

Hur våld i nära relation påverkar psykisk hälsa

Nexus Socialförvaltningen

7 oktober 2025

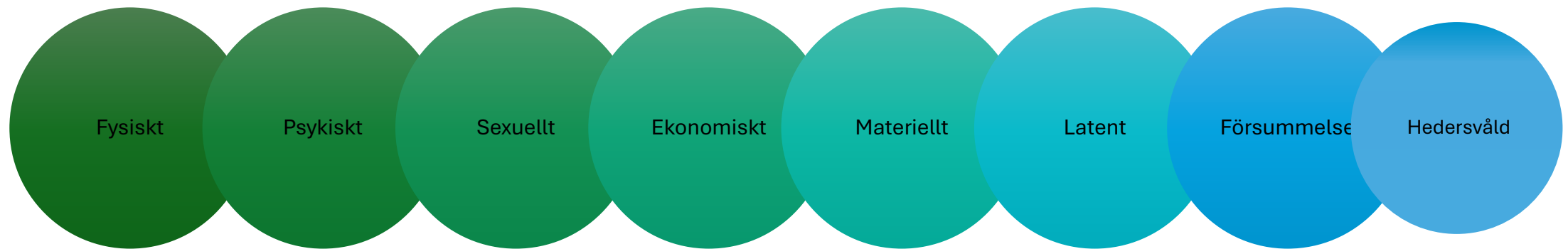
Veronica Wahlström, socionom/behandlare

Definition Våld

Är varje handling riktad mot en annan person som skadar, smärftar, skrämmer eller kränker och som får denna person att göra något mot sin vilja eller att avstå att göra något den vill

Fritt översatt från Per Isdal, Meningen med våld, 2001

Våldets karaktär



Våld och hälsa

- Var femte kvinna och var tjugonde man hade någon gång i sitt liv utsatts för allvarligt sexuellt våld.
- 14 procent av kvinnorna och 5 procent av männen hade som vuxna utsatts för fysiskt våld eller hot om fysiskt våld av en aktuell eller tidigare partner.
- 20 procent av kvinnorna och 8 procent av männen hade som vuxna utsatts för upprepat och systematiskt psykiskt våld av en aktuell eller tidigare partner.
- De som utsatts för allvarligt våld uppgav i betydligt högre utsträckning än andra symtom på depression, riskbruk av alkohol och självskadebeteende någon gång i livet.
- Kroppsliga symtom som till exempel huvudvärk, smärta i axlar eller nacke, yrsel eller återkommande tarmbesvär var vanligare bland dem som utsatts för våld jämfört med dem som inte utsatts.

Konsekvenser av våld

Kroppsliga besvär:
magproblem,
underlivssmärter, led-
och muskelvärk,
stelhet, huvudvärk

Depression,
nedstämdhet

Ångest, oro

PTSD

Rädsla

Stress och utmattning

Sänkt självkänsla

Ökad risk för beroende

Sömnpromblem

Ekonomiska problem

Osäker
bostadssituation

Arbetslöshet

Posttraumatisk stressyndrom (PTSD)

- Enskilda händelser som till exempel olyckor, misshandel, våldtäkt, brott eller naturkatastrofer kan leda till PTSD. Det kan också vara händelser som pågår under en längre tid, som till exempel:
våld i nära relationer.
- Symtomen är indelade i fyra grupper: påträngande minnen, undvikande av traumat, tankar och känslor, överspändhet.

Ohälsa av annat slag

- Mag- och tarmproblem
- Kroniska smärttillstånd av gynekologiskt slag
- Kroniska smärtor i muskler
- Ångest och depression

Nexus screening

Nexus screening

Datum:

Frågeformulär Självkänsla (Rosenberg, 1965)

Läs påståendena och ringa in den siffra som stämmer överens med dig. (Skala: 0=starkt oense 1=delvis oense 2= Stämmer delvis 3=helt överens)

1 Jag känner att jag är en värdefull person, åtminstone lika mycket som andra

0 1 2 3

2 Jag känner mig ibland verkligen oduglig

0 1 2 3

3 Jag tycker att jag har en massa goda egenskaper

0 1 2 3

4 Jag klarar av saker och ting lika bra som andra människor gör

0 1 2 3

5 Jag önskar att jag hade mer respekt för mig själv

0 1 2 3

6 Jag känner att jag har mycket att vara stolt över

0 1 2 3

7 Jag har en positiv och bra inställning till mig själv

0 1 2 3

8 På det hela taget är jag nöjd med mig själv

0 1 2 3

9 Då och då tycker jag att jag är rätt värdelös

0 1 2 3

10 Ibland tycker jag att jag inte är bra på någonting

0 1 2 3

Brunnsviken Brief Quality of life scale (BBQ)

Nedan följer 12 frågor om hur du upplever din livskvalitet. Vi undrar dels hur nöjd du är med olika områden av livet, samt hur viktigt respektive livsområde är. Ringa in den siffran som bäst överensstämmer med din upplevelse.

		Instämmer inte alls			Instämmer fullständigt	
1	Jag är nöjd med min fritid: jag har möjlighet att göra det jag vill för att slappna av och roa mig.	0	1	2	3	4
2	Min fritid är viktig för min livskvalitet.	0	1	2	3	4
3	Jag är nöjd med hur jag ser på livet: jag vet vad som betyder mycket för mig, vad jag tror på och vad jag vill göra med mitt liv.	0	1	2	3	4
4	Hur jag ser på livet är viktigt för min livskvalitet	0	1	2	3	4
5	Jag är nöjd med mina möjligheter att få vara kreativ: att få använda min fantasi i vardagen, inom en hobby, på jobbet eller i studier.	0	1	2	3	4
6	Att få vara kreativ är viktigt för min livskvalitet.	0	1	2	3	4
7	Jag är nöjd med mitt lärande: jag har möjlighet och lust att lära mig nya spännande saker och färdigheter som intresserar mig.	0	1	2	3	4
8	Lärande är viktigt för min livskvalitet.	0	1	2	3	4
9	Jag är nöjd med vänner och vänskap: jag har vänner som jag umgås med och som stöttar mig (så många vänner som jag vill ha och behöver).	0	1	2	3	4
10	Vänner och vänskap är viktigt för min livskvalitet.	0	1	2	3	4
11	Jag är nöjd med mig själv som individ: jag tycker om och respekterar mig själv.	0	1	2	3	4
12	Att jag är nöjd med mig själv som individ är viktigt för min livskvalitet.	0	1	2	3	4

MADRS självskattning

Sidan 1

Montgomery Åsberg Depression Rating Scale

Skattningsinstrumentet består av **nio** frågor där man kan få mellan 0 till 6 poäng (så teoretiskt kan man ha mellan 0-54 poäng totalt). Ju högre poäng desto mer deprimerad. Instrumentet är mycket väl studerat och används i många vetenskapliga utvärderingar av depression världen över. Avsikten med formuläret är att ge en detaljerad bild av ditt nuvarande sinnestillstånd. Vi vill alltså att du skall försöka gradera hur du mått under de senaste tre dygnet.

Formuläret innehåller en rad påståenden om hur man kan må i olika avseenden. Påståendena uttrycker olika grader av obehag, från frånvaro av obehag till maximalt uttalat obehag.

Välj det alternativ som du tycker bäst stämmer med hur du mått **de senaste tre dagarna**. Klicka endast i ett alternativ per fråga. Tänk inte alltför länge, utan försök arbeta snabbt.

Patientens namn

1. Sinnesstämning

Här ber vi dig beskriva din sinnesstämning, om du känner dig ledsen, tungsint eller dyster till mods. Tänk efter hur du har känt dig de senaste tre dagarna, om du har skiftat i humöret eller om det har varit i stort sett detsamma hela tiden, och försök särskilt komma ihåg om du har känt dig lättare till sinnes om det har hänt något positivt.

- ☐ 0 Jag kan känna mig glad eller ledsen, allt efter omständigheterna.
- ☐ 1 -
- ☐ 2 Jag känner mig nedstämd för det mesta, men ibland kan det kännas lättare.
- ☐ 3 -
- ☐ 4 Jag känner mig genomgående nedstämd och dyster. Jag kan inte glädja mig åt sådant som vanligen skulle göra mig glad.
- ☐ 5 -
- ☐ 6 Jag är totalt nedstämd och olycklig att jag inte kan tänka mig värre.

2. Oroskänslor

Här ber vi dig markera i vilken utsträckning du haft känslor av inre spänning, olust och ångest eller odefinierad rädsla under de senaste tre dagarna. Tänk särskilt på hur intensiva känslorna varit, och om de kommit och gått eller funnits hela tiden.

- ☐ 0 Jag känner mig mestadels lugn.
- ☐ 1 -
- ☐ 2 Ibland har jag obehagliga känslor av inre oro.
- ☐ 3 -
- ☐ 4 Jag har ofta en känsla av inre oro som ibland kan bli mycket stark, och som jag måste anstränga mig för att bemästra.
- ☐ 5 -
- ☐ 6 Jag har fruktansvärda, långvariga eller outhärdliga ångestkänslor.

LEC-5

Nedan listas ett antal svåra eller påfrestande upplevelser som kan drabba människor. För varje upplevelse, markera en eller flera av rutorna till höger för att visa att: (a) det *hände dig* personligen; (b) du *såg det* hända någon annan; (c) du *fick reda på* att det hände en nära familjemedlem eller nära vän; (d) du utsattes för det som *en del av ditt jobb* (till exempel ambulanspersonal, polis, militär eller räddningspersonal); (e) du är *osäker på* om det stämmer för dig; eller (f) det *gäller inte* dig. Var noggrann med att beakta *hela ditt liv* (uppväxt så väl som mogen ålder) när du går igenom listan av upplevelser.

Händelse	Hände mig	Såg det	Fick reda på det	Del av mitt jobb	Inte säker	Gäller inte
1. Naturkatastrof (till exempel översvämning, orkan, tornado eller jordbävning)						
2. Brand eller explosion						
3. Transportolycka (till exempel bilolycka, båtolycka, tågolycka eller flygolycka)						
4. Allvarlig olycka på arbetet, hemma eller under fritidsaktivitet						
5. Ursatt för giftiga ämnen (till exempel farliga kemikalier eller strålning)						
6. Fysisk misshandel (till exempel bli överfallen, slagen, sparkad eller misshandlad)						
7. Överfall med vapen (till exempel bli skjuten, knivhuggen, kniv- , pistol- eller bombhotad)						
8. Sexuellt överfall (våldtäkt, våldtäktsförsök, tvingad att genomföra någon sexuell handling genom våld eller hot om våld)						
9. Annan önskad eller obehaglig sexuell erfarenhet						
10. Strid eller vistelse i krigszon (i det militära eller som civilperson)						
11. Fångenskap (till exempel bli kidnappad, bortrövad, tagen som gisslan eller krigsfånge)						
12. Livshotande sjukdom eller skada						
13. Svårt mänskligt lidande						
14. Plötslig våldsam död (till exempel mord eller självmord)						
15. Dödsolycka						
16. Allvarlig skada eller dödsfall som du orsakade någon annan						
17. Någon annan mycket påfrestande händelse eller upplevelse						

<i>Under den senaste månaden, hur mycket var du besvärad av:</i>	<i>Inte alls</i>	<i>Lite grann</i>	<i>Måttligt</i>	<i>Ganska mycket</i>	<i>Extremt</i>
1. Upprepade, störande, och oönskade minnen av den stressfyllda erfarenheten?	0	1	2	3	4
2. Upprepade, störande drömmar om den stressfyllda erfarenheten?	0	1	2	3	4
3. Plötsligt känner eller agerar som om den stressfyllda erfarenheten faktiskt händer igen (som om du var faktiskt tillbaka, återupplevde den)?	0	1	2	3	4
4. Känna sig mycket upprörd när något påminde dig om den stressfyllda erfarenheten?	0	1	2	3	4
5. Ha starka fysiska reaktioner när något påminde dig om den stressfyllda erfarenheten (till exempel, bultande hjärta, andningssvårigheter, svettning)?	0	1	2	3	4
6. Undvika minnen, tankar, eller känslor relaterade till den stressfyllda erfarenheten?	0	1	2	3	4
7. Undvika yttre påminnelser om den stressfyllda erfarenheten (till exempel, människor, platser, samtal, aktiviteter, objekt, eller situationer)?	0	1	2	3	4
8. Problem att komma ihåg viktiga delar av den stressfyllda erfarenheten?	0	1	2	3	4
9. Ha starka negativa föreställningar om dig själv, andra människor, eller världen (till exempel, ha tankar som: Jag är dålig, det är något allvarligt fel med mig, ingen kan lita på, världen är fullständigt farlig)?	0	1	2	3	4
10. Beskylla dig själv eller någon annan för den stressfyllda erfarenheten eller det som hände efter den?	0	1	2	3	4
11. Ha starka negativa känslor som rädsla, fasa, ilska, skuld, eller skam?	0	1	2	3	4
12. Förlust av intresse i aktiviteter som du brukade njuta av?	0	1	2	3	4
13. Känna sig avlägsen eller avskuren från andra människor?	0	1	2	3	4
14. Problem att uppleva positiva känslor (till exempel, vara oförmögen att känna lycka eller ha känslor av kärlek för människor nära dig)?	0	1	2	3	4
15. Irriterat beteende, ilskeutbrott, eller agera aggressivt?	0	1	2	3	4
16. Ta för många risker eller göra saker som kan orsaka dig skada?	0	1	2	3	4
17. Vara "superalert" eller vaksam eller på vakt?	0	1	2	3	4
18. Känna sig nervös eller lättskrämd?	0	1	2	3	4
19. Ha svårt att koncentrera sig?	0	1	2	3	4
20. Problem att somna eller att sova ihållande?	0	1	2	3	4

PCL-5 (8/14/2013) Weathers, Litz, Keane, Palmieri, Marx, & Schnurr – National Center for PTSD

Nexus

Öppet för alla, oavsett könstillhörighet från 18 år, som utsätts eller har utsatts för våld i nära relationer och hedersrelaterat våld och förtryck, samt sexuell exploatering.

- Bedriver både myndighetsarbete och öppenvård insatser
- Bemannas av 8 socialsekreterare, 2 behandlare, 1 teamledare, 1 enhetschef och 1 administratör
- Öppet dagtid (vardagar)
- Möjlighet till snabb kontakt och hjälp
- Möjlighet till anonymt stöd och rådgivning
- Bygger på frivillighet
- Anmälningssplikt i enlighet med 19 kap 1§ SoL

Insatser hos Nexus

- Skyddat boende
- Praktiskt stöd och hjälp
- Samtalskontakt
 - Stödsamtal
 - Strukturerade stödsamtal
 - Kvinnogrupp

Nexus

Öppet måndag till fredag kl. 9-16

Akut tid erbjuds varje dag.

Telefon 018-727 52 47

Svartbäcksgatan 17 intill Stadsbiblioteket
ingång via Café Kardemumma



FRÅGOR?

