



STÖD  
VID  
HATBROTT

FOKUS PÅ HBTQI



# INNEHÅLL

- 3 Inledning
- 5 Vad är hatbrott?
- 11 Vanliga konsekvenser av hatbrott
- 19 Stöd till utsatta för hatbrott
- 29 Avslutande ord
- 30 Hbtqi-begreppslista
- 31 Referenser

Text och sammanställning: Maria Tillquist

Formgivning: [pushingbuttons.se](http://pushingbuttons.se)

Tryck: Åtta45, Stockholm 2022

# INLEDNING

RFSL har bedrivit en stödmottagning sedan 1998. Målgruppen är hbtqi-personer som har blivit utsatta för hatbrott och våld i nära relationer. Även närstående och vänner till våldsutsatta hbtqi-personer är välkomna liksom personer som i sitt yrke möter våldsutsatta hbtqi-personer (se begreppslista längst bak).

Bakgrunden till denna skrift är att vi kuratorer på RFSL Stödmottagning har konstaterat att vi är unika i Sverige eftersom vi träffar så många människor som är eller har varit utsatta för hatbrott. Vi är en av få verksamheter som erbjuder stödsamtal särskilt utformade efter de behov människor som är utsatta för hatbrott har.

RFSL Stödmottagning jobbar inte enbart på individnivå utan också med opinionsbildning och med att synliggöra hbtqi-personers utsatthet för våld i nära relationer, hatbrott, sexuellt våld och hedersrelaterat våld.

Verksamheten har utvecklats till att bli ett kunskapscentrum för frågor om våld och hbtqi och vi anställda föreläser, deltar i statliga referensgrupper på området och medverkar i olika nätverk. Konsultation erbjuds för andra professionella, som exempelvis socialtjänst, ungdomsmottagningar, polis, skolkuratorer och kvinno- och brottsofferjourer.

Vi vill dela med oss av många års kunskap och erfarenhet och bidra till en ökad förståelse för hatbrott och hur det påverkar människor. Denna skrift är till för dig som träffar människor utsatta för hatbrott i ditt arbete. Tanken är att ge en lättillgänglig introduktion till vad hatbrott är och kan se ut. Vidare ges information om hur en individ kan må efter att ha utsatts för ett eller flera hatbrott. Därefter följer ett avsnitt om vilket stöd som bör ges vid utsatthet för hatbrott. Det finns ett flertal checklistor som är tänkta att bidra till tillgänglighet och underlätta för läsaren att plocka ut det viktigaste. Skriften ska kunna användas som en liten handbok för professionella och ge guidning i ”best practice”.







# VAD ÄR HATBROTT?

Juridiskt är hatbrott inte en egen brottsrubricering utan ett samlingsnamn för motiv att begå olika brott. I brottsbalken finns, förutom hets mot folkgrupp och olaga diskriminering, ingen specifik lag som reglerar den typ av brott som sammanfattas som hatbrott. Det är istället en straffskärpningsregel som gör att en gärningsperson får ett strängare straff för ett brott om det utförts med hatbrottsmotiv. Den juridiska innebörden av hatbrott utgår från införandet av en straffskärpningsregel för hatbrott 1994. Denna regel lyder:

[om] ett motiv för brottet varit att kränka en person, en folkgrupp eller en annan sådan grupp av personer på grund av ras, hudfärg, nationellt eller etniskt ursprung, trosbekännelse, sexuell läggning, könsöverskridande identitet eller uttryck eller annan liknande omständighet” (SFS 2018:1310)

Begreppet hatbrott kan vara otydligt och det används med olika definition av olika aktörer inom områden som rättsväsende, media, socialt arbete och forskning. Oklarheten kring begreppets innebörd har olika orsaker men grundar sig i att den exakta innebörden av den s.k. hatbrottsregeln aldrig har varit helt tydlig. Lagtext och förarbeten är otydligt formulerade och det saknas rättspraxis med vägledande hovrättsdomar. För den person som utsatts för hatbrott kan det vara viktigt att det erkänns som ett hatbrott för att få rätt stöd av polis, i rättsprocessen och för att få tillgång till stöd av socialtjänst och civilsamhälle. Även för hbtqi-gruppen som helhet så är det av vikt att

brott erkänns som hatbrott och hanteras som ett sådant av rättsväsende och myndigheter (Brax, 2019).

Om gärningspersonens avsikt är att kränka en person på grund av dess grupptillhörighet, exempelvis någons sexuella läggning, könsidentitet, könsuttryck, etnicitet, tro eller funktionsvariation/funktionsnedsättning så föreligger ett hatbrott. Exempelvis om någon blir hotad eller trakasserad för att gärningspersonen hatar och fördömer hbtqi-personer så har hen blivit utsatt för ett hatbrott.

Hatbrottens konsekvenser är allvarigare än andra brottstyper. Det har lett till att det inte bara i Sverige utan i flera europeiska länder finns särskilda lagar som gör det möjligt att utdöma högre straff om det finns ett hatbrottsmotiv. Jämfört med offer för andra former av våld, som exempelvis ett krogslagsmål eller våldsamt rån, så påverkas offer för hatbrott i större utsträckning då det upplevs angripa deras identitet, deras eget jag. Människor utsatta för hatbrott lider av mer depressiva besvär, ångest, ilska, sömnsvårigheter, koncentrationssvårigheter, rädsla och minskad känsla av säkerhet jämfört med andra brottsoffer. Offer för hatbrott är benägna att drabbas av posttraumatiskt stressyndrom (ptsd) eller av enstaka symptom av den typ som förekommer vid posttraumatisk stress. Effekterna av homo-, bi- och transfientliga brott och övergrepp kan gå djupare och pågå längre än effekterna av andra former av brott och övergrepp. Det kan orsaka en känsla av rädsla som hindrar människor från att vara sig själva och beror på att man känner sig attackerad i sin identitet, för att man är den man är (Ilganski, 2016).

Hatbrott är således ett samlingsbegrepp och kan utgöras av flera olika brott; såväl misshandel som ofredande som ärekränkning, klotter och skadegörelse. Det är gärningspersonens motiv till brottet som är centralt. De brottsliga gärningarna kan riktas mot enskilda individer, grupper och organisationer, men även mot exempelvis egendom och byggnader, såsom religiösa lokaler. Hatbrott innebär också en bristande respekt för grundläggande mänskliga rättigheter och människors lika värde. För individen kan brottet innebära ett angrepp mot den egna identiteten; samtidigt kan hatbrott även riktas brett mot olika befolkningsgrupper och därmed skapa otrygghet och rädsla hos många (Brå 2021).

Denna skrift fokuserar på hatbrott ur ett socialt perspektiv och hur vi kan hjälpa och stötta människor som har utsatts för hatbrott. Utifrån detta är det viktigt att förstå vad hatbrott kan vara och hur det kan gå till. Hatbrott kan exempelvis vara:



- Verbala övergrepp, som att kalla någon för nedvärderande ord
- Agera på ett hotfullt eller skrämmande sätt
- Hota via sociala medier, telefon eller brev
- Fysiska attacker, som att knuffa riva, bita, drag i håret, slå, sparka stänga in eller hålla fast
- Att stjäla eller skada tillhörigheter
- Skicka kränkande meddelanden
- Utpressning, inklusive att kräva pengar för att inte outa någon
- Sexuellt hotande eller våldsamt beteende som exempelvis att bli tafsad på eller tvingad att utföra sexuella handlingar
- Uppmuntra andra personer att kränka, attackera eller trakassera hbtqi-personer.

## Vem blir utsatt för hatbrott?

Vanligast förekommande är att någon blir utsatt för rasistiska och främlingsfientliga hatbrott på grund av hudfärg, nationalitet eller etnisk bakgrund. Sedan är hatbrott på grund av någons trosbekännelse, sexuella läggning, könsöverskridande identitet och könsuttryck förekommande. Det spelar ingen roll om den som blir utsatt tillhör gruppen eller inte, det är gärningspersonens motiv som avgör om det är ett hatbrott eller inte. Denna skrift fokuserar främst på hbtqi-personers utsatthet för hatbrott.

Många hbtqi-personer utsätts för hot och våld under lång tid och i olika sammanhang, vilket leder till en normalisering att utsättas för våld. Erfarenheter av att bli missförstådd och utsatt av okända människor men också av närstående eller bekanta är vanliga. Upprepad erfarenhet av utsatthet kan många gånger leda till misstänksamhet och låg tilltro till omgivningen. Hatbrott drabbar ofta en människa utifrån vad gärningspersonen uppfattar eller tolkar som något som bryter mot normer i samhället.

Transpersoner löper större risk att drabbas av våld eller trakasserier med hatmotiv än övriga hbtqi-personer (Iganski 2016, Folkhälsomyndigheten 2015). Många transpersoner utsätts för upprepat våld och hot under lång tid och i olika sammanhang och av olika gärningspersoner. Erfarenheter av att bli missförstådd och utsatt av okända människor men också av närstående eller bekanta är vanliga.

Det händer att transpersoner utsätts för homofobiska hatbrott och blir kallade för nedsättande ord om homosexuella trots att skällsordet egentligen refererar till sexuell läggning. Att en person utsätts för hatbrott kan handla om att den har ett utseende eller ett könsuttryck som andra reagerar på eller finner provocerande. Normer och förväntningar ser olika ut utifrån kön och väcker olika reaktioner kopplat till maskulinitet och femininitet. Hbtqi-personer berättar att de hållit "fel" person i handen, haft "fel" frisyra eller "fel" sätt att röra sig som orsak till att de utsatts för våld.

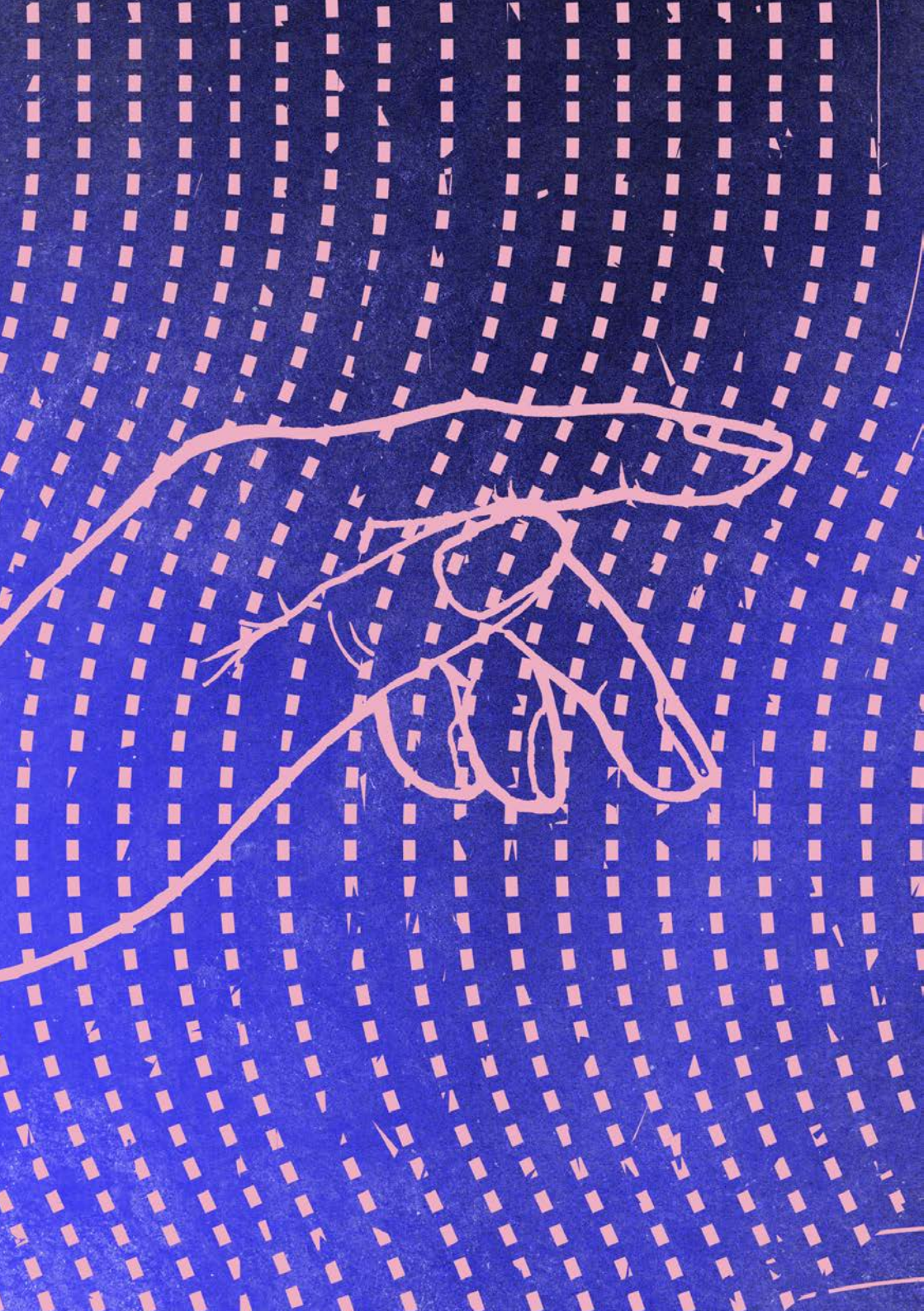
Homo- bi- och transfobi och fientlighet mot hbtqi-personer finns i hela samhället. Det kan vara subtila kränkningar, till exempel att någon i maktposition uttalar negativa generaliseringar om homosexuella. Kränkningen är inte riktad mot en specifik person utan rör en hel grupp men skapar likväl otrygghet och osäkerhet hos den enskilda.

Hatbrott handlar om maktordningar och att visa offret för hatbrottet hur saker "ska vara" eller "inte får vara". Andra faktorer som påverkar utsatthet för homo- bi- och transfobiska hatbrott är socioekonomisk status, hudfärg, religion, uppväxtvillkor och ålder. De personer som har möjligheten att välja var och med vem de vill bo har ett tryggare liv och är ofta mindre utsatta. Andra hbtqi-personer som exempelvis har en svår ekonomisk situation och inte har råd med eget boende eller som lever med utsatthet för hedersrelaterat våld och förtryck kan vara mer utsatta för hatbrott. En trygg livssituation och stabil ekonomi gör att det går att göra helt andra val och på så sätt undvika vissa risker. Här finns även ett åldersperspektiv som påverkar, unga personer rör sig oftare i offentligheten på kvällar och nätter vilket ökar utsattheten i denna grupp.











# VANLIGA KONSEKVENSER AV HATBROTT

Hatbrott är inte bara ett angrepp på en persons fysiska jag utan är också ett angrepp på identiteten. Reaktionen och konsekvenser av hatbrott ser olika ut för olika människor men det finns vanliga konsekvenser som drabbar många av de som utsätts för hatbrott. Exempelvis berättar flera om en känsla av att inte vara respekterad, och föreställningar om att andra hatar eller ogillar en, en ständig rädsla och otrygghet eller ofrivillig ensamhet. Andra berättar om rädsla för att det som hänt ska hända igen eller att personen hamnar i ett tillstånd där den känner att “faror lurar överallt”. Sammantaget är reaktionerna en tydlig beskrivning av minoritetsstress, se avsnitt nedan. Efter avsnittet om minoritetsstress följer avsnitt om återkommande reaktioner och konsekvenser som är mycket vanliga vid utsatthet för hatbrott.

## **Minoritetsstress**

De flesta personer som RFSL Stödmottagning möter har erfarenhet av minoritetsstress, stressfaktorer som individer från stigmatiserade minoritetsgrupper utsätts för och som leder till psykosocial stress. Begreppet beskriver den kroniska stress som riskerar att leda till sämre hälsa hos minoritetsgrupper jämfört med befolkningen i övrigt. Minoritetsstress är svårt att sätta ord på för många hbtqi-personer, den framträder snarare i berättelsen personen har av sig själv. Vid utsatthet för långvarig stress orsakad

av fördomar, utsatthet, diskriminering och negativt bemötande uppstår en belastning. Med hjälp av begreppet minoritetsstress kan vi se gemensamma nämnare mellan olika minoriteter, som att bli osynliggjord, ifrågasatt, diskriminerad och utsatt för våld för att man avviker från normen i samhället (Meyer, 2003). Minoritetsstress kan leda till riskmedvetenhet och en internalisering av en negativ självbild. Känslor av att självklara och grundläggande rättigheter som att få adekvat vård vid sjukdom inte omfattar en kan uppstå. Denna internalisering kan leda till att personer ser sig själv som orsak till våldet eller tycker att den får skylla sig själv och kan leda till att man känner skam. Personer kan förminska sig själva eller sina rättigheter och minoritetsstressen påverkar självbilden. Personer som tillhör flera minoriteter, exempelvis att vara hbtqi-person och kommit som flykting till Sverige, kan känna att de inte passar in någonsans vilket leder till en hög grad av minoritetsstress.

### **Hatbrott skadar mer**

De flesta som har utsatts för våld kan få både fysiska och emotionella skador. Enligt forskning så skadar hatbrott mer än andra våldsbrott, det psykologiska och emotionella lidandet är större. De som utsatts för hatbrott uppger ofta att de har svårt att klara av studier och arbete. Många tycker att hatbrottet påverkat deras relationer med vänner och familj negativt. De känner att de hade svårare att lita på nära och kära och upplever inte samma känslomässiga närhet i relationerna som tidigare. Många upplever problem med ångest, högre nivåer av depressiva känslor, nervositet, oro, svårt att ha förtroende för andra, ilska, sömnsvårigheter och koncentrationssvårigheter efter ett hatbrott. Detta kan också leda till depression, ångest, och missbruk. Som nämnts i inledningen så är människor som utsatts för hatbrott mer benägna att drabbas av posttraumatisk stress. Andra psykosomatiska konsekvenser som är vanliga är exempelvis huvudvärk, sömnsvårigheter, svårigheter att äta, magbesvär, trötthet och smärta i olika delar av kroppen (Iganski, 2016).

### **Personlig kris**

Många hamnar i en personlig kris efter att ha varit utsatt för ett hatbrott. Känslorna kan göra att man inte känner igen sig själv och att ens vanliga sätt att hantera svåra situationer inte fungerar. En



del behöver söka stöd och hjälp för att börja må bättre igen. De erfarenheter och upplevelser man har haft tidigare i livet påverkar hur man mår under en kris och hur man hanterar det. Olika personer kan reagera olika även om hatbrottet har gått till på samma sätt. En del personer upplever att de tappar sin identitet och känner sig förvirrade över vem de är. Det kan vara känslor av att ha förlorat makten över sitt liv och inte alls veta vad man ska ta sig till. En del känner hopplöshet och sorg. Människor reagerar olika i en kris och det kan ta olika lång tid för personer att komma ut ur en kris.

## **Rädsla och otrygghet**

Hatbrott är ett budskapsbrott och skapar oro i hela grupper/communityn. Motivet bakom ett hatbrott riktar sig mot fler än bara offret som utsätts. Hatbrott innebär en stor rädsla och otrygghet för hela gruppen och kan även göra närstående till gruppen rädda och oroliga. Hatbrott är ett meddelande till gruppen att den är mindre värd, ovälkommen eller avskydd. Det är en attack på den sociala gruppidentiteten och påverkar även personer som inte har blivit utsatta om de delar samma identitet/egenskaper.

Att känna sig rädd och otrygg bland andra människor i offentliga miljöer är vanligt efter att ha utsatts för ett hatbrott. Rädslan gör att man inte vågar lita på människor och man har en känsla av att faror alltid lurar runt hörnet. Att inse sin egen sårbarhet innebär en ökad vaksamhet och oro för att bli utsatt igen. För en del personer blir hatbrott en erfarenhet som ger en tydlig insikt i att de tillhör en utsatt grupp. Att acceptera tillhörighet till en utsatt grupp kan vara en svår process som gör att man ser annorlunda på sig själv och funderar mycket kring sin identitet. Många gånger väcker sårbarheten sorg och ilska och personen kan förlora känslan av att vara fri och ha agens i sitt liv. Under en period är det vanligt att känna en stark rädsla för personer eller grupper som delar egenskaper med den/de som man har utsatts av. Exempelvis så kan man reagera starkt på ett utseende som liknar det som gärningspersonen har. Vanligtvis så är rädslan starkast i början och avtar sedan allt mer.

## **Anpassning och strategier**

En upplevelse av ett hatbrott sätter sina spår i en persons beteende på många olika plan. Genom att anpassa sitt utseende och sitt språk och undvika olika platser så försöker man hantera risken att blir

utsatt för hatbrott på nytt. Det är vanligt att inte våga visa att en är ihop med sin partner. Man anpassar sig och vågar inte hålla sin partner i handen eller visa ömhetsbetygelser offentligt. Par kan sluta visa sin kärlek öppet eller undviker att berätta att de är ihop.

En del vågar inte gå klädda som de vill och mår bra av. De kan tona ner sin personlighet och sitt könsuttryck. Många slutar under en längre eller kortare period att göra saker de tidigare betraktat som självklara. Det kan handla om att inte säga emot vid negativa kommentarer eller att inte agera under en situation i offentligheten, inte våga stå upp för sig själv av rädsla för att bli utsatt för hatbrott på nytt. Strategin blir ett undvikande av potentiellt obehagliga och farliga situationer och leder i längden till ett begränsat livsutrymme. Att undvika vissa sammanhang och platser efter ett hatbrott är mer regel än undantag. Det kan handla om att sluta delta i en kurs eller annan fritidsaktivitet, undvika kollektivtrafik och för en del att stanna hemma från skola eller arbete. Har hatbrottet skett utomhus så undviker man den plats där det skedde och ofta andra liknande platser då dessa påminner om brottsplatsen och skapar obehag och rädsla.

Strategierna för att undvika hatbrott leder till isolering. Medvetenheten om fientlighet mot hbtqi-personer och negativa attityder gör att hbtqi-personer kan bli upptagna med att fundera på om folk kommer att respektera en. Den som blivit utsatt för hatbrott, särskilt om det har skett upprepade gånger, börjar räkna med att möta fientlighet, hot och trakasserier. Människor blir rädda för nya sammanhang eftersom de har erfarenheter av hot och våld. Det är viktigt att personer utsatta för hatbrott får hjälp så de inte fastnar i ett undvikande, vilket potentiellt kan leda till större ohälsa som i sin tur kan förstärka stigmatiseringen av hatbrott.

## Skam och internalisering

Erfarenheter av hatbrott kan ha stor påverkan på en persons självbild, självkänsla och på hur den betar sig i olika sociala situationer. Hos hbtqi-personer kan det innebära känslor av skam och ett ifrågasättande av den egna sexuella läggningen eller könsidentiteten. Personerna kan även börja betrakta sig själva som avvikande och koppla utsattheten för hatbrott till den egna identiteten. Tankar om att det vore bättre att inte tillhöra en minoritet och att hatbrottet då aldrig skulle ha hänt är vanligt. Komplexa tankar och känslor kan uppkomma och det kan ta lång tid att hantera

och förstå dessa. De motstridiga tankarna är konsekvenser av internaliserad negativitet gentemot hbtqi-personer och ett sätt att integrera samhällets negativa attityder i den egna självbilden. Detta leder till självförakt och dålig självkänsla. Människor känner till följd av hatbrott en skam över sig själva och internaliserar gärningspersonens fientlighet mot hbtqi-personer.

Utsatthet för hatbrott kan leda till att den utsatta känner sig annorlunda, ensam och utstött. För vissa personer kan hatbrott göra att individen blir påmind om eller får ny insikt om att den inte tillhör normen, är annorlunda eller sticker ut från majoritetssamhället. För många blir det en påminnelse om det smärtsamma i att betraktas som ”den andra” vilket leder till en upplevelse av utanförskap. Dessa erfarenheter delar alla oavsett motivet för hatbrottet och är något gemensamt för alla de som tillhör en minoritet. Personer kan behöva stöd och hjälp att hantera skam och internaliserad negativitet gentemot hbtqi-personer, hur detta stöd kan se ut återfinns i ett avsnitt längre ned.

## Reaktioner från omgivningen

Personer som utsätts för hatbrott behöver ofta berätta många gånger om hatbrottet. Först för exempelvis vänner, närstående, familj och partner och sedan för professionella som polis, kurator och jurist. De utsatta behöver vid varje tillfälle de berättar om hatbrottet hantera omgivningens reaktioner, vilket kan bli en börda. Upplevelser av att bli ett brottsoffer i andras ögon och bemötas annorlunda än tidigare kan vara ansträngande. Personer i den utsattas omgivning kan vara väldigt oroliga eller så reagerar de inte alls. Avsaknad av reaktioner och omtanke likväl som mycket oro och frågor kan vara något som den utsatta behöver hjälp att hantera. Många gånger är omgivningens reaktioner ett viktigt stöd för den utsatta och hjälper hen att hantera sin utsatthet. Men andra personers reaktioner kan väcka ilska, skam, och sorg då den utsatta inte känner sig förstodd och lyssnad till. Att hatbrottet förminskas och att den utsattas sorg och rädsla inte tas på allvar av närstående är inte ovanligt. I stödsamtal kan den utsatta personen få sätta ord på hur det känns och få stöd i hur hen kan hantera andra personers reaktioner.



## Normalisering av våld

Upprepad utsatthet för hatbrott såsom verbala kränkningar, hot och våld kan leda till en normalisering av våld. Det kan framkomma en normaliserad utsatthet i vardagen, otydlig eller outtalad, som personen ibland själv inte kan sätta ord på. Det förekommer att människor som blivit utsatta för glåpor och skojar bort eller förminskar händelser och utsatthet. Det kan finnas ett motstånd mot att ta upp det som hänt och inse allvaret i situationen och hur det påverkar och begränsar. En del hbtqi-personer resonerar som så att det är en del av livet att behöva utstå hot och hat. Detta är också en av förklaringarna till att så få hatbrott anmäls. Det är vanligt att brottsoffret trivialiserar händelsen. Utsattheten kan också blivit så vanlig att den normaliserats, vilket kan leda till att det krävs ett allvarligt hatbrott, till exempel i det offentliga eller av en okänd person, för att förstå att det är ett hatbrott. Många kan också känna en tvekan kring om en händelse är brottslig eller ej. Att få höra ”det du blev utsatt för är ett hatbrott” eller ”det låter påfrestande, när du berättar att du är utsatt på väg till ditt arbete” kan ge personen ord för och bekräftelse på upplevelsen. Mer om hur man kan arbeta med att motverka att utsatta för hatbrott trivialiserar och normaliserar våld finns att läsa i avsnitten om hur man kan stödja utsatta för hatbrott.

Avslutningsvis kan sägas att de flesta som har utsatts för våld får fysiska eller psykiska men. Många ändrar sitt beteende och det får även känslomässiga konsekvenser. Offer för hatbrott får ofta problem med att utföra sitt arbete eller att prestera i studierna och svårigheter i sina relationer med närstående. Det är vanligt med depression, ångest och att dra sig undan och isolera sig.









# STÖD TILL UTSATTA FÖR HATBROTT

Som enda mottagning i Sverige riktar sig RFSL Stödmottagning specifikt till hbtqi-personer utsatta för hatbrott. RFSL Stödmottagning ser stor efterfrågan och behov hos andra verksamheter, ideella, kommunala och regionala, att förbättra stödet till och kunskapen om våldsutsatta hbtqi-personer. Här följer ett avsnitt som ger vägledning i vilket stöd som är viktigt vid utsatthet för hatbrott. Det innehåller konkreta förslag på arbetssätt både vad gäller rådgivning och samtal. Innehållet baseras på verksamhetens erfarenhet av att möta och ge stöd till hbtqi-personer utsatta för hatbrott sedan starten för verksamheten 1998. Inledningsvis finns en sammanfattning av vilket stöd som kan behöva erbjudas:

## **Enstaka krissamtal eller flera bearbetande samtal**

- Information om vilka rättigheter personer utsatt för hatbrott har.
- Medföljning och kontakt med sjukvård, myndigheter och eventuellt andra organisationer.
- Stöd vid polisanmälan, polisförhör och rättsprocess.
- Hjälpa till att få kontakt med målsägandebiträde eller bistå i kontakten med befintligt målsägandebiträde.
- Om möjligt erbjuda samtalsstöd på svenska och engelska och/eller andra språk med tolk.
- Möjligheten att få anonymt stöd via telefon och/eller mail.

Hatbrott är ett angrepp på den sociala identiteten och upplevelsen hos många hbtqi-personer är att de inte känner sig trodda eller tagna på allvar när de gör en polisanmälan eller kontaktar socialtjänsten eller andra myndigheter. Det är därför extra viktigt att sätta sig in i den utsattas perspektiv och erkänna och bekräfta hens berättelse. Det gör vi genom att tro på, lyssna på, synliggöra och ge röst åt den utsatta. Vi ska uppträda professionellt och vara öppna och ärliga kring vad vi kan uppnå tillsammans med den utsatta personen. Vi arbetar med att ge praktiskt, känslomässigt stöd och hänvisning till andra tjänster och verksamheter och hjälper den utsatta att utveckla strategier som syftar till att säkerställa deras säkerhet. Den första uppgiften för professionella i mötet med utsatta för hatbrott är att lindra de psykologiska följderna av traumat efter hatbrottet och erbjuda bearbetning av händelsen för att minska risken för mer långtgående psykologiska konsekvenser. Därefter kan den professionella finnas som stöd för att hantera hatbrottet i ett längre perspektiv och stärka personens coping-strategier (Allwood, mfl, 2022). Hur detta mer konkret kan gå till återfinns i nedanstående avsnitt.

### **Det första samtalet**

Professionella bör vara lite extra förberedda vid det första mötet med den som har utsatts för hatbrott. Om det finns behov av tolk så ska det vara förberett. Om den utsatta befinner sig i en kris på grund av hatbrottet är det bra att det första samtalet sker så snart som möjligt efter händelsen. Både på grund av rättsäkerhet och den utsattas mående är det bra om hen kan berätta om sin erfarenhet så snart det går. Den utsatta bör tryggas genom att man förklarar hur samtalet går till och erbjuder en lugn miljö. Till att börja med bör den professionella tydligt förklara att den är villig att stötta och lyssna på klientens berättelse. Det första samtalet bör fokusera på klientens behov, vilken typ av information hen vill dela och vad hen förväntar sig ska hända. Vår erfarenhet visar att det är avgörande att verkligen lyssna på den utsattas berättelse, utan några omdömen, förväntningar och med respekt. Vi bör visa empati och bekräfta och validera klientens problem och erfarenheter, speciellt viktigt är detta då många människor är rädda för att inte bli trodda. Det första känslomässiga stödet är grundläggande för att hjälpa en person att stabilisera sin situation och börja

återhämta sig efter ett hatbrott. Som professionella bör vi göra klienter medvetna om sina rättigheter och förklara vilka former av stöd vår verksamhet och andra kan erbjuda. Det är viktigt att inte inge orealistiska förväntningar. Vi kan bistå genom att förklara tydligt och begripligt vilka alternativ som finns samt fördelarna och begränsningarna med de olika alternativen. Redan vid första mötet är det bra att komma ihåg att vara försiktig med rekommendationer och råd.

### **Medvetenhet om skillnad och mångfald**

För att tillhandahålla ett professionellt stöd till utsatta för hatbrott behöver den professionella vara kritisk och ständigt reflektera över sin egen sociala position i förhållande till klienten. Hur kan den egna sociala positionen påverka attityder och det stöd som ges till den som varit utsatt för hatbrott? Den professionella behöver reflektera över den skillnad och ojämlikhet som kan finnas på grund av till exempel ålder, hudfärg, trosbekännelse, funktionsvariationer, nationellt ursprung, kön/könsidentitet, sexuell läggning, fysisk och psykisk hälsa, social klass med mera. De skillnader som påverkar upplevelser av utsatthet för hatbrott och diskriminering behöver erkännas och tas på allvar av verksamheter som möter människor utsatta för hatbrott.

### **Den utsattas behov i centrum**

Behoven hos den som har utsatts för hatbrott ska stå i centrum för stödet. Den utsattas perspektiv och intressen bör stå i fokus under hela processen och är avgörande för att ge ett professionellt stöd. Den utsattas upplevelser är unika och handlar om deras personliga historia men är också en produkt av sociala maktförhållanden i vårt samhälle. Den som ger stöd ska utgå från den utsattas önskemål och intressen och ska exempelvis bara samarbeta med andra yrkesverksamma om den utsatta önskar det. Den professionella kan hjälpa den utsatta att bevaka sina rättigheter, ge information och förklara hur en rättsprocess går till. Vill den utsatta inte polisanmäla så acceptera detta då varje person har rätt till att själv besluta om den vill anmäla eller inte. RFSL Stödmottagning ser att personer som väljer att anmäla ett hatbrott ofta har utsatts i offentlig miljö av en okänd gärningsperson. Mer sällan anmäls brott som har begåtts av någon som brottsoffret känner eller är bekant med.

Samma mönster återfinns även i den forskning kring hatbrott och anmälningar som finns generellt.

Då många som utsätts för hatbrott är flyktingar, nyanlända och människor som är papperslösa är det positivt om verksamheter kan erbjuda stöd oavsett den utsattas juridiska status. Den utsattas uppfattning om sin upplevelse och hur de tolkar den ska styra från början till slut, oavsett om polisen och andra myndigheter inte skulle klassificera händelsen som brottslig.

Hur en person påverkas av ett hatbrott beror på många faktorer, dels personens psykiska hälsa och livshistoria och dels personens livssituation och miljön den lever i. Den professionella behöver beakta hur den utsattas livssituation ser ut och vilken möjlighet den har att förändra sin situation. Att ta reda på hur personens dagliga liv ut ser ut gällande sysselsättning och försörjning, boende, sociala situation och relationer, hälsa och risk för fler hatbrott är angeläget. För att göra detta kan man behöva samarbeta med relevanta partners som till exempel skola, polis och andra offentliga myndigheter. Den utsatta kan om möjligt behöva söka stöd hos närstående, grannar, arbetsgivare eller någon förening och kan få stöd i detta av den professionella. Målet är att detta ska möjliggöra den utsattas självbestämmande, bidra till återhämtning efter hatbrottet och ge fortsatt socialt stöd för den utsatta både privat och professionellt.

Den professionella bör hela tiden stämma av med den utsatta personen och vara uppmärksamma på att hen förstår information som ges. Därför behöver professionella vara transparenta i varje steg de tar och försäkra sig om att den utsatta samtycker till alla åtgärder. Stödet är frivilligt och klienten väljer vad den önskar och kan tacka nej till stöd som erbjuds. Vi behöver respektera den utsattas beslut och får aldrig pusha en klient eller driva en egen agenda.



## Checklista för stöd med den utsattas behov i centrum

- Erbjud anonymitet om det är möjligt och om det önskas. Informera om tystnadsplikt och hur det fungerar i praktiken för att den utsatta ska känna sig säker.
- Ta reda på vad som är den utsattas akuta behov och anpassa stöd och hjälp därefter.
- Anpassa stödet till den utsattas fysiska och psykosociala situation och om det finns tidigare erfarenhet av våld och kränkningar.
- Stödet behöver anpassas till den utsattas personliga omständigheter och problem.
- Stödet behöver utgå från den utsattas tillgängliga resurser.
- Om möjligt, försök att anpassa tidpunkten och platsen för det första mötet för att skapa trygghet.
- Säkerställ att den utsatta är säker och inte kommer att utsättas för mer våld eller ytterligare kränkningar.
- Hjälプ till med att hänvisa till och eventuellt följа med till andra verksamheter såsom sjukvård, rättsväsende, socialtjänst.
- Ta hänsyn till och anpassa stödet till den utsattas ekonomiska situation.

## Hantera skam

Då personer utsatta för hatbrott upplever skam och lider av internaliserad negativitet gentemot hbtqi-personer är det viktigt att de få sätta ord på sina känslor. Den utsatta behöver stärka sin självbild och självkänsla och hitta motståndskraft. I stödsamtal kan den utsatta med hjälp av den professionella få uttrycka sina känslor i ett tryggt rum. Upplevelsen av att respekteras och få uttrycka känslor utan att bli bedömd eller ifrågasatt är i sig en händelse som kan bidra till minskad skam och internalisering. Den professionella kan tillsammans med den utsatta personen hitta teman som bidrar till en positiv självbild och stärkande av identiteten. Teman kan exempelvis vara att engagera sig för hbtqi-personers rättigheter, att söka socialt stöd och hitta ett meningsfullt socialt nätverk. Att ta del av positiva skildringar av att vara hbtqi-person i kultur och media kan också vara stärkande. Detta sätt att förhålla sig innebär

ett salutogent perspektiv och fokuserar på det positiva som finns hos personen och i hans omgivning. På så sätt kan den utsatta lära sig att hitta strategier som i sin tur leder till att må bättre och få ett ökat välbefinnande. Dessa strategier kommer att finnas med som en form av skydd om personen utsätts igen för hat eller våld. Hen har då lärt sig ett konstruktivt tillvägagångssätt och kan få stöd och hitta lösningar på de problem som uppkommer vid våldsutsatthet.

### **Hantera besvikelse**

Det är mycket vanligt att klienter kommer att uppleva besvikelser under processen med stöd och rådgivning efter ett hatbrott. Särskilt när det gäller straffrättsliga frågor, polisanmälningar och vid domstolsförhandlingar är det vanligt. Detta kan också påverka den professionella och dennes stöd till den utsatta. Att visa empati men samtidigt behålla professionaliteten är viktigt då både klienten och den professionella kan bli besvikna över motgångar. Som professionella kan vi påminna oss om att inte visa upp någon ihållande ilska eller frustration inför klienten. För att ha en förtroendefull relation behöver vi vara äkta och det kan fungera att dela ilska och frustration tillsammans med klienten medan vi söker efter konstruktiva lösningar. Men den professionellas känslor får inte hamna i fokus eller bli ett hinder för att hitta lösningar. Professionella bör kunna få tid och möjlighet till att regelbundet rådgöra med kollegor för att stötta varandra och tillsammans diskutera sätt att hantera besvikelse och dess påverkan på motivationen i arbetet.

### **Bemötande och språk**

För att ge ett gott bemötande till hbtqi-personer (och personer tillhörande andra minoriteter) utsatta för hatbrott behövs en medvetenhet om normkritik och intersektionalitet (som används för att beskriva hur olika maktordningar påverkar och ibland förstärker varandra). Finns inte detta kan verksamheten arbeta för att få en ökad kunskap om hbtqi-personer och deras levnadsvillkor. Fundera på vilka personer verksamheten möter och vilka områden i målgruppens liv verksamheten behöver information om för att ge ett bra stöd. Kartlägg vilka begrepp verksamheten använder som handlar om målgruppens identitet, sexualitet, kön eller nära relationer. Säkerställ att begreppen är inkluderande avseende kön och sexualitet. Fundera vidare över vilka begrepp och vilken kommunikation

från verksamheten som kan bli mer inkluderande eller mer neutral för att alla ska känna sig välkomna. Här följer punkter som kan ge ett inkluderande bemötande.

### **Checklista för ett gott bemötande**

- Vara öppensinnad och acceptera och respektera den utsatta precis som hen är.
- Acceptera den utsattas erfarenhet och förståelse av att utsättas för hatbrott.
- Kritisera, döm eller värdera inte den utsattas beteende, beslut eller handlingar.
- Acceptera den utsattas beslut och fatta inte beslut åt den utsatta.
- Pressa inte den utsatta att agera utifrån dina egna idéer och tankar om hur saker ska göras eller lösas.
- Var försiktig med att ge rekommendationer och råd och gör bara det om den utsatta uttryckligen ber om det.

### **Checklista för språk**

- Identifiera och implementera de ord och begrepp som verksamheten vill använda, exempelvis ord som "hen" och "hbtqi-person".
- Ta fram riktlinjer eller en lathund med vanliga begrepp och formuleringar som verksamheten behöver.
- För att förändra det talade språket kan det behövas övning; låt anställda/volontärer träna på att säga ord eller meningar.
- Gör en plan för att förändra verksamhetens kommunikation, bredda representation i bild- och textmaterial.
- Använd gärna ett könsneutralt språk, när det är möjligt.
- Fråga gärna personer efter deras pronomen.

## Teman att ta upp i stödsamtal om hatbrott

- Ge personen möjlighet att i ett tryggt rum och i lugn och ro berätta om hur hatbrottet gick till, hur hen upplevde det och vad hen kände. Detta kan vara teman för flera samtal.
- Förklara vad hatbrott kan innebära och exemplifiera för att personen ska förstå mer om vad som hänt och vad ett hatbrott är. Lyft det strukturella perspektivet på hatbrott. Förklara även vad ett hatbrott innebär juridiskt om den utsatta vill det.
- Fråga om en polisanmälan har gjorts. Berätta om hur en polisanmälan går till och erbjud hjälp att göra en anmälan om möjligt. Respektera också om den utsatta inte vill göra en polisanmälan.
- Ta reda på om personen har behov av målsägandebiträde och erbjud hjälp att kontakta ett målsägandebiträde. Målsägandebiträde är ett särskilt biträde som kan förordnas av allmän domstol för den som har drabbats av ett brott när förundersökning har inletts.
- Prata om hur personen upplever omgivningens reaktioner, exempelvis om andra är väldigt oroliga eller inte reagerar alls. Upplevelser av att bli ett brottsoffer i andras ögon och bemötas annorlunda än tidigare.
- Utred rumsliga konsekvenser och fråga om personen har varit tillbaka på platsen där det hände. Om personen undviker platser efter hatbrottet, ge personen möjlighet att reflektera över "triggers" och konsekvenser av att undvika vissa miljöer.
- Prata om skam och internaliserad negativitet gentemot hbtqi-personer, lyssna på den utsatta och ge stöd i att hantera och bearbeta känslor.
- De konsekvenser av hatbrott som nämns i föregående avsnitt kan användas som teman för stödsamtal. Det bör ske i samråd med den utsatta och de teman som inte känns relevanta för den utsatta kan hoppas över.









# AVSLUTANDE ORD

I många år pratade vi som arbetar som kuratorer på RFSL Stödmottagning om att vi borde dokumentera hur vi arbetar med stöd för hbtqi-personer utsatta för hatbrott. Vi är en unik verksamhet och många som arbetar både professionellt och ideellt är i behov av kunskap och vill lära sig hur de kan ge stöd på bästa sätt. Efter flera år bestämde vi oss för att göra slag i saken och sammanställa vår kunskap i skrift. Texten som du läser är resultatet av denna sammanställning. Oavsett om du är yrkesverksam, arbetar ideellt, är närstående eller är nyfiken på mer kunskap så är förhoppningen att du ska kunna ha nytta av skriften. Förhoppningsvis har skriften gett dig som läsare ny kunskap såväl som nya perspektiv och insikter. Texten går att läsa från början till slut eller så läser man de avsnitt som känns aktuella och intressanta. I referenslistan hittar du litteratur som kan vara intressant för dig som vill läsa mer om hatbrott, både ur ett socialt och ett juridiskt perspektiv. RFSL Stödmottagning arbetar för att minska stigmatisering och skam i samband med hatbrott genom att möta och ge stöd och hjälp till hbtqi-personer utsatta för hatbrott. Förutom stöd direkt till målgruppen erbjuder vi utbildning om hbtqi-personers utsatthet för hatbrott. Utbildningarna och denna skrift är ett steg i ledet att sprida verksamhetens kunskap om hbtqi-personers utsatthet för hatbrott så att fler kan få stöd. Stöd och hjälp från såväl professionella som närstående är essentiellt för den som utsätts för hatbrott. Socialt och professionellt stöd och hjälp kan vara avgörande för att minska lidandet för den utsatta och bidra till att kunna bearbeta traumat och gå vidare efter ett hatbrott.

RFSL:s vision är en jämlik värld där alla hbtqi-personers mänskliga rättigheter respekteras och ingen lämnas utanför. Därför behövs kunskap inom polismyndigheten för att upptäcka hatbrottsmotiv vid anmälningar och mer rättspraxis på området som kan ge vägledning vid rättsprocesser. Inom kommun och landsting behövs kunskap så att de som utsätts för hatbrott kan få det stöd och den vård de har rätt till. Därför kommer RFSL:s arbete med att påverka samhället fortsätta så att hatbrott anmäls och utreds och att de som utsätts för hatbrott får adekvat stöd och hjälp, alltid med den utsattas behov i centrum.



# HBTQI BEGREPPSLISTA

- Hbtqi, ett paraplybegrepp för homosexuella, bisexuella, transpersoner, personer med queera uttryck och identiteter och intersexpersoner.
- Homosexuell och bisexuell handlar om sexuell läggning, alltså vem man blir kär i eller attraherad av. Som homosexuell blir man kär i och attraherad av personer av samma kön som en själv. Som bisexuell blir man kär i och attraherad av personer oavsett kön.
- Trans handlar om könsidentitet och hur man uttrycker sitt kön. Många transpersoner identifierar sig inte med det kön man tilldelades vid födseln. Trans har inget med sexualitet att göra utan handlar om vilket kön man själv har eller hur man uttrycker det.
- Queer i förkortningen “hbtqi” handlar om queer som identitet, att vara queer. Det innebär att på något sätt bryta mot normer kring kön, sexualitet och/eller relationer, exempelvis genom att vara transperson, ha en icke-monogam relation eller att skaffa barn med en vän istället för en kärlekspartner.
- Intersexperson kan en person kalla sig som har en intersexvariation. Intersexvariationer är ett medfött tillstånd i vilket könskromosomerna, könskörtlarna (testiklar eller äggstockar) eller könsorganens utveckling är atypisk. Det går att vara intersex och man, kvinna eller något annat.

# REFERENSER

Allwood, M., Ghafoori, B., Salgado, C., Slobodin, O., Kreither, J., Waelde, L. C., & Ramos, N. (2022). Identitybased hate and violence as trauma: Current research, clinical implications, and advocacy in a globally connected world. *Journal of Traumatic Stress*, 35(2), 349-361.

Brax, D. (2019) Hatbrottsbegreppet i svensk kontext. i Heber, Anita & Roxell, Lena (red.) (2019). Att odla kriminologi: perspektiv på brott & utsatthet: festskrift till Eva Tiby. Stockholm: Kriminologiska institutionen, Stockholms universitet

Hälsan och hälsans bestämningsfaktorer för transpersoner: en rapport om hälsoläget bland transpersoner i Sverige, Folkhälsomyndigheten, Solna, 2015 <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationer/Halsan-och-halsans-besta-mningsfaktorer-for-transpersoner---en-rapport-om-halsolaget-bland-transpersoner-i-Sverige/>

Iganski, P. and Lagou, S. (2016) 'Hate crimes hurt some more than others: implications for the just sentencing of offenders', *Journal of Interpersonal Violence*, 30, 10, p. 1696-1718

Kees, S., Iganski, P., Kusche, R., Swider, M., Chahal, Kusminder. (2016) *Hate Crime Support in Europe A practical Guide*. Dresden: RAA Saxony-Counselling Services for Victims of Hate Crimes.

Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697.

Stendahl, L. & Axell, S. (red.) (2021). Polisanmälda hattbrott 2020. En sammanställning av de ärenden som hatbrottsmarkerats av polisen [Elektronisk resurs]. Brå, Brottsförebyggande rådet.

<https://www.rfsl.se/hbtqi-fakta>

Denna skrift vänder sig i första hand till dig som är yrkesverksam och vill lära dig mer om att stödja hbtqi-personer utsatta för hatbrott. Men förhoppningen är också att du som arbetar ideellt, är närstående eller är nyfiken på mer kunskap ska kunna ha nytta av skriften. Texten är indelad i kortare avsnitt och innehåller ett flertal checklistor för att vara lättillgänglig. Du som läsare får bland annat lära dig vem som utsätts för hatbrott, konsekvenser av hatbrott och hur du ger stöd.

Skriften är framtagen av RFSL – Riksförbundet för homosexuellas, bisexuellas, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter. Organisationen bildades 1950 och är en av världens äldsta hbtqi-organisationer. Vår vision är en jämlik värld där alla hbtqi-personers mänskliga rättigheter respekteras och ingen lämnas utanför.