

Våld i nära relationer

Lästips från sjukhusbiblioteket



**Sjukhusbiblioteken i Värmland
2025**

Denna broschyr med lästips innehåller ett urval av allt som finns att läsa inom detta ämne. Det är Sjukhusbiblioteken i Värmland som gjort broschyren och böckerna finns att låna hos oss. Det vi tipsar om kan även finnas som ljudböcker och e-böcker.

... och han sparkade mamma : Trappanmodellen i möte med barn som bevittnat våld (2010)

Av Ami Arnell & Inger Ekbom

En handbok i hur man praktiskt arbetar med barn som bevittnat våld i hemmet enligt trappanmodellen. Modellen är en form av kris-samtal som utarbetades av Rädda Barnen i slutet av 1990-talet och som används av bland annat socialtjänsten. Författarna är psykolog och psykoterapeut samt socionom och psykoterapeut.

Att möta våldsutsatta män (2022)

Red. Mikael Skillmark & Christian Kullberg

En bok som riktar sig till professionella som i sitt arbete möter män som utsatts för våld. Den fokuserar på vilka genusaspekter som är viktiga vad gäller manliga våldsoffer, diskuterar olika mansroller och relationen mellan våldsutövande och män.

Att våga fråga – Handbok i att möta en våldsutsatt (2021)

Av Frida Walter

En liten handbok i hur man kan hjälpa någon som man misstänker blir utsatt för våld av sin partner. Boken ger insikt i mekanismerna kring våld i nära relationer, hur offret kan må och tänka, hur förövaren ofta går till våga och hur man som utomstående kan väcka frågan och hjälpa till.

Barn & unga i utsatta livssituationer (2020)

Red. Linnéa Bruno & Zulmir Bečević

En forskningsanalogi som bland annat tar upp hur man uppmärksammar när barn far illa, barn som utsätts för våld i sin familj och att upptäcka sexuella övergrepp. Boken är tänkt att användas som kursbok vid utbildningar inom till exempel socialt arbete och skola eller som stöd för yrkesverksamma som kommer i kontakt med utsatta barn och unga.

Barns och ungas utsatthet : våld och kränkningar i barns och ungas relationer (2019)

Red. Björn Johansson & Åsa Källström

Boken belyser vad det är som karaktäriserar just barns och ungas utsatthet för våld och kränkningar. Den beskriver olika former av våld och kränkningar i olika sociala situationer så som i familjen, i skolan, kärleksrelationer och i offentligheten. Boken riktar sig främst till yrkesverksamma och studerande inom socialt arbete.

Barns röster om våld : att lyssna, tolka och förstå (2015)

Av Maria Eriksson m.fl.

Hur ska utsatthet upptäckas, utredas och dokumenteras på ett sätt som förenar delaktighets- och omsorgsperspektiven? Kan någon skyddas och vara delaktig på en och samma gång? Författarna visar på hur ny forskning kan utveckla arbetet med barn som upplever våld i hemmet.

Heder : hedersrelaterat våld, förtryck och socialt arbete (2017)

Av Rúna í Baianstovu

Författaren vill med den här boken utmana vårt tänkande kring hedersrelaterat våld och förtryck. Frågan som drivs är hur samhället hanterat hedersrelaterat våld och dess konsekvenser. Boken vänder sig främst till socionomstudenter, socialarbetare och offentliga beslutsfattare.

Heder och hedersvåld : berättelser, fakta, fördomar (2017)

Av Jamila Hussein

Tvångsäktenskap, könsstympning och hedersvåld är idag en del av den svenska vardagen. Författaren in dessa fenomen i sitt historiska, sociala och kulturella sammanhang. Hon har intervjuat gärningsmän i Mellanöstern och tonårsflickor som drabbats eller hotats i Sverige och belyser konkret de kulturkrockar som kan uppstå.

Hur går hon? Om att stödja misshandlade kvinnors uppbrottsprocesser (2011)

Red. Viveka Enander

En fortsättning och fördjupning av Varför går hon?, en bok om de traumatiska band som binder en misshandlad kvinna till den man som misshandlar henne. Den nya boken ger inspiration och konkreta råd till alla som i sitt arbete vill bistå kvinnor som söker hjälp till uppbrott från en misshandlande partner.

I arbete med våldsutsatta kvinnor : handbok för yrkesverksamma (2018)

Av Josefin Grände, Lisa Lundberg & Maria Eriksson

En yrkesövergripande handledning som sätter samspelet mellan hjälparen och den utsatta i centrum. Författarna tar också upp vad man behöver veta för att på bästa sätt ge både praktiskt och psykologiskt stöd.

I skuggan av våldet (2021)

Av Margareta Hydén

En bok för dem som i sitt yrke kommer i kontakt med barn som bevittnat våld i nära relationer. Barn som bevittnat våld löper högre risk att utveckla till exempel psykiska och sociala problem senare i livet och den här boken förklarar barnens och deras sociala nätverks reaktioner på våld i familjen.

Intersektionella perspektiv på våld i nära relationer (2021)

Red. Linn Moser Hällen

Boken är skriven av ett flertal olika yrkesverksamma och forskare inom bland annat sociologi och socialt arbete. Den anlägger ett intersektionellt perspektiv på våld i nära relationer och tar upp olika grup- pers särskilda utsatthet på grund av samhälleliga strukturer. Exempel på grupper som tas upp i boken är personer med funktionsnedsättning, mödrar, kvinnor med missbruk, barn, äldre, HBTQ-personer och ekonomiskt utsatta.

Jobbet var min enda trygga plats : handbok för arbetsgivare om våld i nära relationer (2024)

Av Rita Grünbaum & Elin Holmgren

En bok för att hjälpa arbetsgivare att uppmärksamma om man misstänker att anställda utsätts för våld i nära relationer och hur man går tillväga för att stötta denna. Även hur man kan jobba med frågorna på arbetsplatsen, vilka tecken man ska leta efter, vilka frågor som är bra att ställa med mera.

Leva sitt liv : en bok om hedersrelaterat våld och förtryck (2017)

Utgiven av Brottsofferjouren i Sverige

Hedersrelaterat våld och förtryck är ett globalt problem som drabbar både flickor, pojkar, vuxna kvinnor och män som anses kränka familjens heder. Syftet med boken är att stödja kunskaps- och kompetensutvecklingen för ideella och yrkesverksamma som kan tänkas möta personer som blivit utsatta.

Motiverande samtal i arbete med våld i nära relationer (2020)

Av Livia Ortiz

En praktisk handbok som ger konkreta samtalsverktyg för att fråga om våld, motivera till förändring och hantera motstånd. Den tredje upplaga av boken har utökats med ett kapitel om kvinnor som våldsutövare och ett kapitel om våld i hbtqi-relationer.

Män som slår kvinnor (2010)

Av Lars-Åke Kastling

Socionomen Lars-Åke Kastling utgår från sina erfarenheter av att behandla män som misshandlar kvinnor och barn. Hans positiva budskap är att män som i samtalsterapi lär sig att uppfatta vad de känner kan få en ökad empati för andra och därmed välja bort våldet.

Mäns heder : att vara både offer och förövare (2016)

Av Astrid Schlytter & Devin Rexvid

Denna bok tar sin utgångspunkt i pojkars och unga mäns erfarenheter av att leva efter de villkor som gäller i hederskulturella sammanhang. Den stora frågan i boken är varför dessa pojkar och unga män som bor i Sverige inte bryter med de värderingar och normer som innebär att de bli utövar ett omfattande förtryck av sina systrar.

Nu går jag : handbok för dig som ska lämna en destruktiv relation (2021)

Av Frida Walter

En liten men slagfärdig bok som går rakt på sak och visar på hur man gör för att ta sig ur en dålig relation. Boken visar på när man är utsatt, var man vänder sig, hur man bevisar det, vilka som kan hjälpa till och vad som kan hända efteråt.

Smärtsam närhet (2020)

Av Brottsofferjouren Sverige

Boken är till för yrkesverksamma som möter personer som upplever våld i sin närhet. Boken visar till exempel fallbeskrivningar på olika typer av våld i nära relationer, olika typer av gärningsmän och hur offren kan få stöd.

Våld i hemmet – barns strategier (2012)

Av Carolina Överlien

Boken baseras på intervjuer med barn vilkas mammor sökt skydd på kvinnojourer. Den tar upp barnens upplevelse och strategier för, under och efter våldet och även forskning på området.

Våld i nära relationer (2013)

Av Justine van Lawick

Författaren anser att våldet är förbundet mer med känslor av vanmakt snarare än av makt. Hon ger ett flertal tips och förslag på hur par- eller familjeterapi kan användas för att få våldet att upphöra.

Våld i nära relationer : handbok för regional samverkan i Värmland (2019)

Länsstyrelsen Värmland

En handbok vars syfte är att vara ett stöd till den som i sitt arbete kommer i kontakt med personer som utsätts, eller utsätter andra för våld i nära relationer. Är ett samverkansdokument mellan organisationer och myndigheter i Värmland.

Våldet går inte i pension (2019)

Av Brottsofferjouren Sverige

En bok som handlar om våld mot äldre i nära relationer. Boken riktar till yrkesverksamma som möter äldre personer som kan vara utsatta för våld.

Våld i nära relationer : socialt arbete i forskning, teori och praktik (2018)

Av Eveliina Sinisalo & Linn Moser Hällen

Våld i nära relationer är ett komplext och utbrett samhällsproblem, den här boken belyser ämnet brett. Läsaren får kunskap baserad på den senaste forskningen men också beprövad erfarenhet och verktyg för att kunna skydda och stötta de som drabbas. Boken används inom socionomprogrammet men kan läsas av alla som jobbar med våldsutsatta.

Våldets kön (2020)

Av Gabriella Nilsson

Lärobok om våld och kön som kulturell företeelse, den tar upp våld i flera olika kontexter och perspektiv. Boken innehåller kapitel om mäns våld mot kvinnor, våld och sexualitet, kvinnors våld med flera. Boken riktar främst till studenter som i sitt yrke kommer komma i kontakt med våldsutövare och våldsutsatta.

Våldsutsatta kvinnor – samhällets ansvar (2019)

Red. Gun Heimer m.fl.

Kunskap om våld mot kvinnor är en förutsättning för att kunna ge utsatta kvinnor och deras barn rätt hjälp och stöd. Boken är indelad i tre delar första delen handlar om mäns våld mot kvinnor och brotts-offrens situation. Den andra delen handlar om myndigheternas ansvarsområden och samverkan, dessa kapitel syftar till att vara ett stöd för personal som kommer i kontakt med våldsutsatta kvinnor. Den tredje och sista delen handlar om andra samhällsaktörer, till exempel ideella organisationer och deras arbete på området.

Vårdmöten vid våld i nära relationer (2024)

Av Eva Sundborg

Boken riktar sig till studenter och yrkesverksamma inom hälso- och sjukvård och syftar till att synliggöra våldsutsatta och diskuterar hur man på bästa sättet kan bemöta dessa.

You go girl : att våga lämna kränkande kärleksrelationer (2017)

Av Karin Nordlander & Linda Newnham

Boken vänder sig till kvinnor som befunnit sig eller befinner sig i kränkande, destruktiva relationer, som blivit slagna och förminskade, fysiskt eller mentalt och som behöver stöd och uppmuntran för att orka ta sig ur en dålig relation. Men det är också en handbok fylld med tips och energi. Den vill visa hur man hittar kraften igen, hur man bryter sina mönster och istället bygger sunda, roliga relationer som får en att växa.

Äldre personers utsatthet för våld i nära relationer (2022)

Red. Lena Östlund

Lärobok som syftar till att belysa våld i nära relationer mot äldre personer, vad olika myndigheter har för ansvar och vilket stöd man kan ge äldre som drabbas. Boken riktas främst till studenter inom socialt arbete, vård eller omsorg.

Övergiven eller stöttad? : våldsutsatta kvinnors erfarenheter av bemötande inom hälso- och sjukvården (2013)

Av Eva Wendt & Viveka Enander

De intervjuade kvinnorna i boken beskriver både positiva och negati- va erfarenheter av enskilda möten med hälso- och sjukvårds- personal. Även hälso- och sjukvårdsorganisationens ansvar tas upp.

Personliga berättelser

Anna och hennes systrar (2021)

Av Tina Olsby

Författaren har länge varit engagerad i kvinnojoursrörelsen. I boken berättar hon om åtta olika kvinnors historier av våld och kränkningar i nära relationer och hur de tog sig ur det. Kvinnorna i boken är fiktiva, men bygger på verkliga personer som författaren mött.

Den ofrivilliga bruden (2021)

Av Elisabet Omsén & Miranda Ebrahimi

Boken handlar om Miranda som vid 13 års ålder blir bortgift mot sin vilja med en vuxen man i Iran. Under det Iran-Irakiska kriget flyr de till Sverige där myndigheterna ser mellan fingrarna. Det är en bok om mäns våld mot kvinnor och en flickas kamp att få leva sitt eget liv.

Det jag trodde var kärlek (2024)

Av Anna Lindman

Anna Lindman delar med sig av sin egen berättelse om att bli utsatt för psykisk misshandel av en partner och hon har även intervjuat flera andra personer som råkat ut för samma sak. Även om psykisk misshandel inte lämnar blåmärken kan det ändå ge men för livet.

En våldsam kärlek (2023)

Av Jessica MacDowall

Jessica MacDowall berättar i boken öppet om sitt 10 år långa förhållande med en kontrollerande våldsam man. Förhållandet börjar som en romantisk saga och blir snabbt seriöst, men snart visar mannen sina mindre attraktiva sidor och den psykiska och fysiska misshandeln börjar. Trots det stannar hon kvar och hoppas på förändring, de gifter sig och får två barn ihop, men hans beteenden blir bara värre och värre till hon bestämmer sig för att lämna. I boken beskriver hon även sin kamp ekonomiskt och juridiskt för att bli fri honom.

För ditt eget bästa (2019)

Av Pia Johansson & Anna Carsall

Boken är Pia Johanssons berättelse om att förälska sig i en man som genom deras förhållande bryter ner henne både fysiskt och psykiskt. I boken visar hon hur lätt det kan hända att man flyttar sina egna gränser för någon annans skull och hon hoppas att hennes berättelse kan förhindra att andra behöver gå igenom samma sak.

Gaslightad (2022)

Av Sofia Larsson

I boken berättar Sofia om sin relation med en man som började som en översvallande förälskelse och som utvecklas till psykisk och sexuell misshandel. Under deras förhållande lyckas mannen övertyga henne om att hon är psykiskt sjuk tills hon inte längre kan ta egna beslut och till slut också tappar viljan att leva. Det är också en berättelse om hur hon tog sig ur förhållandet, de ärr det lämnade kvar och hur hon kämpat för att bli hel igen.

I dina kvarter : en bok alla bör läsa, om mäns våld mot kvinnor (2023)

Av Ingegerd Smedensjö

Boken innehåller intervjuer med våldsutsatta kvinnor som berättar om sina upplevelser med våld i nära relationer och hur de tagit sig ur det. Den innehåller också delar med handfasta till den som är utsatt eller anhörig till någon man vet eller tror är utsatt om hur man går tillväga för att komma ur det eller hjälpa någon annan ur det.

I händelse av min död (2019)

Av Kerstin Weigl & Kristina Edblom

Författarna arbetar båda på Aftonbladet och i denna bok presenterar de sin granskning av kvinnor som mördats av sina män och pojkvänner i Sverige. De har även intervjuat flertalet anhöriga däribland flera utav barnen som mist sin mamma, ibland på grund av sin pappa.

Josas bok (2020)

Av Marie Nilsson Lind

Marie Nilsson Linds bok om systemen Josefin Nilsson, sångerska och skådespelerska, som hamnar i ett destruktivt och våldsamt förhållande med en man som misshandlar henne fysiskt och psykiskt.

Kvinnofridsmyten : när skyddsnäten brister (2017)

Av Kristina Loveby

Författaren överlevde våldet hon utsattes för i många år till skillnad från hennes hund och barnet i hennes mage. I boken får vi följa hennes flykt från en våldsam man och ta del av kvinnojourernas insida. En skrämmande beskrivning av en kvinnas erfarenheter och kamp för trygghet och frid i sitt hem.

Om att överleva : ett vittnesmål om hedersvåld och förtryck (2017)

Av Ahmad Mahmoud

I boken beskrivs ett parallellsamhälle, "Ghetto Askeroed", i en sluten kultur, i en förort i Danmark. Här gäller egna lagar och regler. Ahmad växer upp här och blir mobbad pga sin övervikt. Han väljer att efter gymnasiet bryta upp från sin uppväxtkultur, bort från faderns envælde, bort från moderns doftande mat och slöja och från syskonens mobbning, förortens våld, kriminalitet och arrangerade äktenskap.

Psykopatens handbok : mitt liv med en psykopat (2022)

Av Maria Oldenstedt

Maria levde i tio år ihop med en man som misshandlade henne fysiskt såväl som psykiskt. I boken berättar hon hur han systematiskt gick tillväga för att nässla sig in i hennes liv och sedan hålla henne kvar trots övergreppen genom att bryta ner hennes självkänsla. Genom att synliggöra förövarnas metoder vill hon med boken hjälpa andra från att hamna i samma fälla.

Vi bryter tystnaden (2020)

Red. Pia Eklund

En antologi med flertal personliga berättelser från kvinnor som farit illa fysiskt, psykiskt, sexuellt och ekonomiskt i parrelationer. Även berättelser från anhöriga finns såväl som tips och råd från författaren och ett kapitel av psykologen Eva Rusz som tidigare bland annat skrivit boken Är du gift med en psykopat (2005)

Mer på webben:

1177: Att bli utsatt för våld i nära relationer

Denna text handlar framför allt om våld i parrelationer, men mycket av det som står är samma för andra slags relationer där våld förekommer. Här finns tips och råd även till den som inte är beredd att lämna relationen och kontaktpuppgifter till hjälporganisationer.

1177.se/varmland/liv--halsa/overgrepp-och-sexuella-trakasserier/att-bli-utsatt-for-vald-i-nara-relationer/

BRIS - Barnens rätt i samhället:

En av Sveriges ledande barnrättsorganisationer som arbetar för ett bättre samhälle för barn. Med barnkonventionen som grund stöttar Bris barn i utsatta situationer, mobiliserar samhället och påverkar beslutsfattare. BRIS har bland annat en stöddlinje som har öppet dygnet runt via telefon, chat eller mail. Tel: 11611

bris.se

Brottsförebyggande rådet

Brottsförebyggande rådet (Brå) är en myndighet som verkar för att brottsligheten minskar och tryggheten ökar i samhället. Här finns bland annat information om att förebygga våld i nära relationer.

bra.se

Jämställdhetsmyndigheten

Jämställdhetsmyndigheten analyserar och följer upp utvecklingen av de jämställdhetspolitiska målen. Här kan man hitta rapporter om bland annat mäns våld mot kvinnor, våld i nära relationer och heder-svåld.

jamstalldhetsmyndigheten.se/

Karlstads Kvinnojour Alla kvinnors hus

Ideell förening som inhyser kvinnojouren och tjejjouren i Karlstad och ingår i ROKS (Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige). Erbjuder bland annat hjälp och stöd för dem som är utsatt för hot eller våld, skyddat boende, stödsamtal, självhjälsgrupper, stöd vid kontakt med myndigheter.

karlstadskvinnojour.se/

Kvinnofridslinjen tel: 020-50 50 50

En nationell stödtelefon för den som utsatts för hot och våld.

Anhöriga är också välkomna att ringa. Öppet dygnet runt, samtalet är gratis och syns inte på telefonräkningen. Även du som möter våldsutsatta i ditt arbete kan ringa.

kvinnofridslinjen.se

Nationellt Centrum för Kvinnofrid, NCK

Ett kunskapscentrum vid Uppsala universitet. NCK arbetar för att höja kunskapen om mäns våld mot kvinnor och utveckla metoder för omhändertagande av våldsutsatta kvinnor.

nck.uu.se

NCK:s publikationer - Nationellt centrum för kvinnofrid (NCK) - Uppsala universitet. Här finns publikationer från Nationellt centrum för kvinnofrid att läsa som pdf-filer. Publikationerna presenteras kronologiskt med den senast publicerade överst i listan. Vissa av NCK:s publikationer finns också i tryckt format och går att beställa kostnadsfritt i begränsat antal.

nck.uu.se/kunskapsbanken/nck-s-publikationer/

Polisens informationssida om brott i nära relationer. Det är vanligt att tveka till att göra en polisanmälan när man är utsatt för våld i en relation. Kanske upplever du händelsen som privat eller känner skuld eller skam, anklagar dig själv eller misstror polisen. Det är viktigt att du får det stöd du behöver för att våga anmäla det som hänt.

Finns även på olika språk.

polisen.se/utsatt-for-brott/olika-typer-av-brott/brott-i-nara-relation/

ROKS - Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige. Roks kämpar för kvinnor, tjejers och barns rätt till liv fria från mäns våld. Roks organiserar den ideella kvinno- och tjejrörelsen, som fredar denna rätt. Alla jourer är ideella feministiska föreningar som är partipolitiskt och religiöst obundna.

roks.se

Socialstyrelsens sida med information om våld i nära relationer. Socialstyrelsens nationella kunskapsstöd med rekommendationer riktar sig till beslutsfattare och personal. Stödet ska hjälpa hälso- och sjukvården och tandvården i arbetet med bland annat upptäckt av våld i nära relationer.

socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/vald-och-brott/vald-i-nara-relationer/

Unizon

Unizon samlar över 130 kvinnojourer, tjejjourer och andra stödverksamheter som arbetar för ett jämställt samhälle fritt från våld. Jourerna stöttar, skyddar, förebygger och påverkar utifrån en kunskap om hur våld, genus och makt hänger ihop. Arbetet består främst av att stötta och skydda våldsutsatta kvinnor och deras barn, att arbeta förebyggande och stödjande med barn och unga, samt att skapa opinion och sprida kunskap.

unizon.se/

UMO

UMO är en webbplats för alla som är mellan 13 och 25 år. På UMO kan du hitta svar på frågor om sex, hälsa och relationer. Sveriges alla regioner är med och betalar för UMO. På sidan finns en flik om våld och kränkningar med information och råd.

umo.se/vald-och-krankningar/

Välkommen till Sjukhusbiblioteken i Värmland

Karlstad

010-831 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

Arvika

010-831 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

Torsby

010-834 74 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek