

The logo for AGERA is a black speech bubble with a white outline. Inside the bubble, the word "AGERA" is written in a bold, white, sans-serif font. The bubble has a tail pointing towards the bottom left.

AGERA

Ett värmland
för alla

Det glömda stödet - med anhöriga i fokus

Förord

Att våldsbejakande extremism i alla dess former kan utgöra ett hot mot vår demokrati är något många av oss börjar inse. Att det också i hög grad påverkar vardagen för den som radikaliseras in i slutna, extrema grupper som med våld vill förändra vårt samhälle är heller inte svårt att sätta sig in i. Det vi däremot ofta glömmer är hur smärtsam tillvaron kan bli för mammor, pappor, mor- och farföräldrar, syskon och andra närstående till den som tar steget in i våldsbejakande extremism.

Det är med tanke på de nära anhöriga vi har arbetat med projektet "*Det glömda stödet – Med anhöriga i fokus*". Det är också utifrån deras behov vi har utformat denna rapport.

Syftet med detta arbete är att belysa en del av problemen med våldsbejakande extremism som sällan får chans att synas. I intervjuer med anhöriga stöter vi på känslor av skuld och skam och en oro för vad som kan hända med den familjemedlem som tagit steget in i en våldsbejakande organisation. Frågorna är många och för det mesta är svaren få.

Genom rapporten vill vi på Agera Värmland ändra på detta och ge verktyg både till den som drabbas men också till organisationer och andra som kan komma att arbeta med stödgruppsverksamhet till denna utsatta målgrupp.

Eftersom forskning kring den specifika frågan är kraftigt begränsad försöker vi i vår rapport att foga samman närliggande forskning med den kunskap och erfarenhet vi på Agera har kring våldsbejakande extremism. Genom detta hoppas vi kunna fylla ut i alla fall en del av den vita fläck som vi identifierat.

Slutligen presenterar vi också en modell för hur ett strukturerat samtalsstöd riktat till anhöriga med närstående inom våldsbejakande extremism kan utformas.

Karlstad 17 december 2019

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Hans Olsson".

Hans Olsson
Ordförande
Agera Värmland

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Pernilla Boström".

Pernilla Boström
Vice ordförande
Agera Värmland

Innehållsförteckning

Sammanfattning	4
Bakgrund till projektet och dess ramar	6
Teoretiska utgångspunkter.....	7
Aktuell kunskap om behov hos anhöriga till personer som befinner sig i en VBE-miljö	10
Aktuell kunskap om anhörigstöd och stödgruppsverksamhet.....	12
Att tänka på vid uppstart av en anhöriggrupp	14
Resultat av intervjuer med anhöriga.....	16
Resultat av intervjuer med organisationer.....	24
Vår modell för anhörigstöd	26
Källor.....	31
Bilaga 1 Intervjuguide - frågor till anhöriga.....	34
Bilaga 2 Intervjuguide – frågor till organisationer.....	36

Sammanfattning

Agera Värmland driver sedan tidigare projektet "*Värna Värmland mot våldsbejakande extremism*", där vi byggt upp och påbörjat ett kunskapsbaserat arbetssätt mot våldsbejakande extremism. Arbetet utgår från förebyggande insatser där en liten del har varit inriktat på stöd till anhöriga med närstående involverade i våldsbejakande extremism. För att höja ambitionsnivån i arbetet riktat till anhöriga ansökte och beviljades vi medel från MUCF för att kunna starta upp detta projekt - "*Det glömda stödet – med anhöriga i fokus*". Projektets mål har varit att utarbeta ett strukturerat stöd till anhöriga med närstående som är på väg in i eller befinner sig i våldsbejakande extremistmiljöer. Det framtagna arbetssättet presenteras i denna rapport.

Vår modell för anhörigstöd har sin teoretiska utgångspunkt i teorin om känslan av sammanhang – KASAM och om människans förmåga till coping/stresshantering. Vi har även baserat modellen utifrån kunskap om funktionell familjeterapi – FFT och samtalspedagogik.

Vi har tagit del av internationell forskning som bedrivits med fokus på föräldrar till personer som befinner sig i VBE-miljöer samt rapporter om Rädda barnens verksamhet "*Orostelefonen mot radikaliserings*". Denna kunskap har fungerat som ett riktmärke när vi valt tema och innehåll för vår modell för anhörigstöd. Ovan nämnda rapporter och forskning har visat att det finns fyra viktiga huvudområden som kan leda till svårigheter på olika sätt för den anhörige föräldern; *känslor av skuld och skam, strategier att bemöta den unge, att kunna bibehålla föräldrabarnrelationen och okunskap om miljön den unge befinner sig i*. Detta är områden som de anhöriga behöver stöd i och kunskap om för att kunna hantera sin situation och därmed kunna må bättre. Kunskap om dessa områden ger också förutsättningar för den anhörige att orka vara ett stöd till personen som är organiserad, vilket i slutändan kan möjliggöra och öka chanserna till ett utträde ur miljön som personen i fråga befinner sig i.

Vid utformandet av vårt anhörigstöd har även kunskap som finns i allmänhet om stöd till anhöriga, stödgruppsverksamhet och anhörigas behov beaktats. Att delta i en anhörigstödsgrupp har många positiva effekter för anhöriga och stödet ger den anhörige kraft och styrka i sin situation. Den kunskapen visar framförallt hur värdefull den här typen av verksamheter är för de anhörigas välmående och att det är angeläget att erbjuda anhöriga stöd.

För att kunna utveckla en modell för anhörigstöd till vår målgrupp har vi vidare tagit del av kunskap om vad som är viktigt att tänka på vid uppstart och genomförande av en anhöriggrupp, till exempel rekommendationer om allt från optimal gruppstorlek, till tips på övningar och gruppledares roll.

Under arbetets gång har tre anhöriga till personer som är organiserade i en våldsbejakande extremistisk miljö intervjuats, dessa har fungerat som referenspersoner för målgruppen. De har gett ovärderlig information om anhörigas behov och vilken typ av stöd de önskar att få utifrån sin specifika situation. I materialet framkommer bland annat att många av de anhöriga bär på känslor av både skuld, skam och ensamhet samt att samtal med andra i samma situation hjälper till för att komma vidare.

Flera organisationer som arbetar med anhörigstöd till olika målgrupper har intervjuats. Vi har intervjuat Brottsofferjouren Värmland, BUFFF, Rädda Barnen samt en anhörigkonsulent på



Karlstads kommun. Vi har även haft kontakt och fört samtal med En annan sida av Sverige (EASAS). Resultatet visar på värdet i att skapa mötesplatser för de anhöriga.

Vid arbetet med att ta fram av ett kunskapsbaserat arbetssätt för anhörigstöd till personer i VBE-miljöer har alla ovan nämnda delar; teorier, relevant forskning och litteratur samt resultatet av eget insamlat material vägts in. I avsnittet "Vår modell för anhörigstöd" finns ett förslag på en struktur (om än inte manualbaserad) att ta del av, vilken är tänkt att ligga till grund för organisationer som vill arbeta med anhörigstöd riktat till denna målgrupp.

Bakgrund till projektet och dess ramar

Agera Värmland driver sedan tidigare projektet "Värna Värmland mot våldsbejakande extremism". Inom ramen för det projektet har Agera byggt upp och påbörjat en etablering av ett kunskapsbaserat arbete mot våldsbejakande extremism som både innefattat tidigt förebyggande insatser och åtgärder vid etablerad problematik. Det har funnits ambitioner att arbeta mer med anhörigstöd men vi har inte haft möjligheten att ha en så hög ambitionsnivå, främst av resursmässiga skäl. Med anledning av detta ansökte vi om ytterligare medel från MUCF, Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor, för att kunna höja ambitionsnivån på arbetet med anhörigstöd och på det sättet förstärka den delen i det redan pågående projektet. Ansökan beviljades och därmed startades vårt projekt "*Det glömda stödet - Med anhöriga i fokus*". Projektets mål har varit att utarbeta ett strukturerat stöd till anhöriga till individer som är på väg in i eller befinner sig i våldsbejakande extremistmiljöer.



Vår erfarenhet sedan tidigare är att anhöriga till individer som är på väg in i eller befinner sig i våldsbejakande extremistmiljöer, har blivit hänvisade till stödgrupper, eller andra funktioner, där de inte känner igen sig eller kan få adekvat stöd i sin situation. Det kan handla om stödgrupper för anhöriga till individer med missbruk eller psykisk ohälsa vilket inte alls motsvarar målgruppens behov. Därför såg vi ett behov att utveckla ett anhörigstöd som är riktat till anhöriga till personer som befinner sig i våldsbejakande extremistiska miljöer. Genom stöd till anhöriga kan vi stärka ett viktigt socialt nätverk runt individer som är på väg in i eller befinner sig i våldsbejakande extremistmiljöer, och på så sätt bidra till att förebygga att individer radikaliserar och ansluter sig till dessa miljöer samt i förlängningen kunna stödja individer som avser att lämna sådana miljöer. Ett ytterligare ändamål är att ge målgruppen anhöriga en möjlighet till bearbetning och avlastning i sin situation, något som i sig är viktigt och kan spara enskilt lidande.

Målgruppen för vår modell för anhörigstöd är anhöriga till individer som är på väg in i eller befinner sig i våldsbejakande extremistmiljöer. Det innebär att den anhörige kan ha olika roller gentemot den aktuella individen såsom till exempel förälder, mor-farförälder eller syskon.

Teoretiska utgångspunkter

De teoretiska utgångspunkter som vår modell för anhörigstöd vilar på presenteras i detta avsnitt. Det är grundläggande teorier om människans hälsa och välmående samt krishantering, men även kunskap om behandlingsmetodik och bemötandet av målgruppen.

KASAM – en känsla av sammanhang

Vår teoretiska utgångspunkt för vårt anhörigstöd baseras på teorin om KASAM – en känsla av sammanhang. Hagborg, Jonsson och Salmson (2010) skriver i sin bok *"Hela människan-hjulet – en samtalsmodell för livkunskap & känsla av sammanhang"* att den sociologiske teoretikern Aaron Antonovsky utvecklade teorin om KASAM och det så kallade salutogena perspektivet. Antonovsky såg inte någon tydlig gräns mellan att vara frisk och sjuk. Han menade att alla människor befinner sig på en skala som sträcker sig från hälsa till ohälsa, och att detta är föränderligt under olika perioder i livet. Han formulerade teorin om att var en individ placeras på skalan hälsa-ohälsa var beroende av hennes känsla av sammanhang. Det är en människas känsla av sammanhang som påverkar vilken motståndskraft hon har att kunna stå emot olika slags påfrestningar i livet. KASAM innehåller tre viktiga delar som tillsammans skapar känslan av sammanhang, dessa tre delar är:

- Begriplighet – att människan förstår och kan förutse det som sker i hennes liv
- Hanterbarhet – att människan kan hantera och påverka det som sker i hennes liv
- Meningsfullhet – att människan kan hitta en mening med sitt liv och med det som sker

Socialstyrelsen (2016) refererar i sin vägledning *"Stöd till anhöriga. Vägledning till kommunerna för tillämpning av 5 kap 10§ socialtjänstlagen"* till Antonovsky och Benzein och menar att vid kriser och allvarliga händelser i livet kan känslan av sammanhang hotas vilket gör att det i samband med dessa händelser finns risk för att människor utvecklar ohälsa.

Vi på Agera Värmland menar att som deltagare i en anhöriggrupp, tillsammans med andra med liknande erfarenheter, få sätta ord på sina egna tankar och känslor är ett sätt att skapa en ökad förståelse för sin egen situation och göra den mer begriplig. Att få höra andras berättelser, kanske få tips om hur andra har hanterat en liknande situation som deltagaren själv befinner sig i, kan i sin tur ge deltagaren fler redskap att hantera sin egen situation och på så sätt göra livet mer hanterbart. Att delta i en anhöriggrupp kan också ge kraft och en känsla av att deltagaren faktiskt kan göra något för att påverka sin situation. Att få dela med sig av sina egna erfarenheter, som kan vara till hjälp för andra, kan i sin tur kännas mycket meningsfullt. Alla ovan nämnda delar kan tillsammans bidra till en ökad känsla av KASAM hos deltagarna, vilket i sig leder till att de anhöriga får ett ökat välmående, ökad motståndskraft och överlag en mer hållbar livssituation.

Copingstrategier

Vi anser att teorin om KASAM och hur olika individer hanterar kriser är nära sammankopplat med den kunskap som finns om copingstrategier. I *"Att utveckla anhörigstöd"* förklarar Matheny (2013) en copingstrategi som hur och på vilket sätt en människa hanterar en kris, med andra ord allvarliga och svåra saker som inträffar i livet. Vilka copingstrategier en människa väljer beror dels på vilka yttre resurser som finns tillgängliga, till exempel ekonomiska resurser och socialt nätverk. Valet av copingstrategi beror även på vilka inre resurser som finns att tillgå, alltså resurser som finns inneboende hos individen i fråga, till exempel god självkänsla, god hälsa och personliga egenskaper såsom lösningsfokuserad, ha social kompetens och färdigheter i att söka och ta till sig information. Copingstrategierna kan vara både känslfokuserade och problemfokuserade, eller en kombination av båda. Vid känslfokuserad coping hanterar individen obehagliga känslor genom att till exempel prata med andra om sina problem eller genom att försöka hitta någon mening med det negativa. Vid problemfokuserad coping utför individen aktiva handlingar för att försöka förändra eller påverka det som skett, till exempel genom att själv förändra sitt eget beteende eller att försöka hitta nya lösningar.

Vi kan se att i anhöriggruppen ges möjlighet att sätta ord på tankar och känslor, vilket är en form av känslfokuserad coping. Att delta i en anhöriggrupp kan öppna upp för deltagaren att tänka i andra banor. Att få höra hur andra har hanterat liknande svårigheter ger deltagaren inspiration till att hitta andra lösningar på sina problem, med andra ord problemfokuserad coping. Dessutom innebär deltagandet i en anhöriggrupp i sig en typ av problemfokuserad coping, man gör något aktivt för att hantera sin situation.

FFT – Funktionell familjeterapi

Funktionell familjeterapi, FFT, är en behandlingsmetod som har utvecklats av James F. Alexander, professor i psykologi, och hans forskargrupp i USA. Metoden bygger på forskning och klinisk erfarenhet av hur bl. a. kommunikation påverkar familjer. De första artiklarna kring stödjande kommunikation publicerades 1973.

I början av 1990-talet introducerade professor emeritus Kjell Hansson och professor emeritus Marianne Cederblad metoden i Sverige. Ett tillägg gjordes ganska snart där terapeuten även ska fokusera på familjens resurser och det som fungerar. De första svenska studierna av metoden publicerades i början av 2000-talet. Idag är FFT en av de metoder som finns med i Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för vård och stöd vid missbruk och beroendevård.

Den målgrupp som metoden vänder sig till är ungdomar i åldern 11–25 år med relationsförsvärande beteende, till exempel skolk, bråk och konflikter, missbruk m.m. Metoden uppnår resultat genom att få till beteendeförändringar hos familjesystemet samt att förbättra relationerna och kommunikationen mellan familjemedlemmarna. De teorier som metoden vilar på är systemteori, kommunikationsteori, social inlärningsteori och ett salutogent perspektiv.

I vårt arbete utför vi inte en formell FFT-behandling eftersom det kräver att familjen är samlad vid träffarna. Däremot finns det mycket i teoribildningen som hjälper oss i arbetet. Framför allt att se möjligheter och att omformulera problem så att de anhöriga lättare ska kunna möta och utveckla relationen med sina barn/syskon som är involverade i våldsbejakande organisationer. Om man lyckas med detta underlättar det också en återanpassning när ett avhopp sker.



Samtalspedagogik

Samtalspedagogik handlar kortfattat om bemötande. När man som anhörig upptäcker att en närstående radikaliserats in i en våldsbejakande gruppering är det ofta svårt att hantera och inledningsvis förlorar man som förälder lätt kontakten med sitt barn. Genom att arbeta utifrån samtalspedagogikens grunder som innebär att hålla fast vid det goda samtalet och att försöka undvika att hamna i konflikt underlättas också de läkningsprocesser som är ett måste för att både kunna möta och även bemöta en närståendes engagemang.

Aktuell kunskap om behov hos anhöriga till personer som befinner sig i en VBE-miljö

Det har inte bedrivits forskning i någon större utsträckning med fokus på just anhöriga till personer som befinner sig i en våldsbejakande miljö. Dock finns det några brittiska forskare som studerat ämnet, vad som framkommit i deras forskning lyfts i detta avsnitt. Även valda delar av vad som skrivits om Rädda Barnens verksamhet "Orostelefon om radikaliserings"



berörs, både deras egen årsrapport samt rapporten "Utslag av oro. En analys av Rädda Barnens orosteleson om radikaliserings", som skrivits utifrån nämnd verksamhet.

Känslor av skuld och skam hos de anhöriga

Rädda Barnen bedrev tidigare en hjälplinje via telefon, "Orostelefonen om radikaliserings", dit anhöriga till, eller professionella som arbetar med, personer som radikaliserats eller riskerar att göra det kunde vända sig för att få råd och stöd. Vilka lärdomar samtalsstödjarna på orostelesonen erfarit under arbetets gång beskrivs i deras årsrapport från 2017:

"Framför allt anhöriga har gett uttryck för känslor av skuld och skam. Många föräldrar berättar för oss att de inte känner igen sina barn när de uttrycker extrema tankar och åsikter. Genom att prata med oss blir det som hänt verkligen för dem, vilket gör att de kan börja bearbeta det och känna att de behöver agera" (Ljusenius 2017, s. 21).

Jenny Sivenbring (2018) har utifrån Rädda Barnens ovan beskrivna stödverksamhet skrivit rapporten "Utslag av oro. En analys av Rädda Barnens orosteleson om radikaliserings". Hon lyfter i rapporten fram att det finns element av skuld och skam hos de som ringer in till orostelesonen. Dessa känslor hos de anhöriga gör att det kan vara svårt att vända sig till det egna nätverket, till exempel vänner och kollegor, om det som bekymrar dem. Det gör att de anhöriga många gånger inte vet vem de kan vända sig till med sina problem. De anhöriga kan dra sig för att söka stöd utifrån att det finns ett stigma förknippat med att ha extremistiska åsikter eller att vara organiserad i en våldsbejakande miljö, detta medför även att de anhöriga ofta har önskemål om att vara anonyma i kontakten med orostelesonen och att deras samtal inte ska dokumenteras. De anhöriga som kontaktar orostelesonen behöver få bekräftelse på att deras barns attityder och åsikter inte automatiskt är ett lika med-tecken med att denne är en elak och hemsk person eller på att de varit dåliga föräldrar. I samtalen kan de anhöriga behöva sätta ord på och prata om känslor som de bär på som till exempel, oro och sorg.

Svårigheter att hitta strategier för att bemöta den unge

När inringaren kontaktar orostelefonen i fall som rör högerextremism vill de ofta få vägledning för att hitta sätt att prata med den unge på ett bra sätt. Den anhöriges försök till samtal med den unge leder ofta till konflikt, de anhöriga berättar om att det finns en stark oro att samtalen ska "spåra ur" och att deras relation allvarligt tar skada. Samtalen med den radikaliserade individen upplevs svåra att hantera på ett bra sätt. Detta är återkommande hos dem som ringer in till orostelefonen (Sivenbring, 2018).

Internationell forskning som har haft fokus på hur före detta extremister och deras familjer upplevt föräldrarnas inflytande på de ungas radikaliserings och deras utträde ur miljön har bland annat visat att föräldrar känner en känsla av maktlöshet över sin situation. Föräldrarna vet inte till vem de ska vända sig för att få stöd och de saknar handlingsstrategier för att kunna handskas med den unges pågående radikaliserings. På sikt kan detta leda till att föräldrarna tar avstånd från den unge och att denne förskjuts från familjen, alternativt att föräldrarna ignorerar den unges åsikter eller gör försök att tysta ner dem. Forskarna som genomfört studierna föreslår ett utökat stöd till föräldrar som har fokus på att stötta föräldrarna i att hitta strategier på hur de ska hantera den unges åsikter, med målet att de kan fortsätta ha kvar sitt ansvar som föräldrar samt ha insyn i den unges liv (Sikkens m.fl., refererad i Sivenbring, 2018).

Att kunna bibehålla "familje-relationen" och på så sätt möjliggöra ett utträde

Som tidigare nämnts är erfarenheten att många av de föräldrar som ringer in till orostelefonen inte vet hur de ska bemöta sina barn och deras åsikter, föräldrarna vill stoppa det som pågår och försöka omvända den unge. De anhöriga vittnar ofta om att de varit ovetande om individen i frågas åsikter och att detta har kommit som en överraskning för dem, de uttrycker att de är mycket förtvivalade över situationen. Samtalsstödarna på orostelefonen fokuserar i sitt stöd till de anhöriga bland annat på att föräldrarna kan behöva låta bli att ständigt diskutera den unges åsikter och istället tillåtas att bara vara en familj (Sivenbring, 2018).

De anhöriga har en viktig men många gånger svår uppgift i att fortsätta bara vara familj. Om ett utträde ur miljön skulle bli aktuellt är support och stöd från familj och andra nära anhöriga av mycket stor betydelse (Carlsson refererad i Sivenbring, 2018). Mobiliseringen av familjen gör det lättare att lämna en extremistisk miljö (Bjørge & Horgan refererad i Sivenbring, 2018).

Anhörigas behov av kunskap om de extremistiska miljöerna och radikaliseringsprocessen Sikkens m.fl. forskning som nämnts ovan har även visat att föräldrarna många gånger inte hade någon kunskap om de religiösa attityder eller politiska åsikter som deras barn börjat ta till sig, därför var det svårt att diskutera med den unge kring dessa ideal och kunna sätta nödvändiga gränser. Föräldrar behöver information om de extrema ideologierna, radikaliseringsprocessen, hur de ska bemöta den unges radikala åsikter samt hur de ska vägleda sina barn i deras identitetsutveckling och i övergången till vuxenlivet (Sikkens m.fl. 2017 refererad i Sikkens m.fl. 2018).

Kunskapen från rapporterna om Rädda Barnens orostelefon och resultatet av den forskning som nämns i detta avsnitt bekräftar på många sätt den uppfattning vi har om anhöriga till personer involverade i våldsbejakande extremism och deras behov utifrån våra erfarenheter av mötet med målgruppen. I avsnittet "*Vår modell för anhörigstöd*" beskriver vi på vilket sätt vi lyfter in denna, mycket viktiga, kunskap i vårt arbetssätt.

Aktuell kunskap om anhörigstöd och stödgruppsverksamhet

Som tidigare nämnts har det inte bedrivits forskning i någon större utsträckning som har fokus på vår målgrupp. För att bredda vårt perspektiv och få veta mer om anhörigas behov, vad som är viktigt att tänka på i arbetet med anhörigstöd och stödgruppsverksamhet, har därför mer allmän kunskap om anhöriga till olika målgrupper varit värdefull att ta del av.

Socialstyrelsen (2016) refererar i tidigare nämnd vägledning att Wright m.fl. menar att syftet med stöd till anhöriga framför allt är att minska de påfrestningar som anhöriga kan uppleva både fysiskt och psykiskt, men också socialt. Den anhörige kan genom stödet få en förbättrad livssituation samtidigt som risken att den anhörige själv drabbas av ohälsa minskar.

Anhörigas behov

Matheny (2013) menar att den anhörige inte alltid själv identifierar sig som "anhörig" i den bemärkelsen, det medför att denne inte heller ser att hen skulle kunna vara i behov av stöd för egen del i sin roll som anhörig.

Erfarenhet från aktörer som arbetat med anhörigstöd har visat att vilka ord som används vid informationsspridning av anhörigstödet, i till exempel broschyrer eller annonser kan vara avgörande för hur lyckad marknadsföringen av verksamheten blir. Det kommer fler deltagare till arrangemang när en uttrycker sig i termer som "Är du intresserad av...?" eller "Vill du veta mer om?" istället för "Är du anhörig till...?" (Gustafson och Hagberg, 2017). Det här är viktig kunskap att ta hänsyn till vid utformandet av till exempel marknadsföringsmaterial och framförallt vid den första kontakten med de anhöriga. En behöver ställa sig frågan "hur når vi ut till individer som inte definierar sig som anhöriga, men som skulle kunna ha behov av stöd?".

Liknande problematik beskriver Winqvist (2016) som framförallt skrivit om målgruppen anhöriga inom äldreården, att de anhöriga inte alltid ser sig själva som anhöriga, vilket leder till att det kan vara besvärligt att beskriva vilket behov av stöd som de själva har. Hon menar att forskning och erfarenhet pekar på att det finns vissa generella behov hos anhöriga, så som till exempel kunskap om sjukdomens förlopp och diagnos, vilken behandling som finns att få, möjlighet till rehabilitering och på vilket sätt de ska bemöta den närstående. De anhöriga behöver även bli informerade om vilket stöd som kan erbjudas.

Ytterligare behov som anhöriga kan ha beskriver Winqvist (2016) som hjälp med att hantera sina egna känslomässiga reaktioner i sin roll som hjälpare. Det kan handla om att få hjälp att sätta gränser för sin omsorg, att planera sitt eget liv och få råd om hur man kan hantera problematiska situationer. Anhöriga kan också behöva hjälp för att bevara sin egen hälsa.

Trots att ovan nämnda behov rör en anhöriggrupp som är helt olik den målgrupp som vårt anhörigstöd kommer att rikta sig till kan vi, utifrån vår erfarenhet av mötet med de anhöriga och den kunskap om målgruppen som tidigare nämnts, se flera likheter med de behov som finns hos anhöriga till personer inom våldbejakande extremistiska miljöer, till exempel att det finns ett behov av kunskap om miljöerna som individen befinner sig i, kunskap om vad den

radikaliserade personen behöver för att ett utträde ur miljön ska vara möjlig, hur de anhöriga kan bemöta den involverade samt vilket stöd som de som anhöriga och den närstående kan få.

Stödgruppsverksamhet

Winqvist (2011) har skrivit om gruppverksamhet som stöd till anhöriga till personer med demenssjukdom i sin kunskapsöversikt "*Samtalets betydelse som anhörigstöd*". Målet med verksamheten är att de anhöriga ska få träffa andra som befinner sig i en liknande situation och få möjlighet att dela erfarenheter och diskutera problem samt få råd och stöttning.

Anhöriga som deltagit i anhörigstödsverksamhet har beskrivit att de delar av stödet som känts mest meningsfulla är bland annat att de känt att de och deras behov är viktiga genom att de blivit sedda, lyssnade på och bekräftade i sina tankar och känslor. Det upplevdes också som värdefullt att få känna en känsla av gemenskap med andra i samma situation; träffarna blev ett andrum i vardagen och gav dem extra kraft att kunna bemöta den närstående och dennes behov (Winqvist, 2011).

Liknande positiva effekter av stödgruppsverksamhet beskrivs av Eva Gustafson och Margaretha Hagberg (2017) i deras rapport "*Anhöriga till personer med psykisk sjukdom*" i vilken det framkommer att anhörigträffar kan vara ett forum för gemenskap. Träffarna upplevs av många anhöriga som viktiga och givande där de får möjlighet att lära av varandra, dela erfarenheter men även umgås på egna villkor med människor som verkligen förstår deras situation. Andra fördelar som nämnts är till exempel att anhöriga får tid för återhämtning och avkoppling.

Matheny (2013) beskriver att vi människor är gruppvarelser och att känna gemenskap med andra är ett av våra grundläggande behov. Gemenskap får helt enkelt oss människor att må bättre. I stödgruppsammanhang där de andra deltagarna dessutom befinner sig i en liknande situation uppstår en speciell känsla av samhörighet. Att de övriga i gruppen vet exakt vad man pratar om kan ibland vara det som ger den anhörige styrka att kämpa vidare. Delandet av erfarenheter stärker tron på den anhöriges egen förmåga att klara av sin situation, när man berättar om sina egna problem för andra leder det ofta till att man kommer på egna lösningar. Grupperna handlar inte bara om att få utan också om att ge, att få stötta någon annan som har det svårt känns viktigt och värdefullt.

Den kunskap som finns om anhörigas behov och stödgruppsverksamhet visar framförallt hur värdefull den här typen av verksamhet är för anhörigas välmående och belyser att det är angeläget att fortsätta att arbeta med, och ta initiativ till nya former av stödgruppsverksamheter. Vi på Agera Värmland tror att de positiva effekterna som finns med att delta i anhörigstödsgrupper är något som även deltagare i vår stödgruppsverksamhet kommer att kunna märka av.

Att tänka på vid uppstart av en anhöriggrupp

Vad en behöver tänka på rent praktiskt när det rör sig om uppstart av en helt ny verksamhet är viktigt att fokusera på. Vad kan vi lära av den kunskap som redan finns? Flertalet av de frågeställningar som nämns i detta avsnitt har vi tagit ställning till i utvecklingsfasen av vår modell för anhörigstöd.

Matheny (2013) tar bland annat upp nedanstående frågor som viktiga att svara på när en verksamhet utformar en ny form av stödgruppsverksamhet:

- Vad vill ni uppnå med ert anhörigstöd? Vad ska det ge de anhöriga?
- Vilka är målgruppen?
- Hur ska rekrytering av anhöriga gå till?
- Hur många deltagare ska gruppen ha? Rekommendationen för att få en bra gruppammansättning är 6–8 deltagare.
- Hur många gånger ska gruppen träffas?
- När och var ska träffarna äga rum? Till en början bör gruppen träffas lite oftare för att gruppdeltagarna ska lära känna varandra, t.ex. varje eller varannan vecka, därefter kan en glesa ut träffarna något till t.ex. en gång i månaden.
- Hur långa ska träffarna vara? Cirka 2–3 timmar rekommenderas.
- Ska gruppen vara sluten eller öppen?
- Hur ska frånvarohantering hanteras?
- Budget?
- Hur mycket av arbetstiden förväntas gå åt till stödgruppsverksamheten för planering, förberedelser, genomförande och utvärdering?
- Hur ska verksamheten utvärderas?

Matheny (2013) beskriver att följande punkter är bra att ta med som en del av innehållet på den första gruppträffen:

- Presentera syftet med gruppen
- Presentera gruppledarens roll
- Presentationsrunda samt vilka förväntningar har deltagarna på stödgruppsverksamheten
- Avsluta med en avstämning, t.ex. "Frågor inför nästa gång?", "Hur känns det nu?"

"Rundan"

Attention är en intresseorganisation för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar samt anhöriga och yrkesverksamma. I deras skrift *"Att vara anhörig- i olika skeenden i livet"* beskriver Kindgren och Norén (2015) hur Attention arbetar med anhörigstöd. De beskriver att en vanlig och användbar arbetsmetod i stödgruppssammanhang är "rundan". Det innebär att man går varvet runt och låter de som vill prata kring det ämne som samtalsledaren valt ut. Det kan vara en bra inledning och avslutning på gruppträffar, men kan

även användas när det passar under träffens gång. Samtalsledaren bestämmer om man får ge respons till varandra under tiden någon pratar, eller om alla bara lyssnar och sedan får var och en berätta utifrån sig själv när det blir ens egen tur i rundan. Antingen gör man rundan i tur och ordning utefter hur man sitter eller så är rundan fri, att den som känner för det får ta vid och prata.

Förhållningsregler i gruppen

Agera Värmland har, som tidigare nämnts, inspirerats av andra aktörers arbete med anhörigrupper när det gäller vad som är viktigt att tänka på vid utformandet av en ny anhörigstödsverksamhet. Bland annat "*Balansmodellen – ett studiematerial för självhjälpsgrupper och anhörigrupper anpassade för affektiva sjukdomar*" som har tagits fram av Riksförbundet Balans, en ideell patient- och anhörigorganisation för personer med diagnoserna depression, utmattningssyndrom och bipolär sjukdom i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, författare är Yang och Friberg (2015). Författarna beskriver att vissa förhållningsregler inom gruppen bör finnas för att skapa trygghet i gruppen men även respekt och förtroende deltagarna sinsemellan. Att deltagarna och ledarna i gruppen avger ett tystnadslöfte är en av de viktigaste förhållningsreglerna och innebär att det som sägs inom gruppen stannar där, även andra etiska ställningstaganden bör diskuteras så som att alla i gruppen är av lika värde, man ger inte oombedd någon råd och att man inte är tvingad att prata om man inte känner sig redo.

Ledarens roll i stödgruppsverksamhet

Något som är viktigt att ta i beaktande vid utformandet av stödgruppsverksamhet för anhöriga är gruppledaren och dennes roll i gruppen.

Samtalsledaren eller -ledarna är viktiga för att en grupp skall fungera bra. Bland annat följande egenskaper beskrivs som viktiga i rollen som en god samtalsledare; vara kunnig, ha erfarenhet, lugn, respektfull, en god lyssnare, kunna prata om allvarliga ämnen, vara lyhörd, hjälpa alla deltagare att komma till tals, hitta saker som deltagarna har gemensamt, kunna skapa en god stämning i gruppen och ha självkänedom (Henrikson och Andershed, Brännström med flera, Isacs samt Andera refererad i Winqvist 2011).

En bra ledare för en anhörigrupp är inkännande och lyhörd för vilka behov deltagarna i gruppen har och kan hjälpa och stötta dem i att själva hitta lösningar på sina problem (Matheny, 2013).

Kindgren och Norén (2015) poängterar att i rollen som samtalsledare bör man fundera kring frågan vart den egna gränsen mellan personligt och privat går. Ett riktmärke kan vara att som ledare berätta saker om sig själv när det bidrar till samtalet som pågår, utan att ta fokus från själva ämnet och för mycket fokus från deltagarna. Vidare lyfter de nämnda författarna upp flera fördelar med att vara två samtalsledare, den ena kan då styra samtalet och den andra observerar stämningen i gruppen, det gör också att man har någon att reflektera tillsammans med efter träffen.

Resultat av intervjuer med anhöriga

Inledning

Strukturerat stödarbete riktat till anhöriga med närstående inom våldsbejakande extremism är relativt oprövat i Sverige och det är bara några få organisationer som arbetar med frågan. Mest erfarenhet går förmodligen att söka hos En Annan Sida Av Sverige (EASAS) som stöttar anhöriga både från den kriminella miljön och till personer med kopplingar till våldsbejakande extremism samt hos Rädda barnen utifrån deras erfarenheter av arbetet med "Orostelefon om radikalisering". Gruppen anhöriga är ingen homogen grupp. Man både upplever och hanterar problematiken på väldigt olika sätt samtidigt som det finns en rad frågeställningar där samhörigheten är stor. Det var utifrån denna rätt komplexa bild vi ville lära oss mer. Då var den anhörigrupp som vi redan knutit kontakt med en viktig källa till kunskap. Vi ställde frågan om man ville vara med och dela med sig av sina erfarenheter och samtliga tillfrågade tackade ja.



Informanterna fick svara på frågor från ett i förväg upprättat frågebatteri (bilaga 1). Intervjuerna skulle ta max en timme att genomföra.

Vad framkom då i de intervjuer vi genomförde?

Anhörigas upplevelse och mående

De flesta av oss kommer aldrig i kontakt med våldsbejakande miljöer. Det är därför lätt att förstå att det blir något av en chock när man konfronteras med att en närstående engagerat sig i en gruppering som vill förändra samhället med hjälp av hot och våld. På frågan hur första tiden efter att man blivit medveten om den närståendes engagemang svarar en av informanterna:

"Katastrof, jag levde inte. Nej."

På föräldrars vis vill man inte se att ens barn står för något som står i stark kontrast till sin egen uppfattning om etik och moral. Första tiden efter att man blivit medveten om en anhörigs engagemang blir därför ganska kaotiskt. En rad känslor kommer till ytan, känslor som många upplever svåra att hantera. Exempelvis är ensamhet och maktlöshet som grundar sig i skuld och skam över den anhöriges engagemang gemensamma nämnare hos våra informanter. En annan erfarenhet man delar handlar om svårigheten att veta var man ska vända sig med sin oro. Det är just här som ett väl utvecklat stöd till anhöriga kommer väl till pass.

“Ja för jag menar har ett barn cancer så kan ju en prata om det, men ett barn som blivit nazist, det är ju ingenting en säger på fikat på jobbet liksom. Det gör ju en inte.”

Eftersom man oftast, av förklarliga skäl har ganska liten kunskap om den miljö som den anhörige engagerat sig i drabbas man av en stor oro för vad som kan hända. Flera av informanterna berättar om rädslan att den närstående ska utsättas för hot och våld. En oro som också inkluderar dem själva och övriga familjen. En av informanterna beskriver att det under perioder fanns en hotbild mot den närstående, vilket indirekt inneburit att hela familjen varit hotade, något som skapade stor oro för yngre syskon i familjen. Samma informant beskriver även att hon ägnat mycket tid och kraft åt det radikaliserade barnet, bland annat mycket tid för kontakt andra myndigheter och kunskapssökande om rörelsen. Det har inneburit att tid för yngre syskon i familjen åsidosatts, vilket i sin tur har gjort att den anhörige stundtals haft dåligt samvete, känt känslor av skuld och otillräcklighet.

I våra intervjuer framgick det tydligt vilken destruktiv kraft den närståendes engagemang orsakade. I vissa fall ledde det till att man inte orkat med vardagen utan hamnade i sjukskrivning. Det är alltså inte bara tillvaron för den som dras in i en våldsbejakande miljö som förändras utan detta är också något som i allra högsta grad påverkar de närstående. För den som ska arbeta med stöd till anhöriga är detta viktig kunskap att ge akt på. Målet är inte att vi genom de anhöriga ska nå framgång med den som radikaliserats utan syftet är att ge stöd åt den anhörige för egen del och sitt eget mående. Att detta sekundärt leder till att man på ett mer konstruktivt sätt kan möta den familjemedlem som radikaliserats är bara en extra bonus av ett stödprogram för anhöriga.

Relationen till den närstående

Intervjuare: *“Vad är det som har varit svårast tycker du under den här tiden? Vad har påverkat dig mest? Förlusten av en dotter eller...?”*

Informant: *“Ja, för jag trodde ju att jag aldrig mera skulle få henne tillbaka. Jag trodde inte det utan hon, och det är ju som jag sagt där kan ju en ångra sig idag, där en sagt att en önska nästan att hon hade dött. För så kändes det ju liksom att ändå visste en att hon rörde sig i den där fruktansvärda miljöerna”*

Citatet ovan kommer från en av de föräldrar som ingår i vår studie och visar på den kanske svåraste utmaningen för de drabbade familjerna - relationen till den närstående.

Som tidigare beskrivits kom upptäckten som en känslomässig chock för den drabbade familjen, något som naturligtvis också kom att påverka relationen med den närstående. I flera av informanternas berättelse nämner man konflikter med den närstående. Några av informanterna nämner även avståndstagande, svartmålning och skuld. Somliga tappade kontakten helt och i en familj pratade ingen till slut vare sig med eller om den närstående. Ingen vågade ens nämna personens namn. För en av informanterna tilltog dessutom konflikten när det blev känt att hon sökt stöd hos Brottsförebyggande Centrum (nuvarande Agera Värmland).

Vi vill dock belysa att detta inte gäller alla intervjuade, en av informanterna sticker ut från de övriga, nämligen den informant som inte har en förälder-barn-relation till den närstående. Denne har haft en mycket god och nära kontakt med den närstående under

radikaliseringsprocessen och över tid. En tänkbar förklaring till detta skulle kunna vara att deras relation har en annan typ av distans än en traditionell förälder-barn relation.

För att reda i den här sortens konflikter som majoriteten av informanterna erfarit, vilka är mycket känslomässigt laddade, kan hjälp utifrån vara lösningen att komma vidare. I ett strukturerat stödarbete till anhöriga är därför en viktig del att försöka minska klyftorna och reparera relationen eller åtminstone att sänka konfliktnivån. Här är det ofta framgångsrikt att om möjligt försöka inkludera hela familjen. Det arbetssätt som används inom FFT som beskrivits tidigare i rapporten kan här vara en lämplig utgångspunkt. Ökad kunskap om den extrema miljön är också viktig för att på så vis bättre förstå det sammanhang som den närstående befinner sig i.

Den stora styrkan i arbetet med att samla anhöriga i grupp är ändå att man finner stöd i varandras berättelse. Att tillsammans diskutera hur man tar tag i de krackelerade relationerna och ge varandra moraliskt stöd är för många befriande och bidrar till att man finner vägar att lösa eller i alla fall att hantera konflikterna.

Behov av stöd

Stöd från det sociala nätverket

Vad har de anhöriga sökt för stöd i sitt eget sociala nätverk? Den frågan var vi intresserade av att få veta mer om. Det visade sig att trots att några av de anhöriga har uttryckt att det finns en känsla av skam kring att den närstående är organiserad i en vitmakt-miljö så har flera av de anhöriga kunnat prata om sin närstående och den problematiska situationen med sin partner och alla informanter har öppnat upp sig och pratat med en eller flera arbetskamrater om den närståendes engagemang i VBE-miljön. En av de anhöriga har upplevt ett stort stöd från sina arbetskamrater som hon har kunnat "bolla saker med". Dock har samma anhörig upplevt att vissa saker, främst dilemman kring hur den anhörige ska bemöta den närstående, inte har kunnat diskuteras med arbetskamraterna eftersom de inte själva har varit i samma situation. Liknande problem med att få full förståelse för situationen uttrycker ytterligare en av de anhöriga som pratat med flera vänner om den närståendes engagemang inom VBE-miljön. De har varit stöttande, men hon har inte känt att hon har fått några råd kring vad hon ska göra eller hur hon ska hantera situationen.

En av intervjupersonerna har på egen hand försökt hitta andra anhöriga att prata med, men utan att lyckas.

"Det jag saknade det var ju en annan mamma som jag skulle kunna ringa när det var någonting. Det skulle jag ha velat ha. För jag menar en annan mamma den kan ju faktiskt svara när som helst."

Detta bekräftar betydelsen av att få träffa andra i en likartad situation, som har full förståelse för vad den anhörige går igenom.

Stöd från Agera Värmland (tidigare Brottsförebyggande Centrum i Värmland, BFC)

Under flera års tid har Agera haft kontakt med anhöriga som haft närstående inom våldsbejakande extremistiska rörelser, i olika stor utsträckning har de haft kontakt med och fått stöd av personal på Agera. Att känna till vad som hade fungerat bra och vad var det som fungerat mindre bra i dessa kontakter är oerhört viktigt för oss vid utvecklandet av det mer

strukturerade anhörigstödet. Kännedomen om Ageras verksamhet fick personerna på olika sätt, flera av intervjupersonerna fick reda på Ageras verksamhet genom mun-till-mun-metoden och en av de anhöriga blev själv kontaktad av dåvarande BFC. En av de intervjuade upplevde kontakten och stödet som mycket positivt då personalen hade god kunskap om den våldsbejakande miljön. Den anhörige kunde på så sätt få svar på sina frågor och det fanns möjlighet att ringa till personalen även utanför kontorstid, vilket också upplevdes som mycket positivt. En annan av informanterna önskade att det funnits en bättre kontinuitet och tydlighet i kontakterna med personal på Agera, den anhörige upplever att det har funnits en otydlighet över när och hur ofta kontakterna ska ske.

Flera av intervjupersonerna har via Agera fått kontakt med andra anhöriga till personer som befinner sig i en VBE-miljö, bland annat har några anhörigträffar hållits. Dessa kontakter har upplevts som positiva, informanterna har funnit stöd i att kunna prata med andra i samma situation trots att deras "bakgrunder" och "berättelser" skiljt sig åt. En av de anhöriga upplever det som positivt att de befunnit sig i olika faser i processen och att hon på så sätt kunnat få hjälp av den andres erfarenheter. Utifrån detta finns det alltså flera goda anledningar att bedriva anhörigstöd i gruppform och att ge varje anhörig tid och utrymme att beskriva just sin unika situation.

Stöd från andra instanser

En av intervjupersonerna har sökt vård från landstinget hos läkare och kurator utifrån sitt mående. Stödet och bemötandet har upplevts som mycket bra.

"Ja, men det var mycket bättre än vad jag trodde, jag menar min husläkare som en går till när man har ont i magen eller något, men när han fick höra vad det gällde så var han ju jättebra att prata med. Han var väldigt förstående och det var ett jättebra samtal"

Samma person har även haft kontakt med och stöd av personal på en organisation som arbetar med anhörigstöd till personer som är kriminella. Den anhörige kände sig dock malplacerad i sammanhanget då hon inte kände igen sig i problematiken kring kriminalitet. Övriga informanter har inte sökt något annat stöd i sin roll som anhörig, eller för sitt eget mående hos någon annan instans.

Tankar om behov av stöd och anhörigstödet innehåll

Sökandet efter och behovet av att få kunskap om rörelserna återkommer i flera av intervjuerna med de anhöriga. Flera av de anhöriga har sökt kunskap om de våldsbejakande rörelserna och om avhoppare på internet.

"Jag har ju googlat lite på det här för att kunna hitta kunskapen själv liksom, men det är inte så lätt att hitta, jag har läst en del om folk som hoppar av, men jag får ingen riktig klarhet."

Behovet av att få mer kunskap är stort då samtliga intervjupersoner uttrycker att de behöver och vill få kunskap om miljön/rörelsen som deras närstående befinner sig i. Några av de anhöriga nämner specifikt kunskap om "hur det fungerar i dessa miljöer", hur processen ser ut – vägen in i rörelsen och vägen ut. Utifrån detta utkristalliseras "kunskap om miljön" som ett självskrivet tema i vår modell för anhörigstöd.

En av de anhöriga betonar även fördelarna med att det är kunskap från någon som själv har erfarenhet av att befinna sig i miljön. På frågan om vilket behov av stöd hon behöver svarar hon såhär:

”Jag behöver att någon annan berättar för mig lite hur det brukar gå till inom sådana här kretsar, vanligtvis så åker man ju i fängelse och skaffar en tatuering på armbågen med ett spindelnät, det är så jag har uppfattat det i alla fall. Jag vill veta mer helt enkelt. Ja, men samtal med någon eller några, dels om det du har varit med om att faktiskt varit aktiv inom rörelsen. Jag skulle vilja prata med gamla nazister faktiskt.”

Samma person uttrycker att det även är viktigt att det finns kunskap om de våldsbejakande miljöerna hos personalen utifrån att man som anhörig ska våga berätta om sin situation och att inte behöva vara den som vet mer än den man söker stöd hos. Så här beskriver hon det med egna ord:

”... det gjorde att jag tänkte ’vad bra han vet vad jag snackar om’ det var oerhört viktigt. För annars hade jag inte kanske litat på personen i andra änden på telefonen, man vill nog att den andra personen ska ha lite koll, veta mer än vad man själv vet. Så att man inte blir den som informerar den som ska kunna det här.”

Att ta kontakt och söka stöd för sin situation som anhörig är många gånger ett stort steg för personen i fråga, vilket innebär att man som personal måste förvalta förtroendet väl. Det kräver att man snabbt försöker etablera en relation och att man har kompetens inom området för att få tillit.

Utöver kunskap om rörelsen, är strategier i bemötandet av den närstående och att kunna behålla relationen med den unge något som samtliga intervjupersoner uttrycker att de vill få stöd i. En av informanterna uttrycker hur viktigt hon tycker det är att försöka sätta gränser för sitt barn utan att stänga dem ute:

”I en anhöriggrupp tycker jag det är viktigt att prata om hur man betar sig mot sina barn, att man inte stänger ute dom, även om man tycker att dom gör fel så måste man ändå visa att man älskar dom. Att man inte säger att har du den här åsikten så är du inte välkommen hem. Men det är ju vad jag tycker då.”

En av intervjupersonerna förklarar att hon i samtal vill få verktyg för att kunna stötta sin närstående på ett bra sätt samt för att kunna tackla en eventuell ”worst case scenario”-situation.

”Jag behöver ju stöd i att kunna ge Ola¹ stöd i sin tur då. Så jag behöver ju lite verktyg. Jag tänker att om jag får dom verktygen så kan jag i alla fall finnas där för Ola när om det går helt åt helskotta med alltihop så vill jag ändå kunna finnas där, och det är jag inte säker på att jag skulle kunna om jag inte får någon slags hjälp själv.”

Vid frågor om vilken form av stöd de önskar uttrycker flera av de anhöriga önskemål om få delta i både enskilda samtal och samtal i grupp. En informant känner sig tveksam till

¹ Ola heter egentligen något annat

gruppverksamhet men tror att enskilda "förmöten" med gruppledaren kan vara bra och fungera som en förberedelse inför ett eventuellt framtida deltagande i gruppverksamhet. Detta för att kunna bli trygg med gruppledaren och därmed känna sig mer trygg i gruppen, denne poängterar att gruppen behöver en kompetent och bra ledare. Detta är mycket viktigt att ta i beaktande, vad är den här unika individen i för behov av stöd? Stödet måste självklart utgå ifrån den anhöriges behov där gruppsamtal är ett av flera sätt att ge stöd på till en anhörig. I avsnittet "Våra reflektioner" här nedan, problematiserar vi detta vidare.

För att kunna tala fritt om något som kan upplevas som svårt, förutom ledarens kompetens och personliga lämplighet, behöver gruppen ha ett öppet klimat. Flera av de anhöriga lyfter att det är viktigt att man ska få kunna uttrycka vad man vill i gruppen, att det inte finns något rätt och fel i det man säger och att det inte finns några dumma frågor. Som en av de intervjuade beskriver:

"Ja, här kan jag prata om vad jag vill, det är ingen som säger något fel eller dumma ord, utan allt man säger är rätt."

En av de intervjuade poängterar även vikten av tystnadslofte för att kunna känna trygghet i gruppen. Förhållningsregler inom gruppen är med andra ord grundläggande för den här typen av verksamhet, det underlättar själva huvudsyftet med gruppen - samtalet mellan anhöriga. En av intervjupersonerna nämner även att det är viktigt att gruppen inte fastnar i det som är negativt, utan att man tillsammans kommer framåt. Här har gruppledaren en viktig roll i att styra samtalet så att det i det stora hela känns hoppfullt.

Aspekter att ta hänsyn till

Svårigheten få till fysiska anhörigträffar

Flera informanter uttrycker sig i termer som att det "var synd" att inte fler kunnat delta på de gruppträffar som hittills har anordnats, speciellt en informant tyckte det var viktigt att så många anhöriga som möjligt kommer på träffarna:

"Den här gruppen som vi har, nu var vi ju bara två stycken som satt där, men man känner att man vill liksom vara fler..."

Ett genomgående problem som både vi som personal och gruppdeltagarna brottats med har varit svårigheten att finna passande tider. Varierande arbetstider och långa avstånd har komplicerat planeringen. Detta faktum påverkar naturligtvis gruppdynamiken eftersom man som deltagare hamnar på olika nivåer i samtalen. Ytterligare en aspekt som är viktig att ta hänsyn till är det faktum att de anhöriga som vi har haft kontakt med är spridda geografiskt över länet. Detta måste tas hänsyn till vid planering av antal träffar och hur frekvent träffarna ska äga rum.

Tydlighet och tillgänglighet

Flera informanter önskar att det finns någon man kan ringa som alltid svarar om man har någon fråga, när som helst på dygnet. En informant berättar att hon uppskattat att kunna kontakta personal på BFC, numera Agera Värmland, när någon fråga har dykt upp:

“Man har ju kunnat för det mesta ringt hur och när som helst. Det är ju inte så att man kanske kommer på en fråga när klockan är två mitt på dagen, utan det är ju ofta på kvällen när man kommer hem och liksom tänker igenom det här och lördagar och söndagar.”

En informant önskar bättre kontinuitet i de anhörigträffar som genomförts och i kontakten med Agera Värmland samt en ökad tydlighet för hur stödet ska se ut.

Tydlighet är lika med trygghet för den anhörige, frågor som till exempel *”vad kan vi erbjuda den anhörige för stöd och inom vilka ramar?”* behöver ställas och i sin tur besvaras. Dessa svar behöver sedan tydligt kommuniceras ut till den anhörige. Vår modell för anhörigstöd innehåller ett förslag på ett antal tematräffar. Vilket stöd, och i vilken form, som erbjuds mellan träffarna lämnar vi öppet som något varje enskild aktör som vill bedriva anhörigstöd till målgruppen bör ta ställning till.

Marknadsföring av verksamheten

Något som är en viktig fråga att ta sig an är hur vi når ut till de anhöriga. Informanterna har varit positiva till idéer om marknadsföring i form av till exempel annonser via Facebook eller i tidningen. Det krävs, precis som nämnts tidigare i rapportens kunskapsavsnitt, att en formulerar sig så att intresse hos individerna i målgruppen väcks.

Våra reflektioner

Fysiska eller digitala träffar

Ovan berörs svårigheten att få till fysiska träffar utifrån problem med att hitta lämpliga tider som passar deltagarna. Till det kommer den geografiska aspekten, att de anhöriga finns utspridda i hela länet, samt att antal individer som berörs av den här typen av stöd är begränsat. Ett medskick vi vill göra är att det finns anledningar att se över om ett anhörigstöd i digital form skulle kunna vara ett alternativ. Digitala träffar i form av videokonferenser? Digitala diskussionsforum i skrift där anhöriga kan mötas? En ska inte underskatta kraften i det faktiska mötet, men om dessa möten är svåra att få till kanske digitala möten är bättre än inga mötesforum alls?

Flexibilitet, tillgänglighet och tydlighet

Det här materialet är utformat för att bedriva anhörigstöd i grupp. Vi vill poängtera att det är ett av många sätt att ge stöd till anhöriga. Som en aktör som bedriver anhörigstöd är det självklart viktigt att utgå från den unika individens behov, är enskilda samtal det individen efterfrågar i första hand så bör man ha en flexibilitet i sin verksamhet och kunna möta sådana önskemål.

Precis som nämnts ovan så ger tydlighet i struktur för verksamheten och tydlighet i frågan om tillgänglighet en trygghet för de anhöriga. Det är värdefullt att fundera på frågor om tillgänglighet; hur tillgängliga ska vi vara? Det finns inget rätt eller fel svar på den frågan. Det finns flera fördelar med att sträva efter att vara tillgänglig utifrån den anhöriges perspektiv, men naturligtvis även flera nackdelar, om inte minst praktiskt och sett till en verksamhetsorganisering och anställdas arbetsmiljö och -tider. Varje enskild verksamhet behöver hitta sin form för detta och vi vill poängtera att oavsett hur en väljer att göra så behöver en ta ställning i frågan om tillgänglighet och hålla en gemensam linje i kommunikationen med målgruppen.

Självhjälpsgrupper som alternativ

Utifrån diskussionen i avsnittet ovan om tillgänglighet och flexibilitet har en tanke väckts om att vår modell för anhörigstöd skulle kunna drivas i form av självhjälpsgrupper. Självhjälpsgrupper som drivs av anhöriga själva, som till exempel Anonyma Alkoholisters anhöriggrupper, skulle kunna vara en möjlig stödform till vår målgrupp. Det finns flera fördelar med att verksamheten drivs av frivilliga anhöriga, det är i sådana fall lämpligt att gruppen leds av någon anhörig som är längre fram i sin egen process, till exempel en anhörig vars närstående gått ur miljön och att det har fått gå en tid så att den anhörige har hunnit bearbeta sina upplevelser och fått distans till det hela. Det är viktigt att ledaren inte är mitt uppe i det svåraste och har för mycket att bearbeta, då det kan missgynna gruppen.

Självhjälpsgrupper skulle kunna ge en ökad flexibilitet och tillgänglighet utifrån de anhörigas behov, till exempel skulle det kunna ge ökade möjligheter för de anhöriga att få råd och stöd av andra som är eller har varit i en liknande situation även utanför kontorstid. De flesta av de teman som finns föreslagna i vår modell för anhörigstöd bygger på de anhörigas erfarenheter och delaktighet, vid några av träffarna är det lämpligt att professionella bjuds in.



Resultat av intervjuer med organisationer

Strukturerat stödarbete till anhöriga med närstående i våldsbejakande grupper är något som få aktörer i Sverige gör eller har gjort. Av förklarliga skäl har det därför varit svårt att finna organisationer med erfarenhet av vår specifika målgrupp.

Det vi istället har gjort är att söka upp organisationer med erfarenhet av att möta gruppen anhöriga fast ur andra angreppsvinklar. Vår bedömning är att det finns en rad likheter som gör erfarenheterna viktiga även för den målgrupp den här rapporten kretsar kring.

Intervjuade organisationer är Brottsofferjouren Värmland, BUFFF, Rädda Barnen samt Anhörigkonsulent på Karlstads kommun. Vi har även haft kontakt och fört samtal med En annan sida av Sverige (EASAS). Flera av aktörerna uppger att deras gruppverksamhet startat efter att de identifierat ett behov utifrån de anhörigas berättelser om att de känner sig ensamma i sin situation.

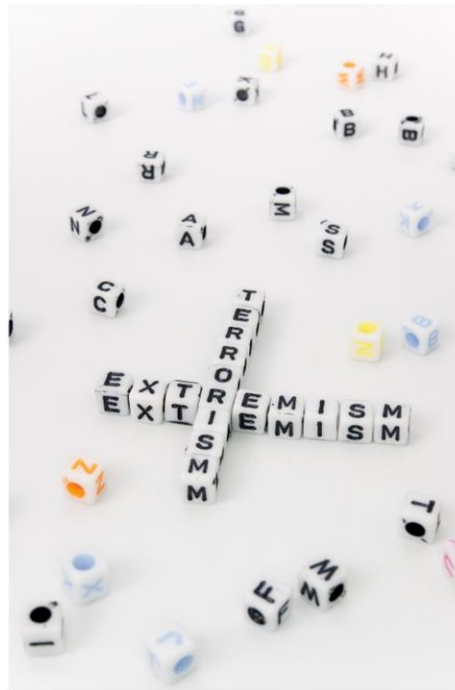
Ofta är gruppsamtal ett komplement till individuella samtal och organisationernas övriga arbete. De flesta anhöriga väljer att delta både i grupp- och enskilda samtal men vissa föredrar enbart den ena eller andra formen. Vill man erbjuda stöd för alla kan det därför vara klokt att om möjligt erbjuda båda dessa stödformer.

Våra egna erfarenheter visar också att det för vissa fungerar bäst att samtalen enbart förs via telefon eller mejl.

En av organisationerna framhöll att det är svårare idag att samla stödgrupper och betonar vårt nya behov av omedelbar behovstillfredsställelse. Man tar upp telefonen och googlar för att få ett svar, istället för att vända sig till en fysisk organisation.

Ett av huvudsyftena med denna rapport är att finna former för hur samtalen kan organiseras. Flera av de organisationer vi intervjuat vittnar om vikten av tydlighet när det gäller vad man kan och inte kan hjälpa till med. Förväntningarna på snabba resultat kan vara höga och det är viktigt att inte lova något som man i slutändan inte kan leva upp till. Det är därför klokt att redan vid den inledande träffen diskutera möjligheter och gruppens förväntningar. Här bör man också lyfta frågan med avgränsningar både i tid och vad samtalen ska handla om. Om ramarna är alltför otydliga finns det en risk att samtalen "fastnar" och övergår i ett åltande som inte leder vidare.

Som vi tidigare konstaterat finns en rad likheter med andra samtalsgrupper men en sak som skiljer ut sig när vi kommer till våldsbejakande extremism är kunskap om de våldsbejakande miljöerna och hur man som anhörig kan lära sig att hantera dessa frågor. Ett lugnt och



professionellt bemötande från samtalsledare men även andra som den anhörige möter i sin kontakt med organisationen är därför av högsta vikt. Här är det viktigt att man redan på planeringsstadiet tar kontakt med sakkunniga som kan finnas med på någon av träffarna och dela med sig av erfarenheter och svara på frågor. Gärna också som bollplank framförallt till ledaren under hela samtalsserien.

Förutom att bjuda in sakkunniga inom området kan exempelvis psykolog, socialsekreterare eller företrädare från andra delar av samhället vara viktiga att bjuda in eftersom man som anhörig många gånger kan ha andra behov som behöver mötas. Detta kan gälla t.ex. ekonomisk rådgivning, oro, sömnsvårigheter m.m. Något som var gemensamt för nästintill samtliga av de intervjuade organisationerna var behovet av en god struktur samt att skapa en trygg mötesplats för familjer i samma situation.

Tillgänglighet

En av frågorna som flera av de tillfrågade aktörerna kretsade kring var tillgänglighet. Att avgränsa sig kan vara svårt både för den anhörige som många gånger har ett uppdämt behov av att få ställa frågor och prata om problematiken men också för organisationen som håller i samtalen. Hur ofta, hur länge och vad gör man mellan träffarna? En av organisationerna var tydlig med att man enbart tog emot samtal dagtid mellan kl. 9–16 och upplevde att det var "good enough".

En sak som framhölls var vikten av att så snabbt som möjligt kunna erbjuda tid för ett första samtal när någon tog kontakt för första gången. Att däremot fungera som en "samtalsakut" dit den anhörige kan ringa närsomhelst när det krisar kan paradoxalt nog späda på den oro som den anhörige känner. Ett tryggt svar om att man tar upp frågan nästa gång är ofta fullt tillräckligt.

Marknadsföring

För att de som har behov av stöd ska komma i kontakt med verksamheten är det naturligtvis viktigt att berätta att man finns. Vanlig annonsering i tidningar eller på nätet har inte gett gott resultat enligt några av de tillfrågade. Det som förefaller fungera bäst är att sprida information i sina egna nätverk samt till inrättningar som kan tänkas komma i kontakt med målgruppen. Exempel på det kan vara vårdcentraler, socialtjänst och polis. Till detta kommer också den viktiga mun till mun-metoden som ofta ger ringar på vattnet.

Utvärdering

Till de intervjuade organisationerna ställdes också frågan om man gjorde en utvärdering efter avslutade samtal. Flera av de tillfrågade avstod medvetet från att göra utvärderingar eftersom man under samtalen berör saker som kan vara både svåra och känsliga för den som deltar. En av organisationerna hade löst detta genom att använda sig av ett självskattningssystem där man försökte bedöma hur väl man hade kunnat svara upp på deltagarnas frågor och bidra till att sänka graden av oro. Det var bara en av organisationerna som lämnade ut en enkät när gruppverksamheten avslutades.

Vår modell för anhörigstöd

Alla delar i rapporten; de teoretiska utgångspunkterna, kunskap om anhöriga till personer i VBE-miljöer, kunskap om anhörigstöd och stödgruppsverksamhet, att tänka på vid uppstart av en anhörigrupp samt resultat av intervjuer med anhöriga och organisationer har vägts in och knutits ihop till en helhet när vi utformat vår modell för anhörigstöd.

Utgångspunkt och inledning

De teoretiska utgångspunkterna är grunden, de genomsyrar hela vårt arbete med anhöriga.

Utifrån vårt mål att modellen ska vara kunskapsbaserad har tidigare forskning och kunskap som varit relevant i sammanhanget varit självklart att ta del av.

Kunskap om anhöriga till personer i VBE-miljöer tillsammans med vad som framkommit i våra intervjuer med anhöriga har varit utgångspunkten när vi tagit fram teman och innehållet för gruppträffarna, se underrubriken i detta avsnitt "*Förslag på teman för gruppsamtal*". Intervjuerna med de anhöriga har varit en ovärderlig källa till information om målgruppen och har gett oss en inblick i vad de själva anser att de har för behov och vilket stöd de önskar att få.

Strukturen och ramarna för vår modell har dels inspirerats av andra aktörer som arbetar med liknande verksamhet, till exempel Riksförbundet Balans "*Balansmodell*". Vi har även utformat strukturen utifrån befintlig kunskap om stödgruppsverksamhet samt resultat från intervjuerna med organisationer, vilka bidragit med värdefull input.

Anhörigstöd kan handla om många saker. En viktig del är samtalet som kan ske både enskilt eller i grupp. Vi kommer här att fokusera på gruppsamtal och ge förslag på hur en samtalsserie kan läggas upp.

Inspiration till upplägg av träffarna

Inspiration till träffarna är bland annat hämtat från "*Balansmodellen*" som är ett samarbete mellan Riksförbundet Balans och Studieförbundet Vuxenskolan. Modellen är i första hand utarbetad för att ge stöd kring psykisk ohälsa men många delar fungerar bra även i andra sammanhang. I metoden "*Funktionell familjeterapi FFT*" finns också många delar som hjälper till att skapa ett gott samtalsklimat och stöd för deltagarna. För samtalsledaren har Sensus tagit fram ett bra material som heter "*Din egen makt – Ledarhandledning*". Där finns en rad användbara tips som bidrar till att skapa bra träffar.

Struktur

Det är viktigt att finna och upprätthålla en bra struktur när man träffas. Tre moment som alltid bör finnas med är:

- 1) Rundan: Deltagarna inleder varje träff med att berätta om det har hänt något särskilt sedan sist. Hur har veckan varit? Hur är det just idag?
- 2) Dagens tema. Samtalsledaren redogör för innehållet i dagens träff och presenterar eventuell inbjuden gäst.

- 3) Reflektion: Innan man skiljs för dagen reflekterar man över det som sagts, hänt och upplevts under träffen.

Frågor att ta ställning till: gällande struktur

- Under hur lång period ska gruppen finnas? Kan gruppen leva vidare i form av öppna, stående möten, liknande AA-möten? Kan gruppen drivas vidare av de anhöriga själva?
- Öppen eller sluten grupp? Det finns många fördelar med en sluten grupp MEN, det kan vara bättre att ha en öppen grupp utifrån att målgruppen inte är så stor och det är bättre med en anhöriggrupp än ingen alls om underlaget är litet.

Övrigt

Tystnadslöfte

Att det som sägs i gruppen också stannar där är viktigt för att skapa en trygg och öppen stämning.

Frånvarohantering

Det är viktigt att var och en tar ansvar för att i största möjliga mån komma på alla träffar. Naturligtvis kan man få förhinder men då är det också viktigt att förklara för de andra i gruppen varför man inte kommer. För att uppnå goda resultat ska gruppen kännas viktig. Blir det många avhopp minskar de positiva effekterna även för de som är närvarande.

Följdfrågor

Samtalsledaren ansvarar för att hålla samtalet levande och att alla i gruppen som vill komma till tals också får möjlighet. Ta gärna hjälp av följdfrågor som; berätta mer, förklara hur du menar. Kan ni utveckla lite mer? Om ni fick önska helt fritt hur skulle det vara då? Osv.

Lösningfokus

Som samtalsledare är det viktigt att vara lösningfokuserad och använda *positiva omformuleringar* (se FFT). Lyft fram goda exempel: "Vad gör du som är bra?" "Vad fungerar?" Skapa en positiv känsla i gruppen, målbilden är att man ska få inspiration och kraft som anhörig. Försök att inte fastna i problem, rikta blicken framåt.

Tydlighet och ramar

Tydlighet ger trygghet. Försök att finna fasta tider för träffarna och undvik förändringar som inte är välmotiverade. Förbered gruppen inför nästa träff med tema och eventuellt inbjuden gäst. Sätt en start och stopptid som man också håller. Erbjud om möjligt tid för ytterligare samtal efter mötets slut.

Mellan träffarna

Var tydligt med vilket stöd som deltagarna kan förvänta sig mellan träffarna. Kan vi vara tillgängliga för råd och stöd på telefon? I så fall under vilka tider och i vilken omfattning. Ska vi erbjuda individuella samtal? Förklara tydligt vad vi kan respektive inte kan tillmötesgå.

Förslag på mötesstruktur

Nedan finner du förslag på hur en mötesserie kan byggas upp. Beroende på gruppens storlek och sammansättning kan ändringar göras. Det är dock viktigt att ha en genomtänkt idé med vad träffarna ska leda till och hur man bäst uppfyller deltagarnas behov.

Förträff/Inledande träff

Förträffen har som syfte att ge deltagarna möjlighet att känna om gruppsamtal är något som passar. Det är därför viktigt att ha en god planering och en välkomnande attityd. En viktig del under första träffen är att börja lära känna varandra och ge deltagarna möjlighet att komma med önskemål inför fortsättningen.

Vid denna första träff går man som samtalsledare igenom ramarna för kommande träffar. Det kan handla om tystnadsloftet, tidsplanering, önskemål om fika och andra saker som skapar trygghet i gruppen. Deltagarna får också möjlighet via en runda att berätta lite om sig själva. Att prata är naturligtvis frivilligt men det är sällan svårt om man är mån om att skapa en trygg atmosfär. Det är viktigt att ha med sig att det kan vara ett stort steg för den anhörige att delta i en anhöriggrupp och att man som ledare är medveten om att det kan ta tid för deltagaren att öppna upp sig utifrån att vissa anhöriga bär på känslor med inslag av skuld och skam.

Träff 1 – Kunskap

Efter den första inledande träffen är det bra att börja med ett *kunskapspass* som exempelvis förklarar hur den aktuella miljön ser ut och arbetar. Om hur vägen in i våldsbejakande miljöer kan se ut, hur det är att befinna sig i miljön med dess oskrivna regler/normer, hur man tar sig ut och hur en ev. utträdesprocess ser ut, m.m.

Bjud in en sakkunnig som kan svara på de anhörigas frågor och i möjligaste mån också dämpa oro med trygga fakta. Planera så att det finns gott om tid för deltagarnas frågor. Innan man slutar ska deltagarna komma med önskemål på temat inför träff 5 som är en öppen träff.

Träff 2 – Bemötande

En fråga som ofta betyder stora svårigheter för den anhörige är bemötande. Hur ska man agera och orka hantera det faktum att en närstående ansluter sig till en våldsbejakande ideologi? Strategier kring bemötande syftar till att ge verktyg till den anhörige men också att skapa möjligheter inför en eventuell exitprocess hos den som hamnat i extremism.

Som närstående är det viktigt att försöka upprätthålla relationen även om det är svårt att hantera och härbärgera känslorna som kommer upp. Att leva i en våldsbejakande organisation/miljö betyder ofta att man avskärmats från det "vanliga" livet. En bibehållen relation ger därför möjlighet att hålla dörren på glänt till ett liv utanför miljön.

Exempel på frågor att diskutera:

- I vilken utsträckning ska man prata om problemet hemma?
- Ta avstånd från åsikterna men inte från individen.
- Hur undviker man konflikter när man träffas och hur kan samtalen bli konstruktiva?

- Vad behövs för att kunna lägga upp en bra strategi för att hantera situationen lättare?
- Hur vidmakthåller jag strategin?

Träff 3 – Relationen

Tredje träffen är en direkt fortsättning på samtalen om bemötande men fokuserar mer på hur man behåller känslan av att "bara få vara familj". I det här samtalet är det relationen i familjen som är viktig, framförallt med inriktning på det som är positivt.

- Vad är det som fungerar?
- Hur kan man göra för att behålla det positiva i relationen?
- Vad tycker ni om att göra tillsammans som familj osv?

Träff 4 – Jag själv

Genomgående i hela samtalsserien ska samtalsledaren vara mån om att samtalen kretsar kring deltagarna i rummet och det stöd man behöver för att hantera den situation man befinner sig i. Det finns annars en risk att fokus hamnar på att prata om den som inte är på plats istället för med varandra.

Fjärde träffen handlar därför om de obesvarade frågor om sig själv som man ställs inför. Anledningen till att detta samtal kommer först en bit in i samtalen är att frågorna kan kännas utelämnande och det är därför viktigt att ha skapat en god relation och trygg stämning i gruppen. Här är det extra viktigt att lyssna till vad deltagarna vill lyfta. Exempelvis kan det handla om:

- Hur påverkar oron för den anhörige ditt välmående, hur mår kroppen och själen?
- Vad ger mig positiv energi och var finner jag ny kraft?
- Hur gör man för att vara rättvis mot sig själv?

Förslag på övning: Låt deltagarna skriva en lista med saker man mår bra av. Diskutera sedan på vilket sätt de ger en positiv känsla och hur man bibehåller dessa i saker i sin vardag.

Träff 5 – Öppen träff/Gruppens tema

Innehållet för träff fem utgår från deltagarnas önskemål i samband med första träffen. Det kan t.ex. handla om någon speciell person man vill bjuda in eller ett tema som inte finns med i de övriga träffarna. Som samtalsledare är det viktigt att ha förslag på teman om gruppen inte kommer med egna idéer. Man kan till exempel visa en film där en avhoppare berättar om sitt engagemang eller om har möjlighet att bjuda in en tidigare aktivist att komma till träffen. Övriga förslag på teman som kan tas upp:

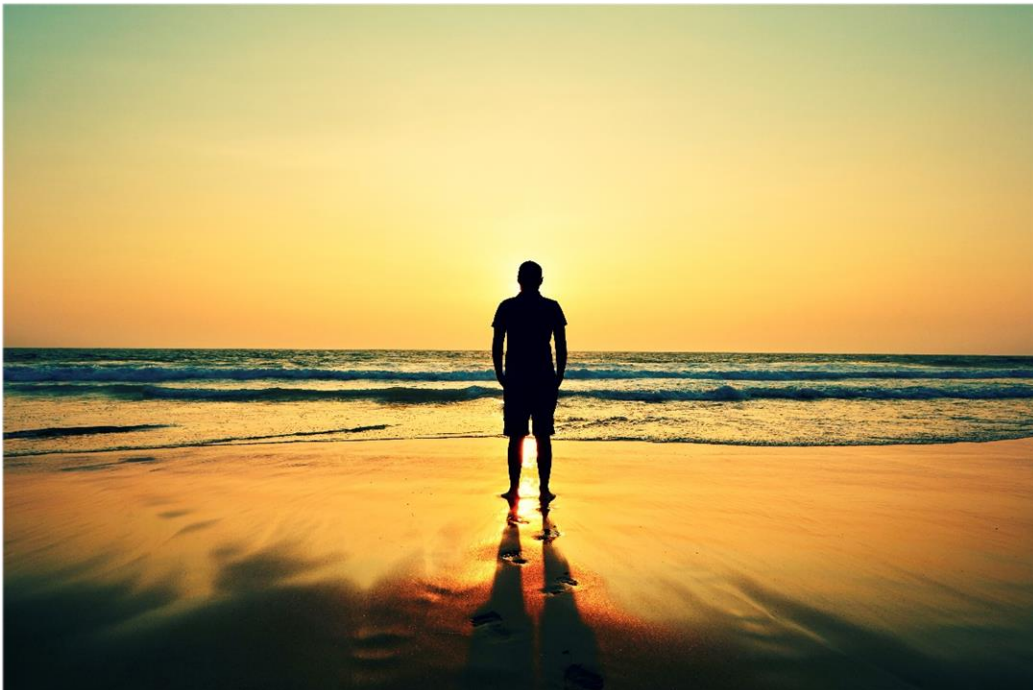
- Upplevelser av att vara ensam om erfarenheterna och känslan av maktlöshet hos den anhörige

- Negativa attityder mot dig som närstående från omgivningen, stigmatisering osv.

Träff 6 – Avslutning/Reflektion/Fortsättning

Det bärande temat i den avslutande träffen är reflektion och hur man går vidare. Se tillbaka på det ni samtalat om tidigare och påminn deltagarna om olika strategier ni tagit upp. Var lyhörd för de frågor som kommer upp och "finjustera" verktygen.

Vid sista träffen är det också bra att diskutera en eventuellt fortsatt kontakt. Hur ska den se ut? När kan man finnas tillgänglig osv. Det kan också vara så att gruppen själv vill fortsätta att hålla kontakt. Ge då utrymme för att skapa en grupp på sociala medier och byta telefonnummer. Avsluta med att se tillbaka och fokusera på framsteg som gjorts under samtalsserien.



Källor

Litteratur, arbeten och rapporter

Hagborg, E. Jonsson, K Y. & Salmson, K. red. (2010). "Hela människan-hjulet – en samtalsmodell för livskunskap & känsla av sammanhang", Studentlitteratur AB, Lund.

Matheny, G. (2013). "Att utveckla anhörigstöd", Studentlitteratur AB, Lund.

Digitala källor

Gustafson, E. och Hagberg, M. (2017). "Inspirationsmaterial Anhöriga till personer med psykisk ohälsa – deras erfarenheter och önskemål om stöd.", Nationellt kompetenscentrum anhöriga. http://www.anhoriga.se/Global/Stöd%20och%20kunskap/Publicerat/Inspirationsmaterial/Dokument/Nka_2017-1_Insp-material.pdf

Kindgren, J. och Norén, N. (red.) (2015). "Att vara anhörig – i olika skeenden i livet", Riksförbundet Attention <https://attention.se/wp-content/uploads/2015/05/ladda-ner-skriften-som-pdf.pdf>

Ljusenius, Å. (red.) (2017). "Orostelefonen 2017 – Lärdomar från ett pilotprojekt.", Rapport/Rädda Barnen <https://www.raddabarnen.se/globalassets/dokument/rad--kunskap/orostelevonen-arsrapport-2017.pdf>

NSPH (Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa) och Sensus (2018). "Din egen makt. Ett studiematerial om att ta makten över sitt liv.", Åtta.45, Stockholm

Sikkens, m.fl. (2018). "Parents' Perspectives on Radicalization: A Qualitative Study.", University Utrecht, The Netherlands. <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10826-018-1048-x>

Sivenbring, J. (2018). "Rapport: Utslag av oro. En analys av Rädda Barnens orostelevonen om radikaliserings.", Göteborgs universitet, Segerstedtinstitutet. https://www.raddabarnen.se/globalassets/dokument/rad--kunskap/foraldrar/1694895_utslag-av-oro-sivenbring2.pdf

Socialstyrelsen. (2016). "Stöd till anhöriga. Vägledning till kommunerna för tillämpning av 5 kap 10§ Socialtjänstlagen" <https://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/20286/2016-7-3.pdf>

Stiftelsen Funktionell Familjeterapi, <http://www.stiftelsenfftsverige.se/funktionell-familjeterapi/>

Winqvist, M. (2016). "Individualisering, utvärdering och utveckling av anhörigstöd.", Nationellt kompetenscentrum anhöriga. http://www.anhoriga.se/Global/Stöd%20och%20kunskap/Publicerat/Kunskapsöversikter/Dokument/2016-4_Individualisering_Winqvist.pdf



Winqvist, M. (2011). "Samtalets betydelse som anhörigstöd", Nationellt kompetenscentrum anhöriga. http://www.anhoriga.se/Global/Stöd%20och%20kunskap/Publicerat/Kunskapsöversikter/Dokument/2011-1_Samtaletsbetydelse_NkA_WEBB.pdf

Yang, I. och Friberg, J. (2015). "Balansmodellen. Studiematerial för självhjälpgrupper och anhöriggrupper anpassade för affektiva sjukdomar", Riksförbundet Balans och Studieförbundet Vuxenskolan. https://balansstockholm.se/wp-content/uploads/2016/09/Balansmodellen_Studiemtrl_Webb_Feb-15.pdf

Tack till

Ett stort tack till de anhöriga som vi har varit pratat med som tagit sig tid och delat med sig av sina erfarenheter och sin historia för att vi ska kunna utveckla ett bra anhörigstöd. Vi vill självklart även tacka verksamma hos de aktörer och organisationer som intervjuats om deras arbete med anhörigstöd. Det har gett oss värdefull input till att utvecklandet av vår modell.

Rapportförfattare

Kajsa Ärnström
Lars Stiernelöf

Projektmedarbetare:

Peter Sundin

Detta projekt och rapport har möjliggjorts med projektbidrag från Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF).



Bilaga 1

Intervjuguide - frågor till anhöriga

Bakgrund

Vill du berätta lite om dig...

- Hur/var bor du?
- Vilka bor du med? Vilka ingår i familjen? Syskon? Åldrar? Partner?
Bor du tillsammans med den andre föräldern till din anhöriga?
Om nej, hur ser kontakten med den andre föräldern ut?

Upptäckt

Vill du berätta om din anhöriges bakgrund och situation- om vad som ledde fram till att du fick kontakt med oss på BFC?

När upptäckte du att din anhöriga engagerade sig i en extremistisk organisation?

- Hur upptäckte du det? Vad var de första tecknen?

Vad var det första du gjorde när du fick reda på det?

Hur var din relation till den anhörige den första tiden?

Behov/ stöd

Hur har du haft det under den här tiden?

- Vad upplever du har varit svårast? Hur har det påverkat dig?
- Hur har övriga familjemedlemmar haft det? Hur har de påverkats?

Har du haft någon i din närhet att prata om det här med och som du har fått stöd av?

- -Om ja, vem/vilka?

När uppkom behovet av att ta hjälp av någon utifrån?

Har du eller någon annan familjemedlem sökt eller erbjudits stöd i egenskap av anhörig hos tex kommun eller någon annan instans?

- Om ja, vilken/vilka insatser har du fått?
- Hur har du upplevt de insatserna?
- Vad har du varit nöjd med?
- Vad har du inte varit nöjd med? Vad har saknats?
- Hur är din upplevelse av kunskap om och förståelse för din situation som anhörig hos de du har kontakt/haft kontakt med?

Hur fick du vetskap om BFC (Agera Värmland) och deras verksamhet? Hur fick du kontakt?

Vilket stöd skulle hjälpa dig i din roll som anhörig?

Vad krävs för att du ska känna dig trygg och kunna prata öppet i anhörigstödsgruppen?

Vad är viktigt för dig att ta upp och prata om i gruppen?

Vad är det du upplevt som positivt de tillfällen ni träffats i grupp?

Finns det något som kan förbättras?

Om du fick välja helt själv, hur skulle du vilja att stödet för dig som anhörig utformades?

Hjälppfrågor:

- Grupp?
- Hur många träffar?
- Individuellt stöd?
- Telefon?
- Mail?
- Hur lång kontakt?
- När ska kontakten avslutas?

Avslutning

Hur skulle du känna att du har blivit hjälpt av anhörigstödet? Vilken skillnad/effekt skulle du märka av, vilja se?

Vad vill du att vi ska tänka på i kontakten med andra föräldrar som är i en liknande situation som du?

Något du vill tillägga?

Bilaga 2

Intervjuguide – frågor till organisationer

Verksamhet/målgrupp

Hur jobbar ni med anhörigstöd?

- Vilken typ av stöd kan ni erbjuda?
Hjälppådrag: Korta råd och stöd-kontakter? Enskilda samtal?
Gruppverksamhet?

Mot vilken målgrupp riktar sig er verksamhet/ert anhörigstöd?

Berätta om vilka individer ni träffar?

Vilka tar kontakt med er?

- Mamma/pappa/annan släktingar/ vän?
- Finns det någon "typisk" anhörig som tar kontakt med er? Isåfall – relation till individen? Kön?

Hur ser den första kontakten med verksamheten ut?

Vad uttrycker de anhöriga att de behöver hjälp med?

Vilka behov ser ni att dessa personer har?

Vad förväntningar de sig av kontakten med er?

Vad är målet med stödet?

När avslutas kontakten?

Om ni arbetar med grupper, berätta om hur upplägget ser ut?

- Antal träffar?
- Hur långa träffarna?
- Hur stora är grupperna?
- Upprättar ni gemensamma regler inom gruppen?

- Arbetar ni utifrån förbestämda teman/diskussionsfrågor på träffarna?
- Hur många är ni som leder gruppen?

- Hur ser flödet ut på gruppverksamheten? Uppstart av grupper? Tillkommer nya deltagare osv?

Utgår ni från någon strukturerad modell/metod, manual i eran verksamhet?

Använder ni er av någon annan typ av form för stöd, tex telefon, chat, appar utöver den ordinarie verksamheten?

Hur stort är behovet av stöd? Frekvens? Antal deltagare?

Vet ni hur de anhöriga har hittat till er verksamhet?

Hur marknadsför ni er?

Om organisationen

Hur identifierade ni behovet av anhörigstöd till den målgrupp ni riktar er till?

När startade verksamheten?

Vad fungerar bra med det stöd som idag finns i er verksamhet?
Vilka förbättringsåtgärder skulle ni vilja se?
Vilka utmaningar ser ni i verksamheten?
Vilka är framgångsfaktorerna för verksamheten?
Hur utvärderas stödet?
Om utvärdering har gjorts, vilka resultat har ni fått?

Personal

Vilken kompetens har de som jobbar med stödet?
Vilken utbildning?
 Vilken arbetslivserfarenhet?
 Har de självupplevd erfarenhet av problematiken som de anhöriga söker stöd för?

Samarbete med andra instanser

Kan ni inom er organisation erbjuda ytterligare stödinsatser om det finns ett behov?
Berätta om hur ni arbetar när ni ser att den anhörige är i behov av mer eller ett annat typ av stöd än det ni kan ge?
 -Vilka instanser remitterar ni vanligen till?
Hur ser samarbetet ut i övrigt med andra instanser, tex kommun/vård och landsting?
Använder andra instanser er som en verksamhet att hänvisa till?
På vilket sätt kompletterar ert arbete deras insatser?

Avslutning

Utifrån era erfarenheter, vad är viktigt att tänka på vid utformningen av stöd till anhöriga?
Är det något som du/ni vill tillägga?