



Bild: Martin Eidensten

– Jag har känt i många år att jag vill engagera mig på något vis, säger Sanna Bergendahl.

Att berätta om övergrepp hjälper

2013-01-11 | Lina Arvidsson

Sanna Bergendahl har startat Föreningen Storasyster, en ideell förening som erbjuder stöd och gemenskap till de som råkat ut för sexuella övergrepp. Sedan starten i april har ordet om föreningen har spridits. Sanna Bergendahl började med verksamheten i maj och sedan har det snabbt rullat på.

– Jag gjorde en webbsida och rekryterade volontärer, berättar Sanna Bergendahl. En månad senare var vi igång. Sedan starten är vi nu 14 volontärer. Varje vecka är det nya personer som hör av sig och vill engagera sig. Det är jättekul!

Föreningen Storasyster erbjuder stödsamtal och kontaktmanskap online. De har en stödgrupp för de som vill träffas samt mejl- och chattjour. De ordnar också gruppaktiviteter där de som vill kan träffas och känna gemenskap med andra som har liknande erfarenheter. Föreningen Storasyster vänder sig till alla från 13 år och uppåt.

– Vi hjälper också till med kontakten med myndigheter och har rådgivning kring det, berättar Sanna. Vi kan följa med vid sjukhusbesök eller vid anmälan hos polisen och vid rättegång. Annars kan vi ju hjälpa till med information om var man kan vända sig om det har hänt någonting. Alla kanske inte vet var man vänder sig och kanske inte har någon anhörig att prata med. Vi erbjuder inget terapeutiskt stöd utan fungerar mer som lyssnande medmänniskor med en genuin förståelse.

De flesta volontärerna har egna erfarenheter av sexuella övergrepp. På hemsidan står volontärerna med namn och bild. På så sätt ska det bli lättare att ta kontakt, hoppas Sanna. – Vi vill skapa en personlig kontakt. Jag vet själv när jag var yngre och skulle kontakta myndigheter och hade inget namn, inget ansikte, ingenting. Då är det också svårt att öppna sig och känna förtroende.

Viktig vändpunkt

Jag var ett barn när jag upplevde mitt övergrepp. Jag berättade om det för första gången när jag var 14 år. Andra gången jag berättade var jag 17 år och den jag berättade för anmälde. Det gick till rättegång och han blev dömd i både tingsrätt och hovrätt. Det var väldigt skönt i efterhand att få lite upprättelse och få svart på vitt att han gjort fel.

Rättegången blev något av ett avslut för Sanna Bergendahl, men hon upplever det ännu mer så när hon startade Föreningen Storasyster. – Nu har jag lyckats vända det som i många år har känts så tungt till någonting positivt. Det är klart jag inte känner att det är en fin upplevelse jag har, men jag tycker att det är fint att kunna använda den till något positivt.

Sanna Bergendahl studerar på Socialhögskolan för att bli socionom. Hon har också jobbat på utredningshem för familjer och barn och stödboende för unga vuxna. Hon är kontaktperson till två tonåringar. Engagemanget att hjälpa andra har hon haft med sig länge.

– Jag har känt i många år att jag vill engagera mig på något vis. Eftersom mina övergrepp började så tidigt har de följt mig genom hela livet. Det har gjort att jag har ett stort intresse av att stötta andra. Finns det en förståelse för de här svåra upplevelserna så föder det ett engagemang. Allt arbete jag lägger ner nu är på min fritid men det är otroligt givande. Det känns så fint att få ge det stöd som jag själv saknade.

Tabu som behöver brytas

Det är svårt att prata om övergrepp i dag och det är något Sanna tycker är otroligt viktigt att ändra på.

– Det finns ett tabu i samhället om att prata om det. Sedan är det väldigt få vuxna som kan bemöta det på rätt sätt. Det är i alla fall de erfarenheter jag har. Just att det läggs skam och skuld på offret istället för förövaren. Med den här föreningen vill vi förmedla att det inte är något att skämmas över och att de inte är ensamma. Det går att komma vidare. Jag tror också att ju fler som berättar desto enklare kommer det att vara. Det tycker jag är gott med initiativet Våga Anmäl. Desto mer vi pratar om det, desto lättare blir det för barn att våga söka kontakt och våga berätta om sina upplevelser.

Till Föreningen Storasyter, precis som till initiativet Våga Anmäl, kan en skriva in och dela med sig av sina berättelser. Det tror Sanna är bra just för att det kan vara svårt att veta om det som drabbat en själv verkligen är ett övergrepp.

– Många tvekar över vad ett sexuellt övergrepp är. Det kan vara svårt att definiera. Då kan man läsa och se att det finns många olika typer av övergrepp. Men framförallt är det bara en själv som kan känna vad som är rätt och fel. Har man känslan av att ens upplevelse var obehaglig eller fel, då var det fel. Det är viktigt att lita på sin egen känsla, att tro på att känslan är sann. Sedan är det viktigt att det finns folk som kan fånga upp dem som berättar. Det är där vi kommer in.

Det går att få rätt

Sanna Bergendahls rättsprocess ledde till en fällande dom. De volontärer som arbetar med Föreningen Storasyter som har erfarenhet av rättsväsendet har också övervägande positiva erfarenheter. Något som hon tycker är viktigt att berätta om.

– Det var förstås väldigt tungt att bli ifrågasatt och misstrodd. Speciellt som jag inte ens var vuxen då utan fortfarande ett barn. Många tror att det inte är någon idé att anmäla om det saknas vittnen eller bevis. Men vi vill förmedla att det går att få en fällande dom ändå, trots att ord står emot ord. Det är viktigt att förmedla, speciellt då media ofta skriver om fall som aldrig klaras upp.

Sanna Bergendahl ser att mycket arbete finns att göra i samhället för att det ska bli lättare att prata om övergrepp. Men hon är hoppfull och ser en förändring vara på väg i och med den ökade debatten kring könsroller och feminism överlag.

– Det händer väldigt mycket nu. Jag tror på en förändring. Annars skulle jag inte göra det jag gör.