

BROTTSOFFER
JOUREN
☎ 116 006

STÖD TILL DIG
SOM ÄR ANHÖRIG TILL
EN BROTTSSUTSATT



Stöd till dig som är anhörig till en brottsutsatt

Som anhörig kan du vara viktig för någon som utsatts för brott. Du kan bidra med trygghet i en svår, orolig och stressfylld situation.

Du kan vara ett viktigt stöd och hjälpa till att sortera i känslor, ordna med praktiska saker och skaffa viktig kunskap.

Brottsofferjouren möter många anhöriga till personer som utsatts för brott. Vi vet att många anhöriga själva kan behöva stöd för att orka. Det kan vara svårt att stå vid sidan om och se någon man bryr sig om vara rädd eller känna sig otrygg efter att ha utsatts för brott, under en polisutredning eller inför en rättegång.

Tveka därför inte att själv söka stöd om du behöver.

Kontakta oss genom att ringa **116 006**, mejla **fraga@boj.se** eller chatta med oss via vår webbplats **brottsofferjouren.se**.



Som anhörig är du värdefull

Vår erfarenhet är att anhöriga kan vara värdefulla för någon om utsatts för brott. Här är några saker som vi sett är viktiga.

Fråga, lyssna och bunkra upp med tålamod

Fråga och ta dig tid att lyssna på vad den utsatta berättar. Visa att du bryr dig och att du finns där. Ifrågasätt inte din närståendes upplevelse och försök att inte ifrågasätta eller skuldbelägga upplevelsen. Var tydlig med att det som hänt inte är hens fel. Avsätt tid och låt tystnaden ta plats – många kan behöva betänketid. Försök att undvika att komma med lösningar, fråga hellre om din anhöriga har några egna förslag på saker som kan göra att livet känns lättare.

Det går inte att säga hur länge din anhöriga kommer att må dåligt över det som hänt och behöva ditt stöd. Det tar olika länge för olika personer. Tankarna och känslorna kan dessutom komma och gå. Därför är du viktig genom hela den process som din anhöriga går igenom.

Vår erfarenhet på Brottsofferjouren är att de allra flesta börjar må bättre efter ha gått igenom en tuff period. För många kommer tilliten till samhället och andra människor tillbaka. Rädslan som många känner bleknar. Den förlamande känslan som kan finnas där övergår i ett aktivt agerande. Ett stöd från omgivningen är en viktig pusselbit i att må bättre.

Utgå från den anhörigas behov

Många anhöriga kan tycka att det känns svårt att vara ett bra stöd och funderar mycket kring sin egen roll. Gör jag för lite eller för mycket? Ställer jag rätt frågor? Kan jag göra saker värre? Borde jag ge utrymme? Hur tar jag kontakt?



För att hitta balansen i sitt stöd är det viktigt att du utgår från det som din anhöriga behöver. Fråga hen; vad behöver du från mig och hur kan jag hjälpa dig? Det är ofta de små meningarna som får stor betydelse i omtanken.

Hjälp till självhjälp

Det händer att anhöriga i sin önskan att vara till hjälp och avlasta hjälper till med alla möjliga vardagliga sysslor; handlar, städar, skjutsar och letar upp information om hur en polisutredning fungerar eller inför en eventuell rättegång.

Även om det förstås görs i all välmening finns en risk att man hjälper till för mycket. Det kan skapa passivitet hos någon som utsatts för brott. Många utsatta kan känna sig stärkta när de klarar av att göra enkla uppgifter i vardagen. Det kan vara viktiga steg tillbaka till en normalitet i vardagen och ett sätt att återta kontrollen över livet.

Att hjälpa lagom och hitta en balans mellan att hjälpa till men inte för mycket är viktigt. Här kan ni till exempel göra en lista på sådant som din anhöriga gör i vardagen och tillsammans bestämma vad hen behöver hjälp med och vad hen kan klara själv. Gå gärna igenom listan med jämna mellanrum för att se om det blir fler och fler saker som din anhöriga klarar av eller orkar med. Ett sätt att tänka kan vara att som anhörig försöka ge hjälp till självhjälp.

Stå stadigt kvar

Berätta att du kommer att finnas kvar även om den utsatta inte vill prata om det som hänt. Om den utsatta drar sig undan och isolerar sig, fortsätt att bjuda in till kontakt. Inge trygghet och visa att du finns där oavsett.

Ordna med mer hjälp om det behövs

Var uppmärksam på hur den utsatta mår efter brottet. Om det har gått en längre tid och du märker att hen fortfarande mår dåligt – sök hjälp och stöd från stödorganisationer eller professionellt psykologiskt stöd.



Många som utsatts för brott har rätt till stöd via olika försäkringar. Det kan till exempel vara rätt till krisstöd i hemförsäkringen, via facket eller jobbet. Det kan vara värt att kolla upp. Längre bak i det här materialet finns tips på stödorganisationer som din anhöriga kan vända dig till.

Funktionsnedsättning i rättsprocessen

Trots att personer med en funktionsnedsättning, enligt Funktionsrättskonventionen ska kunna delta i rättssystemet på lika villkor som alla andra, kan rättsprocessen vara dåligt anpassad till personer med funktionsnedsättning.

Språket under en rättegång, hur en rättegång går till, texten i en dom eller orden som används under ett polisförhör kan vara svåra. Personer med en kognitiv funktionsnedsättning såsom till exempel ADD, dyslexi eller intellektuell funktionsnedsättning kan behöva extra stöd i processen.

Det brott som din anhöriga blivit utsatt för, stressen och nervositeten inför en rättegång eller väntan på en dom kan skapa ytterligare utmaningar.



Förklara rättsprocessen

Som anhörig kan du bidra till att skapa extra tydlighet genom att förklara rättsprocessens olika delar.

Brottsofferjourens erfarenhet är att det kan vara hjälpsamt att förklara de roller som personer inom rättsprocessen har; polis, åklagare, advokat, nämndeman och domare. Detsamma gäller att beskriva en rättegång och hur ett vittnesmål går till.

På Brottsofferjouren kan vi förklara rättsprocessens olika delar både för dig och för din anhöriga. Du kan också läsa mer om funktionsrättskonventionen på brottsofferjouren.se.



Så här ser rättsprocessen ut

Att veta hur rättsprocessen ser ut är en pusselbit för att skapa begriplighet kring det som hänt. Här är delarna i rättsprocessen.

- **Polisanmälan**

Rättsprocessen börjar med en polisanmälan. Man kan göra en polisanmälan på [polisen.se](https://www.polisen.se), genom att ringa 114 14, besöka en reception vid en polisstation eller till en polispatrull. Alla brott går inte att anmäla på nätet.

- **Förundersökning**

Under förundersökningen, som också kallas polisutredning, samlar polisen in bevis, förhör den misstänkta och målsäganden. Finns inte tillräcklig bevisning läggs förundersökningen ner. Hittar polisen inte den misstänkta eller om den misstänkta är okänd läggs förundersökningen ned.

Förundersökningen leds av en förundersökningsledare som kan vara en polis eller en åklagare. Om vittnen finns förhörs de också. Har målsäganden blivit skadad i samband med brottet är det bra om skadorna dokumenteras.

När förundersökningen är avslutad sammanställs alla uppgifter i ett förundersökningsprotokoll som ges till åklagaren.

Åklagaren beslutar om åtal ska väckas eller läggas ned.

Om förundersökningen läggs ner kan man göra en så kallad överprövning av beslutet. Då lämnar man in en överprövning till den lokala åklagarkammare där brottet ska utredas.

- **Åtal**

Om åklagaren ser att det finns tillräckliga bevis för att få en

fällande dom kommer hen att väcka åtal mot den som är misstänkt för brottet. Då blir det rättegång.

- **Rättegång**

Under rättegången, som också kallas huvudförhandlingen, går man igenom hela målet. Åklagaren redogör för hur hen anser att brottet har gått till och vem som är skyldig. Den som är misstänkt, den tilltalade, får svara. Man förhör eventuella vittnen och åklagaren lägger fram andra bevis.

Målsägande kan lämna önskemål att den tilltalade vistas i ett annat rum, så kallad medhörning. Rätten beslutar om det beviljas. Den tilltalade har dock alltid rätt att lyssna på förhöret. Medhörning kan beslutas om det kan antas att målsäganden eller vittnet inte kommer att berätta sanningen om den tilltalade finns i rummet eller om den tilltalade hindrar eller avbryter målsägandens eller vittnets berättelse. Det går bra att i förväg lämna in en sådan begäran antingen per telefon eller skriftligen. Själva beslutet om medhörning kommer oftast på själva rättegångsdagen.

Längre bak i materialet finns en längre och mer detaljerad genomgång av hur en rättegång går till.

- **Dom**

Efter att rättegången är klar kommer rättens ordförande, som också kallas domaren och nämndemännen att fatta ett beslut om den misstänkta ska fällas eller inte. Ibland tar det bara en liten stund för rätten att fatta ett beslut. I stora och svåra mål kan det ta flera veckor. Om domen inte meddelas samma dag berättar rättens ordförande vilket datum som domen kommer.

- **Påföljd**

Om bevisen är tillräckliga för en fällande dom fälls den tilltalade och får ett straff, eller så kallad påföljd. Det finns en straffskala där det står vilka straff olika brott kan ge. Straffet blir oftast högre ju grövre eller råare ett brott anses vara. Även gärningspersonens ålder och tidigare domar påverkar vilket straff som domstolen dömer ut.

I domen kan den tilltalade också bli skyldig att betala ett



skadestånd till den som utsatts för brottet. Den som utsatts för brottet kan begära skadeståndet redan vid en polisanmälan. För att kunna få skadestånd måste man begära skadestånd senast under rättegången. Ett målsägandebiträde, om din anhöriga har ett sådant, eller Brottsoffermyndigheten kan ge dig information om hur mycket pengar du kan kräva att få i skadestånd.

Även om gärningspersonen döms för brottet och din anhöriga får rätt till skadestånd betyder det dessvärre inte alltid att gärningspersonen vill eller kan betala. Kronofogden får en kopia av domen och kommer att ta kontakt med din anhöriga för att höra om hen vill få hjälp med att få ut skadeståndet. Om gärningspersonen inte kan betala kommer Kronofogden att meddela det. Då kan din anhöriga istället ansöka om brottskadeersättning från Brottsoffermyndigheten. Ansökan om ersättningen måste komma till myndigheten senast tre år efter att domen inte längre går att överklaga. Om det är ett barn som utsatt för brottet kan hen ansöka om ersättning till och med sin 21-årsdag, det vill säga tre år efter sin myndighetsdag.

Både vi på Brottsofferjouren och Brottsoffermyndigheten kan svara på frågor om ersättning.

- **Överpröva en nedlagd förundersökning eller åtal**

Om åklagaren väljer att inte väcka åtal eller om polisen lägger ner förundersökningen går det att få besluten överprövade. Besluten kan omprövas, till exempel om nya omständigheter kommer fram, nya bevis eller nya vittnen träder fram eller om det finns delar i brottet som man anser att förundersökningen missat.

Om förundersökningen lagts ner lagts ner och man är missnöjd med beslutet kan man begära att ärendet prövas av åklagare. Då vänder man sig till polisen som på dennes begäran överlämnar ärendet till åklagaren.

Hos åklagarmyndigheten finns information om hur du överklagar ett nedläggningsbeslut av en förundersökning.



**"JAG GÅR SÖNDER AV ATT SE MIN DOTTER
MÅ SÅ DÅLIGT, OCH SNART ÄR DET RÄTTE-
GÅNG. VAD SKA JAG GÖRA?"**

Personen på bilden har ingen koppling till innehållet i texten.



**”NÄR DU FRÅGADE HUR JAG MÅDDE, INSÅG
JAG ATT JAG FAKTISKT INTE KÄNT EFTER
SJÄLV. TACK FÖR ATT DU STÄLLDE FRÅGAN,
DET GAV MER ÄN DU FÖRSTÅR”**

Personen på bilden har ingen koppling till innehållet i texten.



Vad behöver du som anhörig?

Det kan vara lätt att glömma bort sig själv som anhörig. Har du ställt frågan till dig själv – vad behöver jag?

Uppmärksamma dig själv på hur du mår och påverkas av situationen. Behöver du i din tur stöd från en vän eller släkting eller kanske professionellt stöd?

Både anhörig och brottsutsatt

Inom Brottsofferjouren träffar vi personer som är anhöriga och samtidigt själva är utsatta för brott. Inte sällan är de utsatta av samma person som de är anhöriga till eller av personer i hans närhet. Många beskriver att de är utsatta för våld, hot eller stölder. De vi möter beskriver en svår situation. För samtidigt som man förstår att man är utsatt vill få anmäla eller ange en anhörig.

Det är en rättighet att slippa vara utsatt för brott. Ur Brottsofferjourens perspektiv är målet därför alltid att ta sig ut ur utsattheten. Det kan vara svårt och ta tid och ofta kan man behöva stöd för att lyckas.

Vänd dig till Brottsofferjouren eller någon annan stödverksamhet för att få hjälp. Vår erfarenhet är att man tillsammans och stegvis kan komma ur utsattheten. På brottsofferjouren.se hittar du kontaktuppgifter och tips på andra stödorganisationer som du kan vända dig till.



Så här går en rättegång till

Om förundersökningen leder till ett beslut om att väcka åtal blir det rättegång. Så här går den till:

1. Först ropas alla utom vittnen in till rättegångssalen. Den häktade leds in av vakter från Kriminalvården. Du som anhörig kan gå in och lyssna från start eller gå in tillsammans med din anhöriga om den ska vittna. Om hela eller delar av rättegången har stängda dörrar får den anhöriga alltid vänta utanför rättegångssalen under tiden det är stängda dörrar. Stängda dörrar betyder att rättegången är stängd för allmänheten.
2. När alla är inne i salen och sitter på sin plats kommer rättsens ordförande att inleda rättegången.
3. Därefter är det åklagaren som börjar. Hen går igenom de brott som står i åtalet, det som kallas stämningsansökan. Här kan också åklagaren eller målsägandebiträdet berätta vilket skadestånd den som utsatts för brottet kräver av gärningspersonen.
4. Den som är misstänkt för brottet får därefter ge sin inställning till de brott som finns i stämningsansökan. Det innebär att den misstänkta erkänner eller förnekar. Den misstänkta får även svara på sin inställning angående skadeståndsanspråk. Om hen vitsordar (går med på) skadeståndsanspråket eller bestridar (inte går med på) det.
5. Därefter fortsätter åklagaren att beskriva brotten lite mer ingående. Hen går igenom de bevis som finns för brotten. Det kan till exempel vara polisförhör, bilder, filmer eller skärmdumpar på sms-konversationer.
6. Den som är misstänkt för brottet, eller hens advokat, får lite kort bemöta det som åklagaren berättat.
7. Därefter följer förhör. Först förhörs den som utsatts för brottet. Därefter den som är misstänkt och sist eventuella vittnen. Alla förhör filmas. Den som blir förhörd ska bara svara på det man kommer ihåg. Om man inte minns berättar man det. Man får också fråga om det är något man inte förstår. Man har alltid rätt att få något förklarat så att man förstår vad det är man svarar på.
8. Nu är det dags för åklagaren att avsluta sin talan genom att lyfta fram de bevis som hen anser bevisar att den misstänkta genomfört brottet.
9. Efter det ger försvaret för den misstänka sin bild av de bevis och omständigheter som visar att den misstänkta är oskyldig. Försvararen kan också ge en bild av vilka förmildrande omständigheter som finns.
10. Rättsens ordförande går igenom personliga förhållanden för den som är misstänkt för brottet. Det handlar om familjeförhållande, arbete, om den misstänkta har ett ordningsamt liv i övrigt. Rätten tittar också på om den tilltalade har dömts för brott tidigare.
11. Åklagaren avslutar rättegången med att hålla en så kallad plädering. Den kan också kallas slutplädering. Pläderingen är en sammanfattning av hur åklagaren ser på bevisen. Dessutom ger åklagaren ett förslag på vilket straff som hen vill se om den misstänkta fälls.
12. Nu är rättegången slut. Alla utom nämndemännen och rättsens ordförande får lämna salen. Ibland fattar rätten beslut och meddelar om eventuell dom direkt. Ibland behöver rätten längre tid på sig att fatta beslut. Då berättar ordförande vilket datum som domen kommer. Den som är misstänkt och den som utsatts för brottet får också domen hemskickad. Som anhörig kan man maila domstolen samma dag som domen meddelas för att be om att få domen mailad till sig genom att ange målnumret.

Det finns stöd att få

Brottsofferjouren Sverige är en sekulär och partipolitiskt obunden ideell organisation. Vi ger stöd till brottsoffer, vittnen och anhöriga – även till anhöriga till någon som är misstänkt eller dömd för ett brott.

Vi finns här för att lyssna på dina känslor och tankar, svara på frågor och hjälpa till i kontakten med myndigheter och försäkringsbolag. Vi erbjuder också stöd vid domstolsförhandlingar i de flesta tings- och hovrätter i landet.

Vårt stöd är kostnadsfritt, kräver ingen polisanmälan och erbjuds på 20 olika språk. Du kan välja att vara anonym, och alla våra stödpersoner har avgett tystnadslöfte, vilket innebär att allt du delar stannar mellan er, såvida det inte rör livsfara eller risk för barns säkerhet.

Kontakta oss på telefonnummer **116 006**, via chatten på **brottsofferjouren.se**, eller mejla oss på **fraga@boj.se**.

Besök vår hemsida eller scanna QR-koden för mer information. Där hittar du även tips om andra stödorganisationer.

