skam och sitt lidande. Dessa känslor kan också ha förträngts så starkt att det inte går att återkalla minnesbilderna.

Unga tar lätt till sig tanken att de är medskyldiga och att de genom sitt beteende själva har orsakat händelsen och genom att handla på annat sätt skulle ha kunnat undvika den. Tankarna börjar snurra och det mal i huvudet, vilket leder till självanklagelser som ytterligare förstör självkänslan: "Om jag inte hade besvarat meddelandena, skickat min bild, använt webbkameran eller gått till mötet. Om jag inte hade druckit alkohol, om jag inte hade bett om eller tagit emot en cigarrett eller ett prepaid-abonnemang, om jag hade varit mer frän när jag förbjöd hen att röra vid mig, om jag ändå hade berättat det för någon". Hos den unga uppstår tanken att hen borde ha varit klokare. Det är ett oskäligt krav när det är fråga om någon som är mitt i sin utveckling, men den unga förstår det inte själv. Därför förstår de sällan att de behöver söka hjälp eller vågar inte göra det och de ser inte förövarens ansvar, utan anklagar och straffar sig själva. Det kan ta sig uttryck i ångest, depression, olika psykosomatiska symtom, rusmedelsbruk och annat riskbeteende. Detta leder ofta till en negativ utveckling av de ungas sexualitet och självrespekt och förhindrar en balanserad utveckling, försvårar uppbyggnaden av självförtroendet och självaktningen, samt har en negativ inverkan på deras förmåga och mod att i framtiden skapa förtroendefulla och fungerande sexuella eller känslomässiga relationer med en jämbördig partner.

4.2 Vad svek betyder för unga

I ungdomsåren framhävs betydelsen av relationer till kamrater och personer utanför familjen i takt med att världen utanför hemmet får en allt starkare dragningskraft. Unga i skolåldern inriktar sig på nya relationer utanför de tidigare anknytningsrelationerna, och tillit får då en allt större betydelse och bedömningen av människors tillförlitlighet blir viktig. De unga betonar starkt vikten av rättvisa och aktar sig för att förlora sina vänners förtroende. Att bli utsatt för svek är särskilt skadligt, sårande och förnedrande. Det är ett stort misslyckande i de ungas utveckling mot vuxenlivet, i bedömningen av människor och i försöken att knyta vänskapsband. Det leder ofta till skador och äventyrar de ungas utveckling.

I groomingprocessen finns jämsides två olika världar och mål. Förövaren försöker uppnå målen för sina störningar av sexuell preferens. De unga har som mål att få stöd för sin självkänsla, sexualitet och självständighet. Först skapar de unga en positiv och trovärdig bild av förövaren och tror sig vara trygga. Bit för bit går det upp för dem att de inte har några speciella egenskaper och att det bakom de uppmuntrande kommentarerna inte finns några andra bevekelsegrunder än att uppmuntra dem att närma sig utnyttjaren. I

den ungas sinne förändras betydelsen av den upplevda kontakten på ett avgörande sätt. Målet med att hålla kontakt var inte att ge den unga stöd utan att utnyttja den unga.

När förövarens beräknande, manipulativa svek kommer till de ungas kännedom, sker en stark känsloreaktion och det uppstår någon form av trauma. De unga måste framöver leva med det faktum att de har trott på, låtit sig förledas av och litat på förövaren. De unga har varit naiva och avslöjat mycket känsliga och privata uppgifter om sin sexuella utveckling och sina första sexuella erfarenheter, bedrifter, njutningar och rädslor. Unga som utsatts för grooming och sexuella brott inser att de blivit föremål för ett övervägt, grymt och sårande svek. De blir då medvetna om maktrelationerna i och riskerna med det som har skett. De unga har varit aningslösa och ett lämpligt och enkelt mål för förövaren. De förstår att de har öppnat sig för en självisk, svekfull och manipulativ förövare av brott som är i total avsaknad av vänskapliga, empatiska eller välvilliga känslor för de unga. Detta kan ofta äventyra den normala utvecklingen.

Unga som har visat tillit och bedömt situationen helt fel, kan få panik, men klarar ofta på grund av skam och skuld-känslor inte av att söka stöd av någon. De har vanligen starka skuld-känslor med anledning av det som har skett och tänker till exempel "Jag borde ju ha förstått. Jag har varit dum. Jag är en idiot. Det är mitt eget fel!". Också detta traumatiserar de unga. De unga behöver ett direkt, finkänsligt och starkt stöd, annars kan det hända att de varaktigt koppla definitionerna "jag är dum, skyldig och dålig" till sin identitet". Detta kan leda till en allt starkare ångest, depression och självdestruktivitet. För de unga är det viktigt att få höra att det inte är deras fel och att det varken är fel eller brottsligt att visa förtroende och välvilja. Det är däremot sexuellt utnyttjande och grooming.

4.3 Svårigheter att berätta om vad som har hänt

När utredningen av brottet inleds blir gärningen "offentlig". Det börjar frågas och pratas om det som har hänt, händelser som den unga kanske upplevt som ångestskapande. Detta åstadkommer ofta ett nytt trauma som den unga kanske försöker förhindra. Det är en av orsakerna till att unga offer ibland starkt motsätter sig att det inleds en brottsundersökning eller att det överhuvudtaget pratas om saken. Den unga tvingas uppleva och stå ut med nya känslor av skam och förnedring när exempelvis brottsutredarna, de egna föräldrarna och människorna i rättssalen delges och ställs inför de händelser, upptagningar och samtal som har samband med gärningen – eventuellt publiceras materialet rentav i media. Nu avslöjas dessa hemliga händelser som, sedda i nytt ljus, kan vara mycket generande eller ångestskapande samt intima bilder eller beskrivningar av den ungas och således ofta av en ännu mycket oerfaren persons sexuella reaktioner, handlingar, fantasier och drömmar som var avsedda att delas bara inom en speciell förtroende- och anknytningsrelation.

För unga är det svårt att bemöta det faktum att de i början av sin sexuella utveckling utsatts för ett sexualbrott. Att erkänna att den egna sexualiteten utsatts för brott och myndigheternas ingående bedömningar av de handlingar med anknytning till brottet som de unga utfört frivilligt eller under tvång har

ofta en negativ och allvarlig inverkan på en balanserad utveckling och funktionsförmåga. Omständigheterna ovan försvårar utvecklingen av de ungas sexualitet och självrespekt, uppbyggnaden av deras självförtroende och självaktning och deras förmåga och mod att i framtiden skapa förtroendefulla och fungerande sexuella eller känslomässiga relationer med en jämbördig partner. Detta kan ta sig uttryck i känslomässiga störningar, såsom depression, oro och koncentrationssvårigheter, rusmedelsbruk, annat riskbeteende samt självdestruktivitet. Det kan också orsaka posttraumatiska stressyndrom.

4.4 Rädsla för att upptagningar sprids

Särskilt skadligt för de unga är osäkerheten när det gäller risken för spridning av deras egna och skickade intima meddelanden, bilder, videofilmer och andra upptagningar. Materialet kan spridas helt fritt till exempel på olika diskussionsfora, i bildgallerier eller i förövarens egna nätverk, som kan vara världsomspännande. Materialet kan aldrig utplånas från nätet. Detta leder till osäkerhet om hur många som har fått eller ännu kommer att få tillgång till en upptagning, hur många som har använt den för att tillfredsställa sig själv, vid utnyttjandet av andra unga, sålt den eller använt den i något annat syfte. De unga tvingas utveckla copingstrategier för att kunna leva med insikten om att den olagliga upptagningen sannolikt kommer att fortsätta användas för evigt i digitala medier och på annat sätt.

Om det går att identifiera den unga från upptagningen eller om den unga tror att det är möjligt eller annars tror att upptagningen kan kopplas till honom eller henne, måste den unga leva resten av livet med det faktum och insikten om att upptagningen kan dyka upp på nytt. Handlingen och de känslor som den väcker liksom det ogillande och behov av förklaringar som händelsen ger upphov till i omgivningen kan när som helst i framtiden aktiveras och bli offentlig, kräva förklaringar och tvinga den unga att möta den på nytt. Vem som helst kan få tag på upptagningen. Någon kan skicka den i syfte att skada objektet till exempel till partnerns e-post, hobbyklubbens kvällstillställning, till chefen eller till en släkting. Den unga måste acceptera det faktum att det som har gjorts inte kan göras ogjort och att följderna kanske aldrig tar slut.

Allt detta går upp för den unga samtidigt som hen tvingas hantera de känslor som sveket och utredningen av brottet ger upphov till. Det att händelsen för första gången blir offentlig gör att den unga känner sig skamsen, generad, sårad, orättvist behandlad, skyldig, ångestfylld och skräckslagen. Detta har ofta en skadlig och allvarlig inverkan på den ungas utveckling och kan rentav leda till ett nytt trauma.

Avslöjandet väcker vanligen starka känslor av vrede, hat, hämndbegär, hjälplöshet, skam och förnedring hos den unga. Den unga kan ibland rentav förlora sin förmåga att samarbeta. Att uthärda och hantera sina känslor binder en stor del av den ungas resurser och försvårar ofta hens utveckling och liv för långa perioder, ibland i flera år eller årtionden, alltid när hen börjar tänka på saken. Känslorna kan lätt leda till att prestationsförmågan i skolan sjunker drastiskt eller orsaka mardrömmar, relationsproblem, problem med självkänslan eller en traumatisk stressreaktion eller störning. För att undvika dessa mycket destruktiva kort-

och långvariga följder behöver offren erbjudas omedelbar och tillräcklig samtalsterapi samt ofta också psykoterapeutiskt stöd. Samtidig traumatiseras och skuldbeläggs den ungas närmiljö som då behöver hjälp och stöd för att kunna hantera situationen och ge stöd och bära offret på bästa möjliga sätt.

4.5 Det är skillnad om en gärning sker bara en gång eller upprepas

Sexuella förslag, yttranden, att skicka och ta emot bilder och videomaterial samt erbjudanden om köp av sex skadar ofta de unga.

Det är omöjligt att bara utifrån det som har hänt göra en bedömning av vilka följder varje enskild gärning har för var och en. Hur djupt traumat blir är summan av många variabler. Ibland kan en enda liten kortvarig händelse bryta ner hela personligheten och orsaka outplånliga skador på den psykiska funktionsförmågan och ge långvariga symtom för särskilt sårbara individer som befinner sig i en skör situation. Erfarenheterna från våra mottagningar visar att man inte kan bedöma gärningens betydelse för offret enbart utifrån om gärningen är av engångskaraktär, om den upprepas eller hur omfattande den är, utan det bör ske via offrets individuella erfarenhet och livshistoria.

Ett enda sexrelaterat yttrande påverkar en ung person, även om hen avbryter kontakten med förövaren. Den unga tvingas värdera sin säkerhet, kontaktens förmodade tillförlitlighet och förnuftigheten och trovärdigheten i hela det digitala mediasystemet. Medierna ger dock de unga tillgång till en ofta mycket betydelsefull och viktig relationsmiljö där de kan träffa vänner och föra fram sig själva och berätta om sig själva i en positiv anda. Efter händelsen blir de unga tvungna att ompröva hela användningen av medier och sitt sätt att framträda där. De unga överväger om de överhuvudtaget längre vågar publicera några bilder av sig själva, hur förövaren eventuellt följer upp dessa publikationer, om de själva gett upphov till eller i fortsättningen kommer att ge upphov till "felaktiga budskap", dvs. meddelanden som felaktigt uppfattas som sexuella budskap, om de själva på något komplicerat är skyldiga till det sexuella utnyttjandet eller om de någonsin mera kan lita på en ny bekantskap.

Unga som inte överhuvudtaget är intresserade av sexuellt laddade meddelanden kan plötsligt bli tvungna att ta emot och sätta gränser för sådana meddelanden, vilket inte är deras uppgift. För de unga introduceras en gränslös vuxensexuell begreppsvärld, aktiviteter och köpanbud, bilder och vuxnas fantasier, vilket kan vara mycket förvirrande, sårande, ångestskapande och skrämmande. Om de unga saknar en trygg och pålitlig närstående vuxen med vilken de öppet kan diskutera aktuella situationer och känslotillstånd, finns det en uppenbar risk för traumatiska följder av en gärning. De unga ska ha rätt att växa i fred och skyddas från ångestskapande förslag och budskap som inte lämpar sig för deras utvecklingsnivå och själva i egen takt genom sin utveckling få bygga upp ett intresse för intima sexuellt relaterade frågor på sin egen åldersnivå.

De unga kan upprepade gånger tvingas in i eller engageras i en groomingprocess. Också efter att de har utnyttjats sexuellt är digitala medier en naturlig plats för dem. Såväl de ungas kompisar som många tjänster

och funktioner i samhället finns i de digitala medierna. Digitala medier har en stor betydelse i de ungas liv liksom vid uppbyggnaden av deras självkänsla och identitet.

De unga utgår från att de kan identifiera och hantera liknande groomingsituationer. Därför kan de vara oförsiktiga och djärva i sina kontakter. De unga kanske tror att de inte än en gång kan utsättas för utnyttjande. De unga kan också vara sturska och tro att de kan ta hämnd på en förövare för att de utnyttjats. Efter att ha utnyttjats kan de ungas självkänsla vara så låg att de upplever att de inte är värda någon annan närhet än den de får i samband med ett utnyttjande och att de inte längre duger till ett jämbördigt förhållande. I sådana fall känns groomingprocessen bekant och upplevs som det enda sättet att få exempelvis uppmärksamhet.

Unga som är i behov av särskilt stöd eller unga som inte har fått lämplig terapi efter att ha utnyttjats, löper risk för nya kontakter som innebär utnyttjande. Då eftersträvar de unga inte en sexuell kontakt utan allt det övriga goda som kontakten medför, såsom uppmärksamhet, vänlighet, uppmuntran eller beundran. De unga kanske anar att följden blir sexuellt utnyttjande, men de kan ha ett så starkt behov av närhet att de går med på kontakten. I den nya groomingsituationen kan de unga omedvetet vägra se motiven för utnyttjandet.

Upprepade erfarenheter av grooming och sexuellt utnyttjande orsakar alltid ett nytt trauma. Med varje traumatisk erfarenhet sjunker den ungas självaktning och risken för självdestruktivitet ökar. Ingen kan veta vilken händelse då den unga utnyttjats som upplevs som värst eller som har fått den ungas hopp att försvinna. Efter upprepade traumatiska erfarenheter blir det svårare och mer komplicerat att hjälpa de unga på terapeutisk vägs och vägen till återhämtning förlängs eventuellt med flera år. Varje enskilt fall av utnyttjande bör granskas för sig och dess följder och betydelse bör bedömas från fall till fall.

4.6 De vanligaste copingstrategierna

Den vanligaste copingstrategin är att försöka glömma händelsen och låta bli att tänka på den och tala om den. Unga vill vara modiga och klara sig själva. Vanligen skäms de för sin tanklöshet och känner skuld för det som har hänt. De unga är ofta rädda för vuxnas ilska, för att föräldern inte ska tro på att de är oskyldiga eller att de straffas på något sätt för delaktighet. De är också rädda för att prata om saken med polisen eller i rätten. En del unga är rädda för att omhändertas eller tas in för tvångsvård om de berättar om utnyttjandet.

Nära inpå händelsen har de unga sällan kapacitet att hantera alla de känslor som den väcker och de trauman som de upplevt. De psykiska krafterna behövs för att de ska klara sig, för att fortsätta livet och gestalta händelserna så att de får någon form av samlad betydelse i livet. Symtom kan saknas eller de unga döljer dem för att slippa fundera desto mera över det som har hänt, för att inte oro sina närstående eller för att skydda dem. Direkt efter händelsen har de unga sällan tillräckligt med förmåga, vilja eller resurser för att ta itu med händelsen eller ens för att beskriva den verbalt. Traumat finns dock kvar och påverkar de unga som kan lida av även svåra traumatiska stressreaktioner, och de själva varken ser, medger eller upplever att det skulle ha någon koppling till det upplevda traumat. De unga kan känna stark ångest och deras funktionsförmåga kan

plötsligt försämras utan att de kopplar det till sina minnesbilder av traumat. Ofta debuterar symtomen först senare när situationen tar gestalt i den ungas sinne. Ett obehandlat trauma kan ge upphov till svåra situationer också senare i livet.

En del av de ungdomar som utsatts för grooming och utnyttjande kan under en lång tid vara symptomfria, glada, klara sig själva, rentav ta hand om andra unga och bete sig särskilt vuxet. De kan undvika känslor av skam och förnedring genom att förneka och skjuta ifrån sig allt negativt. De försäkrar med ett leende att ingenting har hänt eller att det åtminstone inte stör dem och att det bara var en fånig och rolig lek. Den unga kan säga: "Det är min bästa vän, visst får han göra så." Dessa till synes "duktiga unga" blir i början lätt utan det stöd och den hjälp som de behöver för att klara av att hantera sitt trauma. I sina normala sysslor och dagliga rutiner kan de unga på alla sätt tränga bort traumat och visa sig duktiga. När de är ensamma, till exempel om kvällarna, vaknar dock ångesten och de unga kan börja använda alkohol och droger, skära sig själva eller inleda sexkontakter som skadar deras utveckling. Detta gör att de unga mår ännu sämre.

4.7 Uppkomsten av posttraumatiskt stressyndrom

En enda händelse som innebär en stark chock, rädsla, otrygghet eller manipulativt svek kan leda till kraftiga symtom eller exempelvis posttraumatisk stress. Ju mer genomgripande det unga offret under pågående gärning upplever att ha förlorat kontrollen över situationen och ju starkare offrets upplevelse av lidande är desto större är sannolikheten att hen kommer att utveckla symtom, såsom posttraumatisk stress och depression. Skadan är inte entydigt beroende av definitionen av gärningen, utan av offrets psykiska upplevelse. Hos en ung person som är stadd i utveckling påverkar ett sådant psykiskt trauma ofta hans eller hennes senare sexuella utveckling i sin helhet och personens förmåga till förtroendefull närhet och njutning. Det är mer sannolikt att ett posttraumatiskt stressyndrom uppkommer till följd av ett trauma i en relation än exempelvis efter en naturkatastrof. Vid grooming och utnyttjande är unga ofta handfallna, förvirrade, handlingsförlamade och framför allt utnyttjande kan utlösa en chock. Intensiteten i traumat och upplevelsen och tolkningen av det spelar en mycket stor roll för uppkomsten av posttraumatisk stress.

Komplexa och kaotiska erfarenheter och känslor flätas ofta samman vid grooming och sexuellt utnyttjande. Ångest, rädsla, nervositet, nyfikenhet och ibland också vällust varvas med varandra till en blandning, som kan lämna allvarliga och långvariga spår i de ungas sinne, kropp och utveckling. Om den unga har utsatts för en fysisk sexuell akt till exempel genom att förövaren gjort intrång i kroppen, leder smärtupplevelsen, hjälplösheten och rädslan för döden också till de följder som nämns ovan.

Förövaren kan uttrycka situationen på ett sätt som inte överensstämmer med det som verkligen hände, till exempel som en gemensam lek, som något välgörande, som en viktig lektion eller som en normal vänskapshandling. Detta ökar förvirringen och förhindrar på så sätt att man kan identifiera situationen och ingripa i den. Utnyttjare hänvisar ofta till att det i groomingprocessen var de unga själva som var aktiva och

fortsatte interagera och ta kontakt. Enligt förövarens beskrivning var den unga villig eller njöt av situationen, och därför kunde det sexuella utnyttjandet eller våldet inte ha varit skadligt. Allmänna forskningsrön om utnyttjande och arbetserfarenheter visar något helt annat.

4.8 Ointegrerade traumatiska upplevelser

Ett trauma byggs upp av outhärdliga och okontrollerbara situationer som upplevts som särskilt hotfulla. Dessa händelser bildar nervnät av traumatiska upplevelser och minnen. De integreras inte i den del av hjärnans nervnät som utgörs av sunt förnuft, omdöme, känslor och medvetenhet. Ett trauma utvecklas inte, förändras inte eller blir inte bättre med tiden utan lämplig behandling. Människan kan inte nödvändigtvis medvetet återkalla dessa traumatiska upplevelser i minnet. Ibland kan hon komma ihåg händelsen på ett ytligt plan helt utan känslolnnehåll eller minnesbilder av exempelvis smärtekänslor eller skräck.

Dessa traumatiska erfarenheter, dvs. nervnät av minnen som är isolerade från hjärnans normala funktioner innehåller en outhärdlig känsla med anknytning till den hotfulla situationen. Dessa ointegrerade känslolnnehåll varken utvecklas eller försvinner, eftersom människan inte har kontakt med dem. De outhärdliga känslor som är en del av känslolnnehållen utövar dock tidvis en påverkan utan personens egen kontroll. Dessa innehåll kan inte kontrolleras och kan automatiskt aktiveras utan att människan vilja och omdöme är delaktiga. Dessa automatiska aktiveringar tar sig uttryck i exempelvis mardrömmar och flashbacks och kan också verka störande på en trygg och önskad sexuell aktivitet. Nervnäten av minnen blir en ointegrerad del av människans erfarenheter och minnen. Denna dissociation kan orsaka bland annat minnesförlust och om den inte behandlas utöva påverkan under hela livet.

Senare i livet till exempel i en nära relation, vid sexuell kontakt eller i vilken situation som helst kan en beröring, ett ord, en min eller ett tonfall utlösa traumat och offret börjar återuppleva dessa fränkopplade erfarenheter. Det kan vara fråga om hot, rädsla, skräck, smärta och skuld eller ett behov av att underkasta sig, förföra, fly, behaga eller vad som helst som erfarenhetsmässigt råkar ingå i den aktiverade traumaupplevelsen. En traumatiserad människa förstår inte sitt beteende och kan inte kontrollera det, förklara det eller förändra det. Men det kan allvarligt störa människans upplevelse av sin sexualitet, påverka hur sexualiteten uttrycks till exempel i kvinnligt och manligt eller det kan förhindra all sexuell aktivitet.

Vid grooming förändras samtalstonen ofta från att ha varit vardaglig och vänlig till att bli sexuellt anspelande, sedan förledande och slutligen påtryckande och ibland också hotfullt utpressande. I fortsättningen kan då samtalstonen vara den faktor som utlöser traumat. Människan fungerar normalt tills samtalstonen i en relation som upplevs som trygg blir sexuellt laddad eller anspelande. Detta utlöser traumat, exempelvis en känsla av stor fara och hot, rentav en rädsla för att bli våldtagen. I sådana fall backar människan och klarar inte av att hantera ett förtroligt och tryggt sexuell nära förhållande. Alternativt måste hon agera utan ord och tal för att våga gå in i och klara av en sexuell relation.

5 Bedömning av senare verkningar

Ett sexuellt trauma som inträffat under den ungas utveckling blir en del av hans eller hennes sexualitet. Det åstadkommer omfattande förändringar i den ungas tänkesätt, känslor och beteende. Om det inte behandlas kan symtomen uppträda om och om igen i olika livsskeden och en del av verkningarna kan vara permanenta och gälla exempelvis jagbilden, självkänslan och relationen till andra människor. Därför är det svårt att på förhand bedöma omfattningen och arten av senare verkningar. Gärningarnas art är i sig bara en av de faktorer som påverkar traumatiseringens djup och följder. Många andra omständigheter med anknytning till de ungas liv, utveckling och miljö kan också starkt förutspå mängden och djupet när det gäller senare besvär och störningar. Särskilt sårbara är ungdomar som lever i otrygga förhållanden, som har tidigare traumatiska erfarenheter eller som är behov av särskilt stöd, såsom ungdomar med ADHD, autismspektrumstörningar och utvecklingsstörning. De är lätta offer för manipulativa utnyttjare som spelar rollen av trygga och vänliga vuxna.

För enskilda ungdomars del kommer tiden att utvisa hur stort traumat blir och vilka senare symptom de får. Alla ungdomar som inser att de blir utnyttjade kommer alltid att få skadad självkänsla och anklaga sig själva för det som har hänt.

Unga som utnyttjats sexuellt upplever så gott som alltid skam och förnedring. De unga upplever att de förändrats, är dåliga jämfört med tidigare och märkbart annorlunda än sina jämnåriga. De unga känner ofta att de stämplats som offer för utnyttjande, som naiva och dumma och att utnyttjandet syns på utsidan. Detta leder lätt till självförakt, nedvärdering och underskattning av sin person och märkbart ofta till en depressions- och ångests spiral. De unga kan vanligen inte redogöra för förändringen i jagbilden och känslolivet. Ungdomar vill behaga och få positiv feedback. Under ungdomsåren bygger man upp sin jagbild. Unga anser sig då ha blivit utnyttjade på grund av att de är annorlunda än andra, speciellt dåliga, onda eller värdelösa, vilket ökar villrådigheten och osäkerheten. Dessa upplevelser leder till sämre självkänsla, risk för depression och ångest, ett ofta likgiltigt hälsobeteende, försummelse av sin person eller hygien och ökad olycksfallsrisk. De unga kan ha en stark vilja att vara till lags, ständigt på jakt efter positiv feedback, använda mycket tid och pengar för att förbättra sitt utseende, tvätta sig jämt och ständigt eller tvärtom, vara likgiltig till exempel för sin kropp och andra människor. De bryr sig inte om hur de behandlas och vad som händer med dem. De kan uppleva att de förtjänar att bli dåligt bemötta. Också självskärning, ätstörningar och drogmissbruk samt många slags smärttillstånd är vanliga.

Det är mycket vanligt med insomningssvårigheter och mardrömmar, för tidig uppvakning och osammanhängande och orolig sömn, ibland rentav sömngätning. Nedstämdhet, koncentrationsproblem på grund av ständigt återkommande starka minnesbilder (flashbacks), rädslor och undvikande beteende, gråtmildhet och retlighet är också vanliga skadeverkningar. Skolresultaten försämras ofta och sjunker ibland dramatiskt. Problem i relationen till andra människor är vanliga.

De unga kan "iscensätta" sina erfarenheter, dvs. bearbeta ångestskapande händelser genom att utsätta andra för motsvarande händelser och iakttä hur de klarar av det. De bearbetar då sina outhärdliga upplevelser på ett aktivt plan. Det är ett vanligt sätt att bearbeta ångestskapande minnen och känslor i sådana fall när de unga saknar ord och uttryck för dem och ingen hjälper dem att ta sig ur traumat. De unga kan också själva åter hamna i en utnyttjandesituation. Den ångest och skuld som tidigare erfarenheter orsakar driver dem att återskapa händelsen. Eftersom de inte får hjälp och saknar adekvata begrepp, gör de det på ett aktivt plan.

Ångesten kan påverka livet negativt, det kan till exempel vara fråga om rädsla för sociala situationer eller klaustrofobi, uppskrämdhet och rädsla för beröring eller rädsla för människor som ser ut på ett visst sätt eller rädsla för vissa byggnader eller platser.

Vissa unga reagerar "i tysthet" genom att dra sig tillbaka från sociala kontakter eller fritidssysselsättningar och lider av olika känslomässiga problem, såsom ångest och rädsla. Det finns en risk för att den yttre symtomfriheten tolkas som snabb återhämtning. För att dölja att de mår dåligt, vårdas och är ångestfyllda kan de unga börja använda alkohol eller droger. Det är också vanligt med matrelaterade symptom, såsom hetsätande och uppkastningar eller snabb viktökning, när de försöker dämpa ångesten genom att äta. I samband med depression är det å andra sidan också vanligt med aptitlöshet och viktnedgång.

Om de unga inte får behandling förväxlar de ofta erfarenheterna av manipulation, svek, brottsliga gärningar och våld med normal sexualitet. Detta kan få den sexuella utvecklingen att stanna upp exempelvis i den meningen att de unga antingen inte överhuvudtaget kan eller vill uppleva sin sexualitet och sexuella förhållanden eller inte alls njuter av sex. Detta är mycket vanligt bland unga som vi har behandlat: de tillfredsställer inte sig själva och har ingen erfarenhet av sexuell upphetsning på sin åldersnivå, och de kan inte känna sexuell njutning. En eventuell samlagsaktivitet är mekanisk, utan känslor eller äger rum efter att de först har bedövat sig själva med något berusningsmedel. Den sexuella aktiviteten separeras från känslor och akten kommer kanske aldrig mer att ge en sådan total njutning som stärker hälsan och jagbilden som den annars skulle ge. Sexuella erfarenheter förknippas kanske inte med samhörighet och kärlek utan med prestation och tvång.

Det att de unga förknippar sin sexuella identitet med en känsla av värdelöshet kan leda till ett tvångsmässigt sexuellt beteende. Många ungdomar reagerar dramatiskt och ser världen i svartvitt enligt sin åldersnivå: de tänker att inget spelar någon roll, allt är redan förstört och all sex ändå är bara utnyttjande. En del unga bearbetar också sitt upplevda trauma genom att upprepa det gång på gång och blir utnyttjade om och om igen. I synnerhet upprepade och fortgående samt tvångsmässiga sexuella handlingar kan även leda till sexberoende. Traumatiska upplevelser har hos unga ofta en omfattande inverkan på de kognitiva prestationerna, vilket i praktiken yttrar sig till exempel som inlärningssvårigheter.

5.1 Symtom på allvarlig traumatisering

- snabb personlighetsförändring
- depression
- plötslig försämring av skolprestationer
- ökad skolfrånvaro
- gränslöst oskyddat och självskadligt sexuellt beteende
- fobiskt beteende som kommer plötsligt
- social isolering
- självdestruktivt och ostrukturerat beteende
- drogmissbruk
- ätstörningar
- plötslig, oförklarlig alienation från vänner och familj

5.2 Möjliga långtidsverkningar

- posttraumatiska stressreaktioner och stressyndrom
- skadliga, utnyttjande relationer
- narkotika- och alkoholberoende
- när personen har fått distans till händelsen och de egna erfarenheterna åter väcker händelsen till liv, till exempel när de egna barnen eller barnbarnen växer upp, följer en kraftig ångest då minnena och känslorna kommer till ytan. Detta kan leda till brutna relationer, allvarliga symtom eller behov av terapi
- depression, arbetsoförmåga, läkemedelsbehandlingar, långa sjukledigheter
- känslökyla
- mångskiftande problem på det sexuella området
- skadligt eller aggressivt sexuellt beteende

Till posttraumatiska stressyndrom hör tre typer av symtom som orsakas av **återupplevande av traumat, emotionell, dvs. känslomässig avtrubning och undvikande beteende samt förhöjd vakenhet.**

5.2.1 Återupplevande av traumat

Unga kan återuppleva ett trauma på många olika sätt. Vanligt är oroande minnen, så kallade flashbacks, som kan väckas till liv av i sig vardagliga orsaker: en hörsel förnimmelse, en doft eller en nyhet om en händelse som påminner om traumat kan utlösa minnena. Ibland finns det ingen särskild orsak till att minnet utlöses. Minnen kan ge upphov till såväl psykiska (rädsla, hjälplöshet, skräck) som fysiska reaktioner (smärta, illamående, svettningar, snabb puls, ökad andningsfrekvens) på samma sätt som när den unga upplevde traumat för första gången. Förekomsten av sådana panikartade och skrämmande, okontrollerade och övergripande reaktioner

upplevs som mycket svårt och energikrävande. Det kan medverka till en kraftig försämring av de ungas prestationsförmåga och leda exempelvis till svåra sömnproblem och ett undvikande beteende samt få prestationsnivån att rasa.

5.2.2 Undvikande beteende och avtrubning

Med undvikande symtom avses alla de sätt som de unga använder sig av för att undvika att tänka på ett trauma. De kan undvika föremål, situationer, människor, händelseplatser eller nyheter om händelser som påminner om traumat. Också förnimmelser som anknyter till traumat (ljud, lukter, smaker) är oroande och de unga undviker dem. Hos vissa kan det undvikande beteendet ta sig uttryck i att de glömmer de traumatiska händelserna eller viktiga detaljer i samband med det. Också genom att rikta uppmärksamheten på annat, till exempel studier, arbete eller andra aktiviteter, kan de tänka mindre på traumat. Det kan hända att de unga febrilt och oavbrutet söker något att göra för att förtränga de oroande tankarna ur sitt sinne.

Avtrubning av reaktionskänsligheten är ett annat sätt att undvika de känslor som traumat väcker. Om man inte kan hantera en outhärdlig händelse och inte ens vågar tänka på den, måste man stänga av alla förnimmelser och alla slags känslor. För de unga kan det kännas att få kontakt med eller uttrycka sina känslor. De kanske inte blir entusiastiska över något, och inte heller gläder sig över något. De kan känna sig emotionellt avtrubbade och så småningom isolera sig från andra människor. Intresset för aktiviteter som före traumat upplevdes som meningsfulla kan avta. Det kan vara svårt eller i det närmaste omöjligt att minnas traumat eller prata om det. Om man frågar de unga kan de inte berätta någonting om det som har hänt eller kan bara påminna sig någon lösryckt del av händelsen. De unga kan inte komma ihåg att de skulle ha känt något i samband med händelsen, trots att de annars kan berätta om den. De unga kan också ifrågasätta sin framtid och då kanske utgå från att de aldrig mer kommer att få exempelvis en partner, familj eller yrkeskarriär. De unga kan också vara rädda för att deras livslängd förkortas.

5.2.3 Förhöjd vakenhet

Efter ett trauma kan de unga vara ständigt på vakt och kan inte gå ner i varv och lugna ner sig. De så att säga försöker skärpa sina sinnen för att kunna identifiera en hotande fara så tidigt som möjligt och på så sätt undvika den. Denna förhöjda vakenhet kan leda till sömnproblem, vredesutbrott, koncentrationssvårigheter och låg irritationströskel. De unga kan uppleva att de ständigt är på sin vakt och söker tecken på fara. De unga kan också allt emellanåt lätt rycka till. Den ständiga vaksamheten riktar de ungas uppmärksamhet utanför dem själva och bort från deras inre spänningstillstånd. Men vissa händelser kan ändå få dem att överreagera. De unga kan vara osäkra och försäkra sig om sin trygghet genom att undvika allt som är obekant och oförutsebart. Detta kan också leda till ett tvångsbeteende, såsom att se efter att dörrarna är låsta eller kontrollera sitt eget beteende.

Symtomen kan vara lång- eller kortvariga. Om symtomen debuterar genast efter den traumatiska händelsen och varar mindre än en månad, talar man om en akut stressreaktion. Det är fråga om en störning, om symtomen varar över en månad och orsakar ett stort lidande eller har en störande inverkan på den ungas normala liv (vardag, skolarbete eller familjeliv). Ibland kan symtomen sätta in först efter en längre tid. Om symtomen inträder ett halvår efter traumat, är det fråga om posttraumatiskt stressyndrom med fördröjd debut.

5.3 Andra problem i samband med posttraumatiskt stressyndrom

Det är mycket vanligt att det i samband med posttraumatiska stressyndrom senare uppträder fysiska eller mentala problem, såsom depression, ångest eller drog- och alkoholmissbruk samt svårbehandlade smärttillstånd. Hos cirka hälften av alla vuxna män förekommer drog- och alkoholmissbruk och även beteendestörningar är förhållandevis allmänna. Det vanligaste problemet hos vuxna kvinnor efter en traumatisk händelse är depression. Andra problem hos kvinnor är olika slags rädslor, vanligast är rädsla för sociala situationer, samt missbruksproblem.

Också i sådana fall då det unga offret på grund av sin ålder inte fullt ut har förstått grooming- eller utnyttjandehändelsen, ska gärningen anses vara lika skadlig som i övriga fall. De unga kan senare i livet bli medvetna om utnyttjandet och om spridningen av eventuella upptagningar, vilket kan orsaka rädsla och ångest i samma mån som när de direkt inser vad som har hänt. Som en förmildrande omständighet kan man se det faktum att unga inte alltid ens har några egentliga minnesbilder från händelsen, men fantasibilderna – i stället för egentliga minnesbilder – kan vara lika skadliga som minnesbilderna från den faktiska upplevelsen. Också om unga har utsatts för grooming, försök till sexuellt utnyttjande eller utnyttjande i mycket ung ålder hotar det att skada deras grundläggande förtroende, världsbild och jagbild, eftersom de på grund av sin ålder vid händelsen inte har haft någon som helst möjlighet att ta kontroll över situationen.

6 Behov av vård och behandling samt sammanfattning och slutsatser

En expertgrupp vid social- och hälsovårdsministeriet har rekommenderat att det för unga redan när de hänvisas till utredningar om sexuellt utnyttjande och vid behov också för deras närstående systematiskt ordnas möjlighet till krisintervention. Än så länge finns mycket knapphändig information om de långsiktiga följderna av grooming och sexuellt utnyttjande relaterat till digitala medier.

Det är svårt att bedöma hur lång tid som behövs för nödvändig vård och behandling, eftersom det inte är direkt avhängigt av gärningens karaktär eller de ungas symptom. Behovet av terapi är beroende av de skador som tillfogats den unga. Det beror på den ungas personlighet, ålder, sårbarhet och erfarenheter i relation till händelsen eller händelserna och deras varaktighet och karaktär.

På grund av ett särskilt allvarligt trauma i ungdomen kan unga tas in på sjukhus för psykiatrisk vård. Det krävs vanligen år av regelbunden och fortlöpande terapi (cirka 2–10 år) och ofta behövs det nya återkommande terapiperioder i olika skeden av livet när erfarenheten aktiveras (cirka 1–5 gånger under en terapiperiod på ½ till 2 år). Unga som drabbats av ett lindrigare trauma kan på grund av den traumatiska händelsen behöva psykoterapi 1–2 gånger i veckan under 1–3 år.

Enligt vår erfarenhet är de unga ibland beredda att gå i terapi först flera år efter händelsen, om tilltron till de vuxna eller förmågan att hantera den traumatiska erfarenheten till en början ännu är ofullgången och bristfällig.

Hur lång tid som behövs för vård och behandling och i vilken omfattning liksom vård- och behandlingsform kan variera stort i olika faser och hos människor av olika slag. Såväl individuell terapi som grupp- och familjeterapi kan komma i fråga.

För att de unga ska må bra är det vanligen nödvändigt att de vuxna som stöder dem också erbjuds terapeutiska stödsamtal. Det är mycket ofta så att offrets föräldrar också visar tecken på posttraumatiskt stressyndrom, ångest, rädslor och depression när händelserna avslöjats. Även deras trygghetskänsla är splittrad, eftersom gränserna för det privata och familjen har rubbats. De har ofta också starka skuld känslor för att de inte har kunnat skydda den unga från att bli sexuellt utnyttjad. Jämsides med stödet till offret är det viktigt med stöd från närstående vuxna för att den vuxna

- a) inte psykiskt ska bryta samman utan i alla faser orka inrikta sig på att stödja den unga
- b) inte ska belasta den unga med sina symtom när den unga om och om igen behöver gå igenom det som har hänt.

Som stöd för familjemedlemmarna behövs det således terapeutiska stödsamtal omkring en gång i veckan ofta under ½–2 års tid.

De unga kan länge lyckas förneka sina känslor av hjälplöshet, skam, skuld och förnedring. Det att de unga inte har några direkta symtom innebär inte att gärningen inte skulle ha påverkat dem. De kan dock få "osynliga" symtom såsom fobier, sömn- eller ätstörningar eller ett tvångsmässigt kontrollbehov på något livsområde, som i fråga om skolframgång, motion eller kroppsvikt. En betydande del av skadeverkningarna kan visa sig mycket senare i en livssituation då balansen i livet och förmågan till kontroll har rubbats av andra orsaker. Det kan vara fråga om motgångar, tonårsångest, missfall eller förlossning, våldssituationer eller hot om våld i vuxen ålder. Den nya livssituationen eller utmaningen kan utlösa en kraftig reaktion med ångest och rädsla, depression eller självdestruktivitet, anorexi, bulimi eller annat liknande.

Det som sägs ovan intygar vi på heder och samvete.

Helsingfors 22.4.2014

Apter Dan, docent, specialist i kvinnosjukdomar och förlossningar

Cacciatore Raisa, barnpsykiater

Halonen Miila, läkare, sexualrådgivare

Kallio Maaret, socionom, sexualterapeut på specialnivå (NACS), handledare

Lehtonen Mika, psykiatrisk sjukskötare, sexualterapeut, psykoterapeut (VET)

Porras Kirsi, sjukskötare, sexualterapeut på specialnivå (NACS), handledare (STORY)

Santalahti Tarja, specialjukskötare, klinisk sexolog, krävande specialnivå (NACS), psykoterapeut (ET)

KÄLLOR:

- Apter, D., Cacciatore, R., Kotiranta-Ainamo, A., Porras, K., Brusila, P., 2006. Väestöliiton Seksuaaliterveysklinikan asiantuntija- ja lääkärinlausunto oikeudenkäyntiä varten – Lapsen seksuaalisen hyväksikäytön vaikutuksista.
- Boon, S., Steele, K., Hart, O. 2011. Traumaperäisen dissosiaatiohäiriön vakauttaminen. Traumaterapiakeskus. Kalevaprint Oy. Oulu.
- Boon, S., Steele, K., Van der Hart, O. 2011. Traumaperäisen dissosiaatiohäiriön vakauttaminen. Taito-ohjelma potilaille ja terapeuteille. Traumaterapiakeskus. Kalevaprint Oy. Oulu
- Brummer, M., Enckell, H. 2005. Lasten ja nuorten psykoterapia. WSOY. Juva.
- Brusila, P., Hyvärinen, S., Kallio, M., Porras, K., Sandberg, T. 2009. Eikö se kuulu kenellekään? Rohkene kohdata seksuaalisesti kaltoinkohdeltu nuori. VL-Markkinointi Oy.
- Cacciatore, R., Punamäki, R. Nuorten hyvin- ja pahoinvointi. Konsensuskokous 2010. Suomalainen lääkäriseura Duodecim. Suomen akatemia. Vammalan kirjapaino Oy.
- Cacciatore, R. 2008. Aggression portaat. Lapsen ja nuoren portaittainen aggressionhallinnan kehittyminen. Opetushallitus.
- Fergusson, D., Boden, J., Horwood, L. 2008. Exposure to childhood sexual and physical abuse adjustment in early adulthood. *Child abuse and Neglect* 32 (2008) 607-619.
- Hart, O., Nijenhuis, E., Steele, K. 2009. Vainottu mieli. Traumaterapiakeskus. Kalevaprint Oy. Oulu.
- Laiho, M., Lampainen, K., Porras, K., Kivinen, T., Aunio, M., Vuento, M., Holmberg, Y., Takkunen, H. (vuotta ei lue kirjasessa). Suojele minua kaikelta. Tietoa internetin ja digitaalisen median osuudesta lasten seksuaaliseen hyväksikäyttöön lasten kanssa ja heidän hyväkseen toimiville ammattilaisille.
- Lampainen, K. 2011. Grooming internetissä ja lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö. Pro gradu-tutkielma. Sosiologia. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Laukkanen, E. ym. 2006. Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Duodecim. Karisto Oy. Hämeenlinna.
- Odgen, M., Minton, K. Pain, C. 2009. Trauma ja keho. Sensomotorinen psykoterapia. Traumaterapiakeskus. Kalevaprint Oy. Oulu.
- Pelastakaa Lapset ry. 2011. Grooming internetissä ja lapsen seksuaalinen hyväksikäyttö. K-Print.
- Pelastakaa Lapset ry. 2011. Lasten kokema seksuaalinen häirintä ja hyväksikäyttö internetissä. K-Print.
- Pettersson, P. Suokas- Cunlife, A. Vainikainen, K. Traumaterapiakeskuksen loppuraportti 1999-2002. Matkalla eheäksi ja eläväksi. 2003
- Schulman, G. 2006. Aiheutuvatko psykoosit sittenkin useammin lapsuuden traumaista kuin geneeistä? *Psykoterapia*, 25(2), 83-97.
- Senn, T., Carey, M. 2010. Child Maltreatment and Women`s Adult Sexual Risk Behavior: Childhood Sexual abuse as a Unique Risk Factor. *Child Maltreat* 2010 15 (324-335)

Ylikomi, R., Virta, V. 2008. Raiskaustrauman hoito. Opas CPT - menetelmän käyttöön. PS -kustannus. Juva.